

부모교육 상담프로그램이 청소년기 어머니의 의사소통, 부모효능감, 자아존중감 향상에 미치는 효과

김 서 호* · 변 상 해**

요약: 본 연구는 부모교육 상담 프로그램이 청소년기 자녀를 둔 어머니의 의사소통, 부모효능감, 자아존중감에 미치는 효과를 검증하기 위한 연구이다. 2017년 8월 16일부터 12월 13일까지 서울 Y구에 위치한 청소년기 자녀를 둔 어머니 중 실험집단 15명, 통제집단 15명으로 무선 배정한 유사 실험 설계로 양적, 질적 방법을 병행하였다. 양적 방법은 사전·사후 검사 검증에 대해서는 독립표본 T-검정과 Mann Whitney U test로 분석, 질적 방법은 가족상담을 실시하였다. 분석 결과 부모교육 상담 프로그램은 청소년기 어머니의 부모-자녀 의사소통과 부모효능감 향상에 정(+)의 효과가 나타났다. 가족상담을 통한 질적 평가에서는 부모의 권위와 억압이 어머니의 자아존중감에 부정적인 영향을 미치며, 가족 갈등을 유발하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 다양한 부모교육 프로그램의 발전을 위해 효과의 지속성과 가족체계를 변화시키는 가족상담이 포함된 부모교육프로그램의 필요성을 제안하는데 의의를 두고자 한다.

핵심어: 부모교육, 상담프로그램, 부모효능감, 의사소통, 자아존중감

The Effects of A Parent Education Counselling Program on Communication, Parental Efficacy and Self-esteem of the Mothers of Adolescence

Seoho Kim & Sanghae Byun

Abstract: The purpose of this study was to investigate the effects of a counseling program to mothers of adolescence on communication, parental efficacy and self-esteem of the mothers. The research designed a quasi-experiment, assigning 15 mothers to the experimental group and 15 mothers in the control group. The participants were selected among mothers of adolescents at the M Cathedral located in Seoul Y-Curriculum. The experiment was carried out from August 16, 2017 to December 13, 2017. The counseling program was conducted in use of quantitative and qualitative methods. The quantitative method involved independent sample T-test and Mann-Whitney U test for pre- and post-test validation. The qualitative method included family counseling. As a result, the counseling program proved to have significant effects on the communication between the mothers and the adolescents and parental efficacy of the mothers. The qualitative evaluation of the participants, that is a family counseling, showed that the authority and the oppression of parents had a negative effect on self-esteem of the mothers and caused a relational conflict in the family. The results of this study suggest that it is necessary to develop various parental education programs including components of the family counseling approach which can change the family system and persistence of effect.

Key Words: Parent Education, Counseling Program, Parental Efficacy, Communication, Self-esteem

□ 접수일: 2019년 6월 13일, 수정일: 2019년 6월 26일, 게재확정일: 2019년 6월 28일

* 주저자, 순복음신학대학원대학교 교수

(First Author, Sunbokeum theological University, Email: shkim2461@hanmail.net)

** 교신저자, 서울벤처대학원대학교 교수

(Corresponding Author, Seoul Venture University, Email: jm9004@svu.ac.kr)

I. 서론

인간은 부모로부터 태어나며 가정을 형성하게 된다. 가정은 자녀가 태어나 최초로 경험하게 되는 사회 환경으로서, 한 사람의 삶의 태도를 형성하는데 많은 영향을 미친다.

가족 개개인이 가정에서 정서적, 심리적 안정을 갖고 성장할 수 있도록 돕는 것은 매우 시급한 과제이다. 현재 우리나라는 여성의 사회진출이 활발해지고 국내 경제 전반이 어려워지며 아이를 낳지 않는 가정과 맞벌이 가정이 늘어나면서 상대적으로 가정교육이 취약해지고, 부모도 그 역할을 수행하는 데 있어서 어려움을 겪고 있는 실정이다. 부모로서의 역할을 원활히 수행할 수 있도록 부모에게 필요한 정보와 양육기술을 가르쳐주고 습득시킬 체계적인 부모교육과 생애주기에 적합한 부모교육 프로그램의 필요성이 높아지고 있다.

Gordon(1970)은 1960년대 미국에서 성공한 고학력의 부모도 자녀와의 관계에서 역기능적 의사소통으로 자녀들의 자존감과 자신감을 손상시키고 의욕을 저하시키며 부모의 사랑을 전혀 느낄 수 없는 말과 행동을 한다는 것을 발견했다. 이런 문제의 개선을 위해 미국에서는 1970년대 초반부터 청소년 부모 대상 부모교육과 유아·아동의 부모교육을 구분하여 운영해왔다. 소수연(2013)은 국내의 부모교육 프로그램은 1990년대 이후 부모교육에 대한 관심이 고조되면서 개인과 공공기관에 의해 다양하게 개발되고 있으나 근본적인 가족체계의 이해보다는 자녀문제에 치중하는 경향이 많다 했다.

이재택(2016)은 부모교육 프로그램의 적용대상에 대한 연구에서 162편의 논문 중 청소년기 부모 대상 논문이 7편(4.32%)으로 청소년기 어머니 대상인 부모교육프로그램 연구는 미비한 실정이라고 보고했다. 이는 청소년기 부모에게 적합한 부모교육 프로그램의 필요성을 의미한다.

본 연구는 부모교육 상담 프로그램이 청소년기 어머니의 부모-자녀 의사소통, 부모효능감, 자아존중감에 미치는 효과를 연구하고자 한다. 또한 질적 연구로는 다양한 부모교육 프로그램의 발전을 위해서 효과의 지속성과 가족체계를 변화시키는 가족상담이 포함된 부모교육프로그램의 필요성을 제안하고, 이 프로그램이 평생교육 차원에서 활용되는데 기여하고자 한다.

II. 이론적 배경

1. 부모교육

부모교육이란 부모의 자질을 향상시키기 위해서 정보나 지식을 전달하거나 기술을 습득하도록 돕는 다양한 교육적 경험이다. 현대의 부모교육은 이론과 방법의 체계화, 인터넷 및 평생교육의 차원에서 시행되어지고 있다. 부모교육에 관해 Earhart(1980)는 부모역할의 지침과 정보를 제공하는 모든 종류의 활동과 경험이라 했다. 발달단계를 고려하여 고경미(2015)는 영·유아기, 서성희(2014)는 학령전기, 이희숙(2015)은 청소년기, 최충명(2014)은 예비부모에 대한 부모교육의 중요성을 보고하였다. 부모교육의 목적은 자녀에게 좋은 영향을 주고 건전한 성장을 돕고 바람직한 가정과 가족관계 증진을 위해 부모들의 태도, 지식, 행동에 영향을 주는 것이므로 발달단계에 맞는 부모교육이 필요하다. 본 연구에서는 자신에 대한 이해, 자녀 이해를 통하여 부모역할과 기능을 개발하고 행동을 긍정적으로 변화시키는 목적으로 받는 교육을 말한다.

2. 부모교육 상담프로그램

우리나라에서 실시하고 있는 부모교육 프로그램은 외국에서 개발한 프로그램을 실시하거나, 기관에서 개발하여 실시하거나 개인 연구자들이 프로그램을 개발하여 실시하고 있다. 외국의 프로그램은 Gordon, (1970)의 ‘효과적인 부모역할훈련’(PET), Dinkmeyer & Mckay (1973)의 ‘효율적 부모역할을 위한 체계적 훈련 프로그램’(STEP), Faber & Mazlish (1980)의 ‘자녀가 경청하는 대화하기’ Popkin(1983)의 ‘적극적 부모역할훈련’(APT), Gottman(2011)의 ‘감정코치프로그램’ 등이 있다. 국내의 프로그램은 한국지역사회교육협회의(1993)에서 개발한 ‘LPT(Level up Parent Training)’ 한국청소년개발원(1995)에서 개발한 ‘자녀의 힘을 북돋우는 부모(EPT)’, 한국 청소년상담복지개발원에서 개발한 ‘자녀와 함께 성장하는 부모교육 프로그램(2004)’ ‘초기 청소년 자녀를 둔 부모교육 프로그램 개발(2013)’ 등이 있다. 개인 연구자의 프로그램도 점차 다양해지고 있다. 김미경(2012)은 Satir 모델기반 프로그램을 통해 부모-자녀 자존감 향상의 효과를 보고하였다.

3. 부모-자녀 의사소통

의사소통은 사람들이 정보를 주고받으며 서로 의미를 창출하고 인간관계를 맺어 가는 것이다. Satir(1984)는 부모로부터 부적절한 의사소통 방식을 받은 자녀는 자기 가치를 낮게 평가한다고 하였다. Ginott(2003)는 성장기의 급격한 신체적, 정서적 변화로 인해 일어나는 갈등, 오해 등의 문제를 극복해 나가는데 부모-자녀간의 의사소통이 중요한 영향을 준다고 하였다. 부모-자녀 의사소통을 연구한 선행논문은 다음과 같다. 박균달(2017)은 청소년기 자녀가 있는 부모와의 원활한 관계 형성에 있어 기능적이고 개방적 의사소통은 부모-자녀간의 안정성을 유지하고 변화에 따른 문제 및 갈등을 해결하는데 중요한 요소라고 보고하였다. 권도연(2018)은 청소년기 부모와 자녀가 서로를 이해하고 갈등을 해결하기 위해서는 자녀의 발달 수준에 맞는 논리적이고 합리적인 설명과 자녀의 정서를 이해해주는 민주적방식의 자녀 훈육과 효율적인 의사소통 방식이 필요하다 보고했다.

4. 부모효능감

부모효능감은 부모로서 자신의 역할과 수행에 대한 판단과 기대로 부모역할 자기효능감, 부모로서의 유능감으로 사용된다. Johnson & Mash(1989)는 부모효능감은 부모로서 자녀를 잘 양육하고 훈육하며 자녀와 문제가 생겨도 이를 지혜롭게 해결할 수 있는 부모 기대라 했다. Luster & Kain(1987)은 자녀의 발달적 결과에 대해 부모가 어느 정도 영향을 줄 수 있는가에 대한 기대로, 부모로서 따뜻하고 긍정적 태도를 취할 때 부모효능감이 높다고 하였다. 배희분(2014)은 청소년기 어머니 대상으로 자녀에 대한 부모의 기대치가 높고 부모 역할에 대한 요구, 부모로서의 부담감이 높아 대다수의 부모들은 자녀를 어떻게 키워야 할지 갈등을 겪으며 부모효능감에 자신감을 잃어간다고 했다. 전근혜(2017)는 부모효능감이 높은 부모는 자녀에게 온화하고 긍정적인 태도를 취하고, 자녀에게 문제가 생겨도 문제 상황을 잘 해결할 수 있다고 하였다.

5. 자아존중감

자아존중감은 자신의 가치와 존재, 의미를 이해하고 그것을 판단하는 느낌이다. Rosenberg(1965)는 자신에 대한 긍정적 혹은 부정적 평가를 통해 느끼는 자기 존중의 정도와 자신의 가치정도의 주관적 태도이며, 부모의 관심이 자녀의 자아존중감에 결정적 역

할을 하며 구성요소로 소속감, 능력감, 가치감을 가지고 있다고 했다.

박지우(2015)는 중학교 2학년부터 고등학교 3학년까지의 청소년 자아존중감의 변화에 부모와의 관계가 정적인 영향을 준다고 보고했다. 본 연구에서도 부모와 자녀의 관계에 있어 자아존중감이 높은 부모는 자녀와의 관계에 있어 긍정적이며 수용적이고 자녀 또한 자아존중감이 높고 자신의 가치와 능력에 대해 객관적으로 평가하고 유능하게 느끼는 것이라고 말한다.

III. 연구방법 및 설계

1. 연구 방법

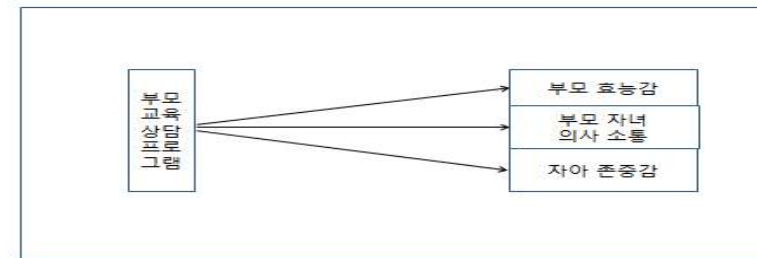
본 연구는 Y구에 위치한 M성당 신자 중 부모-자녀 의사소통, 부모효능감, 자아존중감을 향상시키기를 희망하는 청소년기 자녀를 둔 어머니 30명을 대상으로 2017년 8월16일부터 12월 30일까지 실험집단 15명, 통제집단 15명을 대상으로 주 1회 3시간씩 8회기 실시하였다.

본 연구의 가설 검증을 위해 SPSS statistics 21을 활용하였으며, 통계분석 방법은 다음과 같다. 첫째, 실험집단과 통제집단의 일반적 특성에 대한 동질성을 파악하기 위해 Fisher의 정확한 검정(Fisher's exact test)을 실시하였다. 둘째, 변수의 신뢰도 검증을 위하여 내적 일관성을 분석할 수 있는 크론바하 알파(Cronbach's alpha) 계수를 이용하여 요인을 구성하는 항목들의 신뢰도를 분석하였다. 셋째, 자료의 정규성 검정을 위해 Shapiro-Wilk의 정규성 검정을 실시하였다. 넷째, 부모교육 상담 프로그램의 효과성을 검증하기 위해 독립표본 t검정(independent sample t-test) 및 Mann-Whitney의 U검정을 실시하였다.

2. 연구모형

부모교육 상담 프로그램이 청소년기 자녀를 둔 어머니의 부모-자녀 의사소통, 부모효능감과 자아존중감에 미치는 효과를 알아보기 위한 비동등성 대조군 전후설계(non-equivalent control group pretest-posttest design)로 이를 도식화 하면 다음과 같다. 연구의 방향을

판단하기 위해 <그림 1>과 같이 연구모형 및 연구가설을 수립하였다.



<그림 1> 연구 모형

3. 연구문제

본 연구에서 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

1. 부모교육 상담 프로그램은 청소년기 어머니의 부모-자녀 의사소통을 향상시킬 수 있는가?
2. 부모교육 상담 프로그램은 부모효능감을 향상시킬 수 있는가?
3. 부모교육 상담 프로그램은 자아존중감을 향상시킬 수 있는가?

IV. 실증분석

1. 부모자녀 의사소통

의사소통 수준을 측정하기 위하여 Barnes & Olson(1982)이 개발한 PACI(parent-Adolescent Communication Inventory)를 민혜영(1991)이 번안하고 배희분(2014)이 사용한 척도를 사용하였다. 긍정형 의사소통과 부정형 의사소통의 두 하위요인 각 10문항씩 20개 항목으로 구성되어 있으며 부정적 의사소통(2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, 18, 20)은 역채점하였다. Likert 5점 척도로, ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’ 중 하나를 선택하도록 하였다. 배희분(2014)의 선행연구에서의 신뢰도 계수(Cronbach’s α)

는 사전 .78, 사후 .86로 보고되었다. 본 연구에서는 사전 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 사전 .752, 사후 .818로 나타났다.

2. 부모효능감

부모효능감을 측정하기 위하여 Gibaud-Wallston & Wandersman(1978)이 개발한 것을 신숙재(1997)가 번안하여 인지적 차원인 부모로서의 효능감 9문항과 정서적 차원인 부모로서의 좌절감과 불안 4문항, 부모역할에 대한 관심과 흥미를 나타내는 3문항, 총 16문항으로 구성되어 있으며, Likert 5점 척도로, '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)' 중 하나를 선택하도록 하였고 부정적 방향의 일부 문항들(4, 5, 6, 9, 10, 13, 16번)은 역채점 하였다. 본 논문은 9개 문항으로 구성된 측정도구를 사용하였고, 신숙재(1997) 선행연구에서는 부모로서의 효능감 신뢰도 계수(Cronbach's α) .78로 나타났다. 본 연구에서는 부모로서의 효능감 사전 신뢰도 계수(Cronbach's α) .752, 사후 .818로 나타났다.

3. 자아존중감 척도

자아존중감을 측정하기 위하여 Rosenberg(1965)가 개발하고 이복희(2008)가 번안한 후, 성희미(2010)가 수정·보완한 자아존중감 척도를 사용하였다. 총 24개 문항으로 모두 부정적 문장으로 기술되었다. 판단과 행동(1, 2, 4, 8, 9, 20), 삶에 대한 만족(5, 12, 14, 18, 21, 23), 자신의 가치(3, 7, 10, 11, 15, 19), 타인의 시선(6, 13, 16, 17, 22, 24) 등 4개 하위 영역으로 구분하였다. 성희미(2010)의 선행연구 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .78이다. 본 연구에서는 사전 신뢰도 계수(Cronbach's α) .882, 사후 .838로 나타났다.

V. 연구결과

1. 연구대상의 일반적 특성

본 연구를 위해 부모교육 상담 프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 통제집단 각각 15명을 대상으로 자기기입식 설문조사를 실시했으며, 연구대상의 일반적 특성은 <표 1>과 같이 나타났다.

<표 1> 연구대상의 일반적 특성

항목	구분	실험집단 명(%)	통제집단 명(%)	전체 명(%)	χ^2 (p)
본인 연령	40대	13(86.7)	12 (80.0)	25(83.3)	0.240 (1.000)
	50대	2(13.3)	3(20.0)	5(16.7)	
본인 최종학력	고등학교 졸업	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	2.182 (.568)
	전문대 졸업	3(20.0)	3(20.0)	6(20.0)	
	대학교 졸업	10(66.7)	12 (80.0)	22(73.3)	
	대학원 졸업 이상	2(13.3)	0(0.0)	2(6.7)	
가정 경제 수준	500만원 이상	12(80.0)	10 (66.7)	22(73.3)	3.382 (.256)
	400~500만원	3(20.0)	2(13.3)	5(16.7)	
	300~400만원	0(0.0)	3(20.0)	3(10.0)	
부모교육 경험	있음	4(26.7)	7(46.7)	11(36.7)	1.292 (.450)
	없음	11(73.3)	8(53.3)	19(63.3)	
부모교육 필요 시기	출산전후	4(26.7)	2(13.3)	6(20.0)	1.333 (.918)
	자녀가 유아기 일 때	2(13.3)	2(13.3)	4(13.3)	
	자녀가 초등학생 일 때	2(13.3)	2(13.3)	4(13.3)	
	자녀가 청소년기 일 때	2(13.3)	4(26.7)	6(20.0)	
	필요할 때마다	5(33.3)	5(33.3)	10(33.3)	
전체		15(100.0)	15 (100.0)	30 (100.0)	

본인 연령을 보면, ‘실험집단’은 40대 13명(86.7%), 50대 2명(13.3%), ‘통제집단’은 40대 12명(80.0%), 50대 3명(20.0%)으로 나타났다. 본인 최종학력을 보면, ‘실험집단’은 전문대 졸업 3명(20.0%), 대학교 졸업 10명(66.7%), 대학원 졸업 이상 2명(13.3%), ‘통제집단’은 전문대 졸업 3명(20.0%), 대학교 졸업 12명(80.0%), 대학원 졸업 이상 0명(0.0%)으로 나타났다. 가정 경제 수준을 보면, ‘실험집단’은 500만원 이상 12명(80.0%), 400~500만원 미만 3명(20.0%), 300~400만원 미만 0명(0.0%), ‘통제집단’은 500만원

이상 10명(66.7%), 400-500만원 미만 2명(13.3%), 300-400만원 미만 3명(20.0%)으로 나타났다.

부모교육 경험을 보면, ‘실험집단’은 있다 4명(26.7%), 없다 11명(73.3%), ‘통제집단’은 있다 7명(46.7%), 없다 8명(53.3%)으로 나타났다. 부모교육 필요시기를 보면, ‘실험집단’은 출산 전후 4명(26.7%), 자녀가 유아기일 때 2명(13.3%), 자녀가 초등학교 생일 때 2명(13.3%), 자녀가 청소년기일 때 2명(13.3%), 필요할 때마다 5명(33.3%), ‘통제집단’은 출산 전후 2명(13.3%), 자녀가 유아기일 때 2명(13.3%), 자녀가 초등학교 생일 때 2명(13.3%), 자녀가 청소년기일 때 4명(26.7%), 필요할 때마다 5명(33.3%)으로 나타났다. 연구대상의 일반적 특성 동질성 검정을 실시한 결과, 두 집단이 실험에 적합하도록 동질하게 구성되었다고 볼 수 있다.

2. 측정도구 신뢰도 분석

본 연구의 설문을 통해 응답자가 일관성 있게 조사에 응했는지 파악하기 위해 신뢰도 분석을 실시했다. 이를 검증하기 위해 크론바하 알파(Cronbach's alpha) 계수를 이용하였다. 일반적으로 알파 계수가 0.6 이상이면 비교적 신뢰도가 수용 가능한 것으로 보고 있는데, 부모-자녀 의사소통은 사전조사의 신뢰도 지수가 .752, 사후조사의 신뢰도 지수가 .818로 나타났고, 부모 효능감은 사전조사의 신뢰도 지수가 .691, 사후조사의 신뢰도 지수가 .813으로 나타났으며, 자아존중감은 사전조사의 신뢰도 지수가 .882, 사후조사의 신뢰도 지수가 .838로 나타나 신뢰도는 수용 가능한 것으로 판단할 수 있다.

〈표 2〉 신뢰도 검증

변수	문항수	Cronbach's α	
		사전	사후
부모-자녀 의사소통	20	.752	.818
부모 효능감	9	.691	.813
자아존중감	24	.882	.838

3. 정규성 검정

본 연구에서는 표본수가 집단별로 15명으로 적은 편이고, 분석 자료가 정규성 가정을 충족시키지 못 할 경우, 평균 비교 통계분석 방법인 t-검정을 실시하면 결과가 과장될 수 있으므로, 가설을 검증하기 전에 자료의 정규성 검정을 실시하였다. 정규성 검정은 Shapiro-Wilk 검정을 통해 확인하였는데 정규성 검정 결과, 대부분의 변수가 유의확률이 0.05 이상으로 나타나 대체로 정규성 가정을 만족하는 것으로 나타났지만, 자아존중감의 사전점수는 통제집단에서 정규분포 가정을 충족하지 못 하였다. 따라서 자아존중감은 비모수 통계 방법인 Mann-Whitney의 검정을 병행하여 분석하였다.

〈표 3〉 정규성 검정 결과

변수	측정시기	집단	Shapiro-Wilk		
			통계량	자유도	p
부모-자녀 의사소통	사전	실험집단	.947	15	.473
		통제집단	.934	15	.314
	사후	실험집단	.969	15	.849
		통제집단	.970	15	.853
부모 효능감	사전	실험집단	.933	15	.305
		통제집단	.970	15	.860
	사후	실험집단	.932	15	.290
		통제집단	.939	15	.367
자아존중감	사전	실험집단	.939	15	.376
		통제집단	.823**	15	.007
	사후	실험집단	.958	15	.656
		통제집단	.935	15	.328

** $p < .01$

4. 효과성 검증

부모교육 상담 프로그램을 실시한 실험집단과 실시하지 않은 통제집단의 사전 측정치에 대한 동질성을 검증하기 위하여 독립표본 t검정(independent sample t-test)을 실시하였고, 앞서 통제집단에서 정규분포를 따르지 못 한 자아존중감은 정규분포 가정이 불필요한 Mann-Whitney의 검정을 실시하였다. 그 결과는 〈표 4〉와 같다.

그 결과 부모-자녀 의사소통, 부모 효능감, 자아존중감은 모두 집단 간에 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 즉 실험집단과 통제집단 간에 실험 전부터 부모-자녀 의사

소통, 부모 효능감, 자아존중감 수준은 통계적으로 의미 있는 차이가 없는 것으로 확인되어 집단 구성은 실험에 적합한 것으로 판단할 수 있다.

〈표 4〉 부모-자녀 의사소통, 부모 효능감, 자아존중감의 사전 동질성 검사

항목	집단	N	평균	표준편차	t or Z	p
부모-자녀 의사소통	실험집단	15	3.80	0.34	0.000	1.000
	통제집단	15	3.80	0.40		
부모 효능감	실험집단	15	3.17	0.49	-1.138	.265
	통제집단	15	3.36	0.39		
자아존중감	실험집단	15	3.40	0.54	-0.166†	.870
	통제집단	15	3.36	0.51		

주: Mann-whitney의 검정을 통해 통계적 유의성을 판단하였음.

앞서 부모-자녀 의사소통, 부모 효능감, 자아존중감은 집단 간 사전 동질성이 확보되었기 때문에 사후 검사 결과를 독립표본 t-검정을 통해 비교하였고, 그 결과는 〈표 5〉와 같다.

〈표 5〉 부모-자녀 의사소통, 부모 효능감, 자아존중감의 사후 검사 결과 비교

항목	집단	N	평균	표준편차	t	p
부모-자녀 의사소통	실험집단	15	3.97	0.29	2.902**	.007
	통제집단	15	3.59	0.42		
부모 효능감	실험집단	15	3.57	0.42	2.142*	.041
	통제집단	15	3.21	0.49		
자아존중감	실험집단	15	3.52	0.37	1.807	.082
	통제집단	15	3.24	0.48		

* $p < .05$, ** $p < .01$

VI. 결론 및 제언

본 연구는 부모교육 상담프로그램이 청소년기 어머니의 의사소통, 부모효능감, 자아존중감에 미치는 효과를 검증하기 위한 유사 실험논문으로 연구문제와 관련하여 나타난 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 부모교육 상담 프로그램은 청소년기 어머니의 부모-자녀 의사소통 향상에 미치는 효과를 분석한 결과 집단 간 유의한 차이를 보였는데($t=2.902$, $p<.01$), 실험집단은 3.97로 통제집단의 3.59보다 높게 나타났다. 둘째, 부모 효능감도 집단 간 유의한 차이를 보였는데($t=2.142$, $p<.05$), 실험집단의 평균은 3.57로 통제집단의 3.21보다 높게 나타났다. 본 연구에서도 청소년기 자녀와의 관계가 긍정적이고 의사소통이 잘되며 부모역할에 대한 자신감이 생길 때 부모효능감이 높아졌다. 셋째, 부모 자신에 대한 자아존중감이 유의수준 5% 기준으로는 집단 간 유의한 차이를 보이지 않았지만, p 값이 .05에 근사하여 유의수준 10% 기준으로 본다면 유의한 차이를 보인다고 할 수 있다. 이러한 변화요인은 자기이해와 어머니 역할에 대한 인식, 가족상담, 부모교육이란 경험과 배움에 대한 자아성취감이 긍정적인 영향을 주었다고 볼 수 있다.

본 연구를 통해 나타난 한계와 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상은 청소년기 어머니의 일부로 한정하였으므로, 다양한 연령층과 더불어 아버지를 대상으로 하는 후속연구가 요구된다.

둘째, 집단구성원들의 특성, 요구 등이 각기 다르기 때문에 개인의 성장 배경, 개인별 심리적 외상, 교육 수준 등을 고려한 다양한 부모교육 상담 프로그램이 계속적으로 개발되어야 할 것이다.

셋째, 본 연구에서는 각 요인에 대한 프로그램의 효과만을 분석하였으므로, 후속연구에서는 종속변인들 간에 서로 어떠한 영향을 미치는지에 대한 연구가 필요하다.

【참고문헌】

- 고경미(2015), “PSWS 부모교육 프로그램이 어머니의 양육태도, 부모효능감 및 어머니-유아간의 의사소통에 미치는 영향”, 계명대학교 대학원 박사학위논문.
- 곽소현 (2000), “청소년 이해를 위한 부모교육 프로그램”, 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 권도연(2018), “부모-자녀 의사소통과 정서조절능력이 청소년의 우울에 미치는 영향”, 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김미경(2012), “Satir모델 기반 성장 부모교육 프로그램이 부모의 자아존중감, 일치성 및 청소년 자녀의 자아존중감에 미치는 효과”, 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 김영애(2015), 『통합적 사티어 모델: 이론과 실제』, 서울: 김영애가족치료연구소.
- 김현주(2015), “현실치료 부모교육 집단상담이 부모의 의사소통, 부모효능감 및 내·외 통제성에 미치는 효과”, 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 박균달(2017), “중학생이 지각한 부모의 양육태도가 친구관계에 미치는 영향-부모자녀 간 의사소통의 매개효과,”『사회복지경영연구』, 4(2): 249-271.
- 박명순·김현경(2015), 『부모교육』, 서울: 학지사.
- 박지우(2015), “청소년기 자아존중감에 대한 종단적 프로파일 분석”, 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 배희분·옥선화(2014), “중학생의 부모를 위한 가족식사 프로그램이 부모자녀 의사소통 및 부모효능감에 미치는 영향”, 『한국가족치료학회지』, 27(3): 153-190.
- 변상해(2016), 『꽃보다 아름다운 부부상담』, 경기: 한국청소년 보호재단.
- 변상해·김세봉(2011), “또래상담 프로그램이 인문계 고등학생의 의사소통기술과 사회적 효능감에 미치는 효과”, 『한국콘텐츠학회논문지』, 4(2): 466-476.
- 소수연 외 7명(2014), “초기청소년 자녀를 둔 부모교육프로그램,” 『한국청소년상담복지개발원』, 30(4): 425-453.
- 서성희(2014), “학령전기 아동 어머니 대상 Satir 변형체계모델 적용 부모교육 프로그램 효과”, 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 성희미(2010), “모의 창의성 훈련이 모의 양육태도 및 자아존중감과 유아의 자아존중감에 미치는 효과”, 동아대학교 대학원 박사학위논문.
- 신숙재(1997), “어머니의 양육 스트레스, 사회적 지원과 부모효능감이 양육행동에 미치는

- 영향”, 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 심혜숙·곽미자(1997), “비행청소년 부모를 위한 MBTI 성장 프로그램 개발효과 검증”, 『한국 심리유형 학회지』, 4(1): 1-28.
- 안명현(2013), “부모교육으로서의 부모 미술놀이 치료 프로그램 개발 및 효과”, 『한국가족 치료학회』, 21(3): 331-349.
- 이숙·우희정·최진아·이춘아(2009), 『훈련중심 부모교육 2편』, 서울: 학지사.
- 이재택(2016), “부모교육 프로그램 개발과 수행에 관한 연구동향 분석-최근 10년간 연구를 중심으로-”, 『한국콘텐츠학회논문지』, 16(1): 308-318.
- 이희숙(2015), “청소년 부모의 양육 스트레스 극복 및 부모효능감 향상을 위한 통합예술치료 프로그램 개발과 효과”, 경성대학교 대학원 박사학위논문.
- 전근혜(2017), “유아기 부와 모의 양육태도가 부모 효능감에 미치는 영향”, 동방문화대학원 대학교 박사학위논문.
- 정정애(2017), “온담 부모교육코칭프로그램이 청소년 자녀를 둔 부모의 의사소통, 갈등대처 능력 및 자아존중감에 미치는 효과”, 경성대학교 대학원 석사학위논문.
- 최진태(2014), “사티어 변형체계치료와 에니어그램에 기반한 경험적 집단치료 프로그램의 효과 연구”, 서남대학교 대학원 박사학위논문.
- 최종명(2014), “교육과정 적용을 위한 청소년 예비 부모교육프로그램의 효과성 검증”, 서울 벤처대학원대학교 박사학위논문.
- Earhart, E. M.(1980). “Parent education: A lifelong process,” 『Journal of Home economics』, 72(1): 39-43,
- Ginott, H. G.(2003). 『Between parent and child: The best-selling classic that revolutionized parent-child communication (rev. ed.)』. New York: Three Rivers Press.
- Johnston, C. & E. J. Mash(1989), “A measure of parenting satisfaction and efficacy”, 『Journal of Consulting and Clinical Psychology』, 18: 167-175.
- Luster, T. & E. L. Kain(1987), “The relation between family context and perceptions of parental efficacy”, 『Early Child Development』, 29(3): 301-311.
- Rosenberg, M.(1965), 『Society and the Adolescent Self-image』, 11: 326, Princeton, NJ, Princeton University Press.