

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과*

김현경
대전대학교

장현아†
아동교육상담학과

본 연구는 이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 이혼가정 아동의 이혼 지각과 우울감, 자아존중감에 미치는 효과를 검증하고자 하였다. 연구대상은 초등학교 4~6학년 재학 중인 이혼 가정 자녀이고, 프로그램 참여에 동의한 14명을 실험집단과 통제집단에 각 7명씩 배정하였다. 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 프로그램 시작 전, 사후, 1달 후 세 번에 걸쳐 참가 아동에게는 우울척도, 자아존중감 척도, 이혼 지각 척도를 실시하였고, 교사에게는 교사용-아동 평정 척도를 사용하였다. 본 연구의 프로그램은 한 회기당 70분씩 진행하였고, 주 1~2회, 총 10회기를 실시하였다. 집단내 검증 결과, 인지행동 집단 프로그램에 참가한 아동은 우울감, 자존감, 부모이혼 지각에서 모두 유의미한 변화를 나타냈다. 그러나, 집단간 비교 검증에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 끝으로 연구의 의의와 제한점 및 추후 연구 과제에 대해 논의하였다.

*주요어 : 이혼, 이혼가정 아동, 우울, 자아존중감, 부모이혼지각, 인지행동 집단 프로그램

* 본 논문은 김현경(2013)의 석사학위논문을 수정·보완한 것임

† 교신저자(Corresponding Author) : 장현아, 대전대학교 아동교육상담학과, (300-716) 대전광역시 동구 대학로 62(용운동), Tel: 042-280-2455, E-mail: hyuna@dju.kr

가정은 사회의 가장 작은 단위로서 삶의 기본적인 양식을 습득하는 장이다. 특히 아동에게 가정은 태어나면서 최초로 경험하는 환경이며, 사회의 한 구성원으로 성장하는데 필요한 준비를 하는 곳이다. 따라서 부모와의 상호작용의 질은 아동이 바르게 성장하는데 중요한 요인이 되며 부모와의 긍정적인 상호작용은 건강한 개인으로 적응하기 위한 기초가 된다. 그러나 최근 급변하는 사회 구조 속에서 가족 해체현상이 증가하고 있으며, 이혼으로 인한 가족 해체는 부모 자녀간 상호작용의 질에 큰 영향을 미칠 수 있다(김경원, 2003). 우리나라의 경우 가족구조의 해체에 관한 통계청 자료(2012)에 의하면 2000년에 들어서면서 이혼 건수가 12만 건을 넘어선 것으로 보고되고 있다. 이러한 증가 추이는 2003년까지 지속되면서 2003년 연간 이혼 16만 7천여 건으로 정점을 찍었는데 그 이후로도 매년 12만여 건 주위를 오가며 2011년에는 11만 4천여 건을 기록하여 매년 누적되는 이혼가정과 이혼한 부모를 둔 아동이 지속적으로 늘어나고 있음을 알 수 있다.

가족체계의 붕괴에 따라 아동은 가족 관계의 변화와 더불어 여러 가지 불안전하고 불확실한 상황에 노출되는데, 선행 연구들은 부모의 이혼을 경험한 아동이 그렇지 않은 아동에 비해 우울과 불안 등의 정서적 문제를 더 크게 겪는다고 보고하고 있다(Amato, Kane, & James, 2011; Wolchik & Sandler, 2002). 부모의 이혼 후에 아동과 부모는 모두 사랑하는 사람을 잃었을 때 경험하는 것과 같은 슬픔을 경험하게 된다. 물론 이 때 느끼는 슬픔은 사별 후에 유족들이 느끼는 비애 같이 극단적인 것은 아니지만, 가족의 해체라는 의미에서 이혼은 가족 모두에게 슬픔을 안겨주는 사건이다(진정민, 2011). 특히 이혼 과정에서 많은 아동은 자신이 버려질 수도 있다는 불안감을 느끼게 되는데, 이 때 분리되어야 하는 한쪽 부모와의 관계의 질에 따라 버림받았다는 느낌의 차이가 달라질 수 있으며 함께 하는 양육 부모와의 관계에서도 이혼 직후 초래되는 몇몇의 변화에 대해 부모가 어떠한 태도를 보이느냐에 따라 함께 살고 있어도 버림받은 느낌을 경험할 수도 있다. 또한, 아동은 부모의 이혼에 관해 오해석하고 왜곡된 사고를 하는 경우가 많고 결과적으로 우울감을 경험할 수 있다. 즉, 부모의 이혼이 자기 때문이라는 부적절한 죄책감을 갖거나 이혼을 막지 못한 것은 자신이 대처를 잘 못하였기 때문이라고 생각하는 것 등이다(Hetherington, 1993; Wallerstein & Kelly, 1980; 이경림, 2009). 이러한 생각은 두려움과 강한 상실감을 동반하며 우울감을 발달시키는데, 이 때 아동의 우울감의 정도는 이혼 후 부모의 보호와 가족 간 갈등의 정도에 의해 영향을 받는다(김숙자, 2002).

부모의 이혼은 아동의 자아존중감에도 영향을 미칠 수 있다. 아동은 자신을 바라보는 부모의 태도를 통하여 자기 자신의 가치를 판단한다. 아동은 부모로부터 자신이 어떤 사람인지에 대한 다양한 지식과 정보를 얻음으로써 자기 가치감을 높이는데, 부모 한 쪽이 떠나면 긍정적인 평가를 받을 수 있는 기회가 그만큼 줄어들고 물리적으로뿐 아니라 정서적으로도 부모를 활용하기 어려워진다(Gardner, 1976). 부모의 이혼이 자신을 사랑하지 않기 때문이라고 생

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과

각하는 경우에는 버림받았다고 느끼고 자신을 사랑받을만한 존재로 여기지 못하게 됨으로써 자아존중감이 저하되기도 한다. 또한, 이혼 후 주위 사람들로부터의 부정적인 평가, 사회환경적 요인의 변화 등은 아동의 자존감에 타격을 입힐 수 있다(김남숙, 1993; 진정민, 2011). 특히 이혼으로 인해 경제적 수준이 현저히 낮아질 경우에는 실질적인 생활 환경에도 변화가 생기면서 영향을 미칠 수 있다.

위에 상술한 바와 같이 이혼의 부정적 영향에 대한 연구들이 많이 이루어지기는 했지만, 이혼이 반드시 아동에게 부정적인 영향을 미치고 부적응을 초래하는 것은 아니다. 이혼의 영향은 부모의 기능 수준, 경제적 상황 등 다양한 매개 요인과 조절 요인 등에 따라 달라질 수 있기 때문이다(Amato, 2005; Landsford, 2009). 따라서, 이혼의 부정적 영향력을 감소시키기 위한 탄력성을 증가시켜 주는 것이 중요한데 치료적 개입은 아동이 부모의 이혼에 보다 탄력적으로 대처하는데 도움이 될 수 있다(Graham, 2004).

서구에서는 1970년대부터 이미 이혼으로 인해 발생할 수 있는 부정적인 영향을 최소화하도록 돕는 다양한 개입 프로그램을 개발해 왔고 동시에 이러한 프로그램의 효과를 검증하는 연구들도 활발히 수행되었다. 미국에서 개발된 프로그램 중 대표적인 프로그램으로는 Stolberg, Cullen과 Garrion(1982)의 이혼 적응 프로젝트(Divorce Adjustment Project; 이하 DAP), Pedro-Carroll과 Cowen(1985)의 이혼가정 아동 개입 프로그램(Children of Divorce Intervention Program; 이하 CODIP)이 있다. DAP는 8~12세 아동을 대상으로 이혼 후 처음 2년 간 겪는 행동문제와 낮은 자아개념, 학업 실패 등의 문제를 예방하도록 고안된 조기 예방 프로그램으로 아동 지원 집단 프로그램과 한부모 지원 프로그램으로 구성되어 있다 (Stolberg & Garrison, 1985). 아동 지원 집단 프로그램은 총 12회기이며 충동-통제 기술, 의사소통 기술, 분노-통제 기술, 긴장 완화 방법 등을 가르치고, 한부모 지원 프로그램은 이혼 후 12주에 걸쳐 양육권을 가진 어머니에게 부모역할 기술을 가르치고 부모 자신의 적응을 통해 자녀의 적응에 긍정적인 영향을 줄 수 있도록 돕는다. CODIP은 DAP를 기초로 몇몇 요소들을 수정하여 Pedro-Carroll과 Cowen(1985)이 개발한 이혼가정 아동의 개입 프로그램으로 현재 미국에서 가장 널리 적용되고 있다. CODIP은 DAP와 달리 연령을 7~13세로 좁혔고 이혼과 관련된 정서를 다루는 부분을 추가한 프로그램이다. 이 프로그램에 10주간 참가한 7~13세 아동들은 교사가 평정한 아동의 자기주장, 좌절감에 대한 내성, 학교수행, 동료 관계, 규칙순응과 집단 지도자가 평정한 아동의 문제행동과 문제해결 능력, 아동 자신이 평가한 자아개념과 이혼에 대한 태도 모두에서 긍정적인 변화를 보였다. 그 후, Pedro-Carroll, Cowen, Hightower와 Guare(1986), Alpert-Gillis, Pedro-Carroll과 Cowen(1989)은 CODIP을 좀 더 보완하여 다양한 연령대 아동에게 적용하였는데 대체적으로 CODIP의 효과는 대상과 연령, 그리고 지역적 배경을 달리한 경우에도 효과적인 것으로 나타났다. 이러한 프로그램들에 공통적인 구성요소는 가족구조의 변화 이해, 이혼에 대한 올바른 개념 정립, 이혼과 관련된 부정

적 감정 다루기, 현실적인 문제해결력 촉진 등이다. 즉, 이혼에 대한 개념 이해, 이혼에 대한 감정 공유를 통해 부모의 이혼이라는 현실을 수용, 분노 감정에 대한 타당화 및 분노 감정의 원인 이해와 대처, 그리고 문제 해결을 위한 방법 습득 및 적용하기의 요소가 공통적인 구성 요소로 포함되어 있다.

서구 사회에서 이혼가정 아동에 대한 개입 프로그램의 개발 및 효과 검증 연구가 활발한 것에 비해 국내에서는 이혼가정 아동의 심리사회적 특성이나 학교 및 생활적응에 관한 조사 연구는 많으나 개입 프로그램과 관련된 연구는 매우 미미하다. 또한, 국외에서는 사회기술 훈련과 인지행동적 접근에 중점을 둔 치료적 접근이 효과성 검증에서 긍정적인 결과를 나타내며 활발한 연구가 이루어진 것에 비해, 국내 연구에서는 주로 미술치료(김민경, 2003; 김은영, 2003), 만화치료(김경원, 2003), 놀이치료(서문영, 2007; 조성희, 2007), 독서치료(고윤정, 2010) 등 매체를 활용한 접근의 연구가 이루어져왔다. 국외에서 효과가 입증된 프로그램인 CODIP을 국내 실정에 맞게 수정하여 실시한 국내 연구(이경림, 2009)가 있기는 하였으나 부분적으로만 효과가 검증되었다. 이 연구에서는 CODIP을 한국의 초등학교 4-6학년 이혼가정 아동들에게 맞게 수정하여 실시하였고 자기표현 집단 프로그램을 비교집단으로 설정하였다. 이혼가정 아동을 위한 프로그램의 내용으로는 가족의 변화에 따른 감정 다루기, 사회적 대처기술 습득, 새로운 가족, 자신과 가족의 장점 인식, 사회적 지지체계 확인 등으로 구성되었다. 연구 결과, CODIP 집단 아동들은 이혼에 대한 태도에 긍정적 변화가 나타났고 교사가 평가한 문제행동이 감소하였으나 우울, 불안, 공격성, 자기 및 타인 표상에서는 효과가 나타나지 않았다. 또한, 주소희(2002)는 총 8회기에 걸쳐 부모의 이혼과 이혼에 따르는 변화 인식, 다양한 가족에 대한 이해, 분노 및 죄책감 다루기 등의 내용으로 이루어진 프로그램을 실시하였으나, 통계적으로 의미있는 결과를 얻지는 못하였고 통제집단과의 비교가 이루어지지 못했다. 이 밖에 오은순(2001)과 김경집(2004)은 각각 이혼가정 아동을 위한 8회기의 학교 집단상담 프로그램을 실시하여 참가 아동의 문제 행동 감소와 부모 이혼에 대한 태도에서 긍정적인 변화를 이끌었으나 다양한 평가원으로부터 결과를 얻지 못했다는 한계가 있다.

이상의 국내 선행연구 프로그램들을 살펴보면, 긍정적인 효과가 검증되기도 하였으나 연구 설계 및 프로그램의 내용 면에서 몇 가지 한계점을 발견하게 된다. 첫째, 정서적인 어려움을 극복하도록 돕는 것 외에 이혼과 관련된 왜곡된 사고를 좀 더 본격적으로 다루어주고 개입하는 내용이 부족하다. 즉, 이혼이 변하지 않는 사실임을 받아들이고 이혼가정 아동이 처한 상황에서 해결할 수 있는 문제와 해결할 수 없는 문제를 판단하여 점진적인 가족구조의 변화를 수용할 수 있도록 도울 필요가 있다. 인지행동치료는 아동으로 하여금 자신이 가지고 있는 인지적 왜곡·오류를 수정하고 보다 적응적인 사고를 할 수 있도록 돕는다. 또한 프로그램 내에서 학습된 영역들은 프로그램이 종결되더라도 생활 속에서 계속해서 연습하고 보완하는 반복적 학습을 통하여 그 효과성이 증가될 수도 있다는 이점을 가진다. 해외의 연구들에서

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과

인지행동적 접근의 프로그램들이 우수한 효과를 보인 점을 감안한다면 인지행동적 요소를 추가할 필요가 있어보인다. 둘째, 프로그램의 효과성을 검증하기 위한 평가 작업에서 프로그램에 참여하는 아동 이외의 통제집단 아동과의 비교와 더불어, 교사에 의한 평가를 포함시킬 필요가 있겠다. 국내의 경우 김경집(2004)과 이경림(2009)의 연구를 제외한 대부분의 연구에서는 아동의 자기보고식 평가만으로 결과를 도출하고 있다. 하지만 아동은 자신이 처한 상황이나 자신의 감정, 생각에 대해 객관적인 입장을 취하여 평가하는 능력이 상대적으로 부족하기 때문에 아동을 가장 가까이에서 지켜보며 교육하고 돌보는 교사의 평가는 아동의 상황을 객관적으로 평가하는 데에 중요한 의미를 갖는다. 셋째, 국내 프로그램의 전반적인 결과를 보면 사후 평가 이후 프로그램 효과의 지속성 여부를 평가하는 작업이 부족하다. 이혼가정 아동에게 개입을 하는 것은 개입 당시의 상황에도 중요한 의미를 갖지만, 더욱 중요한 것은 개입 후 효과가 어느 정도 지속되는지를 평가하는 것이다. 집단 프로그램을 통해 인지적 왜곡이 수정되고 보다 효과적으로 감정을 표현하며 문제 해결 기술의 방법을 생활에서 적용함에 따라 프로그램 개입에 대한 효과가 지속되는지 검증할 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 기존의 연구에서 진행된 프로그램 내용 및 연구 설계를 보완하여 아동의 자기보고식 평가와 더불어 교사에 의한 아동 평가 척도를 포함시키고, 사후 평가 이후의 추후 평가를 통하여 프로그램 효과의 지속성을 확인하고자 한다. 본 연구에서는 인지행동 집단프로그램이 이혼가정 아동의 우울감, 자아존중감, 부모이혼지각에 미치는 효과를 검증하고자 하는데 이는 이혼 가정 아동이 자주 경험하는 정서 중 하나가 우울감이며 이혼 후 적응에 영향을 미치는 중요한 변인이 아동의 부모이혼지각과 자아존중감으로 알려져 있기(Amato et al., 2011; 오은순, 2001) 때문이다. 특히, 우리나라 문화에서는 부모의 이혼에 대해 자녀와 솔직히 이야기 나누는 것을 꺼려하는 분위기가 있는데, 이혼에 대한 오해는 시간이 흐르고 아동이 성장해 간다고 해서 자연스럽게 해소되는 것이 아니라고 알려져 있어(주소희, 2002) 이혼 가정 아동들이 부모 이혼에 대한 바른 이해를 하도록 돕는 것은 매우 중요한 부분이라고 할 수 있다.

본 연구의 가설은 다음과 같다.

가설 1. 인지행동 집단 프로그램에 참가한 이혼 가정 아동들을 통제집단 아동에 비해 우울감이 완화될 것이고, 추후 측정에서도 변화가 유지될 것이다.

가설 2. 인지행동 집단 프로그램에 참가한 이혼 가정 아동들을 통제집단 아동에 비해 자존감이 향상될 것이고, 추후 측정에서도 변화가 유지될 것이다.

가설 3. 인지행동 집단 프로그램에 참가한 이혼 가정 아동들을 통제집단 아동에 비해 이혼자각이 향상될 것이고, 추후 측정에서도 변화가 유지될 것이다.

가설 4. 인지행동 집단 프로그램에 참가한 이혼 가정 아동들을 통제집단 아동에 비해 교사가 평정한 적응 문제가 향상될 것이고, 추후 측정에서도 변화가 유지될 것이다.

연구 방법

연구대상

본 연구의 대상은 부모의 이혼을 경험한 초등학교 4-6학년 남·여 아동으로 총 14명이다. 이들 중 7명은 '이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램'에 참여한 실험집단이며, 7명은 프로그램에 참여하지 않은 통제집단으로 구성되었다. 실험집단의 아동들은 4학년 3명(42.8%), 5학년 2명(28.6%), 6학년 2명(28.6%)으로, 이 중 남자는 4명(57.2%), 여자는 3명(42.8%)이었다. 이들의 동거부모는 7명 모두 어머니였으며, 부모의 이혼기간은 1-3년이 2명(28.6%), 4-6년이 3명(42.8%), 7-10년이 2명(28.6%)이었다. 이들 가정의 사회 경제적 수준은 기초생활수급권 가정이 4명(57.2%), 차상위 계층 가정이 3명(42.8%)을 차지하였다. 다음으로 통제집단의 아동들을 살펴보면, 4학년 2명(28.6%), 5학년 4명(57.2%), 6학년 1명(14.2%)으로, 이 중 남자는 2명(28.6%), 여자는 5명(71.4%)이었다. 이들의 동거부모는 아버지가 4명(57.2%), 어머니가 3명(42.8%)이었으며, 부모의 이혼기간은 1-3년이 2명(28.6%), 4-6년이 3명(42.8%), 7-10년이 2명(28.6%)이었다. 이들 가정의 사회 경제적 수준은 기초생활수급권 가정이 3명(42.8%), 차상위 계층 가정이 3명(42.8%), 일반 가정이 1명(14.3%)을 차지하였다. 실험집단과 통제집단 아동의 일반적 특성은 표 1과 같다.

평가도구

아동용 우울척도(Children's Depression Inventory, CDI).

Kovacs(1983)가 구성한 아동용 우울검사를 조수철과 이영식(1990)이 번안해 우리나라 초등학교 4~6학년을 대상으로 신뢰도 및 타당도 검증이 이루어진 한국형 아동용 우울 척도를 사용하였다. 아동 자신의 기분상태를 스스로 체크하는 자기보고식 평가로써, 세 가지 상황(0-2점) 중에 지난 2주일 동안 자신을 가장 잘 표현하는 것을 골라 표시하게 되어있다. 총 27개의 문항으로 구성되어 있으며, 0점에서 54점까지의 점수분포를 가질 수 있고, 점수가 높을수록 우울한 경향을 나타낸다. 한국형 CDI의 검사-재검사 신뢰도는 .82, 반분 신뢰도는 .71, 내적 일관성 계수는 .88로 본 척도의 신뢰도를 검증한 결과 Cronbach's α 계수는 .73으로 나타났다.

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과

<표 1> 참가자의 일반적 특성

인적사항	분류	실험집단(n=7)	통제집단(n=7)
학년	4학년	3	2
	5학년	2	4
	6학년	2	1
성별	남	4	2
	여	3	5
동거부모	부	0	4
	모	7	3
부모이혼기간	1-3년	2	2
	4-6년	3	3
	7-10년	2	2
경제수준	기초생활수급권	4	3
	차상위계층	3	3
	일반	0	1

자아존중감 검사

Coopersmith(1975)와 Pope, McChale와 Craighead(1988)의 연구를 참조하여 최보가와 전귀연(1993)이 우리나라 실정에 맞게 아동의 자아존중감을 측정할 수 있도록 개발한 것을 사용하였다. 최보가, 전귀연(1993)이 초등학교 4-6학년 및 중학교 1, 2학년 2,451명을 대상으로 하여 실시한 검사에서 구성타당도를 검증하기 위한 요인분석의 결과 4개의 요인이 명료하게 나타났다. 공인타당도는 Rosenberg의 SES와 Coopersmith의 SEI 간의 상관관계수 산출결과, .47-.78의 범위로 수용할만하였으며 신뢰도 Cronbach's α 계수는 .69-.84의 범위로 만족할 만한 수준으로 나타나, 비교적 신뢰롭고 타당한 도구임을 알 수 있다. 이 검사도구는 전체 32문항으로 구성되어 있고, Likert식 5점 척도이며 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 아동임을 의미한다.

이혼 지각 척도

Pedro-Carroll과 Cowen(1985), Smilansky(1992)가 사용한 척도 문항을 오은순(2001), 김경집(2004)이 우리나라 실정을 고려하여 번안, 내용 검증을 한 이혼 지각 척도를 사용하였다. 총 15문항, Likert식 4점 척도로 구성되어 있으며, 부모의 이혼에 자신이 얼마나 잘 적응하고 있는지에 대한 아동의 지각을 평가하는 것이다. 총점은 15점에서 60점의 분포를 나타내며, 점수가 높을수록 부모의 이혼으로 인한 가족의 변화에 좀 더 긍정적인 태도를 나타낸다고 할 수 있다. 그 내용은 이혼을 알리기, 재결합의 희망, 동료의 조롱, 자기 비난, 버려짐에 대한 불안,

부모 비난을 포함한다. 원 연구의 신뢰도 계수인 Cronbach's α 는 .73이었으며, 오은순(2001)의 연구에서 이 척도의 타당도를 나타내는 총점과의 상관은 .65-.97의 분포를 보였고 Cronbach's α 는 .74로 나타났다. 김경집(2004)의 연구에서는 Cronbach's α 는 .75로 나타났다.

교사용-아동평정척도

이혼가정 아동의 자기보고식 평가 외에 외현적으로 관찰되는 부분을 측정하기 위하여 아동을 가까이에서 지도하고 있는 교사를 통해 아동의 적응 정도를 평가하게 하였다. 평가를 위한 도구는 Hightower 외(1986)가 개발한 교사용-아동평가척도(T-CRS)를 김경집(2004)이 변안한 것을 사용하였다. 총 38문항이며 총점이 낮을수록 적응력이 향상된 것을 의미한다. 원 평가 척도의 신뢰도 계수인 Cronbach's α 는 중간값이 .91이고 .75에서 .95이며, 김경집(2004)의 연구에서는 .67에서 .93으로 나타났다.

인지행동 집단프로그램

선행연구에서 제시하는 이혼가정 아동을 위한 집단상담 프로그램의 구성내용(오은순, 2001; Pedro-Carroll & Alpert-Gillis, 1997; Pedro-Carroll & Cowen, 1985; Stolberg et al., 1982; Stolberg & Garrison, 1985)을 살펴본 결과, 이들 교육내용의 공통 구성요소는 가족구조 변화에 대한 이해, 결혼 및 이혼 개념 인식, 부모의 이혼으로 인한 분노 및 자책감 인식, 부모 이혼으로 인해 파생된 문제 해결 과정 학습 등으로 분류되었다(김경집, 2004). 본 연구의 인지행동 집단 프로그램은 선행연구들에서 도출된 구성요소를 반영하되 이혼으로 인한 정서적 어려움의 해소에만 초점을 두기보다는 이혼과 관련된 인지적 왜곡을 수정하고 현실을 수용할 수 있도록 돕는 인지행동적 접근을 보완하였다. 프로그램의 주요 구성요소는 이혼과 관련된 감정 인식 및 표현, 인지적 왜곡의 수정, 자아존중감 제고 및 자기수용을 포함하였다.

첫 번째 구성요소는 이혼과 관련된 감정을 인식하고 표현하는 것이다. 다양한 형태의 가족이 있음을 이해하고 각자 자신의 가족 형태를 수용하며, 이혼을 경험하면서 가족 안에서 느낀 감정을 표현함으로써 감정을 명료화·타당화할 수 있도록 한다. 두 번째 구성요소는 이혼과 관련된 인지적 재구조화이다. 이혼으로 인해 파생된 인지적 왜곡에 대해 알아보고, 이를 수정하여 이혼에 대한 바른 태도를 갖도록 한다. 또한, 특별한 가족 형태로 인해 발생하는 문제들에 대해 해결할 수 있는 문제는 문제해결기술을 적용하고, 해결할 수 없는 문제에 대해서는 보다 합리적으로 생각하고 받아들일 수 있도록 한다. 세 번째 구성요소로는 나와 가족의 장점을 발견하는 것이다. 자신과 가족의 특별한 점과 장점에 대해 탐색하는 시간을 갖고 그와 더불어 주변의 지지체계망을 확인한다. 네 번째 구성요소로는 자신의 전체적인 모습에 대한 수용을 하는 것이다. 삶에서 가장 큰 영향을 미치는 가족의 중요성, 그 안에서 자연스럽게

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과

게 생기는 감정에 대한 인식, 나와 타인의 장점에 대한 탐색, 인지적 왜곡의 수정 과정을 거치며 돌아본 자신의 모습을 정리하고 받아들이는 시간을 갖는다. 이러한 과정을 통해 이혼으로 인해 가졌던 우울감, 낮은 자아존중감과 부모이혼에 대한 왜곡된 지각 등을 긍정적인 방향으로 변화시켜 감으로써 부모의 이혼에 보다 유연하게 대처할 수 있도록 돕고자 한다.

본 프로그램은 집단상담 형식으로 진행되었고, 회기당 70분, 10회기를 진행하였다. 각 회기는 위밍업, 본 활동, 소감 나누기 및 평가의 3단계로 구성되었다. 위밍업 단계에서는 지난 회기 회상 및 자신의 감정 알아차리기를 통하여 각 회기 간의 연결고리를 만들도록 하였다. 또한 본 활동과 관련된 간단한 놀이 활동을 통하여 프로그램에 대한 준비를 하였다. 본 활동에서는 이혼가정 아동의 우울감 감소, 자아존중감 향상, 부모이혼지각의 긍정적 변화를 촉진하기 위한 다양한 활동을 하였는데, 아동의 인지적 능력을 고려하여 활동지나 놀이를 활용하여 자신의 감정과 생각을 정리할 수 있도록 하였다. 마지막 소감 나누기 및 평가에서는 각 회기에 대한 만족도, 좋았던 활동과 좋지 않았던 활동에 대해 적고 이야기를 나눔으로써 프로그램을 평가하는 시간을 가졌다. 프로그램 각각의 구성요소와 회기별 내용은 연구자가 구성한 뒤, 임상심리 전공 교수 1인의 자문을 통해 수정·보완하였으며 구체적인 내용은 표 2에 제시하였다.

연구절차

본 연구의 참여자를 모집하기 위해 대전시의 초등학교와 지역아동센터를 중심으로 전화와 내방을 통해 프로그램에 참여할 4~6학년 아동이 있는지를 확인하였다. 이혼가정 아동을 대상으로 하는 프로그램 효과를 검증한 선행연구들을 보면 실험집단과 통제집단을 합하여 총 10명~15명 정도를(서문영, 2007; 김경집, 2004) 대상으로 하거나 통제집단 없이 실험집단에만 3~4명(김경원, 2003; 김은영, 2004), 10명(주소희, 2002)을 배정하는 등 연구 참여자 수가 지나치게 적다는 점이 한계점으로 지적된 바, 본 연구에서는 이를 보완하고자 최대한 많은 인원을 확보하려고 노력하였다. 그러나, 연구 대상자의 특성상 부모와 아동 모두 자신의 상황이 겉으로 드러나는 것을 꺼려하여 인원 확보에 어려움이 있어 최종적으로 14명이 모집되었다. 먼저 아동에게 구두로 희망 여부를 조사하였고 희망자에 한하여 부모와의 전화통화를 통하여 동의를 얻었으며 실험집단은 지역아동센터에 등록되어 있는 부모의 이혼을 경험한 아동 중 본 프로그램에 참여하기를 희망하는 아동 7명, 통제집단은 같은 지역 내 초등학교의 사회사업실을 통하여 모집된 아동 7명으로 구성하였다. 프로그램 시작 전 실험·통제집단 모두 사전검사를 실시하였는데 아동 자신의 평가와 더불어, 아동이 다니고 있는 지역아동센터의 담당 교사 또는 아동의 학교 담임 교사를 통한 교사 평가를 실시하였다. 실험집단에는 주 2회, 10회기 프로그램을 실시하였고 본 연구자가 주 진행자가 되고 프로그램 중에 보이는 아동의

개별적 특성을 관찰하기 위해 석사 과정생이 보조 진행자로 참여하였다. 프로그램 마지막 날 실험·통제집단 모두 사후검사를 실시하였으며, 프로그램 종료 4주 후에 추후검사를 실시하여 프로그램 효과의 지속성을 평가하였다.

<표 2> 프로그램 구성 내용

단계	회기	목표	주요 활동내용
초기	1	친밀감 형성 집단의 목적 이해하기	프로그램 소개 및 서약서 작성 별칭 짓기 짜꿍 인터뷰 및 소개하기
	2		다양한 가족 형태 나의 가족 모습 찾기 나의 가족 소개하기
	3	이혼과 관련된 감정인식 및 표현	죄책감, 분노 등 부모의 이혼과 관련된 다양한 감정 다루기 감정 카드 놀이
	4		정서와 사고의 연결 이해하기 내 인생의 주요 사건(부모의 이혼)과 감정에 대해 신문으로 만들고 소개하기
중기	5		문제해결기술 6단계 이해하기 부모 이혼 후의 문제에 문제해결기술 적용하기
	6	이혼과 관련된 인지적 이해 및 인지 재구조화	내가 해결할 수 있는 문제와 해결할 수 없는 문제를 구분하고 나만의 문제해결방법 찾아보기 이혼에 대한 인지적 이해
	7		가족 안에서 경험한 부정적 감정에 대한 내 생각 찾기 나에 대한 믿음 탐색하고 검증하기
	8		특별한 존재로서의 나를 확인하고 장점 찾기 내 가족의 특별한 점 나누기
	9	자아존중감 제고	내 주변의 지지 자원 확인하기
말기	10	자기수용 및 종결	1-9회기 평가시간 갖기 나에게 쓰는 편지 스티커 시상 및 수료증 수여
			프로그램 종결 4주 후, 추후 모임 - 추후검사 실시
추후모임		종결 후 일상생활 점검	

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과

결 과

실험 집단과 통제 집단의 사전 동질성 검증

이혼가정 아동을 위한 인지치료 집단상담 프로그램을 실시하기 전에 실험집단과 통제집단의 동질성을 알아보기 위하여 사전검사에 사용한 모든 척도에 대해 집단 간 평균치의 차이 검증을 실시하였다. 그 결과 표 3에 제시한 바와 같이 사전검사의 우울감, 자아존중감, 부모이혼지각, 교사의 아동 평가 모두에서 집단 간 평균 차이는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 따라서 실험-통제 두 집단은 동질한 것으로 판단할 수 있다.

<표 3> 집단 간 사전 검사 비교

척도	집단	M(SD)	평균 순위	순위 합	Mann-Whitney U	Z
우울감	실험(n=7)	13.29(5.68)	7.57	53.00	24.00	-.06(n.s)
	통제(n=7)	12.71(5.59)	7.43	52.00		
자아존중감	실험(n=7)	109.00(15.48)	6.93	48.50	20.50	-.51(n.s)
	통제(n=7)	111.43(14.00)	8.07	56.50		
부모이혼지각	실험(n=7)	41.29(4.99)	6.86	48.00	20.00	-.58(n.s)
	통제(n=7)	42.86(4.14)	8.14	57.00		
교사용 아동평정척도	실험(n=7)	98.86(15.42)	7.79	54.50	22.50	-.26(n.s)
	통제(n=7)	94.86(20.28)	7.21	50.50		

실험 및 통제집단 내 사전-사후-추후 검사 비교

실험집단과 통제집단 내 우울감, 자아존중감, 부모이혼지각 및 교사의 아동 평가의 사전-사후, 사전-추후, 사후-추후 검사 차이를 알아보기 위해 Wilcoxon 부호순위 검증을 실시하였고, 실험집단과 통제집단의 사전-사후-추후 검사의 평균과 표준편차는 표 4에 제시되었다. 통계적 검증을 실시한 결과를 살펴보면, 표 5에 제시된 바와 같이 우울감의 경우 통제집단에서는 유의미한 변화가 나타나지 않은 반면, 실험집단의 사전-사후 우울감 점수의 감소가 유의미함을 알 수 있다($Z=-1.78, p<.10$). 또한 4주 후의 추후검사를 통한 본 프로그램의 지속적인 영향력을 측정한 결과, 사후-추후 검사 간의 결과도 유의한 변화를 나타냈다($Z=-1.73, p<.10$)

<표 4> 실험집단과 통제집단의 사전-사후-추후 검사의 평균

구분	집단	사전 M(SD)	사후 M(SD)	추후 M(SD)
우울감	실험집단(n=7)	13.29(5.68)	9.29(4.46)	8.00(5.45)
	통제집단(n=7)	12.71(5.59)	12.00(8.56)	12.14(8.42)
자아존중감	실험집단(n=7)	109.00(15.48)	122.43(17.07)	123.86(18.16)
	통제집단(n=7)	111.43(14.09)	112.43(16.94)	116.29(21.36)
부모이혼지각	실험집단(n=7)	41.29(4.99)	44.00(5.89)	46.00(5.54)
	통제집단(n=7)	42.86(4.14)	41.00(4.58)	41.86(5.40)
교사용 아동지각척도	실험집단(n=7)	98.86(15.42)	79.86(23.91)	72.86(21.31)
	통제집단(n=7)	94.86(20.28)	102.86(19.74)	95.29(21.05)

<표 5> 실험집단과 통제집단 내의 우울감 사전-사후-추후 검증 결과

집단	측정시기	음의 순위			양의 순위			동률	Z
		N	평균 순위	순위 합	N	평균 순위	순위 합		
실험 (n=7)	사전-사후	5 ^a	3.80	19.00	1 ^b	2.00	2.00	1 ^c	-1.78*
	사전-추후	6 ^d	3.50	21.00	0 ^e	.00	.00	1 ^f	-2.21**
	사후-추후	5 ^g	3.70	18.50	1 ^h	2.50	2.50	1 ⁱ	-1.73*
통제 (n=7)	사전-사후	3 ^a	4.83	14.50	4 ^b	3.38	13.50	0 ^c	-.09
	사전-추후	4 ^d	3.75	15.00	3 ^e	4.33	13.00	0 ^f	-.17
	사후-추후	1 ^g	4.00	4.00	3 ^h	2.00	6.00	3 ⁱ	-.37

* $p < .10$ ** $p < .05$

a 사전>사후 b 사전<사후 c 사전=사후 d 사전>추후 e 사전<추후
f 사전=추후 g 사후>추후 h 사후<추후 i 사후=추후

자아존중감의 경우에도 통제집단에서는 유의미한 변화가 나타나지 않았고, 실험집단의 사전-사후 검증 결과에서는 유의미한 향상이 있음을 알 수 있었다($Z = -2.38, p < .05$). 또한 4주 후의 추후검사를 통한 본 프로그램의 지속적인 영향력을 측정한 결과, 프로그램 사후의 효과가 4주 후에도 그대로 유지되고 있음을 알 수 있었다.

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과

<표 6> 실험집단과 통제집단 내의 자아존중감 사전-사후-추후 검증 결과

집단	측정시기	음의 순위			양의 순위			동률	Z
		N	평균 순위	순위 합	N	평균 순위	순위 합		
실험 (n=7)	사전-사후	0 ^a	.00	.00	7 ^b	4.00	28.00	0 ^c	-2.38**
	사전-추후	0 ^d	.00	.00	7 ^e	4.00	28.00	0 ^f	-2.37**
	사후-추후	3 ^g	3.17	9.50	4 ^h	4.63	18.50	0 ⁱ	-.76
통제 (n=7)	사전-사후	2 ^a	4.00	8.00	4 ^b	3.25	13.00	1 ^c	-.53
	사전-추후	2 ^d	3.50	7.00	4 ^e	3.50	14.00	1 ^f	-.73
	사후-추후	1 ^g	5.00	5.00	5 ^h	3.20	16.00	1 ⁱ	-1.15

*p<.10 **p<.05

a 사전>사후
f 사전=추후

b 사전<사후
g 사후>추후

c 사전=사후
h 사후<추후

d 사전>추후
i 사후=추후

e 사전<추후

<표 7> 실험집단과 통제집단의 부모이혼지각 사전-사후-추후 검증 결과

집단	측정시기	음의 순위			양의 순위			동률	Z
		N	평균 순위	순위 합	N	평균 순위	순위 합		
실험 (n=7)	사전-사후	1 ^a	3.00	3.00	6 ^b	4.17	25.00	0 ^c	-1.87*
	사전-추후	0 ^d	.00	.00	7 ^e	4.00	28.00	0 ^f	-2.41**
	사후-추후	0 ^g	.00	.00	6 ^h	3.50	21.00	1 ⁱ	-2.26**
통제 (n=7)	사전-사후	4 ^a	4.50	18.00	2 ^b	1.50	3.00	1 ^c	-1.58
	사전-추후	4 ^d	3.50	14.00	2 ^e	3.50	7.00	1 ^f	-.74
	사후-추후	5 ^g	3.00	15.00	2 ^h	6.50	13.00	0 ⁱ	-.17

*p<.10 **p<.05

a 사전>사후
사전=추후

b 사전<사후
g 사후>추후

c 사전=사후
h 사후<추후

d 사전>추후
i 사후=추후

e 사전<추후

f

<표 8> 실험집단과 통제집단의 교사용-아동평정척도 사전-사후-추후 검증 결과

집단	측정시기	음의 순위			양의 순위			동률	Z
		N	평균 순위	순위 합	N	평균순위	순위 합		
실험 (n=7)	사전-사후	6 ^a	4.50	27.00	1 ^b	1.00	1.00	0 ^c	-2.20**
	사전-추후	7 ^d	4.00	28.00	0 ^e	.00	.00	0 ^f	-2.37**
	사후-추후	5 ^g	5.00	25.00	2 ^h	1.50	3.00	0 ⁱ	-1.86*
통제 (n=7)	사전-사후	2 ^a	3.50	7.00	5 ^b	4.20	21.00	0 ^c	-1.18
	사전-추후	5 ^d	3.10	15.50	2 ^e	6.25	12.50	0 ^f	-.25
	사후-추후	5 ^g	5.00	25.00	2 ^h	1.50	3.00	0 ⁱ	-1.86*

* $p < .10$ ** $p < .05$

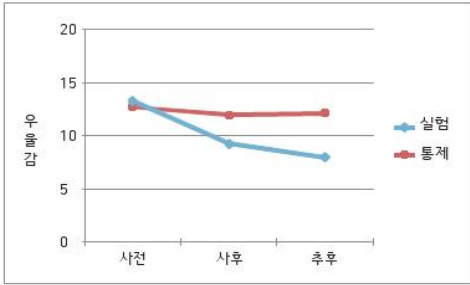
a 사전>사후 b 사전<사후 c 사전=사후 d 사전>추후 e 사전<추후
f 사전=추후 g 사후>추후 h 사후<추후 i 사후=추후

부모이혼지각에 대한 통계적 검증을 실시한 결과는 통제집단에서는 유의미한 변화가 나타나지 않았고 실험집단의 사전-사후 부모이혼지각 점수에서는 유의미한 변화가 나타났음을 보여준다($Z = -1.87, p < .10$). 또한 4주 후의 추후검사를 통한 본 프로그램의 지속적인 영향력을 측정된 결과, 사후-추후 부모이혼지각 점수에서 유의미한 향상이 나타나($Z = -2.26, p < .05$) 프로그램이 끝난 4주 후에 프로그램 사후보다 더 긍정적인 변화가 나타났음을 알 수 있었다. 이러한 결과는 표 6와 표 7에 각각 제시되어있다.

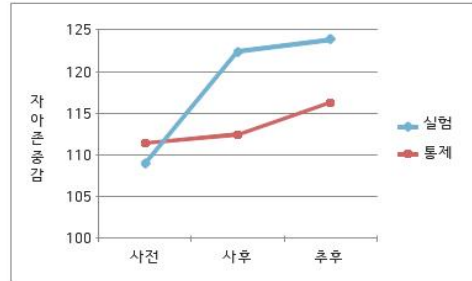
교사용 아동평정점수에 대한 검증 결과, 통제집단의 사전-사후, 사전-추후 검사에서는 유의미한 변화가 나타나지 않았다. 그러나, 사후-추후 검사에 대해서는 유의미한 결과가 나왔는데 ($Z = -1.86, p < .10$), 이는 사후검사에서 점수가 큰 폭으로 상승한 것에 대한 결과로 보이며 본 연구의 영향력과는 관련 없는 것으로 판단된다. 실험집단의 사전-사후 교사의 아동평가 점수를 검증한 결과, 교사용-아동평정척도 점수가 유의미하게 감소하였고($Z = -2.20, p < .05$), 사후-추후 점수 비교에서는 통계적으로 유의미한 결과가 나타나($Z = -1.86, p < .10$) 프로그램이 끝난 4주 후에 더욱 긍정적인 영향이 나타났다.

측정시기별 우울감, 자아존중감, 부모이혼지각, 교사용-아동평정 점수의 변화를 그래프로 나타내면, 그림 1, 2, 3, 4와 같다.

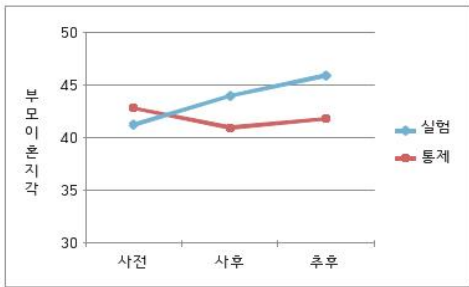
이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과



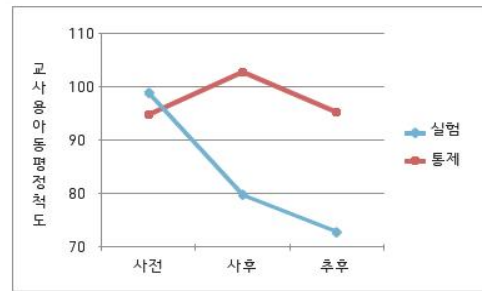
[그림 1] 우울감 시기별 평균변화



[그림 2] 자아존중감 시기별 평균변화



[그림 3] 부모이혼지각 시기별 평균변화



[그림 4] 교사용-아동평정 시기별 평균변화

실험 및 통제집단 간 사후, 추후 검사 비교

실험집단과 통제집단간의 사후, 추후 검사 차이검증을 위해 Mann-Whitney U 검증을 실시하였고 그 결과는 표 9, 10에 제시하였다. 검증 결과, 실험집단과 통제집단간 사후 검사 비교에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 또한, 실험집단과 통제집단간 추후 검사비교에서는 교사용 아동평정점수에서만 유의미한 차이가 나타났다($Z=-1.67, p<.10$).

<표 9> 실험집단과 통제집단간 사후 검사 비교

구분	집단	M(SD)	평균순위	순위합	Mann Whitney U	Z
우울감	실험집단(n=7)	9.29(4.46)	7.00	49.00	21.00	-.45
	통제집단(n=7)	12.00(8.56)	8.00	56.00		
자아존중감	실험집단(n=7)	122.43(17.07)	8.93	62.50	14.50	-1.28
	통제집단(n=7)	112.42(16.94)	6.07	42.50		
부모이혼지각	실험집단(n=7)	44.00(5.89)	8.86	62.00	15.00	-1.22
	통제집단(n=7)	41.00(4.58)	6.14	43.00		
교사용 아동평정척도	실험집단(n=7)	79.86(23.91)	5.71	40.00	12.00	-1.60
	통제집단(n=7)	102.86(19.74)	9.29	65.00		

* $p<.10$

<표 10> 실험집단과 통제집단간 추후 검사 비교

척도	집단	M(SD)	평균순위	순위합	Mann Whitney U	Z
우울감	실험집단(n=7)	8.00(5.45)	6.36	44.50	16.50	-1.03
	통제집단(n=7)	12.14(8.41)	8.64	60.50		
자아존중감	실험집단(n=7)	123.86(18.16)	8.43	59.00	18.00	-.84
	통제집단(n=7)	116.29(21.36)	6.57	46.00		
부모이혼지각	실험집단(n=7)	46.00(5.54)	9.07	63.50	13.50	-1.41
	통제집단(n=7)	41.86(5.40)	5.93	41.50		
교사용	실험집단(n=7)	72.86(21.31)	5.64	39.50	11.50	-1.67*
아동평정척도	통제집단(n=7)	95.29(21.05)	9.36	65.50		

* $p < .10$

논 의

본 연구에서는 부모의 이혼을 경험한 초등학교 4·6학년 아동을 대상으로 아동의 우울감 감소, 자아존중감 향상 및 부모이혼지각의 긍정적 변화를 돕기 위해 인지행동 집단 프로그램을 적용하여 그 효과를 검증하고자 하였다. 주요 결과를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 인지행동 집단 프로그램에 참가한 아동은 참가 전에 비해 사후·추후 우울감이 유의미하게 감소하였다. 이 결과는 인지행동 기법을 활용한 부모 이혼 후 적응 프로그램을 통해 우울감의 감소를 보인 성지희(2006)의 연구결과와 일치하는 결과이다. 인지행동치료의 핵심적인 요소 중 하나는 정서를 잘 조절하도록 해주는 것임을 감안할 때, 본 프로그램에서 이혼과 관련된 왜곡된 사고를 수정하고 긍정적인 자기 지각을 재구성한 것이 우울감의 감소에 도움이 된 것으로 보여진다. 특히, 이혼을 자신 때문이라고 생각하는 '나와 관련된 것' 오류를 외적 요인으로 재귀인하여 수정하고 불필요한 자책감에 벗어나는 과정은 아동의 우울감 감소에 기여했을 것으로 여겨진다. 또한, 프로그램 참가 후 유의미하게 경감된 우울감은 4주 후 추후 검사에서는 더 낮아졌는데 이는 한 번 습득된 기술을 치료 이후에도 반복 적용할 수 있다는 인지행동치료의 특성을 반영한 결과라 여겨진다. 사회적 역할 훈련을 강조한 프로그램을 실시하였으나 우울감의 변화가 나타나지 않았던 선행연구(Roseby & Deutsch, 1985) 결과 및 우울감과 같은 내면화 증상은 겉으로 잘 드러나지 않아 조기 개입에 한계가 있는데다가 아동기 우울의 예후가 그다지 긍정적이지 않다는 점을 감안한다면 본 프로그램을 통해 이혼 가정 아동의 우울감이 경감될 수 있었던 것은 의미있는 결과라 생각된다. 그러나, 통제집단과의 비교에서는 유의미한 차이를 나타내지 않아 추후연구에서는 이에 대한 검증이 필요하다.

둘째, 인지행동 집단 프로그램에 참가한 아동은 참가 전에 비해 사후·추후 자아존중감이

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과

유의미하게 감소하였다. 이는 이혼가정 아동의 개입프로그램을 10주간 실시하였을 때 자기능력감에 변화가 없었던 선행연구와는 상반된 결과(Pedro-Carroll & Cowen, 1985)이자, 이혼 후 적응 프로그램을 통해 자아존중감이 향상될 수 있다고 보고한 주소희(2002), 성지희(2006)의 연구 결과와는 일치하는 것으로, 이혼과 관련된 자신의 감정에 대한 자유로운 표출의 경험과 더불어 부모의 이혼과 자신의 삶을 적절히 분리하여 생각할 수 있게 되고, 이혼 후의 현실적인 변화들에 대처할 수 있는 사회기술들을 습득한 것, 문제 해결 기술의 각 단계를 함께 짚어보며 해결해봄으로써 성취감을 느낀 것, 그 과정에서 집단원과 치료자의 지지를 받으며 안정된 구조 속에서 성공 경험을 할 수 있었던 것이 아동들의 자아존중감 향상에 기여한 것으로 여겨진다. 이는 인지행동적 접근이 현실적으로 당면하는 문제들을 다루는데 필요한 대처 기술을 증진시킴으로써 자아존중감의 향상에 긍정적인 영향을 미친다는 선행연구 결과에 의해서도 뒷받침이 된다(신수나, 2003; 양선미, 2005). 또한, 자아존중감의 향상된 정도는 추후 검사에서도 유지되어 장기적으로도 본 프로그램의 효과가 안정적으로 유지되는 것으로 나타났다. 한 아동은 프로그램의 초반에는 이혼가정이라는 것을 밝히기 꺼려하였지만 점차 이혼으로 인해 파생된 양육모와 조모에 대한 분노의 감정을 표현하면서 결과적으로 자신의 가족의 모습을 인정하기 시작하였고, 떨어져 살고 있는 아버지를 만나는 과제를 성공적으로 성취하면서 자신감을 되찾는 경험을 하기도 하였다. 그러나, 통제집단과의 비교에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았는데, 유사한 결과가 나타났던 선행연구(김윤정, 2006; 성지희, 2006)에서도 통제집단 없이 실험집단 내 변화만을 측정만 한 것이어서 추후 보다 엄격한 검증이 필요할 것이다.

셋째, 인지행동 집단 프로그램에 참가한 아동은 참가 전에 비해 사후·추후 부모이혼지각이 유의미하게 상승하였다. 부모이혼지각의 평가요소는 부모이혼의 공개, 부모의 재결합 가능성, 자책감 등이 포함되는데, 프로그램 내에서 가족구조의 변화 및 이혼의 원인에 대해 이해하도록 돕고 재결합 가능성에 대한 현실적인 기대를 갖는 과정을 거친 것이 이혼에 대한 태도에 영향을 미친 것으로 보인다. 부모의 이혼에 대해 적절히 표현할 기회가 부족했던 아동들이 안전한 장소에서 자신의 가족 이야기를 나누면서 부모 이혼의 지속성과 부모 이혼으로 인한 변화를 인정하게 되고, 아동이 해결할 수 있는 일과 그렇지 않은 일을 구별함으로써 한계를 수용하게 된 부분도 도움이 된 것으로 판단된다. 이는 여러 선행연구들(Botha & Wild, 2013; Pedro-Carroll & Cowen, 1985; 오은순, 2001; 주소희, 2002; 김경집, 2004; 이경림, 2009)에서도 출하였던 부모이혼지각의 변화와 맥을 같이 한다. 학령기 이전이나 초등학교 저학년 아동과 달리, 초등학교 고학년 아동들은 부모의 이혼 동기와 감정을 나름대로 추론하고 부모 이혼에 대해 인지적으로 이해할 수 있는 능력이 발달해 있다. 그러나, 인지적으로 이해한다고 해서 곧 이를 수용할 수 있다는 것은 아니며 이해에 진전이 있어도 여전히 부정적인 감정이 지속될 수 있음을 감안할 때, 본 프로그램을 통해서 이혼에 대한 오해와 왜곡된 사고에 대해

서 점검함과 동시에 현실을 받아들이고 수용할 수 있는 과정을 거친 것은 부모이혼지각에서의 변화와 더불어 우울 및 자존감에서의 긍정적 변화에 도움이 된 것으로 여겨진다. 그러나, 역시 통제집단과의 비교에서는 유의미한 결과를 도출하지 못하였다.

넷째, 인지행동 집단 프로그램에 참가한 아동은 참가 전에 비해 교사의 평가에서 사후·추후 유의미한 긍정적인 결과를 나타냈다. 또한, 통제집단과의 추후 비교에서도 유의미한 차이가 나타났다. 교사의 평가에 의하면 아동의 의기소침하고 예민하며 긴장되어 있는 정도가 감소되고 또래 교제 기술, 감정 표현이 증가하였다. 이는 프로그램 중 적절한 감정표현의 연습, 애도의 과정, 문제해결기술 습득 등이 아동의 변화를 이끌고 아동을 가장 가까이에서 지켜보고 충분히 많은 시간을 보내는 교사에게도 관찰되었다는 것을 의미한다. 특히, 아동이 자기보고식으로 평정한 우울감, 자아존중감, 부모이혼지각에서는 집단간 유의미한 차이가 나타나지 않았지만, 외부에서 객관적으로 관찰한 교사의 평가에서는 실험집단과 통제집단 간 아동의 적응정도에 유의미한 차이가 나타나, 프로그램의 효과를 검증할 때 다양한 평가 방법을 마련하는 것이 중요함을 확인할 수 있다. 이렇게 아동과 교사의 평가에 차이가 나타난 것은 아동이 스스로의 변화를 충분히 자각하기에는 프로그램의 기간이 짧았고 자신의 감정과 생각을 객관적인 입장에서 평가하는 능력이 상대적으로 부족하기 때문일 수 있다. 한편, 실험집단과 통제집단의 아동들이 각각 지역아동센터와 초등학교에서 모집되었기 때문에 평정한 교사의 관점과 관찰한 정도에 차이가 있을 수 있고 연구 참가자의 수가 너무 적어서 결과에 대한 정확한 해석을 위해서는 추후 연구를 통해 재검증이 필요해보인다.

본 연구의 한계점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 대상자를 모집하고 선정하는 데에 있어 한계가 있었고 적은 표본수로 인해 연구 결과를 일반화하는데 제한이 있다. 추후 연구에서는 충분한 수의 아동을 대상으로 하여 프로그램의 효과를 검증할 필요가 있겠다. 둘째, 본 연구에서는 효과성을 측정하기 위해 아동의 자기보고식 평가, 교사의 아동 평가 두 부분으로 나누어 검증하였는데, 이와 더불어 가족 내에서의 변화를 파악하기 위해 부모의 아동 평가 척도를 추가할 필요가 있을 것으로 보인다. 또한 부모에 대한 개입도 함께 진행하여 프로그램에서 아동이 익힌 내용들을 가족 안에서도 적용해 보면서 확대해갈 수 있도록 연계하는 방안도 필요할 것으로 생각된다. 셋째, 이혼가정 아동이라고 해도 이혼 사유 및 동거부모의 성별, 생활 환경 등에 따라 아동의 특징이 다양할 수 있다. 특히, 본 연구에서는 실험집단과 통제집단 아동이 각각 지역아동센터와 초등학교에서 모집되었는데 사전 검사 점수에 대한 실험집단과 통제집단 간 동질성을 확인하기는 하였으나, 미처 통제하지 못한 변인들이 개입되었을 가능성을 배제할 수 없다. 따라서, 추후 연구에서는 아동의 특성을 고려하여 집단을 구성하는 동시에 실험집단과 통제집단 아동의 동질성을 더 엄격하게 확보하여 효과를 검증할 필요가 있을 것이다. 넷째, 집단내 비교에서는 유의미한 결과가 도출되었으나 집단간 비교에서는 유의미한 결과가 나타나지 않아 본 프로그램의 효과를 충분히 검증하

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과

지 못하였다. 추후 연구에서는 프로그램의 효과를 보다 철저히 검증할 필요가 있을 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 우리나라의 정서상 개입하기 어려운 이혼가정 아동을 대상으로 프로그램을 실시하여 효과를 검증한 점이다. 이혼가정 아동을 대상으로 한 조기 개입이 청소년기의 정신건강과 적응에까지 영향을 미치는지에 대한 추적 연구는 거의 이루어지지 않았는데, 그 중 Wolchik 외(2002)의 연구에서는 조기 개입 프로그램에 참가했던 이혼 가정 아동에 대해 6년 후 청소년기에 추적조사를 했을 때, 프로그램 참가 아동이 비참가 아동에 비해 청소년기 때 더 적은 정신건강 문제, 알콜문제 및 외현화 문제를 보인 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과를 감안하면, 본 연구에서 이혼 가정 아동에 대한 조기 개입을 시도하고 그 효과를 검증하여 이를 확산할 수 있는 기초 자료를 제공한 점은 매우 의미있는 부분이라 할 수 있다. 둘째, 여러 선행연구에서 방법론적 한계점으로 나타났던 부분을 보완하고자 했다는 점이다. 결과적으로 통계적으로 충분히 유의미한 결과를 도출하지는 못했으나, 본 연구에서는 프로그램에 참여하는 실험집단과 함께 무처치 통제집단을 둬으로써 프로그램의 효과성을 프로그램에 참여하지 않은 아동 집단과 비교하였고 추후평가를 실시하여 본 프로그램의 효과가 지속성이 있는지를 검증하고자 시도하였다.

참고문헌

- 고윤정 (2010). 인지행동독서치료 프로그램이 저소득층 한부모가정 중학생의 우울과 사회적 기술에 미치는 효과. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 김경원 (2003). '만화치료'가 이혼가정 아동의 사회적 상호작용 및 사회적 기능 향상에 미치는 영향. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 김경집 (2004). 이혼가정 아동을 위한 학교 집단상담 프로그램 개발 연구. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 김남숙 (1993). 부모의 이혼이 청소년 자녀에게 미치는 영향. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 김민경 (2003). 집단미술치료가 이혼가정 아동의 학교적응에 미치는 효과. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 김숙자 (2002). 부모의 이혼과 청소년 자녀의 우울 및 심리사회성숙도 간의 관계. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김은영 (2003). 집단미술치료가 이혼가정 아동의 자아존중감과 사회성에 미치는 효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김윤정 (2006). 이혼가정자녀를 위한 집단 상담 프로그램의 효과성에 관한 연구 - 자아존중감, 사회성 및 이혼에 대한 감정변화를 중심으로. 건국대학교 대학원 석사학위논문.

- 서문영 (2007). 집단놀이치료에 의한 이혼가정 아동의 심리·사회적 적응에 관한 연구 - 자아존중감, 정서적 부적응과 이혼지각 중심으로. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 성지희 (2006). 이혼 가정 청소년의 심리, 사회적 적응을 위한 학교 기반 집단개입 프로그램 연구. 학교사회복지, 11, 85-115.
- 신수나 (2003). 인지행동 집단상담 프로그램이 초등학교 아동의 부적응 행동 및 자아존중감에 미치는 효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 양선미 (2005). 놀이중심의 인지행동치료 프로그램이 이혼가정 아동의 부모이혼에 대한 지각에 미치는 영향. 대구대학교 재활과학대학원 석사학위논문.
- 오은순 (2001). 이혼가정 아동의 적응을 위한 학교중심 집단상담 프로그램 개발. 열린교육연구, 9(1), 19-45.
- 이경림 (2009). 이혼가정 아동을 위한 심리개입 프로그램의 효과 검증. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 조성희 (2007). 놀이중심의 이혼가정 적응프로그램이 부모 이혼에 대한 지각에 미치는 효과 - 동화의 치료적 요인을 활용하여. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 조수철, 이영식 (1990). 한국형 소아 우울 척도의 개발. 신경정신의학, 29(4), 943-955.
- 주소희 (2002). 이혼가정자녀의 부모 이혼 후 심리사회적응을 위한 프로그램 개발 및 효과성 연구. 한국가족복지학, 9, 77-106.
- 진정민 (2011). 이혼가정 자녀의 적응을 위한 집단상담 프로그램 분석. 대구교육대학교 대학원 석사학위논문.
- 최보가, 전귀연 (1993). 자아존중감 척도 개발에 관한 연구. 대한가정학회지, 31(2), 41-54.
- 통계청 (2012). 발생기준 이혼수. <http://kostat.go.kr>에서 검색.
- Alpert-Gillis, J. J., Pedro-Carroll, J. L., & Cowen, E. L. (1989). The children of divorce intervention program: Development, implementation, and evaluation of a program for young urban children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57*(5), 583-589.
- Amato, P. R. (2005). The impact of family formation change on the cognitive, social and emotional well-being of the next generation. *The future of Children, 15*, 75-96.
- Amato, P. R., Kane, J. B., & James, S. (2011). Reconsidering the "good divorce". *Family Relations, 60*, 511-524.
- Botha, C. J., & Wild, L. G. (2013). Evaluation of a school-based intervention programme for South African children of divorce. *Journal of Child and Adolescent Mental Health, 25*(1), 81-91.
- Coopersmith, S. (1975). *Coopersmith's Self-Inventory*. S. F.: Self-Esteem Institute.
- Gardner, R. A. (1976). *Psychotherapy with children of divorce*. (박영희, 석말숙, 운명숙 공역).

이혼가정 아동을 위한 인지행동 집단 프로그램이 우울감, 자존감, 부모이혼지각에 미치는 효과

이혼가정 자녀를 위한 심리치료). 서울: 양서원.

- Graham, A. (2004). Life is like the seasons: responding to change, loss and grief through a peer-based education program. *Childhood Education, 80*, 18-27.
- Hetherington, E. M. (1993). An overview of the virginia longitudinal study of divorce and remarriage with a focus on early adolescence. *Journal of Family Psychology, 7*, 39-56.
- Hightower, A. D., Work, W. C., Cowen, E. L., Lotyczewski, B. S., Spinell, A. P., Guare, J. C., & Rohrbeck, C. A. (1986). The Teacher-Child Rating Scale: A brief objective measure of elementary children's school problem behaviors and competencies. *School Psychology Review, 15*, 393-409.
- Kovacs, M. (1983). *The Children's Depression Inventory: A Self-rated Depression Scale for School aged Youngsters*. Unpublished Manuscript, University of Pittsburg, 1983.
- Lansford, J. E. (2009). Parental divorce and children's adjustment. *Perspectives on Psychological Science, 4*, 140-152.
- Pedro-Carroll, J. L., & Alpert-Gillis, L. J. (1997). Preventive interventions for children of divorce: A developmental model for 5 and 6 year old children. *The Journal of Primary Prevention, 18*(1), 5-23.
- Pedro-Carroll, J. L., & Cowen, E. L. (1985). The children of divorce intervention program: An investigation of the efficacy of a school-based prevention program. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 53*(5), 603-611.
- Pedro-Carroll, J. L., Cowen, E. L., Hightower, A. D., & Guare, J. C. (1986). Preventive intervention with latency-aged children of divorce: A replication study. *American Journal of Community Psychology, 14*(3), 277-290.
- Pope, A. W., McChale, S. M., & Craighead, W. E. (1988). *Self-esteem enhancement with children and adolescents*. New York, Pergamon Press.
- Roseby, V., & Deutsch, D. (1985). Children of separation and divorce: Effects of a social role taking group intervention on fourth and fifth graders. *Journal of Clinical Child Psychology, 14*(1), 55-60.
- Smilansky, S. (1992). *Children of Divorce: the Role of School and Family*. MD; BJE Press .
- Stolberg, A. L., Cullen, P. M., & Garrison, K. M. (1982). The divorce adjustment project: Preventive programming for children of divorce. *Journal of preventive psychiatry, 3*(1), 111-124.
- Stolberg, A. L., & Garrison, K. M. (1985). Evaluating a primary prevention program for children of divorce: The Divorce adjustment project. *American Journal of community*

psychology, 13(2), 111-124.

Wallerstein, J., & Kelly, J. (1980). *Surviving the breakup: How children and parents cope with divorce*. New York: Basic Books.

Wolchik, S. A., & Sandler, D. (2002). Fear abandonment as mediator of the relation between divorce stressors and mother-child relationship quality and children's adjustment problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 30, 401-419.

Wolchik, S. A., Sandler, D., Millsap, R. E., Plummer, B. A., Greene, S. M., Anderson, E. R., Dawson-McClure, S. R., Hipke, K., & Haine, R. A. (2002). Six-year follow-up of preventive interventions for children of divorce. A randomized controlled trial. *Journal of American Medical Association*. 288(15), 1874-1881.

[원고접수일: 2015. 08. 31. / 수정원고접수일: 2015. 10. 20. / 게재결정일: 2015. 11. 10.]

청소년상담연구

The Korea Journal of Youth Counseling

2015, Vol. 23, No. 2, 423-445

Effects of Cognitive-Behavioral Group Program for Children of Divorce on Depression, Self-Esteem, and Perception of Divorce

Hyun-Kyung Kim

Hyun A Chang

Department of Education and Counseling for Children, Daejeon University

The purpose of this study was to examine the effects of cognitive-behavioral group program for children of divorce on depression, self-esteem, and perception of divorce. Participants consisted of 14 children of divorce in the 4-6th grade of elementary school and they were assigned into an experimental group of 7 and control group of 7. To examine the effects of this program, participants in both experimental and control groups were tested on depression, self-esteem, perception of divorce, and Teacher-Child Rating Scale(T-CRS) before and after the program. In addition, posttest was conducted at the one month after the termination of the program. Ten 70 minutes sessions of cognitive-behavioral group program were conducted over a 5-week period. Results showed that the cognitive-behavioral group program leads to reduction of depression, improvement of self-esteem, and perception of divorce in the experimental group. But significant differences between groups were not examined. Finally, the implications and limitations of this study were discussed.

Key words : *divorce, children of divorce, depression, self-esteem, perception of divorce, cognitive-behavioral group program*

