



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

박사학위논문

장애아 어머니를 위한
로고테라피 기반 집단상담 프로그램
개발 및 효과

제주대학교 대학원

교육학과

조지연

2023년 2월

장애아 어머니를 위한
로고테라피 기반 집단상담 프로그램
개발 및 효과

지도교수 김 성 봉

조 지 연

이 논문을 교육학 박사학위 논문으로 제출함

2022년 10월

조지연의 교육학 박사학위 논문을 인준함

심사위원장 _____ 인

위 원 _____ 인

위 원 _____ 인

위 원 _____ 인

위 원 _____ 인

제주대학교 대학원

2022년 12월

Development and Effects of Group Counseling Program
for Disabled Children's Mothers based on Logotherapy

Cho, Ji Yeun

(Supervised by professor Kim Sung-Bong)

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement for the
degree of Doctor of Education

2022. 10.

This thesis has been examined and approved.

2022. 12.

Department of Education
GRADUATE SCHOOL
JEJU NATIONAL UNIVERSITY

<국문 초록>

장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발 및 효과

조지연

제주대학교 대학원 교육학과

지도교수 김성봉

이 연구는 장애아 어머니를 위한 로고테라피에 기반 집단상담 프로그램을 개발하고, 개발된 프로그램을 적용하여 장애아 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감에 미치는 효과를 검증하는 데 목적이 있다. 연구의 목적을 달성하기 위하여 장애아 어머니 및 전문가를 대상으로 포커스 그룹 인터뷰(FGI)를 시행하였다. 그리고 심층적인 요구분석을 바탕으로 로고테라피 이론의 주요 요소를 도출하고 이에 따라 프로그램의 구체적인 목표와 회기별 목표를 수립하였다. 또한 예비 연구를 통하여 프로그램을 수정 및 보완하였고, 전문가 타당도 조사를 통하여 최종 프로그램을 개발하였다.

연구대상은 J지역에 거주하고 있는 장애아를 양육하는 어머니 14명을 실험집단, 통제집단에 각 7명씩 무선배정하였다. 실험집단을 대상으로 주 2회, 매회기 120분, 총 10회기 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 시행하였다. 프로그램 효과를 검증하기 위하여 삶의 의미 척도, 자아존중감 척도, 양육효능감 척도를 사전, 사후, 추후 검사하여 양적 분석과 내용 분석을 실시하였다. 이 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 프로그램 개발 절차에 따라 개발되었고, 목표 달성을 위한 내용과 구성이 적절하였다. 둘째, 로고테라피 기반 집

단상담 프로그램에 참여한 실험집단은 프로그램에 참여하지 않은 통제집단보다 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감이 유의하게 높아졌다. 셋째, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단은 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감에서 긍정적인 변화를 경험하였다.

로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 통하여 장애아 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감이 향상되었음을 검증하였다. 이로써 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 양육 스트레스를 관리하도록 지원함으로써 심리적 안정감과 긍정적 정서에 도움이 될 것으로 사료된다.

주제어: 장애아 어머니, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램, 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감

목 차

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제 및 가설	7
3. 용어의 정의	8
II. 이론적 배경	11
1. 장애아 어머니 특성	11
2. 장애아 어머니 관련 변인	14
가. 삶의 의미	14
나. 자아존중감	16
다. 양육효능감	18
3. 장애아 어머니를 위한 중재 프로그램	19
4. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램	24
가. 로고테라피의 인간 이해	24
나. 로고테라피의 주요 개념	26
다. 삶의 의미 발견의 가치구조	30
라. 로고테라피 기반 선행연구	31
III. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발	35
1. 프로그램 개발 모형	35
2. 프로그램 개발 과정	42
IV. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 효과 검증 ..	77
1. 효과 검증 방법 및 과정	77
2. 양적 분석 결과	86
3. 내용 분석 결과	103

V. 논의 및 결론	141
1. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발에 대한 논의	141
2. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 효과에 대한 논의	144
3. 결론 및 제언	153
 참고문헌	 155
Abstract	177
 부록	 179

표 목차

표 II-1. 장애아 어머니를 위한 중재 프로그램 선행연구	20
표 II-2. 로고테라피를 적용한 국내 선행연구	32
표 III-1. 프로그램 개발 모형 선행연구	36
표 III-2. 김창대 외(2011)의 프로그램 개발 모형	39
표 III-3. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발 모형	41
표 III-4. 프로그램 개발절차 및 연구 일정	42
표 III-5. 장애아 어머니 포커스 그룹 인구통계학적 특성	46
표 III-6. 장애아 어머니 FGI 질문 내용	47
표 III-7. 장애아 어머니 포커스 그룹 인터뷰 결과 분석	47
표 III-8. 전문가 포커스 그룹 인구통계학적 특성	50
표 III-9. 전문가 FGI 질문 내용	50
표 III-10. 전문가 포커스 그룹 인터뷰 결과 분석	51
표 III-11. 장애아 어머니 및 전문가 FGI 요구분석과 로고테라피를 기반으로 한 프로그램 반영 내용	53
표 III-12. 프로그램 목적 및 목표	57
표 III-13. 로고테라피 기반 선행연구의 프로그램 구성요소	59
표 III-14. 프로그램 구성	61
표 III-15. 전문가 집단의 인구통계학적 특성	65
표 III-16. 프로그램 내용 타당도 평가	66
표 III-17. 프로그램 구성 적합도 전문가 평가	69
표 III-18. 프로그램 내용 회기별 타당성 검증 결과	70
표 III-19. 전문가 자문결과 및 수정·보완 사항	70
표 III-20. 최종 프로그램 내용	72
표 III-21. 1회기 자기 발견(오리엔테이션) 지침서	75
표 IV-1. 연구참여자 인구통계	79
표 IV-2. 삶의 의미의 문항 구성과 신뢰도	81

표 IV-3. 자아존중감의 문항 구성과 신뢰도	82
표 IV-4. 양육효능감의 문항 구성과 신뢰도	83
표 IV-5. 실험집단과 통제집단의 동질성 검증	86
표 IV-6. 삶의 의미 점수의 집단 간 측정시기별 평균과 표준편차	87
표 IV-7. 삶의 의미에 대한 반복측정변량분석 결과	88
표 IV-8. 삶의 의미 점수에 대한 단순 주효과 및 다중비교 분석 결과	89
표 IV-9. 자아존중감 점수의 집단 간 측정시기별 평균과 표준편차	92
표 IV-10. 자아존중감 점수에 대한 반복측정변량분석 결과	93
표 IV-11. 자아존중감 점수에 대한 단순 주효과 및 다중비교 분석 결과	95
표 IV-12. 양육효능감 점수의 집단 간 측정시기별 평균과 표준편차	99
표 IV-13. 양육효능감 점수에 대한 반복측정변량분석 결과	100
표 IV-14. 양육효능감 점수에 대한 단순 주효과 및 다중비교 분석결과	101
표 IV-15. 집단상담 프로그램 활동내용	104
표 IV-16. 1회기: 자기소개와 욕구	106
표 IV-17. 2회기: 자기 발견 및 가치 명료화	108
표 IV-18. 3회기: 선택에 대한 자유와 책임의 중요성	110
표 IV-19. 4회기: 내 안의 긍정성 인식과 장애 자녀의 긍정성 인식	112
표 IV-20. 5회기: 개인적 삶과 자녀 양육에서의 경험적 가치	115
표 IV-21. 6회기: 개인적 삶과 자녀 양육에서의 창조적 가치	118
표 IV-22. 7회기: 개인적 삶과 자녀 양육에서의 태도적 가치	121
표 IV-23. 8회기: 자기초월	124
표 IV-24. 9회기: 새로운 결정	127
표 IV-25. 10회기: 새로운 출발	129
표 IV-26. 참여자 개인별 종합 소감	132
표 IV-27. 참여자들의 기대 및 태도 변화	134
표 IV-28. 삶의 의미 활동 및 경험보고서 분석	136
표 IV-29. 자아존중감 경험 보고서 분석	137
표 IV-30. 양육효능감 경험 보고서 분석	139

그림 목차

그림 IV-1. 연구 설계	78
그림 IV-2. 「삶의 의미 전체」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	91
그림 IV-3. 「삶의 방향추구」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	91
그림 IV-4. 「삶의 존재가치」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	91
그림 IV-5. 「자아존중감 전체」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	98
그림 IV-6. 「자기비하」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	98
그림 IV-7. 「타인과의 관계」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	98
그림 IV-8. 「지도력과 인기」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	98
그림 IV-9. 「자기주장과 불안」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	98
그림 IV-10. 「양육효능감 전체」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	103
그림 IV-11. 「양육 자신감」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	103
그림 IV-12. 「양육 어려움」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화	103

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

장애인 등록자 수는 2007년 2,104,889명에서 2021년 말 기준 2,644,700명으로 늘어나 현재 장애 인구 비율은 전체 인구의 5.1%에 해당한다. 21년 말 기준, 15개 장애유형 중 지체장애의 비율은 45.1%에 해당하나 지속적으로 감소하는 추세에 있는 반면, 발달장애(지적, 자폐성)는 2010년 7.0%에서 21년 말 기준 9.6%로 증가하는 추세에 있다. 연령대별 장애 유형을 살펴보면, 0~19세 기준으로 지체장애는 4.1%인 반면 발달장애는 69.0%에 해당한다(보건복지부, 2022)¹⁾. 이는 발달장애의 유아기와 학령기 출현 비율이 다른 장애 유형보다 월등히 높음을 알 수 있다. 위와 같은 결과를 미루어 볼 때, 유아기 및 학령기 발달장애 자녀를 키우는 어머니는 자녀의 돌봄으로 인하여 많은 스트레스를 겪을 것으로 판단된다. 실제 장애아를 둔 부모와 가족들은 장애 자녀의 양육에 있어서 장애 유형에 관계없이 특수하고도 지속적인 어려움을 겪고 있다(Crnic, Friderich, & Greenberg, 1983; Harris & Mchale, 1989). 그리고 부모는 장애 자녀의 인생의 전환기에 이를 때마다 양육과 대처의 혼란으로 인해 다양한 고통을 호소하고 있다(신윤희, 2021). 선행연구에 나타난 장애아를 둔 가정의 어려움을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 부모는 장애 자녀의 양육으로 인한 정신적·육체적 고통을 경험한다. 가정을 이루고 자녀가 생기는 감격과 기쁨을 맞이하는 부모는 자신의 자녀가 예상치 않았던 장애를 가졌다는 것을 알게 될 때, 충격, 부정, 슬픔 등의 정서를 경험할 뿐만 아니라 죄의식과 자기 비난을 하게 된다(Nixon & Singer, 1993). 특히 한국의 어머니들은 자녀가 장애를 가졌다는 것에 대해 자신의 잘못으로 생각하는 경향이 있어 자책과 죄책감으로 심한 정신적 스트레스를 겪게 된다(이삼연, 1999). 그리고 장애아의 다양한 장애 특성 즉, 신체 및 정신적 기능의 결함, 낮은 지능, 과잉행동, 의사소통 및 사회

1) 0~19세 기준, 장애유형별 비율은 지체 4.08%, 시각 2.85%, 청각 4.74%, 언어 5.59%, 지적 48.05%, 뇌병변 11.99%, 자폐성 20.92%, 정신 0.07%, 신장 0.27%, 심장 0.36%, 호흡기 0.05%, 간 0.48%, 안면 0.05%, 장루·요루 0.18%, 뇌전증 0.32%에 해당함

성 부족으로 부모는 양육 행동에 대해 극도의 혼란과 육체적 소진을 경험하게 하며 양육 스트레스가 높아진다(박덕희, 2004; 신고은, 2015; 우혜영, 2014; 임한나, 2017). 또한 부모는 장애 자녀의 미래에 대한 계획수립에서 오는 염려로 불안, 좌절, 절망과 우울 등의 심리적 스트레스를 호소한다.

둘째, 장애아를 둔 가정의 어려움으로 경제적 부담감을 들 수 있다. 부모는 자신의 자녀가 장애가 있다는 것을 알게 되면, 장애에 대한 치료를 위하여 병원 진료와 함께 언어치료, 감각치료, 인지치료, 물리치료 등의 특수 치료를 받게 된다. 특히 자녀의 장애를 안 초기에는 ‘치료의 골든 타임’이라고 여기며 치료를 위해 총력을 기울이는 모습도 볼 수 있다. 이후 성인이 되어도 기본적인 양육비용 외에 삶 전반에 치료와 특수 서비스 비용이 필요하다. 이러한 치료와 양육 비용으로 인하여 경제적 부담이 평생 지속되고 비장애 자녀를 둔 가정에 비해 더 무거운 경제적 부담을 지게 되어 양육의 어려움을 호소하고 있다(송진성, 2017; 유영준 외, 2011; 전해연, 2002).

셋째, 장애아를 둔 가정의 어려움으로 사회적 고립감을 들 수 있다. 부모는 장애아를 동반하여 외식을 가거나 공공장소 모임에서 장애아의 외현화된 부적응 행동으로 인하여 타인의 불편한 시선과 비판적인 말들을 경험하기도 한다. 최근 비장애인들은 장애인에 대한 인식이 많이 개선되었음에도 불구하고 여전히 장애인과 함께 있는 것을 불편하게 여기고 피하는 모습을 심심치 않게 볼 수 있다(유수기, 2000). 이로 인한 장애아 부모는 사회의 부정적인 시선을 견디며 장애로 인하여 요구되는 지속적이고 특별한 자녀 돌보기를 수행하며 열등감과 사회적 고립을 경험한다. 그리고 사회적 활동의 제약 등으로 인하여 양육 스트레스가 높아지는 것을 볼 수 있다(Dyson, 1993; Seltzer et al., 1993).

장애아를 돌보는 어머니는 비장애아를 돌보는 어머니보다 더 많은 양육 스트레스를 경험하게 된다(양연숙, 2007; 윤혜정, 2002; 전유경, 2003; 정소영·조결자, 2007). 또한 장애아 어머니는 아버지와 비교하여 상대적으로 자녀 양육에서 더 많은 돌봄 시간과 책임감을 가지고 있다. 그리고 장애아 어머니는 장애아 아버지보다 양육 스트레스에 있어서 62% 더 많은 스트레스를 받는다고 한다(박은신, 2004). 이러한 양육 스트레스는 어머니가 자녀 양육에 대한 무력감을 유발하고 자녀의 돌봄과 발달에 있어서 긍정적인 영향을 주지 못하는 능력이 낮은 존재라고 인식하게 된다(최형성, 2002). 또한 장애아 어머니는 비장애아 어머니에 비해 걱정이나 불안이 높고, 우울 증

상이 많을 뿐 아니라 미래에 대한 희망을 갖지 못하고 삶의 무의미를 경험한다(전재명, 2012). 실제 장애아 어머니는 장애 자녀 출생 후 자신이 부정적으로 변하였다고 보고하는 비율이 높다(김수희, 2007; 최혜숙, 2001). 때때로 장애아 어머니는 양육의 어려움과 희망 없는 미래에 대하여 비관하며 자살 등의 극단적 선택을 한 사례도 종종 뉴스화되고 있다(매일경제, 2019; MBC뉴스, 2020).

Frankl은 인간이 삶의 의미가 상실될 때, 실존적 공허와 좌절 속에 빠지기 쉽다고 하였다. 실존적 공허는 무가치한 느낌이나 공허감, 무의미한 느낌을 말한다(김미라, 2021b; Frankl, 1969). 이러한 실존적 공허감은 우울, 무기력, 불안, 분노, 강박적 행동, 맹목적인 욕망이나 쾌락 등을 일으키면서 극도의 정신적 피로를 유발한다(Frankl 1963; 1969). 그래서 객관적 운명보다는 운명에 대한 우리의 태도로 인하여 인간을 더욱 낙담시키게도 하고, 파괴적이게도 만들기도 한다고 하였다. 이러한 파괴적 행동 중의 자살은 삶의 의미와 목적이 결여될 때 강하게 영향을 받는다(Frankl, 1967; Lifton, 1996; 박국향, 2020 재인용). 다시 말하면 장애아 어머니의 자녀 양육의 스트레스로 인한 고통은 삶의 절망을 느끼며 삶의 의미와 목적을 찾지 못하고, 이로 인한 실존적 공허감을 경험한다. 이러한 실존적 공허감은 장애아 어머니에게 무가치함, 무기력, 우울을 느끼게 되며 파괴적이고 극단적인 선택을 할 수 있다는 것을 알 수 있다(박국향, 2020).

Frankl은 삶에서 직면하는 고통에 대해, 자신의 의지로 바꿀 수 없다면, 그것을 받아들여야 할 뿐만 아니라 의미 있는 어떤 것으로 바꾸어 놓아야 한다고 하였다(이시형, 2005). 그리고 인간은 절망적인 상황에서 무기력한 희생자가 되기보다는 바꿀 수 없는 운명에 직면하더라도, 온전한 한 인간으로서 절망적인 상황을 인간성취로 바꿀 수 있다고 하였다. 이러한 고통에 대한 자신의 의지는 자신이 가지고 있는 잠재성을 알아차릴 수 있게 되며 인간의 삶의 비극을 승리로 바꿀 수 있다고 하였다(Frankl, 1969; 김미라, 2021b 재인용). 모든 장애아 어머니는 장애 자녀의 돌봄에 있어서 부정적인 경험만을 하는 것은 아니다. 장애아 어머니들은 가족생활의 변화, 양육의 어려움, 자녀의 미래에 대한 불안 등 여러 가지 문제를 부정적으로 지각함에도 불구하고 그들의 경험에서도 긍정적인 측면을 표현한다. 예를 들면, 장애 자녀로 인하여 가족의 친밀감과 결속력이 강화되었고, 자녀의 장애를 수용하면서 자신의 내적 힘을 발견하고 삶에 대한 새로운 의미와 관점을 가지게 되었다고 한다(Dyson, 1993; Schwartz

& Gidron, 2002).

이러한 내용을 볼 때, 장애아 어머니의 양육 행동에 있어서 스트레스나 정서에 영향을 미치는 다양한 변인이 존재하고 있음을 예측할 수 있다. 이에 선행연구 및 문헌 고찰에 따르면 장애아 어머니의 양육스트레스나 정서에 영향을 미치는 다양한 변인은 다음과 같다. 장애 유형(김용진, 2003; 류경희 외, 2011; 안진아, 2004; 정미영·윤혜미, 2004), 인구 사회학적 변인(신나영, 2009; 최지현, 2019), 우울(김지숙, 2016; 안수영, 2015; 이은진, 2016), 사회적지지(공은희, 2011; 이도경, 2007; 이원령, 2017), 자아존중감(구일숙, 2008; 김미혜, 2006; 박내천, 2007), 가족 탄력성(김은서, 2011; 김자경·신서영, 2012), 양육효능감(김민형 외, 2015; 신숙재, 1997; 안지영, 2001; 임지나, 2019; Levy-Shiff et al., 1998; Scheel & Rieckmann, 1998), 삶의 의미(김영숙, 2016; 김예인, 2020; 박국향, 2020; 박화문 외, 2011; 유병숙, 2006) 등 다양한 변인이 존재하고 있음을 알 수 있다. 이는 동일한 환경에서도 개인이 지각하는 변인에 따라 스트레스와 정서에 대해 지각하는 정도가 다르다는 것을 시사한다.

장애아 어머니의 정서와 양육 행동에 긍정적으로 영향을 주는 변인으로는 첫째, 삶의 의미를 들 수 있다. 삶의 의미란 삶의 목적이나 삶의 방향에 대한 감각이다. Frankl(1963)은 인간에 대하여 삶의 의미와 목적을 추구하는 기본적인 욕구를 가지고 있는 존재라고 하였다. 삶의 의미를 추구하는 것은 고통 경감의 원동력이 되고 정서적, 영적 안녕을 가져온다. 인간은 삶의 고통 속에서도 삶의 의미를 발견할 수 있을 때 기꺼이 그 고통을 견딜 수 있다. 많은 선행연구를 살펴보면, 개인이 성취한 삶의 의미 충족은 정신건강에 효과가 있다는 것을 알 수 있다(Chamberlain & Zika, 1988; Debats et al., 1993; Steger et al., 2006). 그리고 국내에서 다양한 대상으로 삶의 의미를 연구한 결과, 삶의 의미 수준이 향상될수록 우울, 불안, 무기력 등의 부정 정서가 감소되고 자아존중감과 자기효능감 등의 긍정적 정서가 향상되었다(김찬희, 2018; 김태호, 2004; 도지화, 2019; 심정자, 2015; 임영숙, 2019; 조지연 외, 2022). 또한 발달장애아 어머니를 대상으로 한 연구에서도 어머니의 삶의 의미가 향상되었을 때, 양육스트레스가 감소되었다(박국향, 2020). 따라서 삶의 의미를 발견하는 일은 장애아 어머니가 겪는 양육의 혼란과 절망적인 상황에서 장애아 어머니의 성숙한 삶으로서의 희망적인 의미를 발견하는 매우 중요한 과업임을 알 수 있다.

둘째, 장애아 어머니의 긍정적 정서에 영향을 주는 변인으로 자아존중감을 들 수

있다. 자아존중감은 자신을 존중하고 사랑하는 마음이며, 스스로를 가치 있게 여기며 어떠한 인생의 역경에도 맞서 이겨낼 수 있다는 자신의 능력을 믿는 것이다. 또한 자신의 노력에 따라 삶에서 성취를 이뤄낼 수 있다는 일종의 자기 확신이다(김상용, 2009). 자아존중감이 높은 사람은 스트레스에 대해, 보다 적극적이고 효율적인 대처를 하며 문제를 해결하려는 동기 또한 높다(Pearlin & Schooler, 1978; Taylor & Brown, 1988). 장애아 어머니의 양육 경험에서 우울과 양육 스트레스에 대한 여러 연구가 소개되고 있는데, 특히 장애아 어머니의 자아존중감은 일반인에 비해 낮은 것으로 확인하였다(김미혜, 2006; 방미경, 2007; 윤혜정, 2002). 이는 장애아 어머니가 겪고 있는 스트레스로 인하여 자아존중감이 저하되고 뿐만 아니라 양육효능감에도 부정적인 영향을 준다(김수정, 2015; 윤혜정, 2002; 임한나, 2017).

셋째, 장애아 어머니의 정서에 긍정적으로 영향을 주고, 양육 행동에 직접적인 영향을 주는 변인으로 양육효능감을 들 수 있다. 양육효능감은 자녀를 양육하면서 발달과 관련된 어려움이나 문제에 대해 잘 해결할 수 있다는 능력에 대한 어머니 자신의 믿음이다(최형성, 정옥분, 2001; Johnston & Mash, 1989). 양육효능감은 양육에 관한 인지적 요인 중 하나이며 자녀에 대한 어머니의 태도, 행동에 근간이 된다(최형성, 2002; 임한나 2017 재인용). 그리고 부모가 지각하는 양육 스트레스는 양육효능감을 예측할 수 있는데 양육 스트레스가 높아질수록 양육효능감은 낮아지는 것으로 나타났다(임한나, 2017; Cutrona & Troutman, 1986; Dumka et al., 1996; Gross et al., 1994). 또한 양육효능감이 높은 어머니는 자녀에게 긍정적인 양육 행동을 보였고, 양육효능감이 낮은 어머니는 자녀에게 부정적인 양육 행동을 하는 것으로 나타났다(김경미, 2006; 박상규, 이병하, 2004; 이진숙, 한지현, 2004; 임한나, 2017 재인용). 따라서 장애아 어머니는 자녀 양육에 대한 높은 효능감을 가지게 되면, 자녀가 장애를 가지고 있더라도 긍정적인 양육 행동으로 변화시킬 수 있기 때문에 장애아 어머니의 양육효능감을 향상시키는 것이 바람직하다(최인경, 2008).

장애아 어머니를 대상으로 한 연구는 여러 방면에서 꾸준히 진행되어 왔다. 장애아 어머니를 위한 양육 스트레스와 정서 향상에 효과가 있다는 중재 프로그램을 살펴보면, 미술치료(박주효·김승환, 2018; 윤혜경, 2015), 역량 강화(곽경화·정현희, 2010; 김은라 외, 2019), 행복증진(신인수, 2015), 인지행동치료(왕영선, 2013), 해결중심(유청한, 2012), 심리운동(김영한·김한영, 2020), 음악치료(이시아, 2016), 푸드테라피(양수현,

2017) 등이 있다. 장애아 어머니를 대상으로 하는 많은 연구들은 장애아동의 발달 및 교육, 적응 행동에 대한 개입 방법, 정보제공, 행동치료에 기반한 접근 등에 편중되어 있다. 그리고 정서적으로는 감정 표현을 통한 의사소통, 긍정적 사고, 자기 표출 위주의 접근이었다. 이러한 프로그램들은 어머니의 스트레스 관리와 긍정적 정서에 도움을 줄 수 있지만, 장애아 어머니가 자신의 내면을 바라보고 삶의 긍정적 변화와 성찰에 근본적으로 도움을 다루기에는 한계가 있으며, 이를 보완하기 위해서는 삶의 긍정적 변화와 내면의 성장을 통해 삶의 의미와 가치를 성찰할 필요가 있다고 하였다(이성희, 전길양, 2004).

인간이 삶의 절망적인 상황에서 희망을 잃지 않고 일어설 수 있는 유일한 길은 피할 수 없는 고통에서 삶의 의미와 가치를 발견하는 것이다. 니체는 ‘살아갈 이유가 있는 삶은 어떤 현실도 견뎌 낸다’고 하였다(장재형, 2022). 이는 장애아 어머니가 삶의 의미를 발견할 때, 삶의 어떤 고통도 견뎌낼 수 있다는 것이다. 이를 위해 장애아 어머니에게 살아가야 하는 이유와 목적을 발견하도록 돕는 ‘Frankl의 로고테라피’는 장애아 어머니의 긍정적 정서를 높이고, 삶의 의미, 자아존중감과 양육효능감을 증진하는 데 효과적일 것으로 기대한다. 로고테라피(Logotherapy)란, Frankl에 의해 창시된 정신치료 기법으로 인간존재의 의미와 인간의 의미 추구에 초점을 맞추고 인간 안에 숨겨져 있는 ‘로고스(의미)’를 깨닫도록 도와주는 것이다(Frankl, 1963). 이는 자신과 자신의 삶을 직면하게 하고 삶에 대한 가능성과 한계를 탐색하여 자신의 삶을 성찰하게 할 뿐 아니라 삶의 의미와 방향을 발견하도록 돕는 것이다(이기중, 한재희, 2019). Frankl은 삶에 있어서 고통과 역경은 끊임없이 주어지는 것이며, 이러한 문제 앞에서 어떻게 대처해 나가는가 하는 삶의 태도를 중시하였다. 인간은 고통을 회피하는 것을 넘어서 인생의 의미를 깨달을 수 있는 존재이며, 그 고통 속에서 어떠한 삶의 의미를 발견할 수 있을 때 기꺼이 그 고통을 견딜 수 있다고 하였다(박국향, 2020).

선행연구에서는 삶의 의미 발견의 중요성과 필요성을 강조한 연구가 꾸준히 진행되고 있고, 로고테라피 기반 프로그램은 다양한 대상에게 적용한 결과, 삶의 의미 수준은 증진되고 우울, 불안, 스트레스 등의 부정 정서가 완화되는 결과를 보여 주었다. 또한 자아존중감, 자기 효능감, 삶의 질 등에 긍정적인 효과가 있음이 보고되었다(김경미 외, 2011; 김찬희, 2018; 김태호, 2004; 도지화, 2019; 박국향, 2020; 박선영, 2013;

송주연, 2010; 심정자, 2015; 안영미, 2002; 유성경 외, 2014; 임영숙, 2019; 홍미혜, 1999; Peterson et al., 2005; Pinquart, 2002; Reker et al., 1987; Steger et al., 2006). 선행연구에서 로고테라피 기반 프로그램의 대상자는 노인, 부인암 여성, 성인 여성 장애인, 학령기 자녀를 둔 주부, 아동, 한부모 가정 학생 등 다양하다. 장애아 어머니를 대상으로 한 연구는 박국향(2020)을 들 수 있다. 박국향(2020)은 장애아 어머니를 대상으로 로고테라피 기반 프로그램을 적용하여 삶의 의미 증진과 우울 및 양육 스트레스를 저감하는데 효과가 있음을 확인하였다. 또한 프로그램 효과 검증에 있어 양적인 효과 검증의 한계와 질적인 검증의 필요성, 다양한 변인에 대한 연구를 제안하였다. 그리고 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 효과를 높이기 위하여서는 장애아 어머니의 특수성을 고려한 대상자의 요구에 맞는 내용 구성이 필요하다고 하였다.

이 연구의 목적은 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 개발하고 그 효과를 알아보는 데 있다. 이러한 목적은 연구자가 경험한 문제의식과 선행연구자의 제안으로부터 도출되었다. 첫째, 로고테라피 기반 프로그램 내용 구성이다. 연구자는 로고테라피 중심 이론의 내용들을 대상자에게 그대로 적용하는 것이 아닌, 대상자의 특수성을 고려하여 내용을 구성하려 한다. 예를 들면, 장애아 어머니의 삶의 의미 발견을 위한 내용 구성에서, ‘개인의 삶과 장애아 어머니’ 두 가지로 분리하여 질문을 구성하려 한다. 이는 대상자가 장애아의 어머니로서만 존재하는 것이 아닌, ‘개인의 삶’에 대해 성찰할 기회를 제공하기 위함이다. 그리고 ‘장애 자녀의 어머니’로서의 성찰을 함께 제공한다. 둘째, 로고테라피 기반 프로그램 방법론이다. 선행연구에서는 프로그램 효과 검증 시 대부분 양적 연구만을 수행하였으며, 질적연구도 수행해야 한다는 많은 제안들이 있었다. 이는 질적연구 시, 프로그램 효과에 대해 더욱 풍성한 결과를 도출할 수 있기 때문이다. 이를 받아들여 이 연구에서는 양적 연구와 질적 연구를 혼합하여 연구한다.

2. 연구문제 및 가설

이 연구의 목적은 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을

개발하고, 그 프로그램의 효과를 검증하는 것이다. 이 연구에서는 다음과 같이 연구 문제를 설정하고자 한다.

연구문제 1. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발 절차 및 내용은 어떻게 구성할 것인가?

연구문제 2. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 효과는 어떠한가?

가설 2-1. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 삶의 의미를 향상시킬 것이다.

가설 2-2. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 자아존중감을 향상시킬 것이다.

가설 2-3. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 양육 효능감을 향상시킬 것이다.

연구문제 3. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램에 참여한 장애아 어머니의 참여 경험은 어떠한가?

3. 용어의 정의

가. 장애아 어머니

장애아동복지지원법에 의하면 ‘장애아동’이란 18세 미만의 사람 중 「장애인복지법」 제32조에 따라 등록된 장애인을 말한다. 다만, 6세 미만의 아동으로서 장애가 있다고 보건복지부장관이 별도로 인정하는 사람을 포함한다고 되어 있다. 따라서 이 연구에서의 대상자는 18세 미만의 장애를 가진 자녀를 두고 특수학교, 일반학교 특수학급, 장애전담 어린이집에 다니는 자녀를 둔 어머니를 말한다.

나. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램

이 연구에서의 집단상담 프로그램은 Frankl에 의해 창시된 로고테라피를 기반으로 개발하는 정신치료 기법이다. 로고테라피는 인간의 실존 안에 숨겨져 있는 ‘로고스(의미)’를 스스로 깨닫도록 하여 환자 스스로 삶의 의미와 목표를 찾도록 도와주는 것이다(Frankl, 1963). 또한 로고테라피는 대상자가 자신의 삶의 의미를 직면하고, 그 의미를 향해 삶의 방향을 다시 설정하는 것을 도움으로써 대상자가 겪는 고통을 완화 시켜줄 수 있다고 하였다. 이전의 심리치료법에 비해 미래 지향적이며, 인간의 긍정성을 강조하고 있는 특성이 있다(Frankl, 1963; 1969; 2014).

이 연구에서의 로고테라피 기반 집단상담 프로그램이란 장애아 어머니가 삶의 의미와 목적을 발견하고 자신 안의 긍정적인 강점과 자원을 발견하여 양육효능감, 자아존중감, 삶의 의미를 향상시키기 위해 로고테라피의 이론적 기반을 두고 개발한 프로그램을 의미한다.

다. 삶의 의미

삶의 의미란 삶의 목적이나 삶의 방향에 대한 감각, 현재와 과거의 삶에서 의미를 발견하는 것으로 정의한다(Ryff & Singer, 1998). 이 연구에서는 Crumbaugh와 Maholick(1964)이 Frankl의 로고테라피를 토대로 한 삶에서의 의미와 목적을 발견하는 정도를 측정하기 위해 개발한 삶의 목적(Purpose in Life) 검사로 측정한 점수를 의미한다.

라. 자아존중감

자아존중감은 장애아 어머니가 자신을 어떻게 느끼고 있는냐의 느낌이며, 자신을 존경하면서 바람직하고 가치 있는 존재로 여기는 것을 의미한다(Rosenberg, 1965). 또한 자아존중감은 신체적, 심리적, 사회적 변인들과 관련된 자신에 대한 긍정적 평가로써 자아실현의 토대를 형성하며 성취동기를 증가시켜 생산적인 삶을 기대할 수 있는 변화 가능한 자기감정이다(김영애, 2000). 이 연구에서는

Coopersmith(1967)가 제작한 Self - Esteem Inventory를 강종구(1986)가 번안한 것을 사용하며 측정된 점수를 의미한다.

마. 양육효능감

이 연구에서의 양육효능감은 장애아 어머니가 자신을 양육과 관련된 역할을 수행하는 능력을 가진 사람으로 지각하는 정도(Coleman & Karraker, 1997)를 나타낸다. 어머니가 자신의 양육 능력에 대해 갖는 자신감의 정도와 자녀를 위한 여러 가지 노력이 자녀의 발달에 긍정적인 영향을 미칠 것이라는 자신의 지각이다(Scheel & Rieckmann, 1998). 이 연구에서는 Floyd 외(1998)의 'Perceived Parenting Competence'를 안지영(2001)이 번안, 수정한 양육효능감 척도를 사용하며, 측정된 점수를 의미한다.

II. 이론적 배경

1. 장애아 어머니 특성

가정에서 장애아의 출산이나 자녀의 장애를 발견하는 것은 장애아 부모에게 심한 충격과 혼란을 경험하게 한다. 장애아 부모는 자신의 자녀의 장애에 대한 본질에 대해 이해하기 어렵고 자녀의 장애라는 새롭고 중요한 정보를 받아들이는 과정에서 극도의 정서적 긴장이 형성되어 두려움과 절망감을 경험한다(강선경, 2002; 고일영 2009; 김인옥, 2011). 일반적으로 장애아 어머니들은 자녀의 장애 원인이 임신 중 산모의 부주의나 잘못된 태교, 외부로부터의 스트레스, 약물 복용 등 자신의 잘못이라고 자책하거나 또는 주변 가족의 부정적인 영향으로 기인한 것이라고 원망하기도 한다. 그리고 아이의 장애에 대한 불안감으로 인한 죄의식을 느끼고 절망한다(정명신, 2001; Cho et al., 2000). 이는 장애아 어머니가 당면하게 되는 현실적 상황에서 유발된 절망감과 장애자녀의 미래에 대한 부정적인 전망에 따른 암담함에서 기인된다고 볼 수 있다(강선경, 2002; 김인옥, 2011).

장선철과 신은영(2009)은 부모가 자신의 자녀의 장애를 알게 될 때 대부분이 정서적 단계를 거치는데, 첫 번째로는 충격 부인의 단계, 두 번째로는 분노와 원망의 단계, 세 번째로는 흥정의 단계, 네 번째로는 좌절과 낙담의 단계를 거쳐 마지막으로 수용의 단계까지 5단계를 거친다고 하였다. 대부분의 장애 부모는 이러한 정서적 단계를 거치며 자신의 자녀의 장애를 수용하게 된다. 하지만 부모는 자신의 자녀의 장애를 수용했다 하더라도 장애의 특수한 요소는 한 가족을 독특한 위치에, 점진적 위기 상황에 처하게 된다(신인수, 2015). 이로 인한 장애아 어머니는 장애아를 양육하면서 비장애아 어머니보다 더 많은 양육의 어려움과 스트레스를 경험하게 된다. 특히 한국의 가족문화에서 장애아 어머니는 주 양육자로 자녀의 돌봄과 특수교육, 재활치료 등을 위해 더 많은 시간과 에너지를 소진할 소진하며 양육의 스트레스를 경험한다.(양연숙, 2007; 오승혜, 1998; 윤혜정, 2002; 전유경, 2003; 정소영, 조결자, 2007).

일반적으로 장애아 어머니가 직면하고 있는 어려움에 대하여 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 육체적, 정신적 고통이다. 장애아 어머니는 자녀의 장애 특성에 따른 다양한 돌봄의 형태와 부적응 행동에 대한 반복적 대처에서 많은 육체적 소진을 경험한다. 장애아 어머니는 장애로 인한 자녀의 발달의 지연 즉, 혼자 밥 먹기, 대소변 가리기, 옷 입기, 씻기 등 신변자립을 더 도와줘야 하며 특수교육과 재활 치료를 위하여 더 많은 시간과 노력이 요구된다(양연숙, 2007; 장선철, 신은영, 2009; 전유경, 2003; 정소영, 조결자, 2007). 또한 장애아 어머니는 자녀의 의사소통의 어려움, 낮은 지능, 심리적 불안정으로 유발된 부적응 행동에 대해 지속적인 정신적 고통을 호소한다. 장애 자녀의 특수성은 어머니의 정서적 어려움을 초래하는데, 미래에 대한 절망감, 만성적 슬픔, 우울감에 쉽게 빠지며 수면장애와 만성적 피로, 무기력을 호소한다(Hassall et al., 2005; Johnson, 2000; Trapolini et al., 2007). 선행연구에서도 많은 발달 장애아동 부모는 비장애아동 부모보다 돌봄 부담이 과중되고 우울 수준이 높다고 하였다(고정선, 2008; 김교연, 2009; 성지상, 오봉욱, 2011; 이은미, 백은령 2010; 박국향, 2020 재인용).

둘째, 경제적 부담이다. 장애아 부모들이 직면하는 어려움 중 가장 직접적이며 현실적인 문제는 경제적 부담이다. 장애 자녀의 돌봄은 많은 시간과 에너지를 필요로 하기 때문에, 주 양육자인 장애아 어머니는 일을 하기 어렵고 직업 기회 포기로 인한 가계에 경제적 손실이 발생된다(정대영, 최정아, 2010). 그리고 장애 자녀의 특수 교육비, 재활 치료비, 보장구 구입비 등의 증가는 가계에 재정적 부담이 가중된다. 또한 장애아를 둔 부모의 가장 큰 두려움 중 하나는 자녀가 성인이 된 이후에도 자립하기 어렵다는 점이다. 이로 인하여 부모는 장애 자녀의 전 생애의 걸친 경제적 부담감을 갖게 되고 현재와 미래에 대한 불안감과 절망감을 느끼며, 우울, 분노, 무기력 등의 부정적 정서를 경험한다(김정득, 2010; 이지현, 2007; 정영선, 조영숙, 2013).

셋째, 사회적 고립이다. 많은 장애아는 장애의 특수성으로 인하여 외출이 어렵거나 지연된 사회성 발달로 인하여 예상하지 못한 부적절한 행동을 나타내는 경우가 많다. 이로 인하여 장애아 부모는 가족과 함께 하는 외출이나 여행, 가족행사 등의 참석이 어렵다. 그리고 장애 자녀의 부족한 사회성 발달은 공공장소에서 소란을 일으키기도 하고, 이로 인한 불편한 시선과 사회적 편견을 경험하기도 한

다. 또한 장애아 어머니는 자녀의 학교생활에서도, 자녀의 장애로 인한 통합학급의 불편감을 걱정하며 비장애 자녀를 둔 어머니들과 어울리지 못하고 위축감과 소외감을 경험한다. 특히 발달장애아 어머니는 주변 사람들의 불편한 시선과 사회적 편견에 대해 위축되고 낮은 자존감, 수치심, 소외감, 모멸감 등의 부정적인 정서를 경험하며 사회적 고립감을 경험하기도 한다(정대영, 최정아, 2010; 조은미, 2009). 뿐만 아니라 장애아 어머니는 자녀의 돌봄으로 많은 시간 할애되기 때문에 자신을 위한 시간 즉, 여가활동, 사회 모임, 종교활동 등의 제약이 발생된다. 그로 인하여 사회활동과 대인관계가 소원해지기도 하며 점점 일상생활에 대해 흥미를 잃게 되고 사회적 단절과 고립감을 경험하기도 한다(오승혜, 1998).

위에서 설명한 장애아 어머니가 직면하고 있는 어려움은 양육 스트레스를 유발하여 어머니의 정서적 안정에 부정적인 영향을 주고 양육역량을 저하시킨다. 이러한 양육역량 저하는 장애 자녀의 치료와 발달에 부정적인 영향을 주게 될 뿐만 아니라, 다른 가족 구성원의 정서에도 부정적인 영향을 주게 되어 가족 위기를 맞이하기도 한다(신인수, 2015; 조선영, 최송식, 2017). 장애아 어머니의 양육 스트레스와 관련된 변인을 살펴보면 자녀의 장애정도, 연령, 장애유형, 소득, 종교유무 등의 인구사회학적 변인(김용진, 2003; 류경희 외, 2011; 신나영, 2009; 안진아, 2004; 정미영·윤혜미, 2004; 최지현, 2019;), 우울(김지숙, 2016; 안수영, 2015; 이은진, 2016), 사회적지지(공은희, 2011; 이도경, 2007; 이원령, 2017), 장애 수용(고일영, 2009; 김미희, 2022), 자아존중감(구일숙, 2008; 김미혜, 2006; 박내천, 2007), 가족탄력성(김은서, 2011; 김자경·신서영, 2012), 양육효능감(김민형 외, 2015; 신숙재, 1997; 안지영, 2001; 임지나, 2019; Levy-Shiff et al., 1998; Scheel & Rieckmann, 1998), 삶의 의미(김영숙, 2016; 김예인, 2020; 박국향, 2020; 박화문 외, 2011; 유병숙, 2006) 등 다양한 변인을 들 수 있다. 먼저 장애 정도를 살펴보면, 대다수의 연구에서 장애 정도가 심한 경우 스트레스가 높은 것으로 나타났다. 자녀의 연령은 아동의 발달 연령에 따라서 유의미한 차이가 있었는데, 만 5세 미만 아동인 경우 가장 스트레스가 높은 것으로 나타났다. 장애 유형은 아동이 발달 장애인 경우가 가장 높았다. 그리고 우울 수준이 높을수록 스트레스도 증가되었다. 한편, 긍정적 정서 변인인 사회적지지, 장애수용, 자아존중감, 가족탄력성, 양육효능감, 삶의 의미가 높을수록 양육 스트레스가 낮은 것으로 보고되었다. 선행연구들에 의하면 장애아 어머니의 양육 스

스트레스를 줄이고 긍정적 정서를 높이는 대표적인 변인들로 양육효능감, 자아존중감, 삶의 의미 등과 같은 공통된 정서적 변인들로 확인되었다(김지숙, 2016; 박국향; 2020; 신숙재, 1997; 원두리·김교현, 2006; 이선아, 2014; 전해인, 2006; 조지연, 2016; 최형성, 2002). 그러므로 장애아 어머니가 겪는 다양한 스트레스를 이해하고 잘 극복할 수 있도록 지원함으로써 장애 자녀와 가족 모두에게 줄 수 있는 부정적 영향을 최소화해야 할 것이다. 이를 위해 장애아 어머니가 양육 스트레스를 관리하고 긍정적 정서 향상을 위한 개입이 필요하다.

2. 장애아 어머니 관련 변인

가. 삶의 의미

삶의 의미는 삶에 대한 목표를 갖고 있음을 말한다(삶의 목적과 가치를 말하기도 하고 존재론적으로 정의되기도 한다(이재영, 2013; Ryff, & Singer, 1998; 도지화, 2019 재인용). 삶의 의미에 대해 삶의 태도와 신념이라고 말하기도 하였으며, 의도나 이유, 목적처럼 삶을 지속하게 하는 동기로 삶의 의미를 정의한다(Park & Folkman, 1997; Ryff, & Singer, 1998). Baumeister(1991)는 삶의 의미에 대하여, 생물학 과정에서 안정적인 개념을 부여하는 것이라고 정하였다. Wong(1998)은 한 개인이 실존에서 의미, 질서, 일관성을 형성하여 목표를 향하여 목적과 노력을 하는 것이라 정의하였다(박국향, 2020 재인용). 국내의 경우, 하재별(1987)은 삶의 의미에 대해 사람은 왜 살아가고 있으며, 무엇을 위해서 활동하고 있느냐는 질문 그 자체가 삶의 의미라고 하였다. 심정자(2015)는 삶의 의미 발견은 주관적 의미이며, 자신의 삶에 대한 스스로의 이해와 수용에서 비롯되는 것이라고 보았다. 윤미지(2017)는 삶의 의미 전반적인 삶의 목적을 발견 및 추구하는 과정과 이를 실현하기 위해 노력하는 과정으로 정의하였다. 이상에서 여러 학자들의 삶의 의미를 정리해 보면, 삶의 의미란 자신의 삶에 대한 자유의지를 가지고 자신의 삶의 목적 및 가치를 추구하기 위해 노력하는 중요한 동기를 의미한다. 또한 자신의 삶에 대한 이해 및 수용, 삶에 가치 부여를 할 수 있는 태도를 삶의 의미라고 할 수 있다.

프로이트는 자기를 붙잡아 주는 확고한 이상이 없으면 존재가 흔들린다고 표현하고, 삶의 의미를 발견함은 삶을 지속할 수 있게 하는 동기가 될 수 있다고 하였다(이시형, 2005). 누군가 자신의 삶의 의미가 무엇인냐고 묻는다면, 삶의 의미는 사람에 따라, 시기에 따라, 시간에 따라 다르다. 그러기 때문에 중요한 것은 포괄적인 삶의 의미가 아니라 주어진 상황에서 한 개인이 삶의 갖는 고유한 의미라고 할 수 있다. 장애아를 둔 어머니는 자녀의 장애를 알게 된 후 깊은 슬픔과 절망감을 경험한다. 그리고 자녀의 장애로 인한 문제 상황은 어머니에게 양육스트레스와 부정적 정서의 증가로 나타나게 된다. 궁극적으로 치료되지 않는 자녀의 장애로 인한 삶의 고통은 어머니에게 더 이상 삶의 의미를 찾지 못하고 절망감과 공허함에 빠지게도 한다(고철순, 2019). Frankl(1963)은 죽음이라는 극한 상황 속에서 살아가는 이유 즉 삶의 의미를 발견할 수 있다면, 삶을 만족스럽게 살아갈 수 있다고 보았다. 즉 사람이 의미를 찾는 데 성공하면, 그것이 그에게 행복을 가져다줄 뿐만 아니라 시련을 견딜 수 있는 힘도 준다고 하였다. 따라서 장애아 어머니가 삶의 의미를 발견하여 삶의 가치와 목적을 발견하는 것은 중요하다고 볼 수 있다.

장애아 어머니의 삶의 의미와 관련된 연구를 살펴보면, Krause(2007)은 삶의 의미를 높이는 데 있어서 주변 사람들이 제공하는 정서적 지지가 중요하다고 하였다. 정서적 지지는 더 적극적으로 삶의 의미를 추구하고 실현하도록 동기화되는 데 영향을 미칠 수 있다. 또한 주변 사람들과의 관계에서 경험하는 지지와 친밀감, 유대감이 더 높은 수준의 삶의 의미에 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다(Kalantarkousheh & Hassan, 2010; Lambert et al., 2010; 김영숙, 2016 재인용). 박국향(2020)은 장애아 어머니가 자신의 대한 부정적 정서에서 삶의 긍정성을 받아들이는 데에 초점을 두는 것이 중요하다고 하였다. 그리고 자신의 존재와 지나온 삶에서 긍정적 의미가 있었다는 것을 인식하게 되면서 삶의 의미 향상에 긍정적 영향을 주었다고 하였다.

삶의 의미는 정신건강과 관련이 높고, 긍정적인 대처 행동에 영향을 주는 것으로 보고되고 있다. 삶의 의미는 안녕감을 예측하는 주요 요인이 된다(Bauer et al., 2005), 또한 삶의 의미 수준이 높을수록 긍정 정서를 더 많이 경험하는 것으로 밝혀졌다(윤민지·유성경, 2013; Edwards & Holden, 2001; Steger et al.,

2006). 반면, 우울 증상과 자살사고를 더 많이 경험한 사람일수록 삶의 의미가 부족할 것으로 나타났다(Edwards & Holden, 2001; Reker, 1997; 김영숙, 2016 재인용). 삶의 의미는 고난이나 예기치 않은 삶의 사건들을 경험한 사람들에게 있어서 더 중요한 작용을 하며, 그 영향력을 더 크게 된다. 고통스러운 사건을 경험한 사람들은 삶의 의미를 잃고 많은 위기를 경험하지만, 시련을 극복하는 과정에서 자신에게 닥친 불행이 주는 의미와 함의점을 찾게 된다. 이러한 과정은 새로운 삶의 의미를 발견할 수 있게 되며 이를 통해 무망감, 무력감이 완화되고 삶의 적응이 가능해진다(정미영, 2010; Weiss, 2002; 김영숙, 2016 재인용).

따라서 장애아 어머니가 자녀 양육과 개인의 삶에서 삶의 의미를 보다 효과적으로 증진할 수 있는 활동을 경험한다면, 장애아 어머니의 내적 동기와 긍정적 정서를 향상시키게 될 것이다.

나. 자아존중감

자아존중감(self-esteem)은 자신에 대한 칭찬이나 비난의 정도를 나타내며, 자신의 능력, 중요성, 성공여부 등 자신의 태도에서 보여지는 가치성의 평가 또는 판단이라고 하였다(Coopersmith, 1967). Rosenberg(1965)는 개인이 자기 자신을 어떻게 느끼고 있느냐의 느낌이며, 자기 자신을 존경하면서 바람직하고 가치 있는 존재로 여기는 것을 의미한다고 하였다. 그리고 자아존중감은 신체적, 심리적, 사회적 변인들과 관련된 자신에 대한 긍정적 평가로써 자아실현의 토대를 형성한다. 그리고 성취동기를 증가시켜 생산적인 삶을 기대할 수 있는 변화 가능한 자기감정으로 정의되고 있다(김영애, 2000). 자아존중감은 보편적인 개념이 없기 때문에 자아개념(self-concept), 자아정체감(self-identification), 자기수용(self-acceptance), 자기지각(self-percept) 등의 용어와 혼용되어 사용되고 있다는 의견도 있다(황경자, 2002). 일반적으로 자아 개념과 자아존중감은 혼용되어 사용되기도 하며, 자아존중감은 평가의 측면을 강조한 자아 개념의 특별한 유형으로 설명되기도 한다(이한나, 2015).

자아존중감의 특성은 자기의 가치에 대한 평가로 개인이 자신의 특성과 능력에 대한 생각이나 태도, 감정 및 기대, 판단 등 모든 것을 포함하기 때문에 다차

원적 구조를 지닌다고 할 수 있다(김만근, 2012). 자아존중감이 높은 사람은 애정, 행복, 안정, 순발력과 에너지가 많다. 그리고 타인이 자신에게 동의하지 않더라도 당황하지 않으며, 자신의 실패에도 변명하지 않고 자기 경멸보다는 자신의 실패를 수용한다(김만근, 2012). 자아존중감이 높은 사람은 성취동기가 높고 자신감과 인내심을 가지고 주도적으로 일을 수행할 수 있다. 또한 환경의 요구에 잘 적응하며 자신에 대한 신뢰감을 가지고 있으므로 어려움에 대해 효과적으로 대처할 수 있다. 부모의 자아존중감은 자녀의 정서적 안정과 발달에 중요한 영향을 준다(장희대, 2011). 자아존중감이 높은 부모는 자녀의 의견을 존중하고, 부모 스스로 조화로운 부부관계를 유지한다. 이러한 부모의 모습은 자녀에게 긍정적 모델링이 되고, 자녀의 정서적 안정과 스트레스에 대처하는 데 있어서 긍정적 영향을 준다(김서연, 2021; 심희옥, 1998; 정화주·윤종희, 1997).

반면, 자아존중감이 낮은 사람은 자신의 능력이나 가치에 대해 스스로를 부족하다고 평가한다. 이는 단순히 자신에 대해 자부심이 없다는 것이 아니라 일종의 자아상에 대한 부정적인 정서 상태를 말하는 것이다. 자신에 대한 부정적 정서 즉 자기 멸시, 자책, 자기 거부하는 삶의 가치와 의미를 발견하는 것에 어려움을 나타낸다. 그리고 자아존중감이 낮은 사람은 자아존중감이 높은 사람보다 불안감과 두려움을 나타내며, 사회성의 부족과 타인과의 상호작용에 대한 어려움을 나타내었다(김만근, 2012; 유정희 2015).

선행연구를 살펴보면, 장애 부모는 비장애 부모보다 자아존중감이 낮았고, 아동의 장애 정도가 심각할수록 장애 부모의 자아존중감이 더 낮게 나타났다(최인경, 2008). 장애아 어머니의 자아존중감은 양육 스트레스에 영향을 주는데, 자아존중감이 높을수록 양육 스트레스는 감소되었다(문유미, 2009; 양귀화, 2001; 최인경, 2008). 고정선(2008)의 연구에서는 발달장애아 어머니의 양육부담감과 하위 영역인 신체적, 심리적, 사회적 부담감에서 자아존중감이 부적 상관을 나타내었다. 조지연(2016)은 장애아 어머니를 대상으로 한 연구에서 자아존중감이 높을수록 양육효능감도 높게 나타났다.

이상을 살펴보면, 장애아 어머니의 자아존중감이 높을 때 자녀의 양육 및 대처의 어려움에서 스트레스를 적게 받으며 심리적 손상이 적어짐을 알 수 있다. 그러므로 장애아 어머니의 자녀 양육 행동에 있어서 효능감을 높이고 긍정적 정서를 영향을

주기 위하여서는 자아존중감이 중요하다고 보았다.

다. 양육효능감

장애아 어머니의 양육행동에 직접적인 영향을 주는 변인으로 양육효능감(Parental Efficacy)을 들 수 있다. 양육효능감은 자녀 양육이라는 과업을 효율적으로 수행할 수 있는 능력에 대한 부모 자신의 믿음이다(Bandura, 1986). 신숙재(1997)는 양육효능감에 대하여 자녀를 잘 양육하고 훈육하며 자녀와 문제가 생겨도 잘 해결해 나갈 수 있다는 부모 자신의 능력에 대한 지각을 의미한다고 하였다. 이러한 양육효능감은 어머니의 양육 행동에 대한 개인적인 차이를 설명해 주는 의미 있는 요인이다. 부모의 양육효능감은 아동의 심리적인 적응과 관련이 있으며 양육효능감을 높게 지각하는 부모들은 자녀를 양육함에 있어서 높은 능력을 보이게 된다(Dorsey, Klein, Foorehand, & Family Health Project Research Group 1999).

부모의 양육효능감과 자녀(비장애자녀)를 양육하는 행동과의 관계를 설명하는 여러 연구에 의하면, 부모의 양육효능감은 부모가 자녀를 대하는 행동에 영향을 미치는 것으로 나타났다(문혁준, 1999; 안지영, 2002; 이진숙, 한지현, 2004). 안지영과 박성연(2002)의 연구 결과에 의하면, 양육효능감이 높은 어머니는 자녀의 인지능력, 신체 발달, 사회정서 발달에 관련된 양육 행동에 적극적으로 참여하였고, 자녀의 자율성을 격려하는 행동을 하였다. 그리고 자녀에게 통제적인 양육 행동을 덜 하였다. 또한 양육효능감을 높게 지각하는 어머니는 바람직한 양육 행동을 보이고, 자녀에 대한 높은 관심을 보였다. 그리고 양육 시, 상황에 따라 보다 적절하고 융통성 있는 행동을 하며, 일관된 양육과 긍정적인 행동을 더 많이 하였다(문혁준, 1999; 안지영2001; 우희정, 1993; 이미숙, 2001; 임한나, 2017).

부모의 양육효능감은 부모와 자녀의 상호작용에 영향을 미치며, 자녀의 발달에도 영향을 미친다는 사실은 부모와 장애 자녀 관계에 있어서도 동일하게 적용될 수 있다. 장애아 부모의 양육효능감에 대해 연구한 선행연구에 의하면 장애아 부모의 양육효능감은 장애아를 대하는 행동과 관련이 있는 것으로 나타났다(서민정, 장은진, 정철호, 최상용, 2003; 손유니, 2001; Maniadaki, Sonuga-Barke, Kakouros, & Karabe, 2005; 전해인, 2006; 재인용). 발달 장애아 어머니의 양육효능감은 어머니의 적응과

정서에서도 영향을 미친다. 높은 양육효능감은 불안의 취약성을 줄여주고 죄책감을 덜 느낀다고 하였다(Kuhn & Carter, 2006; Olilff & Aboud, 1991). 한편, 많은 선행연구에서 발달 장애아 어머니의 양육효능감은 낮은 것으로 나타났다. 발달 장애아 어머니의 낮은 양육효능감은 장애를 가진 자녀 양육에 대한 도전을 피하게 되고 포기하게도 한다(김지숙, 2016). 또한 발달 장애아 어머니의 양육 스트레스는 양육효능감에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그리고 미취학 장애아동 어머니와 비장애아동 어머니의 양육효능감을 비교한 연구에서는 장애아동 어머니의 양육효능감이 더 낮은 것으로 나타났다(손재익, 2010).

장애아 부모가 높은 양육효능감을 가졌을 때, 장애 자녀와의 애착을 증진 시키고 힘든 상황에서도 적절한 양육의 목표와 중재 전략을 설정하여 행동한다. 장애 자녀의 부적응 행동을 포함한 다양한 행동에 대해 적절하게 반응할 수 있다는 믿음은 실제적으로 부적응 행동을 다룰 때 중요하게 작용한다. 높은 양육효능감은 장애아의 발달 및 심리, 사회적 적응에 긍정적인 영향을 줄 수 있고 가족관계에도 긍정적 영향을 줄 것이다(Desjardin, 2003; 임한나, 2017 재인용). 따라서 본 프로그램에서는 양육 효능감을 효과적으로 증진할 수 있는 방안을 모색하고자 한다.

3. 장애아 어머니를 위한 중재 프로그램

장애아 어머니는 양육과정에서 겪는 정신적, 육체적 고통과 자녀의 치료와 교육의 어려움, 미래에 대한 두려움, 사회적 소외와 고립 등을 호소하고 있다. 이러한 장애아 어머니가 겪는 혼란과 갈등은 자녀를 양육함에 있어 부정적 영향을 주어 양육 효능감을 약화시키고 더 나아가 가족 전체의 정서적 안정에 부정적인 영향을 주게 된다. 장애아 어머니에게 효능감과 정서적 안정을 향상시키기 위해서는 개인뿐만 아니라 사회의 지속적인 관심과 노력이 절실하다.

박지영(2020)은 장애아 어머니의 가족 지원에 관한 연구에서, 단순히 장애 가족을 위한 혜택만을 지원하는 형태가 아닌 장애아 가족의 삶의 이해하고자 하는 사회적 인식 변화와 장애아 가족의 양육역량을 강화하기 위한 정서적 지원 등의

좀 더 본질적 방안 모색이 필요하다고 하였다. 정다희(2017)의 장애아 부모에 관한 선행연구 메타분석에서 장애아 부모는 자녀의 상담 및 재활, 교육뿐만 아니라 나아가 부모 및 가족의 심리적 지원에 대한 관심이 높아지고 있다고 하였다. 이는 부모의 상담 욕구 상승과 더불어 다양한 상담 기법의 개발과 접목의 영향으로 보인다고 하였다.

장애아 어머니의 양육 스트레스 관리와 긍정적 정서 향상에 효과가 있다고 입증된 중재 프로그램을 선행연구에서 살펴보면 표 II-1과 같다.

표 II-1. 장애아 어머니를 위한 중재 프로그램 선행연구

연구자 (연도)	주제 및 대상(회기)	내용	측정변수	시사점	한계점
김영한 김한영 (2020)	-심리운동 프로그램 -중도장애아동 부모 16명 (12회기)	신체활동의 움직임에 초점을 두면서 운동을 매개로 한 신체적인 움직임의 놀이	회복탄력성	- 심리운동 활동 중재가 긍정적인 상호작용과 회복탄력성을 증가시킴	-단일 지역과 다양한 장애유형 부모가 아니었다는 점. -사례연구를 통한 심층적 분석 요구
김은라 외 (2019)	-액션러닝기반 부모교육 -어머니 20명 (21회기)	가족탄력성 관련 사전강의, 문제 개발, 문제 탐색, 문제 명료화, 해결책 도출, 우선순위결정, 실행계획 세우기, 실행, 성찰	가족탄력성	-액션러닝 학습 방법을 통해 역량, 탄력성 등 심리적 요인 강화시킴 -부모교육프로그램 만족도 높음	-프로그램에 대한 연구 대상자의 심층적인 의견을 분석하지 못한 점.
박주호 김승환 (2018)	-수용전념 집단미술치료 -발달장애어머니 11명(13회, 120분)	수용전념치료와 집단미술치료 접목	심리적안녕감 심리적유연감	-수용전념 집단치료 프로그램을 통해 부정적인 감정 해소, 삶에 대한 긍정적 감정 회복 증가시킴	-지역적인 제한과 적은 표본 -다양한 대상자 연구 진행 필요 -추후검사를 통한 지속적인 효과검증 필요
안은경 (2018)	-격려스트로크 집단프로그램 -발달장애부모 6명(8회, 120분)	-핵심과정을 신념 체계, 조직유형, 의사소통 과정으로 구성 -기존 활용 기술을 격려하기로 구성	가족레질리언스	-장애부모가 함께 참여하여 가족 레질리언스 향상시킴 -장애가족 특성을 이해하고 수용하여 가족에 대한 긍정적인 스트로크 향상시킴	-장애부모와 동일하게 비장애 형제에게도 연구 필요

양수현 (2017)	-부모결연프로그램 -장애아어머니 10명(5회, 120분)	-장애와 가족의 이해, 상담의 기초, 양육정보 제공, 지역사회 정보 등으로 구성됨 -사전교육은 관련 전문가 진행	양육스트레스 양육효능감	-동질 집단으로부터의 정서적·정보적 지원이 양육스트레스 감소에 긍정적 영향을 주고 양육효능감이 증진시키는 데 효과적 지원방법	-연구대상자간의 동질성을 높여야 한다는 필요성 -지원을 제공한 어머니 변화 연구 필요
진영현 (2016)	-푸드아트테라피 적용한 RT 부모교육 -발달장애어머니 9명(8회, 150분)	-RT부모교육이론을 통해 장애의 발달적 특성 이해하고 바람직한 양육태도와 상호작용 촉진 전략 습득	자기효능감 상호작용	-자기효능감과 상호작용에 효과적 -장애발견에 따른 심리적 충격, 양육스트레스 완화에 효과적	-8회기 단시간 실시로 인한 일반화 한계 -비디오촬영의 거부감으로 통제집단 검사할 수 없음 -가족 구성원으로 확대 필요성
신인수 (2015)	-행복증진부모교육 -발달장애어머니 10명(12회기, 120분)	-행복이론과 개인 성격강점 및 긍정적 생활경험을 다루고 낮아진 자존감 회복을 위해 수용과 공감으로 구성	심리적 안정감 감사성향	-행복인식과 행복경험을 통해 행복요인을 도출하고 심리적 안정과 감사성향 향상	-다양한 지역과 장애영역 확대하여 연구 -질적연구 방법 중 합의적 질적 분석을 사용하여 주관성을 배제할 수 없다는 한계점
이옥등 (2014)	-장애아동부모 역량강화 프로그램 -장애아어머니 15명(10회기, 120분)	-혼합연구(양적, 질적) -어머니 자신이해, 자녀의 이해, 고유성, 의사소통, 대처능력 강화, 삶의 비전발견	자기효능감 가족효능감 사회적 효능감 어머니 자신 이해, 자녀의 이해, 대처능력 강화, 삶의 질 향상	어머니의 자기 효능감, 가족효능감, 사회적 효능감을 향상 시킴 자기효능감, 가족효능감, 사회적 효능감을 위한 척도 개발	-효능감 척도의 각 영역별 하위요인분석 필요 요망 -프로그램 운영시간 주중 진행 고려, 자녀의 연령 및 장애유형의 다양화를 고려한 운영이 요망됨
왕영선 (2013)	-발달장애아동 가족의 가족탄력성 강화를 위한 인지행동치료프로그램 -발달장애아어머니와 비장애인형제 각20명(12회기, 120분)	자기 모니터링, 인지적 재구성, 의사소통 훈련, 문제해결 훈련	자동적사고역기능적태도 심리적안정감 양육효능감 가족탄력성	-발달장애아동 어머니와 비장애 형제, 각각 그 특성을 고려한 인지행동프로그램 개발 -발달장애아동 어머니와 비장애형제의 가족관련 부적응사고 및 신념의 변화	-어머니와 비장애 형제가 동일한 시기에 함께 참여하여 프로그램 효과성을 필요가 있음. -프로그램 효과의 지속과 유지에 대한 평가를 위해 추후검사가 필요함

유정환 (2012)	-해결중심집단 상담 -발달장애아어 머니 23명(6회 기, 120분)	강점과 자원을 중 시하는 해결중심 단기 치료의 관점 에 기초로 진행됨	자존감 양육효능감 사회적문제 해결능력	-취학전 아동을 양 육하는 어머니의 문 제해결력 강화 목적 으로 개발 -부모효능감, 사회 적 문제해결능력의 하위요인인 긍정적 문제지향, 사회적문 제해결 향상됨	-변화의지가 있는 자발 적 참여자로 모든 대상 에게 확대 적용 한계 -6회기의 단기적 접근 및 어머니로만 구성된 접근으로 향후 가족 구 성원을 포함하는 포괄 적 프로그램 요망 -무선배정 필요성요구
조은미 천성문 이영순 (2011)	-지지적집단상 담 -발달장애아어 머니 8명(8회 기, 120분)	자기노출, 집단원간 의 유사성·공통성 확인 및 경험 공유, 가족관계 문제해결 방안 모색, 긍정적 사고와 경험 공유, 장애자녀의 장점발 견, 미래계획설계 내용으로 구성됨	사회적지지 자아존중감 심리적안녕 감	사회적지지, 양육효 능감, 심리적 안녕 감 향상시키는데 효 과적	-지지적 집단상담의 어 떤 요인들이 심리적 아 녕감의 하위요인들과 관련되는지에 대한 과 학적 결과 도출 요망 -효과성 지속을 위한 집단원 후속모임 필요
정진혜 (2008)	-집단미술치료 -발달장애아어 머니 5명(12회 기, 90분)	자기표출과 자아인 식을 통한 통찰의 계기,	부모효능감 양육스트레 스 자아개념	부모효능감 향상과 양육스트레스 감소, 긍정적인 자아개념 을 습득하는데 효과 적	-짧은 회기로 인하여 깊은 부정적 감정 변화 의 어려움 -연구자 직접 참여로 인한 주관적 해석 가능 성 -가족체계적 관점에서 가족 전체를 대상으로 하는 연구 요망
최인경 (2008)	-양육행동변화 를 교육프로그 램 -발달장애아어 머니 10명(12 회기, 120분)	-발달놀이치료, 인 지-행동치료, 자기 성장 모델 내용 포 함하여 구성 -정보와 지식요인 아동 부적응 행동 이해와 대처방법, 훈육, 학습지도, 의 사소통 -가족지원: 지원사 업정보, 부모 형제 역할 습득, 여가시 간 활용	양육행동 양육스트레 스 양육효능감 자아존중감 우울	영유아기 발달 장애 아동 어머니의 양육 행동의 직접적인 변 화를 도모하고 여러 관련 변인을 포괄적 으로 접근하기 위해 다양한 기법을 활용 하는 통합적 방법을 활용하여 양육의 질 을 높임	-자폐뿐 아니라 정신지 체 등 다양한 유형별 부모요구를 파악하여 부모 교육프로그램을 제공 요망

이금섭 송미화 (2007)	-가족기능강화 부모교육 -자폐성 장애 유아 어머니를 대상으로 -자폐성장애티어 어머니 3명(11회기, 150분)	-가족중심 모델을 근거로 가족기능강화프로그램 -강의와 토론형태 -건강한 부부관계와 화목한 가족관계, 부정적 정서완화, 의사소통증진, 욕구해결 모색으로 구성	가족기능의 응집성 결혼만족도 자아존중감 스트레스	가족기능 강화 프로그램 개발하여 양적, 질적 분석을 병행함	-유아가 아닌 다른 연령의 자녀를 둔 부모 연구 요망 -많은 참여자를 대상으로 적용하고 효과를 살피는 것이 필요함
설진화 (2005)	-역량강화를 위한 부모교육 -정신지체장애 부모 10명(9회기, 180분)	-장애가족지원, 장애아 학습, 생활지도교육, 부모스트레스 대처교육, 장애아 직업, 복지에 관한 교육 등으로 구성	자기효능감 대처능력 스트레스	-장애아 부모들의 욕구와 강점에 기초하여 부모역량을 강화, -사회복지사의 주도하에 다학제적 팀 접근이 이루어졌으며 동료집단의 상호 지지와 상호작용을 적극 지지	-역량강화의 하위요인을 제한하여 효과 분석함. 나머지 요소 검증 필요 -부부가 동시에 부모교육 참여 요망 -효과 지속성에 대한 검증 요구
손유니 (2002)	-능력강화를 위한 가족지원 프로그램 -정신지체장애 부모 10명(9회기, 180분)	-적극적인 대처행동, 스트레스 조절, 긍정적 의미 찾기, 가족 강점 강화, 배우자의 지지, 정보제공 등으로 구성	스트레스 자기효능감 대처능력	-가족의 요구를 사정하고 요구를 기초로 하여 가족의 강점을 찾아 부모의 자기효능감과 대처능력을 강화하는 프로그램을 개발하여 실시	-효과 분석을 위해 양적 측정뿐만 아니라 질적 분석을 함께 실시함으로써 집단의 변화과정이나 성원들 간의 지지 유형을 알아보는 것이 필요함

장애아 부모의 양육스트레스와 긍정적 정서 향상에 효과가 있다고 근거가 입증된 중재 프로그램은 다양한 이론을 접목하여 연구되었다. 프로그램의 다양한 이론을 살펴보면, 미술치료(김명준, 2008; 김은화 외, 2015; 박주호, 김승환, 2018; 정진혜, 2008; 윤혜경, 2015), 역량 강화(김은라 외, 2019; 설진화, 2005; 손유니, 2001; 이금섭, 송미화, 2007; 이옥등, 2014), 인지행동치료(곽경화, 정현희, 2010; 왕영선, 2013), 해결중심(유청한, 2012; 황은, 이현주, 2003), 심리운동(김영한, 김한영, 2020), 로고테라피(박국향, 2020), 수용전념치료(박주호, 김승환, 2018), 푸드아트테라피(양수현, 2017), 행복증진(신인수, 2015), 양육 교육(최인경, 2008), 음악치료(이시아, 2016) 등 꾸준히 연구되어 오고 있다.

발달 장애아 부모를 대상으로 한 프로그램에 대하여 메타 분석한 연구 결과(정다희, 2017)에 따르면, 장애아 부모는 자녀를 양육하면서 받은 부정적 정서와

사회적인 부담감, 가족 구성원 사이에서의 스트레스 관리가 필요하다. 또한 이와 더불어 장애 자녀를 둔 부모로서가 아니라 한 개인으로서 자신의 심리적 건강을 지원하는 상담체계의 필요성에 공감하고 있다. 양미란(2021)은 발달 장애아 어머니의 삶의 질 구조모형 연구에서 어머니의 삶의 질을 향상시키기 위해서는 스트레스를 완화 시키고, 양육효능감과 자조 행동을 증진 시킬 수 있는 전략이 필요하다고 하였다.

장애아 어머니를 위한 연구들의 프로그램 구성을 살펴보면, 장애에 대한 이해와 부적응 행동에 대한 대처, 의사소통, 정보제공 등의 교육으로 구성되었다. 물론 프로그램 내용 중에는 정서적인 접근이 없는 것은 아니었다. 장애아 어머니의 강점을 인식하고 긍정적 사고를 이끌어내기 위한 접근을 볼 수 있었다.

하지만 선행연구자의 제언처럼 장애 자녀를 둔 부모로서만이 아니라 어머니 한 개인으로서의 심리적 건강을 지원하기에는 한계가 있다(이성희, 전길양, 2004; 정다희, 2017). 어머니 자신의 고유한 가치를 발견하고 삶의 긍정성을 발견하여 직접적인 성장을 다루는 개입이 필요하다. 특히 장애아 어머니는 자녀의 장애로 인한 삶의 고통에서 삶의 의미와 가치를 발견할 때 자책과 무능력감에서 벗어날 수 있다. 그리고 삶의 덧없음에서 책임 있는 행동을 취할 동기를 발견할 수 있다. 이러한 동기의 발견은 인간적 성취와 완성으로 바꿀 수 있고 더 나은 삶으로 나아갈 변화를 끌어낼 수 있다. 따라서 삶의 의미와 가치를 발견하는 데 도움을 주는 로고테라피 집단 상담연구가 장애아 어머니에게 절실히 필요한 시점이다.

4. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램

가. 로고테라피의 인간 이해

로고테라피(Logotherapy)는 오스트리아 정신과 인사인 Viktor E. Frankl에 의해 체계화된 상담이론이다. 로고테라피에서 로고스(logos)란 그리스어로 의미(meaning)와 영(spirit)인데 여기서 말하는 영은 종교적인 의미에서의 영혼이 아니라 인간으로 실존(實存)한다는 의미와 함께 인간 존재의 인간다움을 말한다.

그리고 신적인 정신이나 지혜, 이성, 의미 등을 뜻하고 국내에서는 의미치료로 해석되었다. 로고테라피는 프로이트의 정신분석과 아德勒의 개인심리학에 이어 빈의 3대 심리치료라고 불리며, 인간이 지닌 정신적 차원의 의미나 가치는 인간에서 있어서 본질적 차원임을 강조함으로써, 기존의 정신분석과 개인 심리학적 심리치료와 차별성을 두었다.

로고테라피의 인간관은 기본적으로 실존적 존재로서의 인간을 바탕으로 하고 있지만 가장 핵심적으로 인간은 최악의 조건에서도 영적인 자유와 존엄성을 유지하는 능력을 가진다는 영적 차원에 대해 강조한다. Frankl은 나치의 수용소 경험을 통해 인간이 신체적 및 심리적 특성과는 별개로 영적인 자유에 대한 갈망이 있고, 어떤 상황에서도 결코 빼앗길 수 없으면 이러한 영적차원의 자유가 인생을 의미있고 가치 있게 만든다고 주장하였다(한재희, 남지연, 2020). 로고테라피에서 강조하는 실존적 관점에서의 인간에 대한 핵심적 특성을 분류해 보면 영성적 존재, 자유적 존재, 책임적 존재, 자기초월적 존재로 설명할 수 있다.

첫째, 영성적 존재이다. Frankl의 영적 차원은 종교적 특성을 의미하는 것이 아니라 인간 안에 존재하는 정신을 뜻하는 것으로 인간에게만 있는 고유한 현상들의 차원이자 인간을 인간답게 하는 것이다. Frankl은 인간 실재를 가장 뚜렷하게 대표할 수 있는 현상을 의미추구라고 정의하였다. 그리고 인간이 된다는 것은 정신분석에 강조하는 충동적 존재가 되는 것이 아니라 개인 각자가 원하는 존재가 되기로 선택한 것이다. 영성적 존재로서 인간이 된다는 것은 책임있는 존재, 즉 자신의 실존에 대해 책임을 지는 존재가 된다는 것을 의미한다.

둘째, 자유적 존재이다. 인간은 자유를 지닌 존재이며 모든 상태로부터의 자유가 아니라 특정한 상태에 대해 어떤 태도를 취할 수 있는 자유를 의미한다. 즉, 인간의 자유는 어떤 상황에서의 해방이 아니라 태도를 취하는 자유로서 책임이나 양심적 존재로서의 자유를 의미한다. 로고테라피에서는 인간을 생물적 본능에 초점을 두기 보다는 실존적 차원, 즉 인간의 자유의지와 의미를 추구하며 인간답게 살아가고자 하는 욕구에 대해 주목한다.

셋째, 책임적 존재이다. 인간은 자신을 어떤 사람으로 만드는데 대한 책임이 스스로에게 있음을 의미한다. 자유와 더불어 책임성은 ‘내가 삶에서 무엇을 기대하고 있느냐?’로 질문을 하는 것이 아니라 ‘삶이 나에게 무엇을 기대하고 있느냐’

로 질문을 받는 것이다. 각 개인은 삶에 어떠한 태도를 가지고 살아갈 것인지에 답하고, 삶에 책임을 져야 하는 존재인 것이다. 인간은 허무성의 충동과 압력으로 말미암은 것이 아닌 자신의 삶에 책임을 질 수 있을 때 비로소 진정한 실존적 존재가 되는 것이다(한재희, 남지연, 2020).

넷째, 자기초월적 존재이다. 초월이란 나를 넘어서거나 올라가는 의미를 지니고 있다. Frankl의 자기초월은 인간으로서 존재한다는 의미를 내포하고 있다. 실존은 자아성찰이나 자아실현에 머무르는 자신에게 있지 않고 오히려 어떤 의미 있는 일을 실행하거나 다른 사람들과 관계를 맺음으로서 완성되는 자기초월적인 삶을 사는 존재임을 강조한다. 자기초월과 관련하여 Frankl이 제시하는 또 다른 특징은 자기 성찰을 위한 가능성으로서의 자기초월이다. 이때 자기 초월은 인간이 자신과 거리를 둘 수 있는 능력이 있음을 의미한다. 이는 자신에 대해 객관화시킬 수 있다는 점에서 자신에 맞서 대항할 수도 있고 또 필요에 따라서는 자신을 거부할 수도 있는 정신의 저항 능력을 말한다(한재희, 남지연, 2020). 따라서 인간은 이러한 자기초월의 특징을 통해 개인의 가치와 의미를 발견하게 된다.

나. 로고테라피의 주요 개념

Frankl의 로고테라피는 가장 기본적으로 의미에의 의지, 의지의 자유, 그리고 삶의 의미라는 기본 개념을 바탕으로 두고 있다. 또한 삶의 의미와 관련하여 창조적 가치, 경험적 가치, 태도적 가치라는 가치구조를 통해 삶의 의미를 발견하도록 한다. 이와 더불어 인간의 삶에 있어서 한계 현상이라 할 수 있는 고통과 죽음, 그리고 죄에 대한 의미 역시 의미치료에서는 중요한 개념이다. 이러한 의미치료의 개념들은 인간만이 지니고 있는 독특한 특징이며, 인간으로 자기 초월의 능력을 가능하게 하는 요인들이다(한재희, 남지연, 2020).

1) 의미에의 의지

Frankl은 인간이 불행함 속에서도 가치를 발견하고 의미를 추구하고 있다는 사실에 주목했다. 이를 통해 그는 인간이 지닌 본능적 욕구보다도 삶의 의미 추구를 향한 인간 행동이 삶의 근원적 동기라고 주장하며 의미에의 의지(will to

meaning)로 설명하였다. 이는 프로이트의 정신분석에서 중심으로 하는 쾌락의 원칙(pleasure principle)과 아들러의 개인심리학에서 강조하는 권력에의 의지(will to power)와 대조되는 것이다(김미라, 2021b).

의미에의 의지란 가능한 최선을 다해 인간존재의 의미를 완수하고 자신의 삶의 가치를 실현하고 하는 인간의 노력을 뜻한다. Frankl은 전쟁포로 수용소와 나치 수용소에서의 실험은 “살아야 할 ‘왜’(이유)를 아는 사람은 삶의 어떤 상황 ‘어떻게(어려움)’도 견뎌낼 수 있다”는 철학자 니체의 말을 확인시켜주었다. 그리고 니체의 ‘왜(이유)’는 어떤 상황만을 포함하는 것이 아니라 단 한 번뿐인 삶의 고유한 과제, 그리고 모든 인간의 삶은 존재적으로 유일하고 본질적으로 고유하다는 유일성과 고유성을 포함한다는 것을 확인시켰다(김미라, 2021b). 우리 모두는 각자 이 세상에 존재하는 이유가 있고, 각자 자신만의 유일한 삶의 의미를 가지고 있다. 어떤 선택을 했을 때 그 선택이 내 삶의 유일한 의미에 부합한다면 우리는 비로소 내면의 진정한 기쁨을 느끼게 된다. 의미를 추구하고자 하는 의지는 인간만의 고유한 본성이기에, 인간이라면 누구나 의미 있는 삶을 살고 싶어한다. 하루를 살더라도 진정으로 의미 있는 삶을 살고 싶은 것이 인간의 본성이다(김미라, 2021b).

2) 의지의 자유

의지의 자유(freedom of will)는 로고테라피의 주요 원칙에서 인간은 신체적, 심리적, 사회적, 환경적인 어떤 한계에도 불구하고 여전히 선택할 수 있는 ‘의지의 자유’를 가진 존재라는 것이다(김미라, 2021b). 인간은 신체적, 심리적, 환경적인 조건으로부터 자유롭지 못하다. 하지만 자신의 이러한 조건들에 대한 한계를 수용하며 극복하기 위해 스스로 결정하며 자유롭게 맞설 수 있는 능력을 가지고 있다. 인간은 살아가면서 자기 삶의 의미가 무엇인지 찾을 자유를 갖고 있고, 고난에 대해서도 마찬가지로 어떤 태도와 의미를 취할 것인지 선택할 자유가 있다. 인간이 살면서 고난과 역경이라는 한계나 통제 불능의 상황에 맞닥뜨릴 수 있지만 그 마지막 최후의 순간에 역경을 마주하고 자신의 태도를 선택할 수 있는 것 또한 인간에게 있는 ‘의지의 자유’라는 특성이 있기 때문이다(한재희, 남지연, 2020).

현대인들은 무가치와 무의미, 공허감과 허무감으로 힘들어한다. 로고테라피에서는 이러한 상태를 실존적 공허라 부른다. 현대를 살아가는데 가장 큰 고통은 삶에 대한 목표를 상실하고 권태감을 느끼며, 왜 사는지, 어떻게 살아야 하는지에 대한 의미와 목적이 결핍되었기 때문이다(강윤영, 2008). 그러나 인간은 최악의 상황에서도 어떤 사람이 될 것인지, 무엇을 선택할 것인지에 대한 태도를 바꿀 수 있는 자유의지를 가지고 있다. 이런 인식은 우리를 동물과는 다른 진정한 인간에게 해 준다. 우리에게 선택의 자유가 있다. 그리고 우리는 늘 선택해 왔다. 우리의 자유로운 선택에는 항상 책임이 따른다.

그러나 이때 따르는 책임은 우리를 억압하거나 억누르지 않는다. 모든 것이 결국 나의 선택이면 결정이었다는 인식은 우리 자신이 우리 삶의 주인으로서 진정 자유롭고 책임 있는 선택을 할 용기를 준다. 그리고 자유롭고 책임있는 선택이야말로 의미있는 삶, 나아가 본질적으로 인간을 진정 인간에게 하는 인간 존재와 실존의 핵심이다(김미라, 2021b). Frankl은 진정한 자유란 어떤 것에서 해방되거나 도피하는 것이 아니라 오히려 그 대상을 향하는 것이라고 말한다. 그리고 진정한 자유는 책임 있는 선택이며, 무언가 혹은 누군가를 향하는 것이라고 하였다. 실제로 인간은 의미를 추구하는 데 있어 양심을 통해 인도 받는다. 양심은 어떤 상황에서 의미를 찾아내는 인간의 직관적인 능력이며 가치를 창조하는 원천이다.

이러한 Frankl의 인간 책임성에 대한 강조는 범결정주의의 극복이라 할 수 있다. 인간은 생물학적, 심리적, 사회적 조건들을 극복할 수 있는 능력을 가지고 있으면 원인과 결과의 법칙에 지배되는 심리적 기계가 아니라 궁극적으로 스스로 결단하는 주체인 것이다. 따라서 자기 초월과 책임있는 행위에 의해서 단순한 생물적, 심리적 평면을 떠나 인간의 고유한 영역, 즉 정신적 차원으로 들어간다(한재희, 남지연, 2020).

3) 삶의 의미

Frankl은 인간에 대하여, 다른 어떤 욕구나 동기보다도 가치 있고 가장 기본적인 동기를 ‘삶의 의미’를 추구하는 정신적인 욕구로 보았다(Cooper, 2014; Frank, 2017). 인간은 누구나 식욕이나 수면욕, 성욕 등 신체적 욕구뿐만 아니라 즐거움

이나 타인과의 친밀감, 또는 권력이나 명예를 추구하는 심리적 욕구 역시 인간에게 매우 중요한 것으로 삶의 동기를 제공한다. 그러나 Frankl은 인생의 충만함과 만족을 위해 진정으로 노력해야 하는 기본 동기를 삶의 의미를 가지려는 태도라고 주장하였다. 삶의 의미는 사람마다 다르고 인생의 과정에 따라 달라지기 때문에 삶의 의미에 대해 쉽게 답하기는 어렵다. 그러나 각 개인은 다른 사람으로 대체될 수 없으며, 삶 또한 반복될 수 없기 때문에 각자의 과제는 그것을 수행하는 사람의 특수함만큼이나 독특하고 오직 자신만이 성취할 수 있는 대체 불가능의 특성을 지닌다(한재희, 2019). Frankl은 삶의 의미에 있어서 보편적인 의미라는 것은 없으며 오로지 개별적인 상황이 지닌 유일한 의미만이 존재함을 강조하였다.

개인에게 있어서 진정한 삶의 의미가 발견되려면 책임과 자기초월이라는 핵심 요소가 필요하다. 자신이 스스로에 대한 진실함과 자유를 지닌 존재가 되기를 원하고, 본연의 자신으로서 유일한 존재가 되기를 원할 때 선택은 무책임하게 이루어지는 것이 아니다. 오히려 책임은 자기중심적인 태도에서 벗어나 이를 초월할 것을 요구한다(한재희, 남지연, 2020). 삶의 의미라는 개념에 있어서 기본적으로 인간은 의미를 추구하는 존재이며 의미를 강하게 추구하는 사람일수록 건전하며, 의미 추구가 중단되거나 좌절되면 삶은 병들게 되고 심리적인 문제를 표출하게 된다. 의미나 사명은 사람마다 시기마다 각각 독특하기 때문에 인간이 추구해야 하는 삶의 의미는 일반적인 삶의 의미가 아니라 주어진 그 순간에 그 사람이 실현되어야 하는 것이며 답을 찾기 위한 질문을 자기 스스로 던지고 있다는 것을 인식해야 한다. 그리고 답은 자신의 삶에 대한 책임을 지는 것을 통해서만 가능하다. 결국 이것이 로고테라피가 인간존재의 본질을 책임으로 보고 있는 이유이기도 하다(한재희, 남지연, 2020).

로고테라피에서는 어떤 치료자도 의미를 ‘처방(prescribe)’해서는 안 된다. 의미는 처방하는 것이 아니라 ‘기술(describe)’하는 것이다. 로고테라피 치료자가 의미를 기술한다는 말은 말 그대로 인간이 인간으로서 존재하는 그대로를 어떤 해석 없이 순수하게 기술한다는 뜻이다. 이와 같이 의미와 가치에 대한 인식을 증진시키는 과정에서 결국 삶은 마지막 순간까지 절대 멈추지 않고 의미가 있다는 것을 확인할 수 있게 될 것이다(김미라, 2021b).

다. 삶의 의미 발견의 가치구조

1) 창조적 가치

로고테라피에서 삶의 의미에 세 가지 방식으로 발견할 수 있다고 하였다. 먼저 우리는 세상에 주는 것(창조적인 일)을 통해 의미를 발견할 수 있다. 창조적 가치를 통한 의미 발견이란 세상에 내가 무언가를 줌으로써, 즉 뭔가를 행함(doing)써 의미를 발견하는 것이다. 창조적 가치란 어떤 일을 통해서 의미를 발견하는 것인데, 이때 그 일은 전문적이고 대단한 어떤 일만 이야기하는 것은 아니다. 일상 속에서 우리는 알게 모르게 어떤 형태로든 세상에 무언가를 주고 있다. 그것을 인지하느냐 못하느냐, 거기에서 의미를 찾느냐 못 찾느냐의 차이가 있을 뿐이다(김미라, 2021b).

2) 경험적 가치

Frankl은 경험적 가치에 대해, 우리가 세상으로부터 받은 것을 통해서 의미를 발견할 수 있다고 말하며 이를 경험적 가치라고 정의하였다. 즉 경험적 가치란 자신이 직접 창조해 내지는 않았지만, 타인이 창조해 놓은 것을 경험함으로써 느끼는 가치를 말한다. 이러한 경험은 사람들과의 진정한 만남을 통해 실현되며, 사람에게 감동을 자연, 나무, 풀, 하늘 등 자연과의 만남, 예술작품과의 만남, 영화 속 어떤 인물과의 만남, 신과의 만남, 세상의 진, 선, 미와의 만남, 이러한 참 만남을 통해 우리는 평범한 일상 속에서도 얼마든 삶의 의미를 발견할 수 있다(김미라, 2021b). 경험적 가치는 또한 상대와의 사랑의 경험을 통해 또 다른 방식으로 실현된다. 인간은 사랑을 통해서 다른 사람의 가장 깊은 내면을 파악할 수 있고 사랑 속에서 자신의 독특한 본질을 이해할 수 있다. 따라서 경험적 가치는 자연과 문화를 체험할 때 성취되거나 혹은 다른 사람을 사랑할 때 가능해진다. 이것은 Frankl이 강조하던 사랑의 의미와도 일맥상통한다(한재희, 남지연, 2020).

3) 태도적 가치

삶의 의미를 발견을 위한 태도적 가치는 삶에 대해 어떤 태도를 가지느냐를

말한다. 로고테라피에서는 삶의 3대 비극, 즉 고통, 죄책감, 죽음(인간이라면 누구도 피할 수 없는 것이기에 비극이라고 하였다)에 대해 우리가 어떤 태도를 취하느냐 하는 태도적 가치를 통해 삶의 의미를 발견할 수 있다고 하였다. Frankl은 창조적 가치나 경험적 가치를 통해 삶의 의미를 발견하기 어려운 상황에서도 인간은 언제나 태도를 통해 의미를 발견할 수 있다고 말한다. 그리고 창조적 가치나 경험적 가치보다 태도적 가치를 통해 의미를 발견하는 것이 더 어려운 일이라고 말하면서, 태도적 가치를 통한 의미의 발견을 다른 두 가지보다 더 우위에 두었다(김미라, 2021b).

라. 로고테라피 기반 선행연구

로고테라피 집단상담 프로그램은 여러 연구를 통해서 그 효과가 입증되었다. 먼저 해외 연구를 살펴보면, 지적장애 아동의 어머니 대상으로 8회기 로고테라피 집단상담을 실시하였다. 실험집단은 타인과의 관계, 자율성, 개인적 성장 및 환경 숙달 등 심리적 웰빙이 향상되었다(Fraramarzi & Bavali, 2017). Siadat와 Gholami(2019)는 로고테라피 집단상담을 약물 중독 대상자 18명에게 10회기로 실시하였다. 결과는 탄력성이 증가되었고, 참자아, 개인의 가치 선택과 삶의 의미 발견이 증가되었다(박국향, 2020 재인용).

국내 연구에서도 로고테라피를 기반으로 한 집단상담이 개발 및 적용되고 있으며 다양한 대상자에 실시되었다. 노인을 대상으로 한 연구에서는 우울 감소와 자아통합감, 자아존중감, 자기효능감 증진에 효과가 있는 것으로 나타났다(김찬희, 2018; 도지화, 2019; 신선우, 2011; 심정자, 2015). 성인을 대상으로 한 연구에서 삶의 목적, 심리안정감, 자아존중감, 결혼만족도, 극복력 정도, 삶의 질, 우울, 양육 스트레스에 효과가 있는 것으로 나타났다(구본진, 2007; 김미남, 2010; 김태호, 2004). 그리고 고등학생을 대상으로 한 연구에서는 삶의 목적, 책임감 증진에 효과가 있는 것으로 나타났다. 이상으로 로고테라피를 기반으로 한 중재 프로그램을 표 II-2에 제시하였다.

표 II-2. 로고테라피를 적용한 국내 선행연구

연구자 (연도)	주제 및 대상(회기)	중재방법	측정변수	시사점	한계점
박국향 (2020)	-로고테라피 기 반한 집단상담 프로그램 - 발달장애아동 부모 10명(8 회)	교육 발표 지지	삶의 의미 우울, 양육스트레스	삶의 의미 증진 우울, 양육스트레스에 저하에 효과	- 질적 연구 수행 필 요
임영숙 (2019)	- 집단미술활동 을 적용한 프로 그램 개발 및 효과 - 학령기 후기 (4-6학년) 아 동 대상(실험 군37명, 통제군 33명, 12회기)	미술활동 발표 지지	자아정체감 삶의 의미 학업스트레스 스트레스증상	- 집단미술활동을 적용 한 의미요법 기반 프 로그램은 삶의 의미를 높이고 학업 스트레스 와 스트레스 증상을 감소시킴으로써 자아 정체감 증진에 효과가 있음을 보여줌	- 사후 및 추후(3주 후) 효과 평가가 이루어졌으나, 프로그램의 장기적인 효과(3개월, 6개월 후)는 검증되지 못함.
도지화 (2019)	의미치료 기반 노인집단미술치 료 프로그램 개발 - 노인복지관 65 세 이상 노인(실험 군10명, 통제 군11명, 12회기)	교육 이야기 발표하기 면담 지지	삶의 의미 삶의 만족	- 삶의 의미와 삶의 만 족 유의미한 결과 - 노인을 대상으로 의미 치료기반 프로그램이 효과적인 프로그램임을 검증	- 향후 노인들의 특성 을 고려한 다양한 형 태의 매체와 대상자 의 수준을 고려한 표 현기법 개발 필요성
김찬희 (2018)	우울증상을 가 진 지역사회 노 인을 위한 집단 의미치료 프로 그램의 효과 - 우울증상을 가 진 노인(실험 군23명, 대조군 21명, 8회기)	교육 이야기 면담 영상관람 지지	우울 불안 자아존중감 삶의 의미 삶의 질	- 삶의 의미, 우울, 자아 존중감, 삶의 질에 대 해서는 유의한 차이를 보임 - 불안에 대해서는 유의 한 차이를 보이지 않 음	- 프로그램 종료 후 추 후조사 미 실시(프로 그램 효과의 지속성 확인 필요)
심정자 (2015)	노인의 자아통 합감 증진을 위 한 의미치료 프 로그램 개발 - 60세 이상 노 인(실험군12명, 통제군15명, 8 회기)	교육 이야기 명상 발표 면담 지지	자아통합감 자아존중감 우울 죽음불안, 자기효능감	- 자아통합감, 자아존중 감, 우울, 자기효능감 에서는 유의한 차이를 보임 - 죽음불안 척도에서는 유의한 변화를 보이지 않음	- 개발된 의미치료 프 로그램이 죽음불안을 감소시키는 일시적인 효과는 있으나 그 효 과가 지속되지 않는 다고 할 수 있음. 향 후 죽음불안 감소의 효과를 지속시킬 수 있는지 후속연구가 필요.

신선우 (2011)	의미요법 이론적 관점에서의 노년기의 의미 찾기 -65세 이상 노인(8~10명, 8회기)	교육 이야기 영화감상 면담 지지	삶의 의미	- 삶의 의미 유의한 차이를 보임	-사전, 사후, 추후 조사 사실시에 따른 분석을 수록하지 않음(프로그램 개발 및 소개에 그치고 있음)
김미남 (2010)	기러기엄마의 안정감 향상을 위한 의미요법 프로그램 연구 -기러기엄마12명(8회기)	교육 이야기 면담 영화감상 지지	심리안정감 자아존중감 삶의 목적 결혼만족도	-심층면접을 통해 면접 대상자의 심리적 고통을 파악하고 삶의 의미를 찾는 프로그램을 제시	-단순 설문조사에 국한한 조사가 이루어짐 -실험군과 대조군, 사전과 사후 비교 연구가 이루어지지 않음
구본진 (2007)	의미요법에 기반한 집단상담 프로그램극복력 증진 프로그램의 개발 및 효과 -부인암 여성 4인(5회기)	교육 이야기 발표하기 면담 지지	극복력 정도 삶의 목적 희망 심리사회적고통 신체적 증상 삶의 질	- 극복력 증진, 삶의 의미, 희망정도, 심리사회적 고통, 신체적 증상, 삶의 질에 유의한 영향을 미침	-짧은 입원기간동안 진행된 극복력증진프로그램의 한계 존재 -극복력의 경우 가족 지지에 의해서 영향을 받는 것으로 보고되고 있으나, 임상에 불포함
김태호 (2004)	의미치료 집단 프로그램 -확령기 자녀를 둔 주부(실험군10명, 통제군10명, 8회기)	교육 이야기 발표하기 면담 지지	인생목적 자아존중감 결혼만족도	-자아존중감, 인생목적 검사, 결혼만족도 상승 효과가 나타남 -결혼만족도 중 남편에 대한 만족도, 결혼자체에 대한 만족도, 남편과의 대화의 항목에서는 의미 있는 상승	-의미치료와 결혼만족도의 상관관계를 직접적으로 연구한 사전연구가 확인된 바 없음 -프로그램 종료 후 추후조사 미 실시(프로그램 효과의 지속성 확인 필요)
정순이 (2003)	의미요법 집단 상담 -공업고등학교 결혼가정 학생(실험군8명, 통제군8명, 8회기)	교육 이야기 발표 면담 지지	삶의 목적수준 책임감	-실존적 공허 상태에 있는 고등학생의 삶의 목적과 책임감을 향상시키는 의미요법 집단 상담의 효과를 검증	-삶의 목적수준 검사 중 첫채부분만을 활용 -프로그램 종료 후 추후조사 미 실시(프로그램 효과의 지속성 확인 필요)

표 II-2와 같이 다양한 대상자에게 로고테라피에 기반한 프로그램이 개발되고 적용되어 그 효과를 확인하였다. 그리고 장애아 어머니를 대상으로 로고테라피를 적용한 연구는 박국향(2020) 이외에는 드물었다. 선행연구의 프로그램 구성을 살펴보면, 로고테라피의 중심기법 중 삶의 의미 발견을 위한 세 가지 가치를 구성하고 있으나 선택과 책임에 대한 내용, 자기 초월과 죽음이 구성되지 않은 연구도 확인되었다. 그리고 선행연구들의 프로그램 효과 검증 방법을 살펴보면, 프로

그램 사전, 사후, 추후 검사 모두 실시되지 않은 경우도 있었다. 또한 양적 연구를 주로 사용하고 있어, 양적 연구의 신뢰도를 보완하기 위한 질적 연구의 필요성을 제기할 수 있다. 이에 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발 및 적용이 필요하며, 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감을 향상시킬 수 있는 양적 연구 및 질적 연구가 필요하다.

Ⅲ. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발

이 장에서는 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발에 대해 개발 절차 및 내용 구성에 대해 기술하고자 하며, 본 장에서 논의하고자 하는 연구 문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발
절차 및 내용은 어떻게 구성할 것인가?

1. 프로그램 개발 모형

가. 프로그램 개발의 의미

프로그램이란 ‘하나의 목적 달성을 위한 여러 활동의 집합체’라고 정의한다 (Rapp & Poetner, 1992). 다시 말하면, 계획된 일련의 활동과 순서를 통해 궁극적 목적을 달성하고자 하는 목표를 가지고 있다. 그리고 프로그램에는 목적 및 목표, 내용 및 활동 구성의 원리, 구체적 내용 및 활동이 존재한다.

프로그램을 개발하기 위해서는 목적에 적합한 계획 수립과 체계적인 조직 편성이 중요하다. 다시 말하면, 프로그램의 특정한 목적을 달성하기 위하여 그 목적과 관련한 계획에 구체적으로 조직화하는 과정을 거치며, 이를 통하여 통합적이고 구체적으로 교육 내용, 교육 방법, 교육 활동, 교육 매체 등의 내용을 일목요연하게 제시해 주는 일련의 활동 계획, 지침 및 수행평가를 포괄하는 총제이다. 결국 좋은 프로그램을 개발한다는 것은 목적이나 목표를 적절하게 설정하고, 체계적인 내용 및 활동구성의 원리에 따라 구체적인 내용 및 활동을 구성하는 것이 필요하다는 것을 알 수 있다(김창대 외, 2011).

나. 프로그램 개발 모형 고찰

프로그램 개발모형은 프로그램을 개발하는 과정 중에 단계적으로 진행해 나가야 할 절차를 단계적으로 제시해 주는 개념 틀을 의미한다(김진화, 정지웅, 2000; 김창대 외, 2011 재인용). 상담 및 심리교육 프로그램은 교과과정과 달리 그 적용 범위가 목적과 유형, 이론적 접근, 대상 집단, 제반 여건 등에 따라 달라지는 광범위하고 창의적인 활동이기에 일률적인 개발과정을 제시하기가 어렵다(이숙영, 2003). 하지만 지금까지 제시된 개발 모형 중 비교적 체계적으로 제시된 상담 및 심리교육 프로그램 개발 절차 모형(변창진, 1994; 박인우, 1995; Sussman, 2001)을 살펴보고 표 III-1에 제시하였다.

표 III-1. 프로그램 개발 모형 선행연구

단계	변창진(1994)	박인우(1995)	Sussman(2001)	김창대(2011)
	-교육과정 개발모형 이나 수업설계를 기 초함 -9단계 구성	-교육공학에서 사용 되는 체계적인 개발 방식을 도입해야 한 다고 주장 -6단계 구성	-이론적인 기반과 체계적인 평가절차 를 중시 -6단계로 구성	-변창진(1994), 박인 우(1995), Sussman (2001) 모형의 장 점을 통합 -4단계로 구성
1단계	요구 사정	조사	문헌연구	목표수립
2단계	계획 수립	분석	활동의 수집	프로그램 구성
3단계	목표 선정	설계	활동의 선정	예비연구
4단계	내용 선정	구안	선정된 활동의 즉시적 효과연구	프로그램 실시 및 개선
5단계	내용 구성	실시	프로그램의 제작 및 예비연구	
6단계	도구 작성	총괄평가	프로그램의 장기적 효과연구	
7단계	전략 선정			
8단계	평가			
9단계	관리			

먼저 변창진(1994)의 프로그램 개발모형을 살펴보면, 1단계는 요구사정이다. 이는 프로그램 개발 전 어떤 프로그램이 필요한지 확인하는 과정이다. 2단계는 계획수립이다. 프로그램 개발에 관한 청사진이나 설계도를 작성하여 프로그램 개

발계획을 세우는 과정이다. 3단계는 목표선정이다. 프로그램 계획단계에서 확정된 목적에 기초하여 프로그램 참여자의 변화를 구체적으로 제시하는 작업절차다. 4단계는 내용선정이다. 구체적인 목표에 도달할 수 있도록 하기 위한 구체적 활동을 선정하는 과정이다. 5단계는 내용구성이다. 목표를 달성을 위한 선정된 내용을 조직하는 단계이다. 6단계는 도구작성이다. 프로그램 목표와 내용을 바탕으로 프로그램 운영에서 사용할 도구 및 자료를 검토하는 단계이다. 7단계는 전략선정이다. 프로그램 활동의 전개 전략 및 프로그램 형상화 전략을 검토하고 결정하는 단계이다. 8단계는 평가 단계로, 새로 만든 프로그램의 가치와 유용성을 확인하는 절차이다. 변창진(1994)의 모형은 프로그램 실시 대상의 요구를 실증적인 자료를 통해 파악하도록 하는 단계를 중요한 개발단계로 고려하고 있다. 그리고 개발 절차의 객관성과 엄격성, 효과 검증 가능성을 강조하고 있다. 그러나 이론적 모형의 체계성은 크게 강조하고 있지 않고 있으며, 개발과정에서의 내용 및 절차에 대한 지속적인 평가 및 피드백에 대해서는 순환적인 과정을 사용하기보다는 순차적이고 단계적인 과정으로 평가 및 피드백 과정을 보고하고 있다(김창대 외, 2011).

박인우(1995)는 집단상담 프로그램이 보다 과학적인 절차에 의해 개발되려면 교육공학에서 사용되는 체계적인 개발방식을 도입해야 한다고 제안하였다. 개발모형을 살펴보면, 1단계는 조사 단계이며, 문헌고찰과 요구조사가 있다. 2단계는 분석단계이며, 프로그램 목적과 목표의 분석, 회기별 목표 설정이 이루어진다. 3단계는 설계 단계로, 분석한 구성요소를 바탕으로 프로그램의 전반적인 전략과 회기별 제시 방법을 결정한다. 회기별 프로그램의 내용은 문헌연구와 요구조사 결과를 분석해 결정한다. 그리고 전문가의 자문을 통해 프로그램의 이론적 근거, 논리적 연결성, 하위 목표와 회기별 목표의 적절성, 현장 적용 가능성을 검토한다. 4단계는 구안 단계로, 프로그램의 회기별 내용을 구성한다. 이를 위해 현장 전문가와 이론 전문가의 검증을 통해 수정, 보완한다. 5단계는 프로그램을 실시한다. 6단계는 총괄평가 단계로 프로그램 효과에 대해 통계 검증 및 효과 분석을 실시한다. 박인우(1995)의 모형은 프로그램 실시 대상의 요구 파악을 주요 단계로 고려하고 있고, 모형의 체계성, 개발방법의 객관성 및 엄격성, 효과 검증의 가능성을 고려하고 있다. 개발과정의 순환성에 대하여서는 현장 전문가와 이론 전

문가의 검증 단계를 거치는 등 프로그램 개발 단계에서는 이를 고려하였으나, 실시 단계에서는 지속적이고 체계적인 평가가 강조되지 않고 있다(김창대 외, 2011).

Sussman(2001)는 6단계로 프로그램 개발절차가 진행된다고 보고 하였다. 1단계는 문헌 연구로 프로그램 효과를 나타내는 매개변인을 확인하고, 부적응 행동의 원인에 대한 이론적 고찰, 통제하는 방법의 탐색이다. 2단계는 활동의 수집이며, 목적을 위한 활동이나 방법을 수집하고 새로운 활동을 개발하는 것이다. 3단계는 활동의 선정으로 효율적인 활동을 선정하고, 심층면접, 델파이 기법, 초점집단 면접, 카드 분류, 설문지 등으로 지각된 효능 평가를 실시한다. 4단계는 선정된 활동의 즉시적 효과를 연구하는 것이다. 이를 위해 단일 집단 연구, 유사실험 설계, 집단 간 비교 연구, 요소 연구 등이 있다. 5단계는 프로그램의 제작 및 예비 연구이다. 이를 위해 프로그램 활동 및 요소의 구성, 예비연구를 통한 실험, 예비 연구 시 다양한 평가 실시하고 프로그램 수정(활동, 내용, 전략, 모형 등)을 한다. 6단계에서는 프로그램의 장기적 효과연구이다. 이를 위해 이전 연구의 개별적 검토, 프로그램 내의 변인 간의 관련성을 가설적 개념화 후 검증, 변인 간 관련성에 대한 모형의 검증을 들 수 있다.

Sussman(2001)의 모형은 프로그램 대상의 요구 파악, 모형의 체계성, 개발방법의 엄격성, 효과 검증 가능성에 대한 고려에 대하여 매우 세분되어 강조하고 있다. 또한 예비연구를 통해 운영과정에 대한 평가를 실시하며 이를 프로그램 내용에 반영할 필요가 있다고 보는 등 상당한 정도로 강조하고 있다. 하지만 모든 절차를 다 시행할 경우 상당한 시간, 인력, 비용, 시설 등의 투자와 자원이 필요하다. 또한 프로그램의 실시 대상자를 프로그램 개발과정에 많이 투여하는 것은 상당히 부담스러울 수도 있다(이숙영, 2003; 김창대 외, 2011; 재인용).

김창대 외(2011)는 변창진(1994), 박인우(1995), Sussman(2001)의 모형을 참조하여 각 모형의 장점을 통합하고 단점을 보완하여 프로그램 개발 모형을 4단계로 제시하였다(표 III-2).

표 III-2. 김창대 외(2011)의 프로그램 개발모형

프로그램의 개발					
프로그램 개발단계	단계1 목표수립	단계2 프로그램 구성	단계3 예비연구/장기적 효과제고 노력		단계4 프로그램 실시 및 개선
프로그램 개발의 하위단계	↓	↓	↓		↓
	기획	내용에 대한 이론적 검토	예비 실행/수정	프로그램 모형 재검토	프로그램 실시
	↓	↓	↓	↓	↓
	요구조사	활동의 수집	다양한 평가*	기존 연구분석 메타분석 매개변인 수정	다양한 평가*
	↓	↓	↓	↓	↓
	수정 계획안 수립	지각된 효율성 평가		최종모형 구성	매개변인의 계속적 수정
	↓	↓		↓	↓
프로그램 목적 및 목표의 정립	(활동, 내용, 전략의) 수정	(활동, 내용, 전략의) 수정			
↓	↓	↓		↓	
프로그램의 이론적 모형 설정	요소연구 (경험적 확인) ↓ 프로그램 구성	(활동, 내용, 전략의) 수정			

프로그램 개발 단계별 가능한 평가 내용				
	단계1	단계2	단계3	단계4
평가내용	요구조사	지각된 효율성 평가	비용 및 효율성 평가	목표 달성도 평가
		요소의 효과 평가	목표 달성도 평가	반응 및 만족도 평가
			반응 및 만족도 평가	성취도 평가
			성취도 평가	다양한 형성 및 과정 평가
			다양한 형성 및 과정 평가	효과평가
			효과 평가	

* 다양한 평가란 비용 및 효율성 평가, 목표달성도 평가, 반응 및 만족도 평가, 성취도 평가, 다양한 형성 및 과정 평가, 효과평가 등을 모두 포함한다.

김창대 외(2011)의 프로그램 개발 모형의 구체적인 절차는 목표수립 단계, 프로그램 구성단계, 예비연구 단계, 프로그램 실시 및 개선 단계 순이다. 그리고 각 단계는 순환적인 개발과 평가 과정도 포함하고 있다. 상담 및 심리교육 프로그램 개발에서는 4가지 단계별 하위 순환 과정에서 프로그램 목적과 성격에 따라 선택적으로 적용할 수 있다. 1단계는 목표 수립으로 프로그램을 기획하고, 대상자의 요구를 조사하여 프로그램 목표를 수정, 재정립하는 것이다. 요구조사를 통하여 프로그램의 소비자가 될 사람들에게 보다 적합하고 직접적인 요구를 반영한

프로그램을 제작하기 위한 절차이다. 2단계는 프로그램 구성으로 프로그램의 목적 및 내용에 대해 이론적으로 검토하고, 프로그램 포함될 활동을 수집, 정리하며 활동의 효과, 수용성, 흥미를 평가한다. 그리고 평가 결과에 따라 활동, 내용, 전략을 선정한다. 3단계는 예비연구로 일차적으로 구성된 소수 대상에게 실시하고 다양한 측면(비용 및 효용성, 목표달성도, 반응 및 만족도, 성취도, 효과 등)에서 평가한다. 그리고 프로그램에 내포된 매개변인의 적합성 등에 대해서도 기존 연구 또는 모형 분석을 하여 프로그램 내 변인 간의 관계에 대한 모형을 수정하는 작업이 동시에 이루어져야 한다. 4단계는 예비연구를 통해 수정하고 완성된 프로그램을 실시하는 단계로 지속적인 수정 작업이 이루어진다.

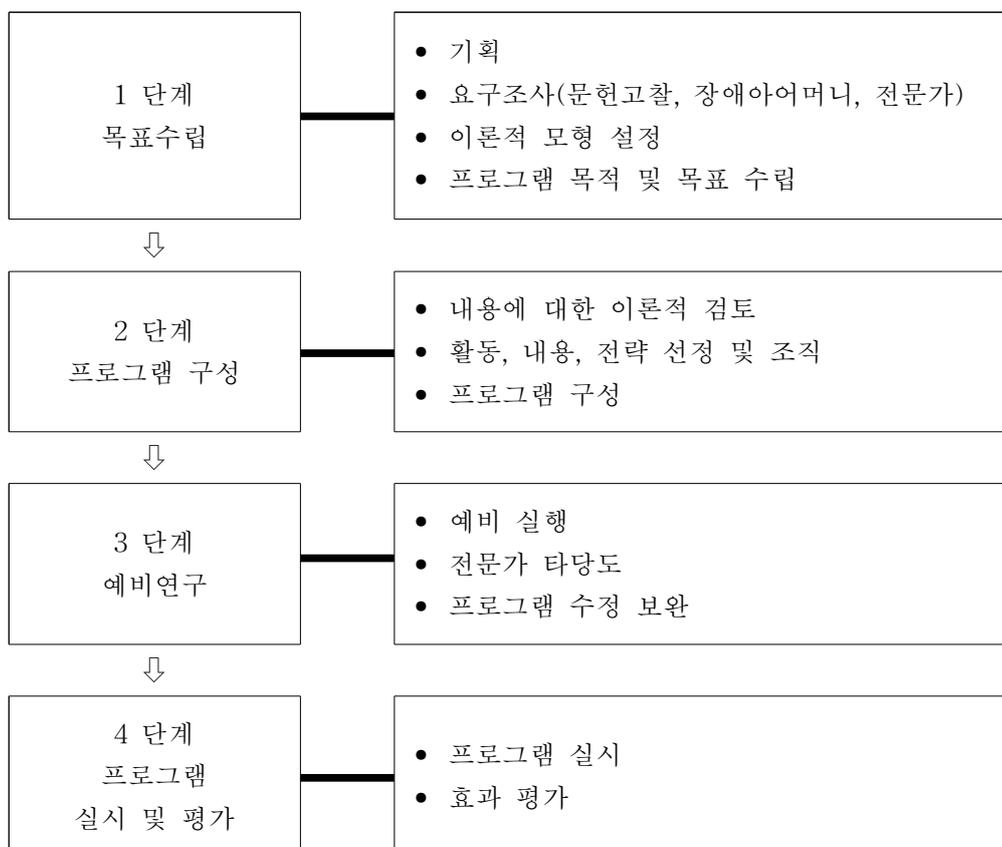
김창대(2011)의 모형의 특징을 살펴보면 첫째, 프로그램 개발과 평가의 통합을 들 수 있다. 기존의 여러 모형에서는 평가가 개발과정의 마지막 단계에 필요한 것으로 기술되어 있다. 그러나 프로그램 평가는 개발과정의 단계 중간중간에서도 이루어져야 한다. 그 이유는 프로그램 개발과정에서 형성평가나 과정평가, 지각된 효용성 평가 같은 단계가 필요하기 때문이다. 둘째, ‘예비연구/장기적 효과제고 노력’ 단계의 구별을 들 수 있다. 프로그램 개발절차가 좀 더 과학적이 되기 위해서는 프로그램 안이 개발된 후 프로그램이 원래의 목적에 맞는 효과가 있는지 미리 확인하는 예비연구를 하고, 그 결과에 따라 원래의 프로그램을 수정할 필요가 있다는 점을 강조하기 위해서다. 셋째, 프로그램 개발과정이 순환적임을 강조하였다. 프로그램 실시 후 피드백 정보가 제공되어 프로그램 개선하려는 노력을 지속해야 한다는 점을 들 수 있다. 또한 단계 4 ‘프로그램 실시와 개선’에서도 ‘개선’이라는 요소를 포함시켜 지속적인 피드백이 필요함을 명시하였다.

그러나 프로그램 개발의 실제 과정에서 이런 절차를 모두 적용하는 것은 현실적으로 무리가 가는 측면도 있다. 때문에 김창대(2011)는 상담 및 심리교육 프로그램의 개발절차를 단계별로 살펴보면서도 현실성에 근거하여 프로그램 개발 절차 중 일부를 생략하는 등 연구자가 프로그램의 개발절차를 잘 이해하고 적용하기 쉽도록 구성하였다. 이러한 이유로 모형의 2단계(프로그램 구성)과 3단계(예비연구/장기적 효과제고 노력)를 합쳐 ‘프로그램 구성’이라고 명명하였다. 즉 프로그램 개발 절차를 크게 프로그램 기획, 프로그램의 구성, 프로그램의 실시, 프로그램의 평가 단계로 설명한다.

이상으로 프로그램 개발 모형들을 살펴보았다. 이를 토대로 이 연구에서는 상담 및 심리교육 프로그램의 초점을 두고, 선행연구의 장점을 통합하고 단점을 보완하는 프로그램을 채택하고자 한다. 이를 위해 프로그램 개발과 평가를 통합적으로 제시하고, 개발 단계의 중간 과정에서도 평가가 이루어지며, 예비 프로그램 실시 후 피드백 정보가 제공되는 과정이 포함된 프로그램 모형을 채택함으로써 프로그램의 과학적 절차를 강조하는 모형을 선택하고자 한다. 이에 이 연구에서는 장애아 어머니에게 삶의 의미와 자아존중감과 양육효능감 증진을 위하여 김창대 외(2011)의 집단상담 프로그램 개발 모형에 따라 프로그램을 개발하고자 한다.

김창대 외(2011)가 제안한 4단계 프로그램 개발 모형은 목표수립(1단계), 프로그램 구성(2단계), 예비연구(3단계), 프로그램 실시와 평가(4단계)로 구성되며, 로고테라피에 기반한 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 개발 모형은 표 III-3에 제시하였다.

표 III-3. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발 모형



2. 프로그램 개발 과정

프로그램 개발 절차 및 연구 일정을 요약하면 표 III-4와 같다.

표 III-4. 프로그램 개발 절차 및 연구 일정

구분	프로그램 개발절차	연구 방법	연구 일정
1단계: 목표 수립	기획	<ul style="list-style-type: none"> 프로그램 개발의 필요성과 타당성 확립 프로그램 방향 및 목적 선행연구 고찰, 문헌연구, 인터넷정보수집 등을 통한 이론적 기초 확립 및 시사점 도출 대상집단 선정 	2020년 10월~12월
	요구분석	<ul style="list-style-type: none"> 요구분석 선행연구 및 문헌 고찰을 통한 요구조사 장애아 어머니 요구조사(Forcus Group Interview): 5명 전문가 요구도 조사(Forcus Group Interview): 5명 	2020년 12월 ~ 2021년 1월
	목적 및 목표 수립	<ul style="list-style-type: none"> 프로그램 목표 수립 	2021년 1월
2단계: 프로 그램 구성	내용에 대한 이론적 검토	<ul style="list-style-type: none"> 변인에 대한 로고테라피 이론 검토 	2021년 1월~2월
	프로그램 전략수립 (활동, 내용, 전략, 선정, 조직)	<ul style="list-style-type: none"> 대상자 특성을 고려한 모집 전략 프로그램 내용에 대한 전략 프로그램 구성에 대한 전략 	2021년 2월~3월
	프로그램 구성	<ul style="list-style-type: none"> 도입, 전개, 마무리(내용, 시간) 	2021년 3월
3단계: 예비 연구	예비실행	<ul style="list-style-type: none"> 예비 프로그램 실시 장애아 어머니 8명, 주 1회, 120분 총 4회기(T장애인복지관) 	2021년 4월 3일~24일
	전문가 타당도	<ul style="list-style-type: none"> 전문가 5명: 전문가 타당도 검사지 분석 	2021년 4월
	프로그램 수정보완	<ul style="list-style-type: none"> 전문가 평가 결과를 토대로 수정·보완 	2021년 5월

가. 1단계 : 목표 수립

1) 기획

프로그램의 기획은 프로그램 개발의 가장 초기 단계로서, 프로그램 개발의 필요성과 타당성을 확립하고 프로그램 개발과 관련된 실제적인 관련 사항을 점검하고 미리 계획하는 단계이다(김창대 외, 2011).

기획의 사전적 의미는 ‘무엇을 하기 위해 계획을 세우는 과정’이다. 프로그램 기획은 프로그램의 목적과 목표 설정에서부터 실행과 평가에 이르기까지의 프로그램 전 과정에서 필요한 사항을 합리적으로 결정하고 고안하는 과정이라 할 수 있다.

가) 프로그램 방향 및 목적

프로그램 기획은 프로그램의 목적과 목표 설정에서부터 실행과 평가에 이르기까지의 프로그램 전 과정에서 필요한 사항을 합리적으로 결정하고 고안하는 과정이라 할 수 있다(김창대 외, 2011). 1단계에서 대상자에게 맞는 프로그램의 방향과 목적을 계획하는 것은 중요하다. 이러한 목적은 사회적인 기대와 개인적 바람에 대한 진술이며, 교육이나 교육과정의 방향 또는 중점을 두는 내용을 일반적이고 포괄적으로 진술하는 것이다. 또한 목표는 목적을 해결하기 위한 구체적인 행동적 수단이다(이기숙, 2008).

이에 본 프로그램의 목적은 장애 자녀를 양육하는 데 있어서 정서적, 육체적 어려움을 겪고 있는 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 개발하여 삶의 의미, 자아존중감과 양육효능감을 향상시키는 것이다.

나) 대상 집단 선정

본 단계는 프로그램을 적용할 대상을 선정하는 단계이다. 프로그램 적용 대상의 특성에 따라 프로그램 구성과 활동이 달라질 수 있으며, 집단의 선정 범위에 따라 프로그램 효과성이 달라질 수 있다. 이에 선정 대상의 동질성 확보가 중요하다. 본 프로그램은 장애아를 둔 어머니를 대상으로 하는 프로그램으로 자녀의 장애 유형이 차이가 있는 이질 집단이지만, 같은 장애 자녀를 양육하고 있는 어머니로서 스트레스를 관리하고 성장하기 위해 심리지원과 교육이 지속적으로 필요한 장애아 어머니라는 동질성을 가지고 있다.

다) 문헌조사 및 이론적 배경 조사

문헌 및 이론적 배경 조사는 프로그램의 이론적 근거와 평가 및 기초 원리 등을 제시하기 위함이다. 프로그램에 대한 자료를 수집하고 분석하는 과정은 프로그램을 적용하려는 맥락에서 제기되는 문제와 요구를 토대로 선정된 요인을 중심으로 이루어진다. 따라서 개발하려는 프로그램과 관련된 실태나 문제점, 요구 및 방향에 대해 개발자가 직접 조사를 수행하거나 관련 연구에서는 어떻게 제시하고 있는지 조사함으로써 프로그램 개발에 대한 시사점을 얻을 수 있다고 하였다(김영명 외, 2011).

이 연구는 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 개발하는데 목적이 있다. 따라서 장애아 어머니를 위한 중재 프로그램의 한계점과 제언을 분석하였다. 그리고 장애아 어머니의 자녀 양육 경험에 겪는 문제점 및 요구사항을 분석하였다.

2) 요구분석

요구분석이란 잠재적 대상자와 관련 조직의 요구 수준을 확인하는 것이다. 이를 위해 프로그램 대상자 결정 및 대상자에 대한 정보를 수집하고, 프로그램의 개발과 수정에 필요한 요구를 수집, 평가하고, 프로그램 계획을 세우는 데 필요한 정보를 획득하는 것 등을 포함하는 개념이다(김창대, 2011; 박경희, 2006).

이에 이 연구에서는 프로그램 대상 집단의 요구 분석을 위하여 문헌 고찰을 실시하였다. 그리고 프로그램 대상 집단인 장애아 어머니 대상과 특수 교육 전문가 및 상담심리 전문가 집단의 포커스 그룹 인터뷰(Focus Group Interview: FGI)를 토대로 어려움 및 요구사항 등의 분석을 통해 프로그램 개발에 필요한 정보를 추출하였다.

가) 문헌 고찰을 통한 요구분석

선행연구와 문헌 고찰은 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램의 목표 수립에 필요한 집단의 요구와 필요성을 파악하기 위함이다. 장애아 부모의 전반적인 요구를 살펴보면, 장애 자녀의 양육에 대한 정보, 부모 스트레스 관리, 지역 사회 정보, 경제적 문제, 사회적 지원 등에 대한 요구가 높은 것으로 나타났다(김차숙, 2002; 김천국, 2011; 전귀연, 김수경, 2005; Bailey & Simeonsson, 1988). 특히 장애 어머니는 자녀의

생애주기에 따라 계속해서 새로운 과제와 적응을 위한 양육 스트레스를 경험함으로써 이에 시간에 따른 지속적인 부모 상담 프로그램이 필요하다는 것을 확인했다(정다희, 2017). 위와 같이 선행연구 및 문헌 고찰을 통하여 장애아 어머니를 위한 프로그램 요구도를 확인하였다.

과거 장애아 어머니를 위한 중재 교육 프로그램은 장애에 대한 이해, 문제 상황 대처 방법, 사회복지 정보제공 등에 많이 치우쳤다. 최근 연구 동향과 문헌고찰 조사 결과, 장애아 어머니의 양육 스트레스에 대한 심리 지원에 대하여 관심이 높아지고 있으며 장애아 어머니 대상으로 한 내적 성장을 위한 프로그램의 요구 증가를 확인하였다(이성희, 전길양, 2004; 정다희, 2017). 이는 장애아 어머니의 양육 스트레스를 완화하고 긍정적 정서 지원을 위하여 대상자의 특수성을 고려한 다양한 상담이론의 개발이 필요하다는 것을 의미한다.

장애아 어머니는 자녀를 양육하며 겪는 스트레스로 인하여 삶의 의미를 찾지 못하고 절망감과 공허감에 빠지게 되기도 한다. 로고테라피는 실존적 공허를 다루기 위해 의미에 중점을 둔 정신치료법으로 인간이 미래에 이루어야 할 과제가 갖고 있는 의미 발견에 초점을 맞추고 있다.

의미 발견에 초점을 맞춘 로고테라피 이론에 근거한 중재 프로그램은 그동안 다양한 대상자에 효과가 검증되었다(표 II-2 참고). 그러나 장애아 어머니를 대상으로 하는 연구는 박국향(2020)의 발달장애 부모 대상으로 한 연구 외에는 찾아볼 수 없었다. 이에 선행연구의 한계점과 제언을 바탕으로 다양한 장애 유형의 어머니 대상으로 양적 연구만이 아닌 질적연구를 병행하여, 로고테라피 기반한 프로그램의 타당도를 높이고자 하였다.

그리고 장애아 어머니가 자녀를 양육하는 실제 삶에서의 겪는 양육 스트레스를 파악하여 문제점 및 요구사항을 분석하였다. 또한 긍정적 정서에 영향을 주는 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감을 조사하고 로고테라피 이론과 연결성을 찾기 위하여 선행연구를 고찰하였다.

나) 장애아 어머니 대상 포커스 그룹 인터뷰(Focus Group Interview: FGI)

포커스 그룹 인터뷰는 프로그램 개발이나 평가에 많이 사용하는 방법이다. 특정한 주제에 대한 인식이나 생각을 얻기 위하여 구조화된 형식과 자유로운 토론

으로 진행된다. 그리고 참가자들의 심도 있는 생각이나 의견을 이끌어 내어 관련 주제에 대한 의견을 정리하는 방식이다. 분석단위는 개인이 아닌 집단이 된다(신경림 외, 2004). 이 연구에서는 장애아 어머니의 양육스트레스 등 부정적 감정을 다루기 위한 집단상담 프로그램에 관심이 있는 장애아 어머니를 대상자 5명을 의도표집하여 FGI를 실시하였다.

(1) 목적

장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발을 위하여 장애아 어머니의 양육스트레스 등의 부정적 정서 및 대처방법, 보호요인 등을 알아보는 것이 필요하다. 이를 위해 장애아 어머니의 양육스트레스와 부정적 정서를 알아보고, 그에 대한 대처방법, 삶의 의미, 자아존중감 및 양육효능감에 대해 파악하고 집단상담 프로그램을 어떻게 운영할 것인지를 탐색하여 현장에서 필요한 구성 요소와 시사점을 도출하였다.

(2) 조사대상자 특성

장애아 어머니 5명을 대상으로 설문과 포커스 그룹 인터뷰를 실시하였다. 인터뷰 대상자의 인구통계학적 특성은 표 III-5와 같다.

표 III-5. 장애아 어머니 포커스 그룹 인구통계학적 특성(N=5)

구분	연령	학력	종교	직업	가족 월수입	장애자녀 교육비	장애자녀	
							성별 (연령)	장애 유형
1	40	고졸	불교	주부	400-500 만원 이하	90 만원 이상	남(8세)	자폐 3급
2	42	대졸	무교	주부	400-500 만원 이하	150 만원	남(6세)	뇌병변 1급
3	38	고졸	무교	주부	500만원 이상	30-50 만원 미만	여(7세)	자폐 3급
4	37	대졸	무교	주부	300-400 만원	100 만원	남(6세)	자폐 2급
5	43	대졸	무교	주부	400-500 만원 미만	30-50 만원 미만	여(5세)	지적 2급

(3) 장애아 어머니 포커스 그룹 인터뷰 질문 내용 및 결과 분석

장애아 어머니를 대상으로 양육 경험에 대한 구조화된 질문지를 작성하여 설문과 면담을 실시하였다. 설문에 앞서 대상자에게 로고테라피에 집단상담 프로그램에 대해 설명하였으며, 설문과 면담은 3가지 영역으로 구성되었다. 첫째, 장애아 어머니의 자녀 양육경험에 대한 정서·생각·행동이다. 둘째, 로고테라피를 기반한 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 구성내용이다. 셋째, 집단상담 프로그램 운영 내용이다.

먼저 장애아 어머니의 양육 경험은 장애 유형, 양육의 어려움과 대처 방법, 보호요인 등을 파악하였다. 로고테라피를 기반한 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 구성내용에서는 집단상담 프로그램 참여 여부와 이유, 집단상담 프로그램 구성 내용에 대한 장애아 어머니의 욕구와 필요성을 파악하였다. 마지막으로 집단상담 프로그램 운영에서는 관련 설문을 실시하였다. 장애아 어머니 포커스 그룹 인터뷰 질문 내용과 결과 요약은 표 III-6, 표 III-7에 제시하였다.

표 III-6. 장애아 어머니 FGI 질문 내용

번호	질문내용
1	어머니의 자녀 양육 경험은 어떠하다고 생각하십니까?
2	장애아를 양육하는 과정에서 정서는 어떠하다고 생각하십니까?
3	장애아를 양육하면서 느끼는 부정적 정서를 어떻게 감소할 수 있다고 생각하십니까?
4	귀하는 자신의 의미있는 삶을 위해 필요한 것이 무엇이라고 생각하십니까?
5	장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 개발에 도움이 될 만한 내용이 무엇이라고 생각하십니까?

표 III-7. 장애아 어머니 포커스 그룹 인터뷰 결과 분석

구분	분석결과 내용	공통요인
양육 경험에서의 어려움	<ul style="list-style-type: none"> · 아이가 신생아 수준이라 오롯이 모든 것을 부모가 해야 한다 · 아이가 분리불안이 심하여 혼자 있지 못한다. 화장실도 마음대로 갈 수가 없다. · 어린이집 선생님이 아이 돌봄을 힘들어하여 특수 	<ul style="list-style-type: none"> · 장애자녀의 양육으로 인한 육체적, 심리적 소진 · 개인 시간 부재

	<p>어린이집으로 옮기려고 한다.</p> <ul style="list-style-type: none"> • 육지에 가족이 있어 돌봄 도움을 못 받는다. • 아이의 발달 지연과 부적응 행동에 잘 대처하지 못하여 멘붕이 온다. • 아이가 가만히 있지 않아 체력적으로 너무 힘들다. 독박육아다. • 아이 치료로 많은 시간 보내다 보니, 개인 시간이 없다. • 상동 행동 시 대처의 어려움과 아이와 의사소통이 되지 않아 욕구를 알 수 없어서 답답함. • 돌봄으로 인한 관절, 근육통이 자주 나타나고 수면이 항상 부족하다 	
<p>양육 스트레스 시 나타나는 정서, 생각, 행동</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 아이를 돌보는 데 있어서 엄마의 자격이 없는 것 같다. 능력도 없다. 답답하고 우울하여 소리 내어 울기도 하고 아무것도 하기 싫다. • 아이를 밀치기도 하고 폭력을 행하며 화를 내기도 한다. 이후 죄책감과 무기력을 느낀다. • 만약 내가 아프면, 아이를 돌볼 수 없다는 걱정으로 불안하다. • 아이에게 화를 낸다. 남편에게 도움을 구해보지만 전혀 도움이 안 된다. 남편에게 화가 난다. • 죽고 싶다. 끝내고 싶다. • 사는 것이 무의미하여 세상과의 끈을 놓고 싶다. • 드라이브가 스트레스 해소에 도움이 되었는데, 최근에는 핸들을 돌리고 싶은 충동으로 드라이브를 멈추고 그냥 멍 때린다. • 아이로 인하여 가정이 깨질 수도 있겠다. • 끝날 것 같지 않는 상황과 미래에 대한 불안감이 몰려온다. • 경제적 불안, 미래에 대한 불안 • 술을 자주 마신다. 	<ul style="list-style-type: none"> - 정서, 생각 • 부적절감 • 우울감과 무기력 • 답답함과 무능감 • 분노와 죄책감 • 삶의 무의미 • 미래에 대한 불안감과 무희망 - 행동 • 무행동 • 아이에게 폭력 • 극단적 행동 • 충동, 억압
<p>효과적 대처방법 및 자원</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 긍정적인 생각을 하려고 한다. • 혼자 오름이나 카페에 가서 시간을 보냄 • 화나는 자리를 피한다. • 친구와 대화 • 남편과 대화 • 개인상담을 받고 있다. • 클럽 음악 틀어놓고 춤 춘다. • 아픈 아이을 키우는 부모는 아이와 같이 사회적 	<ul style="list-style-type: none"> • 긍정적 생각 • 자연 경험 • 타인과의 소통 • 내적 성찰

	으로 무시를 당하는 일이 많다. 엄마가 강해져야 한다. 이를 위해 심리상담이 필요하다	
프로그램 운영시 필요한 사항	<ul style="list-style-type: none"> · 서로 자유롭게 소통했으면 좋겠다. · 같은 상황을 겪는 사람들과의 교류와 정보교류가 필요하다. · 육아의 어려움을 겪고 있으므로 심리적 지원이 필요하다 · 엄마가 행복해야 아이를 잘 양육할 수 있다. 엄마의 정신 건강을 도와야 한다. · 스트레스를 풀어줄 필요가 있다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 소통의 자리 · 정보 교류 · 심리적 건강 지원 · 스트레스 관리
의미있는 삶을 위해 필요한 것	<ul style="list-style-type: none"> · 자존감을 높이는 것 · 자신있게 사는 것이 필요하다. · 아이를 양육하기 위해 마음을 강인하게 먹어야 한다. · 엄마도 가족도 모두 강해져야 한다. · 희망적 사고, 긍정적 사고를 해야 한다. · 사회 활동이라도 함으로써 내 자신도 세상의 일 부라고 느끼고 싶다. · 부모가 행복을 느끼는 것, 경제력, 가족의 화목과 건강 · 부동산, 돈 	<ul style="list-style-type: none"> · 자존감 향상 · 양육효능감 향상 · 희망적, 긍정적 사고 · 사회 활동 및 이타적 활동 · 가정 화목 및 경제력

다) 전문가 대상 포커스 그룹 인터뷰(Focus Group Interview: FGI)

전문가 요구조사는 프로그램 개발과 관련하여 해당 분야의 전문가를 대상으로 면담이나 포커스 그룹 인터뷰 및 설문 조사를 통해 프로그램 개발에 필요한 내용 등에 대해 조사하는 것을 말한다. 이 연구에서는 상담심리 전문가와 특수교육 전문가들을 의도 표집하여 반 구조화된 면접 질문지로 전문가 요구조사를 실시하였다.

(1) 목적

전문가 포커스 그룹 인터뷰의 목적은 장애 자녀를 둔 어머니가 자녀를 양육하는 과정에서 발생하는 부정적인 정서를 감소시킬 수 있는 방안에 대한 논의함으로써 집단 상담 프로그램 개발 시 필요한 구성요소 추출 및 진행방식과 구성요소에 대한 기초 자료를 수집하는데 그 목적이 있다.

(2) 조사대상 특성

조사대상은 개인상담과 집단상담 경험이 많고 실제 프로그램 개발 경험이 있는 전문가, 로고테라피 전문가로 개인상담과 집단상담 경험이 많은 전문가와 실제 특수교육 현장에서 장애인 학생과 부모를 대상으로 교육과 상담을 오래 경험한 전문가로 구성되었다. 전문가는 총 5명으로 설문과 포커스 그룹 인터뷰를 실시하였다. 인터뷰 대상자의 인구통계학적 특성은 표 III-8과 같다.

표 III-8. 전문가 포커스 그룹 인구통계학적 특성(N=5)

구분	연령	학력	직업	전문성	관련 경력
1	50대	박사	교수	프로그램 개발 및 교수 전문가	25년
2	50대	박사	심리상담사 센터장	심리상담 전문가 (장애인 및 가족 상담)	25년
3	40대	박사	심리상담사 센터장	심리상담전문가 (장애인 및 가족 상담)	11년
4	50대	석사	심리상담사 센터장	심리상담 전문가 (장애인 및 가족 상담)	20년
5	50대	석사	특수교육교사	특수교육 전문가 (장애 부모 상담)	24년

(3) 전문가 포커스 그룹 인터뷰 질문 내용 및 결과 분석

표 III-9. 전문가 FGI 질문 내용

번호	질문내용
1	장애아 어머니의 자녀 양육 경험은 어떠하다고 생각하십니까?
2	장애아 어머니는 자녀 양육하는 과정에서 정서는 어떠하다고 생각하십니까?
3	장애아 어머니의 부정적 정서를 어떻게 감소할 수 있다고 생각하십니까?
4	로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니에게 적합한 심리지원 프로그램이라고 생각하십니까? 그렇다면 이유는 무엇입니까? 그리고 그렇지 않다면 대안은 무엇이 있을까요?
5	로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니에게 양육스트레스 감소 및 긍정적 정서 경험이 향상될 수 있다고 생각하십니까?
6	로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니에게 어떤 과정을 통해 양

	육스트레스 감소와 긍정적인 정서를 경험할 수 있다고 생각하십니까?
7	로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니에게 집단상담의 형태로 운영되었을 때 장점이 무엇이라고 생각하십니까?
8	본 프로그램에 도움이 되는 생각이나 방법을 말씀해 주세요.

표 III-10. 전문가 포커스 그룹 인터뷰 결과 분석

구분 (내용구성)	분석결과 내용	공통요인
장애아 어머니의 양육경험	<ul style="list-style-type: none"> · 비장애 부모와 비교할 때, 처음 장애를 인정하기 까지 슬픔, 좌절, 죄책감이 큼 · 장애아동 보호 및 교육이 장기화가 되면 심리적·육체적 부담감, 경제적 부담감이 큼 · 자녀 생애주기에 따른 양육 혼란 경험 · 자녀의 미래 계획 수립에 대한 혼란 · 어머니의 장애 자녀 돌봄으로 인한 비장애 자녀 돌봄 부족 · 사회적 편견으로부터 오는 고립감 경험 · 장애아 어머니의 자녀 돌봄 전담으로 인한 개인 시간의 부재 	<ul style="list-style-type: none"> · 장애 자녀 돌봄으로 인한 어머니의 육체적, 정신적, 경제적 어려움 · 생애주기에 따른 양육 혼란
장애아 어머니의 정서	<ul style="list-style-type: none"> · 자녀가 학교에서 사회에서 거절되거나 배제됨으로 인한 상처 또는 재 경험 될까봐 걱정되고 불안해짐 · 나에게 왜 이런 일이 생길까 하며 분노와 원망감 · 자녀의 장애가 자신의 잘못이라 생각하며 스스로를 가치 없는 존재로 인식 · 장애에 대한 이해가 부족될 시, 양육스트레스가 비장애 어머니보다 상대적으로 높음 · 양육스트레스로 인한 효능감 낮음 · 장애 특성으로 인한 양육의 고통을 느끼며 삶에 대한 무의미 · 평생 자녀를 돌보며 살아야 한다는 고통을 경험하며 무희망과 미래에 대한 불안감 · 매스컴에 장애 어머니와 자녀의 동반자살 및 가족 자살이 종종 보도됨. 	<ul style="list-style-type: none"> - 정서 · 불안, 분노, 원망 · 장애 이해 부족으로 답답함과 무능감 · 자아존중감 저하 · 양육스트레스로 인한 효능감 저하 · 삶의 무의미 · 미래에 대한 불안감과 무희망
부정적 정서 감소를 위한	<ul style="list-style-type: none"> · 심리적 안녕감을 높이기 위하여 자신을 하나의 독립된 개체로 인정하기 	<ul style="list-style-type: none"> → 장애아 어머니를 위한 개입 필요 → 부정적 정서에 대한 개입 필요성 · 고유성 발견 · 존재가치 세우기

방법	<ul style="list-style-type: none"> · 자신의 존재 가치 세우기 · 현재의 상황을 탓하지 않기 위해 스스로 선택하고 책임지는 자율성 획득하기 · 삶은 내 맘대로 되지 않지만, 유일하게 내 맘대로 할 수 있는 것은 ‘나의 해석’임을 인식 · 개인의 경험을 통한 자신의 강점과 자원 인식 · 자녀의 장애에만 초점을 두기보다는 장애 자녀가 나에게 주는 의미와 자녀의 강점과 자원 인식 · 장애에만 시선을 국한 시키지 않고 자신과 주변의 의미와 가치 추구 필요성 · 긍정적 대인관계를 통하여 사회인으로 기능하기 · 가치로운 활동을 통한 개인의 생활 만족도를 향상시키기 	<ul style="list-style-type: none"> · 자율적인 나의 선택 · 선택에 대한 나의 책임 · 자신과 자녀의 강점과 자원 인식 · 삶의 의미와 가치 추구 · 사회인으로서의 기능-자기초월
로고테라피 기반 집단상담 프로그램 장점	<ul style="list-style-type: none"> · 삶의 고통으로 인하여 공허감을 경험하여 심리적 어려움을 겪는 장애아 어머니에게 적합 · 삶의 무의미에서 삶의 의미를 발견하는 작업은 장애아 어머니에게 필요함 · 집단상담은 집단원들이 서로의 아픔을 공유하고, 동질감을 느끼며 감정을 공감하고 지지하는 데 효과적 · 집단상담은 상호 지지적인 경험을 통한 내적 자원 강화됨 · 다른 집단원의 대처방법을 보면서 모델링, 긍정적인 자극을 받는 효과 	<ul style="list-style-type: none"> · 삶의 고통 속에서 의미 상실에 놓였을 때 로고테라피 개입 효과적 · 집단상담은 동질성으로 인한 공감, 지지로 긍정적 정서함양
로고테라피 기반 집단상담 시 고려사항	<ul style="list-style-type: none"> · 동질집단의 장점을 설명하고 집단의 규칙을 안내하여 친밀감 및 신뢰감 높이기 · 로고테라피에 대한 이론적 설명을 제공하고 이해에 도움이 되도록 동영상 자료 활용하여 집단 참여도 높이기 · 집단원 간의 양육에 대한 어려움을 공감받고 서로의 경험에 대해 수용 받는 분위기 조성 · 집단원들이 서로의 자녀 양육 경험을 나누면서 창조적 아이디어와 정보제공 격려 · 집단활동 시, 장애 자녀에 대해서만 초점을 맞추지 않고, 동시에 어머니 개인의 삶도 성찰하는 경험을 제공하기 · 자녀의 장애가 주는 의미의 성찰로부터 긍정적 정서 높이기 	<ul style="list-style-type: none"> · 집단의 친밀감을 높이기 위한 공감과 지지 강조 · 어머니 개인의 삶과 장애 자녀의 삶을 통해 다각적인 초점 맞추기 필요성 → 연구의 차별성

프로그램 운영 방법	<ul style="list-style-type: none"> · 실시횟수: 총 8-10회기 · 실시간격: 주 1회 또는 2회, · 소요시간: 120분-150분, 평일 오전 장애아 어머니의 자녀 양육 시간을 고려하여 자녀 등교 후 평일 오전 진행 · 중간 쉬는 시간 고려하기 · 집단원 수: 7-10명, 집단들의 충분한 역동을 위하여 집단원 수 고려 · 코로나로 인한 대면이 어려울 수도 있으므로 비대면 집단상담 기획도 고려하기 	<ul style="list-style-type: none"> · 8-10회기 · 주 2회 · 120분 (쉬는 시간10분) · 7-10명 · 비대면 집단상담도 준비
------------	---	--

라) 장애아 어머니 및 전문가 FGI 요구분석과 로고테라피를 기반으로 한 프로그램 반영 내용

표 III-11. 장애아 어머니 및 전문가 FGI 요구분석과 로고테라피를 기반으로 한 프로그램 반영 내용

시사점	내용	프로그램반영
장애아 어머니의 정서적 안정을 위하여 양육 경험의 고통을 억압하지 않고, 감정을 표현하게 할 필요가 있다.	<ul style="list-style-type: none"> · 장애아 어머니를 위한 집단상담프로그램의 목적을 이해한다. · 로고테라피에 대한 이해를 높여 프로그램 참여동기를 높인다. · 장애자녀의 양육 경험에 대한 고통을 표현하며 집단의 동질감을 느끼게 한다. · 자신의 고통이 나만 겪는 경험이 아니었다는 것을 알게 한다. · 집단원들이 자신이 이야기를 표현할 때 서로 공감과 격려하는 분위기를 조성한다. · 집단원들이 친밀감과 응집력을 강화하여 집단의 안정감을 높인다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 집단상담프로그램 설명 · 로고테라피에 대한 이론적 이해 제공(동영상) · 친밀감을 높이기 위하여 별명, 자신을 표현하는 형용사, 좋아하는 활동 등으로 명패 만들기 작업 → 친밀감, 응집력 기대
자녀의 장애로 인한 죄책감으로 인하여 부정적인 자아상과 낮은 자아존중감을 경	<ul style="list-style-type: none"> · 자녀의 장애는 어머니의 정서적인 면에서 어떤 부정적인 영향을 주었는지 인식하게 한다. · 과거를 회상하며 원가족 또는 친구 	<ul style="list-style-type: none"> · 긍정적 자기 발견 · 자기 가치 명료화 · 긍정적인 자아상 → 자아존중감, 삶의

<p>험한다. 이러한 부정적인 정서를 인식하고 긍정적 자기 발견을 제공해야 할 필요가 있다.</p>	<p>로부터 경험한 자신의 긍정적인 모습에 대하여 표현하게 한다.</p> <ul style="list-style-type: none"> · 현재 가정에서 나의 존재에 대하여 표현하고 인식하게 한다. · 타인으로부터 들었던 칭찬이나 인식에 대해 기분 좋았던 내용은 무엇인지를 표현하게 하며 긍정적 자아상을 인식한다. · 집단원들간의 대화에 공감하고 지지하는 분위기를 조성한다. 	<p>의미 향상 기대</p>
<p>자녀의 장애로 인한 부적응 행동에 적절한 대처에 어려움을 느끼고 효능감의 저하를 경험한다. 그리고 자신의 선택에 대한 신뢰감이 부족하고 불안을 경험한다. 이에 자신의 선택에 대한 자유와 책임을 인식하고 긍정적인 자기 수용을 제공할 필요가 있다.</p>	<ul style="list-style-type: none"> · 장애아 어머니는 자신의 인생에서 가장 잘 선택한 일은 무엇이었는지를 표현하게 한다. · 장애 자녀를 양육하면서 선택의 순간, 나는 어떤 선택이나 결정을 하였는지를 표현하게 한다. · 선택이나 결정에서 내가 취한 책임에 대해 표현하게 한다. · 이러한 경험이 나에게 어떤 의미가 있는지 표현하게 한다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 선택에 대한 자유 · 선택에 대한 책임 <p>→ 삶의 의미, 양육효능감, 자아존중감 향상 기대.</p>
<p>자녀의 장애에만 초점을 두기보다는 개인의 삶과 장애 자녀 양육의 삶을 다각적으로 성찰하여 긍정성을 인식하도록 하여야 한다.</p>	<ul style="list-style-type: none"> · 과거 자신의 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험을 발견하게 한다. · 어머니의 현재 삶 속에서 자신의 강점이나 자원이 어떻게 발휘되고 있는지 표현하게 한다. · 장애 자녀의 긍정적인 강점과 자원을 발견하게 한다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 자신의 강점과 자원을 통한 자기 긍정성 인식 · 장애자녀의 강점이나 자원을 통한 자녀의 긍정성 인식 <p>→ 삶의 의미, 양육효능감, 자아존중감 향상 기대</p>
<p>장애아 어머니는 자녀 양육으로 인한 삶의 고통가운데서 삶의 의미를 찾지 못하고 극단적인 생각을</p>	<ul style="list-style-type: none"> · 삶 속에서의 체험한 감동, 경험을 탐색하고 이러한 경험이 주는 가치를 발견하게 한다. · 장애 자녀의 양육 경험을 통하여 가치를 발견하게 한다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 개인의 삶 속에서 발견한 경험적 가치 · 장애자녀의 양육 경험을 통하여 발견한 경험적 가치 <p>→ 삶의 의미, 자아존</p>

		중감, 양육효능감 향상 기대
하는 경향이 있다.	<ul style="list-style-type: none"> · 어머니의 소망을 성취하기 위하여 구체적으로 무엇을 해야 하는지 탐색하게 한다. · 어머니의 삶의 경험에서 창조적으로 행했던 일에 대해 표현한다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 개인의 삶 속에서 발견한 창조적 가치 · 장애자녀의 양육 경험에서의 창조적 가치
이에 삶 속에서의 삶의 의미와 가치 발견을 통하여 긍정적 정서를 배양하도록 해야 한다.	<ul style="list-style-type: none"> · 장애 자녀 양육 경험에서 어머니가 창조적으로 행했던 경험에 대해 표현하게 한다. · 어머니의 삶에서 힘들었던 시간 혹은 고통의 경험에서 어떻게 극복했는지 표현하게 한다. · 장애아를 양육하면서 어려웠던 상황(상동행동, 부적응 행동 등)에 대해 어떻게 대처했는지 표현하게 한다. · 집단원들의 서로의 경험에 대해 공감과 격려하는 분위기를 조성한다. 	<ul style="list-style-type: none"> → 삶의 의미, 양육효능감, 자아존중감 향상 기대 · 개인적 삶에서의 태도적 가치 · 장애자녀의 양육 경험에서의 태도적 가치 → 삶의 의미, 양육효능감, 자아존중감 향상 기대
어머니는 사회의 한 구성원으로서 소통하고, 의미있는 활동 경험을 함으로써 삶의 가치를 느끼고 긍정적인 정서가 증진되도록 해야 한다.	<ul style="list-style-type: none"> · 어머니의 삶에서 자신이 아닌, 타인을 위해 취했던 의미있는 일 경험 표현하기 · 장애아 어머니를 만날 때 나는 어떤 도움을 줄 수 있을지 표현하기 · 집단원들의 서로의 경험에 대해 공감과 격려하는 분위기를 조성한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 자기초월 - 나를 넘어, 의미추구 → 삶의 의미와 가치 추구 향상 기대
자신의 유한한 삶을 인식하여 현재의 고통에 빠져 있기보다는 자신의 삶을 진지하고 성실하게 나아가도록 해야 한다.	<ul style="list-style-type: none"> · 하루밖에 살 수 없다면 어떻게 죽음을 맞이할 것인지 표현하게 한다. · 살면서 잘한 일과 후회되는 일 표현한다. · 다시 살게 되었을 때, 의미있게 살기 위해 무엇을 할 것인지 나누기 	<ul style="list-style-type: none"> 죽음과 새로운 결정 → 삶의 의미와 가치 추구 향상 기대
타인과의 긍정적 관계 경험은 고립감을 예방하고 삶의 만족과 긍정성 향상에 많은 도움된다.	<ul style="list-style-type: none"> · 이번 프로그램은 나에게 어떤 의미가 있었는지 표현하게 한다. · 집단원들의 좋은 성품 및 강점에 대해 롤링페이퍼로 표현하게 한다. 	<ul style="list-style-type: none"> 새로운 출발 → 삶의 의미와 자아존중감 향상 기대
집단상담 프로그램 운영 시 고려사항	<ul style="list-style-type: none"> · 실시횟수: 총 10회기 · 실시간격: 주 2회, 	프로그램 운영방법

절충안

-
- 소요시간: 120분, 평일 오전
장애아 어머니의 자녀 양육 시간을 고려하여 자녀 등교 후 평일 오전 진행
 - 중간 쉬는 시간 고려하기
 - 집단원 수: 7-10명, 집단들의 충분한 역동을 위하여 집단원 수 고려
 - 코로나로 인하여 대면이 더 힘들어질 수 있으므로 비대면 집단상담 기획도 고려하기
-

3) 프로그램 목적 및 목표 수립

1단계 목표 수립에서는 프로그램을 기획하고, 잠재 대상자의 요구를 조사하며, 그 결과에 따라 원래 염두에 두었던 계획안 및 프로그램 목표를 수정·재정립하는 단계이다(김창대 외, 2011). 본 프로그램의 목적은 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 개발하여 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감을 향상시키는 것이다.

이를 위하여 문헌 조사, 장애아 어머니 및 전문가 FGI 요구분석을 실시하였고 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 필요성을 확인하였다. 그리고 장애아 어머니의 자녀 양육 스트레스 양상과 장애아 어머니를 대상으로 한 기존의 중재 프로그램을 확인하였다. 또한 로고테라피에 기반한 프로그램은 다양한 대상자에게 효과가 있었음을 확인하였다.

목표 수립을 위하여 로고테라피 기본 개념과 의미 발견을 토대로 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램을 구성하였다. 프로그램 주요 요소는 자기 발견 및 자기 가치 명료화, 선택에 대한 자유와 책임, 강점과 자원 탐색을 통한 내 안의 긍정성 인식, 삶의 의미 발견을 위한 경험적·창조적·태도적 가치, 자기 초월, 죽음이다. 이상의 주요 요소를 토대로 하여 본 프로그램의 목적, 목표, 회기별 목표를 표 III-12에 제시하였다.

표 III-12. 프로그램 목적 및 목표

프로그램 목적	장애아 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감을 향상시키는 것이다.
프로그램 목표	첫째, 자기 발견을 통한 자신의 가치를 명료화한다. 둘째, 선택의 자유와 책임의 중요성을 발견한다. 셋째, 자신의 긍정적 자원과 강점을 발견하여 자기 가치를 인식한다. 넷째, 경험적 가치, 창조적 가치, 태도적 가치를 통해 의미를 발견한다. 다섯째, 자기 초월을 통하여 자기실현을 할 수 있다.
회기별 목표	1회기 프로그램의 목적과 진행방식을 이해하고 참여동기를 높인다. 2회기 자기발견을 통해 자기 가치를 명료화한다. 3회기 자유의지를 통한 선택과 책임의 중요성을 발견한다. 4회기 내 안의 강점과 자원, 긍정성을 발견한다. 5회기 경험적 가치를 인식한다. 6회기 창조적 가치를 인식한다. 7회기 태도적 가치를 인식한다. 8회기 자기초월을 통해 자기실현을 할 수 있다. 9회기 죽음에 대한 인식을 통해 명확한 삶의 티도를 인식한다. 10회기 자신의 고유성을 인식하고 의미 있는 삶을 추구한다.

나. 2단계 : 프로그램 구성

프로그램 구성은 프로그램의 목적과 목표를 이론적으로 검토하고, 프로그램에 포함될 활동을 수집·정리한다. 그리고 각 활동을 효과·수용·흥미 등의 측면에서 잠정적으로 평가한다. 그 결과에 따라 활동, 내용, 전략을 선정하는 단계이다(김창대 외, 2011).

1) 내용에 대한 이론적 검토

프로그램에서 달성하려고 하는 목표가 잘 구현되기 위해서는 이론적 구인요소를 추출해 낸다. 그리고 이론적 구인요소를 프로그램의 구성요소로 삼고, 잘 구현할 수 있도록 구체적인 활동 요소로 연결지어 조직하는 과정을 진행하여야 한다(김창대 외,

2011). 이에 프로그램의 목표를 달성하기 위하여, 삶의 의미 중재 프로그램인 ‘로고테라피’에 대한 이론적 검토를 하였다.

삶의 의미에 대한 중재 프로그램은 주로 로고테라피를 기반으로 한 집단 프로그램으로 연구되었다는 것을 확인하였다. 먼저 로고테라피 용어는 90년대 후반 연구에서 주로 ‘의미요법’으로 사용되어져 왔고, 2000년대는 ‘의미요법’과 ‘의미치료’로 사용되었다. 최근 선행연구에서의 용어를 살펴보면, Frankl ‘의미치료’와 ‘로고테라피’가 혼용되어 사용되고 있었다.

의미치료로 해석되는 로고테라피는 헬라이어 로고스(logos)와 치료(therapy)의 합성어이다. 로고스(Logos)는 ‘위대한 힘’으로 자신의 내면에 잠든 그 힘을 믿고 자기 자신을 그 힘에 바침으로써 위대한 일을 성취되는 것을 의미한다. 이러한 로고스의 원리를 정신 요법에 응용한 것이 로고스의 테라피, 즉 로고테라피이다.

본 연구자는 Frankl의 ‘의미치료’라는 용어로 사용하기보다는 ‘로고테라피’로 사용하는 것이 Frankl의 이론을 더 포괄적으로 반영하는 것이라고 여긴다. 따라서 ‘로고테라피 기반 프로그램’이라고 사용하고자 한다.

Frankl의 로고테라피에서는 삶의 의미를 발견하는 것에 대해 세 가지 가치를 제시하고 있고, 많은 선행연구에서는 이를 반영하여 이론적 구성 요소로 추출하였다(표 III-13, 박국향, 2020).

표 III-13. 로고테라피 기반 선행연구의 프로그램 구성요소(박국향, 2020)

연구자 구성요소	이경은 (2000) 청소년	최명오 (2000) 청소년	심경자 (2001) 고교생	박선실 (2003) 대학생	정순이 (2003) 고등 학생	김태호 (2004) 주부	김자경 손정락 (2007) 청소년	김미선 (2007) 청소년	최명심 (2009) 대학생	김영희 김성봉 (2009) 여고생
프로그램 및 자기소개	1	1, 2	1	1	1	1	1	1	1	1
나와 너의 만남	2		2		2		2			2
자기자신의 이해			3		3	2	3	2		3
긍정성 찾기							4	4		9
자유 · 선택 · 책임	3		9		4	3				
장점, 단점										
가치관 탐색 및 명료화		9	4		5					4
죽음의 의미	8		8	9	7	7	8	7	9	8
삶의 의미	4		5	9			8		9	5
창조적 가치	5	3	6	2, 3		5	6	3	2, 3	6
경험적 가치	6	4, 5, 6	6	4, 5		4	5	5	4, 5	6
태도적 가치	7	7, 8	7	6, 7, 8	6	6	7	6	6, 7, 8	7
미래의 계획 세우기	9					8	9	8		
의미탐색										
자기초월										
마무리	10	10	10	10	8					
연구자 구성요소	정명선 의 (2013) 중년 여성	박영화 (2014) 여성 장애인	이종호 이수연 (2016) 청소년	심정자 (2015) 노인	장소영 (2016) 중년 여성	남명희 박응임 (2016) 남중 학생	김관희 (2018) 노인	권점란 (2019) 학교밖 청소년	한슬기 (2019) 간호사	박국향 (2020)
프로그램 및 자기소개	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1
나와 너의 만남	2		2		2	2		2		
자기자신의 이해	3		3		3		2	3	3	2
긍정성 찾기	4		9		4		3			
자유 · 선택 · 책임		2						4		6
장점, 단점		3								
가치관 탐색 및 명료화		5	4						2	
죽음의 의미	8	8	8	6	7	6		8		
삶의 의미	5	6	5	2	9					
창조적 가치	6	7	6	4	6	3	4	5	4	3
경험적 가치	6		6	5		4	5	6	5	4
태도적 가치	7		7	3	8	5	6	7	6	5
미래의 계획 세우기	9	9	10	7		7		9		
의미탐색					5					
자기초월							7		7	7
마무리			10	8	10	8	8	10	8	8

로고테라피를 기반으로 한 많은 선행 연구에서는 삶의 목적과 의미를 발견하는 여

러 방법을 제시하였다. 먼저 자기 자신의 이해, 즉 자신의 고유성 발견을 들 수 있다. 그리고 긍정성을 통한 의미 발견, 자신의 선택에 대한 자유와 책임, 자신의 가치의 탐색 및 명료화, 죽음의 의미, 나를 넘어선 자기초월, 미래의 계획 세우기를 들 수 있다.

이에 본 프로그램은 Frankl(1963)의 로고테라피와 Fabry(1988)가 제시하는 프로그램의 목표와 구성으로 그 근거를 삼고자 한다. 프로그램의 주요 구성요소는 자기발견, 선택과 책임, 내안의 긍정성, 삶의 의미 발견, 자기초월, 죽음에 대한 성찰이다. 그리고 회기별 세부 내용은 한국 로고테라피 연구소에서 개발한 교육 매뉴얼 초급(Level I), 중급 (Level II-1, II-2), 고급과정(Level III)과 ‘당신의 삶은 충분히 의미가 있다(김미라, 2021a)’, ‘무의미의 의미(김미라, 2021b)’, ‘의미치료(한재희·남지현, 2020)’, ‘내 삶의 의미는 무엇인가(이시형·박상미, 2020)’ 자료를 토대로 선정 및 재구성하였다.

2) 프로그램 전략 수립(활동, 내용, 전략 선정 및 조직)

장애아어머니/전문가의 FGI 요구분석 내용과 장애인 부모회 사회복지사 2인 면담 내용에 근거하여 활동 요소의 수집, 프로그램 내용 선정을 바탕으로 프로그램 전략을 수립하였다.

첫째, 장애아 어머니는 자녀 양육 혼란과 스트레스를 경험한다. 특히 자녀가 유아기와 학년기 초기 자녀인 경우, 장애아 어머니는 양육 경험의 부족과 부적응 행동 대처의 미숙, 아이의 발달단계의 특성으로 인한 육체적·심리적 어려움을 호소한다. 이에 대상 집단원은 정서적 개입이 적극적으로 필요한 유아기와 학년기 초기 자녀를 둔 어머니를 모집한다.

둘째, ‘로고테라피’에 대한 이해와 장애아 어머니에게 어떠한 정서적 도움을 주는지에 대해 구체적으로 설명한다. 특히 로고테라피 동영상을 활용하여 이해도를 높이는 방법을 실시한다.

셋째, 로고테라피 세부활동에서 어머니 개인의 삶과 장애아 양육의 경험, 두 가지로 성찰하는 경험을 제공한다. 이는 장애아 어머니가 자녀 양육 경험에만 고립되지 않고 자신의 인생을 성찰하기 위함이다.

넷째, 장애아 어머니를 위한 집단 프로그램 경험의 어색함을 고려하고, 서로 친밀하기 위하여 1회기는 무겁지 않고 유쾌한 활동을 구성한다.

다섯째, 프로그램 세부 활동에서 활동지와 경험보고서를 제작하여 장애아 어머니가

생각을 정리하며 성찰할 수 있는 기회를 제공한다.

넷째, 프로그램 운영 시, 코로나로 인한 방역과 거리두기를 준수하기 위하여 넓은 공간에서 프로그램을 운영한다. 또한 접근의 편의성과 주차환경을 고려한다.

다섯째, 프로그램 실시 횟수는 총 10회, 실시 간격을 주 2회, 소요 시간은 120분, 특히 평일 오전으로 시간을 정한다. 이는 자녀가 어린이집이나 학교에 가 있는 시간으로 어머니가 안정된 마음으로 프로그램에 임할 수 있기 때문이다.

여섯째, 집단원 수는 7-10명, 이는 집단원들의 충분한 역동을 위함이다. 또한 프로그램 중간 쉬는 시간을 주어 집단의 교류를 높인다.

일곱째, 대상자 모집은 부모회, ○○특별한아이, 자폐사랑협회 홈페이지를 활용한다.

3) 프로그램 구성

프로그램의 진행 순서는 도입, 전개, 마무리로 되었다. 도입 단계는 현재의 감정과 기대를 표현한다. 그리고 회기별 주제에 따른 Frankl의 이론적 개념을 설명한다. 전개 단계는 주제와 목표에 따른 세부 질문에 대해 어머니 자신의 삶과 자녀 양육으로 구분하여 생각하고 활동지에 정리한다. 그리고 활동지를 바탕으로 집단원들이 서로 나누는 시간을 가진다. 마무리 단계는 활동 소감을 이야기한다. 시간은 총 120분으로 중간 10분 휴식 시간이 있다. 프로그램 전체 내용 구성은 표 III-14에 제시하였다.

표 III-14. 프로그램 구성

단계	회기	주제	목표	활동내용
도입	1	만남	-로고테라피 목적과 진행방식을 이해한다. -집단원의 친밀감과 신뢰감을 형성한다.	-프로그램 목적 및 운영방법 소개
				-로고테라피 동영상 시청 후 소개
삶의 의미발	2	자기발견	-자기 발견을 통한 나의 가치를 명료화하고 소중한 참모습을 인식한다.	-서약서 작성
				-자신을 표현하는 별칭, 어린시절 별명, 좋아하는 것, 나를 표현하는 형용사 등을 이용하여 명패 만들고 자기 소개하기, 가족소개, 장애아 정보 포함
				-프로그램에 대한 기대와 욕구를 나누기
				-로고테라피: 자기 발견에 대해 설명
				-과거를 회상하며 원가족에서 나는 어떤 모습인지, 어린시절 칭찬 받았던 내용이나 경험 나누기
				-현재 가정에서 나는 어떤 모습이며 어떤 역할을 하고 있고 또 나아가, 직장, 이웃에 대하여 어떤 모습인지 나누기

견	3	자유 선택 책임 -선택의 자유와 책임의 중요성을 인식한다.	-타인이 나에게 표현했던 내용 중 기분 좋았던 것은 무엇이었는지 나누기
			-로고테라피: 선택에 대한 자유와 책임의 중요성을 설명
			-자신의 인생에서 자유의지를 가지고 선택한 일 중 잘한 것은 어떤 것인지 나누기 -장애아 양육 과정에서 선택의 순간, 나는 어떤 자유의지를 가지고 선택이나 결정을 하였는지, 그로 인한 나의 책임 나누기
	4	긍정성 인식 -나와 자녀의 고유성 인식과 긍정적 자원 및 강점을 발견한다.	-로고테라피: 고유성, 긍정적 자원과 강점에 대해 설명
			-대체할 수 없는 나의 고유성을 표현하기
			-과거 자신의 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험나누기 그리고 현재에 어떻게 발휘되고 있는지 나누기 -장애 자녀의 고유성과 강점 및 자원 나누기
	5	경험적 가치 -개인적 삶과 양육 경험에서 경험적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.	-로고테라피: 경험적 가치 발견에 대한 설명
			-나의 삶 속에서 체험한 감동(자연, 예술, 사랑, 봉사, 소통 등)에서 느꼈던 경험 나누기
-장애아를 양육하면서 체험한 보람, 즐거웠던 기억, 긍정적 경험을 나누기			
6	창조적 가치 -개인적 삶과 양육 경험에서 창조적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.	-로고테라피: 창조적 가치 발견에 대한 설명	
		-나의 세 가지 소망을 적고 소망을 성취하기 위해 구체적으로 무엇을 해야 하는지 적기	
		-장애자녀 양육에서 창조적으로 행했던 일 나누기	
7	태도적 가치 -개인적 삶과 양육 경험에서 태도적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.	-로고테라피: 태도적 가치 발견에 대한 설명	
		-자신의 삶에서 힘들었던 경험이 무엇이고 어떻게 다루었는지 나누기	
		-장애아를 양육하면서 어려웠던 상황, 상동행동, 부적응 행동에서 대해 어떻게 행했는지 나누기	
8	자기 초월 -자기 중심에서 타인을 위한 의미 있는 일을 행함으로써 삶의 의미를 인식한다.	-로고테라피 : 자기초월에 대한 설명	
		-자신을 넘어 내가 누군가를 위해, 또는 나에게 의미 있는 어떤 일을 위해 행하였던 경험 나누기	
		-장애아를 양육하는 엄마를 만난다면 나는 어떻게 도울 수 있을지 나누기	
새로운 결정	9	죽음과 새로운 결정 -가상의 죽음을 통하여 삶과 시간의 소중함 인식하기	-로고테라피: 죽음 대한 설명
			-하루밖에 살 수 없다면 어떻게 죽음을 맞이할 것인지 나누기
			-살면서 잘한 일과 후회되는 일 나누기 -다시 살게 되었을 때. 의미 있게 살기 위해 무엇을 할 것인지 나누기
마무	10	새로운 출발 -새로운 삶의 태도를 바탕으로	-프로그램을 참여를 통한 나의 변화를 나눈다.

리		로 새로운 나 를 인식하기	-10년 후 나의 모습 나누기 -프로그램 소감 나누
---	--	-------------------	---------------------------------

다. 3단계 : 예비연구

예비연구는 상대적으로 적은 표본 수를 대상으로 완성된 프로그램의 초안을 검증해 보는 것이다. 예비연구를 통해서 프로그램이 잘 실행될 수 있는지, 참여자가 프로그램의 활동을 잘 수용할지, 기대했던 효과를 거둘 수 있는지 등을 살펴볼 수 있다. 그리고 그 결과를 바탕으로 본 프로그램의 내용을 변경하거나 수정할 수 있다(김창대 외, 2011).

1) 예비실행

프로그램 예비 실행은 2021년 4월 3일부터 4월 24일까지 한 달간 장애인 어머니 8명을 대상으로 실시하였다. 본 연구자가 직접 프로그램을 운영하였으며 주 1회, 시간은 120분, 총 4회기 이루어졌다. 장소는 T장애인 복지관에서 이루어졌으며, 자녀가 주말 프로그램에 참석하는 동안에 프로그램을 진행하였다. 매회기 소감 나누기를 통해 프로그램에 대한 의견을 나누었고 마지막 회기에서는 전체 프로그램의 구성과 내용 및 개선점에 대한 조사를 진행하였다. 예비조사 결과, 프로그램 운영 시 참고해야 할 내용을 구체적으로 제시하면 다음과 같다.

첫째, 집단원 개인 나눔의 시간 분배이다. 본 프로그램은 구조화된 질문을 서로 나누는 활동이다. 한 사람이 오랜 시간을 사용하는 경우가 있으므로, 모든 집단원들이 자신의 이야기를 정해진 시간에 표현하기 위하여 각자의 적당한 시간을 배분해 주기를 요구하였다.

둘째, 집단원들의 나눔 순서에 대한 제안이다. 집단원들은 나눔 시, 누구부터 이야기를 시작할지 서로 눈치를 보게 되어 불안감과 긴장감이 발생한다고 하였다. 이에 순서를 정하면 차례를 예상함으로 안정감을 가질 수 있게 된다. 순서는 시계 방향으로 했다가 다음 회기는 시계 반대 방향 등에 대한 방법을 요구하였다.

셋째, 삶의 의미 발견 작업 중 가치 발견의 용어 이해이다. 창조적 가치, 경험적 가치, 태도적 가치에 대한 용어 이해가 부족하고 자신의 경험을 어떻게 나눠야 할지 막

연한 모습을 보였다. 이에 집단 진행자가 구체적인 예를 들어 자신의 경험을 먼저 나누어 주어 프로그램의 방향과 모델링을 보여 주기를 원하였다.

넷째, 프로그램 운영 시간이다. 장애아 어머니가 프로그램 참여하고 있는 동 시간대에 자녀도 다른 공간에서 자녀를 위한 프로그램을 참석하고 있었다. 자녀는 프로그램 쉬는 시간에 어머니를 찾는 경우가 있었다. 이에 어머니들은 아이에게 신경 쓰는 모습으로 프로그램의 집중력이 떨어지는 모습이였다. 따라서 프로그램 참석은 아이가 어린 이집이나 학교를 간 평일 오전으로 하는 것이 효과적이라고 조사되었다.

프로그램에 참여한 집단원들의 전반적인 소감은 어머니들이 장애 자녀를 키우면서 힘들었던 경험에 대해서, 어디서도 말하기 불편한 내용을 같은 처지에 있는 사람들과 함께 표현함으로써 억압된 마음이 해소된다고 하였다. 집단원들은 서로의 감정을 공감하고 자신의 양육 경험을 노출하는 과정에서 자연스럽게 대처방법과 정보를 주고 받아 도움이 되었다고 하였다. 그리고 집단원들은 서로의 마음을 나누면서 ‘나만 힘든 것이 아니었구나, 나보다 더 힘든 사람도 있구나’ 하는 생각을 가지게 되며, 자기 연민에 빠지기보다는 나도 잘하고 있다는 인식과 더 잘하고 싶은 긍정적인 에너지가 생겼다고 하였다. 프로그램에서 자신의 삶에 대해 성찰할 때에는 가사와 자녀 양육에만 몰두하며 어머니로서의 삶에서 자신의 모습과 삶에 대해 더 성찰하는 계기가 되었다고 하였다.

2) 전문가 타당도

프로그램의 타당성 검증은 프로그램의 개발 필요성을 확인하고, 프로그램의 목적 및 목표를 설정하며, 측정 도구 선정 및 제작과 프로그램 내용 선정 및 내용조직을 통하여 프로그램 구체화 단계 전반에 대하여 전문가로부터 평가받는 것을 말한다.

가) 전문가 구성

전문가 평가를 위해 로고테라피 국제공인 교수 1인, 정신건강의학과 전문의 1인, 상담전문가 2인과 특수상담 전공인 특수교사 1인에게 전문가 타당도 평가와 자문을 받았다. 전문가의 자세한 사항은 표 III-15에 제시하였다.

표 III-15. 전문가 집단의 인구통계학적 특성

구분	직업	학력	임상경험	전문성
1	교수	박사	20년 이상	로고테라피 국제 공인 교수
2	정신건강의학과 전문의	박사	20년 이상	정신치료 전문가
3	심리상담 센터장	박사	20년 이상	심리상담 전문가
4	심리상담 센터장	박사	20년 이상	심리상담 전문가
5	특수 교사	석사	20년 이상	특수교육 및 특수상담 전문가

나) 프로그램 내용 타당도 평가

이 연구는 프로그램 내용 타당도 검증을 위하여 신인수(2015)의 전문가 타당도 검사지를 이 연구에 맞게 수정하여 프로그램 검증 설문지를 제작하였다. 먼저 세부 프로그램 내용 평가에서는 각 회기 활동 내용별로 세분화하였다. 프로그램 검증 설문지에는 프로그램이 목표에 부합하여 구성되었는지를 평가하였다. 그리고 회기별 활동 내용은 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 변인에 영향을 줄 수 있는지도 평가하였다.

다음으로는 전체 프로그램 평가에서는 전체적인 구성이 적절한지, 회기별 활동목표가 적절한지, 로고테라피에 기반한 구성내용이 회기별 목표를 달성하는데 충실히 구성되었는지를 평가하였다. 전문가 타당도 평가 내용은 표 III-16에 제시하였다.

표 III-16. 프로그램 내용 타당도 평가

단계	회기	주제	목표	활동내용	평가				해당 변인		
					매우부적합	부적합	보통	적합	매우적합	삶의 의미	자아존중감
도입	1	만남	-로고테라피 목적과 진행 방식을 이해한다. -집단원의 친밀감과 신뢰감을 형성한다.	-프로그램 목적 및 운영방법 소개하기(연구자)				5			
				-로고테라피 동영상 시청 후 소개하기(연구자)				5			
				-서약서 작성하기(참여자)				5			
				-자신을 표현하는 별칭, 어린시절 별명, 좋아하는 것, 나를 표현하는 형용사 등을 이용하여 명패 만들고 자기 소개하기, 가족소개, 장애아 정보 포함(참여자)				5		5	
				-프로그램에 대한 기대와 욕구를 나눈다(참여자)				5			
삶의 의미 발견	2	자기 발견	-자기 발견을 통한 나의 가치를 명료화하고 소중한 참모습을 인식한다.	-로고테라피 : 자기 발견에 대해 설명한다(연구자)				5			
				-과거를 회상하며 원가족에서 나는 어떤 모습인지, 어린시절 칭찬 받았던 내용이나 경험 나누기(참여자)				5	4	5	
				-현재 가정에서 나는 어떤 모습이며 어떤 역할을 하고 있고 또 나아가, 직장, 이웃에 대하여 어떤 모습인지 나누기(참여자)				5	4	5	1
				-타인이 나에게 표현했던 내용 중 기분 좋았던 것은 무엇이었는지 나누기(참여자)				5	4	5	2
	3	자유 선택 책임	-선택의 자유와 책임의 중요성을 인식한다.	-로고테라피 : 선택에 대한 자유와 책임의 중요성을 설명한다(연구자)				5	5	5	4
			-자신의 인생에서 자유의지를 가지고 선택한 일 중 잘한 것은 어떤 것인지 나눈다(참여자)				5	5	5	5	

단계	회기	주제	목표	활동내용	평가				해당 변인			
					매우 부적합	부적합	보통	적합	매우 적합	삶의 의미	자아 존중감	양육 효능감
				-장애아 양육 과정에서 선택의 순간, 나는 어떤 자유의지를 가지고 선택이나 결정을 하였는지, 그로 인한 나의 책임 나누기(참여자)					5	5	4	4
4	긍정성 인식	-나와 자녀의 고유성 인식과 긍정적 자원 및 강점을 발견한다.	-로고테라피 : 고유성, 긍정적 자원과 강점에 대해 설명한다.(연구자)					5				
			-대체할 수 없는 나의 고유성을 표현한다.			1	4	5	5	3		
			-과거 자신의 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험나누기 그리고 현재에 어떻게 발휘되고 있는지 나누기.				5	5	5	4		
			-장애 자녀의 고유성과 강점 및 자원 나누기				5	5	3	4		
5	경험적 가치	-개인적 삶과 양육 경험에서 경험적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.	-로고테라피 : 경험적 가치 발견에 대한 설명(연구자)					5				
			-나의 삶 속에서 체험한 감동(자연, 예술, 사랑, 봉사, 소통 등)에서 느꼈던 경험 나누기(참여자)				5	5	5	4		
			-장애아를 양육하면서 체험한 보람, 즐거웠던 기억, 긍정적 경험을 나누기(참여자)				5	5	4	5		
6	창조적 가치	-개인적 삶과 양육 경험에서 창조적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.	-로고테라피 : 창조적 가치 발견에 대한 설명(연구자)					5				
			-나의 세 가지 소망을 적고 소망을 성취하기 위해 구체적으로 무엇을 해야 하는지 적기(참여자)			1	4	5	3	3		
			-장애자녀 양육에서 창조적으로 행했던 일 나누기(참여자)				5	5	5	5		
7	태도적 가치	-개인적 삶과 양육 경험에서 태도적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.	-로고테라피 : 태도적 가치 발견에 대한 설명(연구자)					5				
			-자신의 삶에서 힘들었던 경험이 무엇이고 어떻게 다루었는지 나누기(참여자)					5	5	5	4	

단계	회기	주제	목표	활동내용	평가				해당 변인			
					매우 부적합	부적합	보통	적합	매우 적합	삶의 의미	자아 존중감	양육 효능감
				-장애아를 양육하면서 어려웠던 상황, 상동행동, 부적응 행동에서 대해 어떻게 했는지 나누기(참여자)					5	5	4	5
	8	자기 초월	-자기중심에서 타인을 위한 의미 있는 일을 행함으로 삶의 의미를 인식한다.	-로고테라피 : 자기초월에 대한 설명(연구자) -자신을 넘어 내가 누군가를 위해, 또는 나에게 의미 있는 어떤 일을 위해 행하였던 경험 나누기 -장애아를 양육하는 엄마를 만난다면 나는 어떻게 도울 수 있을지 나누기(참여자)					5	5	5	4
새로운 결정	9	죽음과 새로운 결정	-가상의 죽음을 통하여 삶과 시간의 소중함 인식하기	-로고테라피 : 죽음 대한 설명(연구자)				5				
				-하루밖에 살 수 없다면 어떻게 죽음을 맞이할 것인지 나누기(참여자)			1	4	5	3	3	
				-살면서 잘한 일과 후회되는 일 나누기(참여자)				5	5	4	3	
				-다시 살게 되었을 때. 의미 있게 살기 위해 무엇을 할 것인지 나누기(참여자)				5	5	5	4	
마무리	10	새로운 출발	-새로운 삶의 태도를 바탕으로 새로운 나를 인식하기	-프로그램을 참여를 통한 나의 변화를 나눈다.				5	5	5	5	
				-10년 후 나의 모습 나누기(참여자)			1	4	5	5	5	
				-프로그램 소감 나누기(참여자)				5	5	5	5	

표 III-17. 프로그램 구성 적합도 전문가 평가

번호	문항	평가				
		매우 부적합	부적합	보통	적합	매우 적합
1	프로그램 변화 원리가 적절하다.					5
2	프로그램 전체적인 구성이 적절하다.					5
3	프로그램의 회기별 활동목표가 적절하다.				1	4
4	프로그램의 현장 적용 가능성과 일반화 가능성이 있다.				1	4
5	로그테리피를 잘 반영하였다.					5
6	프로그램을 적용하였을 때, 장애아어머니의 삶의 의미 향상에 도움이 될 것이다.					5
7	프로그램을 적용하였을 때, 장애아어머니의 자아존중감 향상에 도움이 될 것이다.					5
8	프로그램을 적용하였을 때, 장애아어머니의 양육효능감 향상에 도움이 될 것이다.					5
보완 및 수정해야 할 사항						
9	프로그램 변화 원리에서 보완 및 수정할 사항					
10	프로그램 전체적인 구성에서 보완 및 수정할 사항					
11	프로그램의 회기별 활동목표에서 보완 및 수정할 사항					
12	프로그램의 현장적용 가능성과 일반화에서 보완 및 수정할 사항					
13	프로그램 전반에 대한 의견					

다) 프로그램 내용 타당도 결과

프로그램 전문가 집단을 통해 프로그램 목적 및 목표에 대한 구체성 및 실현가능성, 프로그램 내용과 목적 및 목표의 관련성의 측면에서 타당성을 평가하도록 구성하였다. 또한 회기별 목표를 달성하기 위해 회기별 내용이 도움이 되는지를 알아보고 각 회기별 목표에 장애아 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감에 적합한 내용인가를 평가하였다.

프로그램의 목적 및 목표에 대한 타당도와 프로그램 내용 타당도를 검증하기 위해 수집된 자료에 대해 평균과 표준편차를 구하였으며, 프로그램 목적과 목표, 내용에 따른 전문가의 주관적 의견을 수렴하여 수정·보완하였다.

(1) 회기별 프로그램 내용 타당성 검증 결과

프로그램 회기별 내용타당도를 검증하기 위하여 프로그램 내용을 각 회기 활동 내용을 세분화하여 타당성을 검증받았다. 전문가 집단은 회기별 내용의 타당도 점수는 표 III-18과 같으며(5점 만점), 전체 평균은 4.98로 평가되었다.

표 III-18. 프로그램 내용 회기별 타당성 검증 결과(N=5)

회기	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
평균	5	5	5	4.95	5	4.93	5	5	4.95	4.93

(2) 프로그램 구성 적합도 검증 결과

프로그램의 구성 적합도를 프로그램 목적 및 목표에 대한 구체성 및 실현가능성, 프로그램 내용과 목적 및 목표의 관련성의 측면에서 검증한 결과, 평균 4.95점으로 조사되었다.

(3) 전문가 자문결과 및 수정·보완 사항

표 III-19. 전문가 자문결과 및 수정·보완 사항

구분	자 문 내 용	수 정 사 항
프로그램 구성 내용	-로고테라피의 설명 시(지침서) 용어가 다소 추상적임. 참여자의 이해를 위하여 이론적 용어가 아닌 일상의 언어로 바꾸어 기술하기	-연구자는 로고테라피 용어를 일상의 용어로 기술하여 진행 -질문에 대한 예시를 들어 설명, 연구자 개인의 경험을 예를 들어 모델링 제시
	-전반적으로 활동 내용 중 질문이 3개로 구성되어있다. 심도 있는 활동을 위하여 질문 구성을 2개로 축소하는 것 추천	-질문의 내용을 줄여서 2개 정도로 압축하여 진행
	-구체적인 활동을 들어갈 때, 마음과 생각을 안정시키기 위하여 심호흡을 한	- 모든 회기 전개 시, 활동 전 심신의 안정을 위한 개입으로 호흡법

	다거나 명상을 추가하는 것 추천	<p>진행(424호흡법으로 사용)</p> <p>- 424호흡법: 하나, 둘, 셋, 넷에 들 여마시고, 하나, 둘에 숨을 멈췄 다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉬다</p>
	-2회기: 원가족이나 현재의 가족에서의 나의 모습 탐색에서 자칫 부정적인 감 정을 경험하는 경우가 많다. 이를 고려 하여 긍정적인 경험으로 용어를 바꾸는 것도 추천	- 나의 모습 탐색에서 원가족을 강 조하기 보다는 과거 칭찬 받았던 내용이나 긍정적 경험으로 변경
	-4회기: 고유성과 강점이나 자원을 발견 두 가지를 분리하여 나누다 보면 시간 도 길어지고 중복될 수 있음. 하나의 활동으로 하는 것을 추천 -4회기: 고유성에 집중하다 보면 2회기 자기발견과 중복되는 면이 많이 있다. 긍정적 자원과 강점을 부각시키는 것 추천	-4회기 고유성을 강조하여 다루기 보다는 고유성을 활용한 자신의 강 점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험 으로 구성
	-6회기: 창조적 가치발견에서 자신의 삶 에 대한 창조적 경험과 자녀 양육에서 의 창조적 경험으로 나누는 것도 좋을 것 같다. 그 다음 미래에 대한 소망 나 누기를 하는 것을 추천 -창조적이란 단어를 행했던 일, 기뻐던 일로 바꾸기	-6회기 자신의 삶 속에서 창조적으 로 행했던 일과 소망 및 구체적으 로 해야 하는 것을 먼저 나눈다 그 리고 장애아 양육 경험에서 창조적 으로 행했던 일 나누기로 구성 -‘창조적으로 행하였던’을 행했던 일 중 기뻐던 일, 보람있던 일로 설명
	-7회기: 힘들었던 경험 탐색 시, 부정적 감정에 빠져들지 않기 위하여 긍정적 으로 극복했던 것을 강조하여 진행	-‘나는 어떻게 긍정적으로 극복했는 지’로 질문 변경
	-9회기: 3가지 질문을 2가지로 축소하고 후회한 일 보다는 잘한 일이나 의미있 는 일로 추천	-긍정성을 높이기 위하여 후회하는 일 탐색보다는 잘한 일, 의미 있는 일로 변경
	-마지막 회기에는 집단원들의 서로의 칭찬이나 강점을 롤링페이퍼로 표현하 는 것도 추천	-롤링페이퍼를 먼저 진행하고, 내용 나누기로 변경, 색지를 활용하여 소장할 수 있도록 준비
프로그램 진행 및 운영	-장애아동의 연령에 따른 어머니의 양 육스트레스가 다를 것으로 사료됨. 이 에 아동 및 학령기 초기로 설정하였으 므로 대상자 모집 시 아동 연령을 고 지하는 것을 추천	-대상자 자녀를 아동 및 초등학생 으로 기술하여 공지

3) 최종 프로그램 및 지침서

가) 최종 프로그램

이상과 같이 프로그램 개발 절차에 따라서 구성된 ‘장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램’ 내용은 표 III-20에 제시하였다.

표 III-20. 최종 프로그램 내용

단 계	회 기	주 제	목 표	활 동 내 용
도 입	1	만 남	<input type="checkbox"/> 로고테라피 목적과 진행방식을 이해한다. <input type="checkbox"/> 집단원의 친밀감과 신뢰감을 형성한다.	<input type="checkbox"/> 프로그램 목적 및 운영방법 소개하기(연구자)
				<input type="checkbox"/> 로고테라피 동영상 시청 후 소개하기(연구자)
				<input type="checkbox"/> 서약서 작성하기(참여자)
				<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행
				<input type="checkbox"/> 자신을 표현하는 별칭, 어린시절 별명, 좋아하는 것, 나를 표현하는 형용사 등을 이용하여 명패 만들고 자기 소개하기, 가족소개, 장애아 정보 포함(참여자)
<input type="checkbox"/> 프로그램에 참여 동기와 기대를 나눈다(참여자)				
삶 의 의 미 발 견	2	자 기 발 견	<input type="checkbox"/> 자기 발견을 통한 삶의 의미 발견과 자신의 가치를 명료화한다.	<input type="checkbox"/> 로고테라피-자기 발견에 대해 설명한다(연구자)
				<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행
				<input type="checkbox"/> 과거를 회상하며 나는 어떤 모습인지, 어린시절 칭찬 받았던 내용이나 긍정적 경험 나누기(참여자)
<input type="checkbox"/> 현재 가정이나 직장, 또는 이웃 관계에서 나의 긍정적 측면을 떠올리고, 기분 좋았던 경험과 기분 좋게 들었던 표현을 나누기(참여자)				
3	자 유 의 지	<input type="checkbox"/> 선택의 자유와 책임의 중요성을 인식한다. <input type="checkbox"/> 장애아 양육에서 선택에 영향을 미친	<input type="checkbox"/> 로고테라피-선택에 대한 자유와 책임의 중요성을 설명한다(연구자)	
			<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행	
			<input type="checkbox"/> 자신의 인생에서 주체적인 마음을 가지고 선택한 일 중 잘한 것은 어떤 것인지 나눈	

단 계	회 기	주 제	목 표	활 동 내 용
			나의 가치관을 명료화한다.	다(참여자)
				<input type="checkbox"/> 장애아 양육 과정에서 선택의 순간, 나는 어떤 주체적인 마음을 가지고 선택이나 결정을 하였는지, 그로 인한 나의 책임 나누기(참여자)
	4	긍정성 인식	<input type="checkbox"/> 나와 자녀의 긍정적 자원 및 강점을 발견한다.	<input type="checkbox"/> 로고테라피-고유성, 긍정적 자원과 강점에 대해 설명한다.(연구자)
				<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행(연구자)
				<input type="checkbox"/> 과거 자신의 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험나누기 그리고 현재에 어떻게 발휘되고 있는지 나누기(참여자)
				<input type="checkbox"/> 장애 자녀의 고유성과 강점 및 자원 나누기(참여자)
	5	경험적 가치	<input type="checkbox"/> 개인적 삶과 양육 경험에서 경험적 가치를 발견한다.	<input type="checkbox"/> 로고테라피-경험적 가치 발견에 대한 설명(연구자)
				<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행(연구자)
				<input type="checkbox"/> 나의 삶 속에서 만남을 통해 느꼈던 경험이나 체험한 감동(자연, 예술, 사랑, 봉사, 소통 등) 나누기(참여자)
				<input type="checkbox"/> 장애아를 양육하면서 체험한 보람, 즐거웠던 기억, 긍정적 경험을 나누기(참여자)
	6	창조적 가치	<input type="checkbox"/> 개인적 삶과 양육 경험에서 창조적 가치를 발견한다.	<input type="checkbox"/> 로고테라피-창조적 가치 발견에 대한 설명(연구자)
				<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행(연구자)
				<input type="checkbox"/> 나의 삶에서 내가 행했던 일 중 기뻐거나 보람되었던 일 나누기(참여자)
				<input type="checkbox"/> 장애자녀를 양육하면서 행했던 일 중 기뻐거나 보람되었던 일 나누기(참여자)
	7	태도적 가치	<input type="checkbox"/> 개인적 삶과 양육 경험에서 태도적 가치를 발견한다.	<input type="checkbox"/> 로고테라피-태도적 가치 발견에 대한 설명(연구자)
				<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행(연구자)
<input type="checkbox"/> 자신의 삶에서의 힘들었던 경험에서 나는 어떻게 긍정적으로 극복했는지 나누기(참여자)				
<input type="checkbox"/> 장애아를 양육하면서 어려웠던 상황, 상동 행동, 부적응 행동에서 대해 어떻게 행했는지 나누기(참여자)				
8	자기	<input type="checkbox"/> 자기중심에서 타인	<input type="checkbox"/> 로고테라피-자기초월에 대한 설명(연구자)	

단계	회기	주제	목표	활동내용
		초월	을 위한 의미 있는 일을 행함으로 삶의 의미를 발견한다.	<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행(연구자)
				<input type="checkbox"/> 자신을 넘어 내가 누군가를 위해, 또는 나에게 의미 있는 어떤 일을 위해 행하였던 경험 나누기
				<input type="checkbox"/> 장애아를 양육하는 엄마를 만난다면 나는 어떻게 도울 수 있을지 나누기(참여자)
새로운 결정	9	죽음을 통한 새로운 결정	<input type="checkbox"/> 가상의 죽음을 통하여 삶과 시간의 소중함 인식하기	<input type="checkbox"/> 로고테라피-죽음 대한 설명(연구자)
				<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행(연구자)
				<input type="checkbox"/> 가상의 죽음을 앞두고 살면서 잘한 일 또는 의미있는 일 나누기(참여자)
				<input type="checkbox"/> 다시 살게 되었을 때. 의미 있게 살기 위해 무엇을 할 것인지 나누기(참여자)
로고 힌트	10	새로운 출발	<input type="checkbox"/> 새로운 삶의 태도를 바탕으로 새로운 나를 인식하기	<input type="checkbox"/> 424 호흡법 진행(연구자)
				<input type="checkbox"/> 프로그램을 참여를 통한 나의 변화를 나눈다.(참여자)
				<input type="checkbox"/> 집단원간의 서로의 강점이나 칭찬 롤링페이퍼로 작성한다.(참여자)
				<input type="checkbox"/> 프로그램 소감 나누기(참여자)

나) 지침서 작성

프로그램 지침서는 프로그램을 구성할 기본 요소가 결정되면 그것을 어떻게 구현할 것인지에 대한 방법과 절차에 대하여 기술하였다. 이는 진행자가 달라지더라도 동일한 방식으로 프로그램이 운영될 수 있게 하기 위함이다. 이와 같은 내용을 기초로 본 연구자가 계획한 1회기 지침서는 표 III-21과 같다. 나머지 회기 지침서는 부록 10에 제시하였다.

표 III-21. 1회기 자기 발견(오리엔테이션) 지침서

만 남			
회기	1회기	운영시간	120분
목 표	<input type="checkbox"/> 로고테라피 기반한 프로그램의 목적과 진행방식을 이해한다. <input type="checkbox"/> 집단원간의 친밀감과 신뢰감을 형성한다		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일, 동영상, 서약서		
도입	1. 오리엔테이션 <input type="checkbox"/> 로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램 목적 안내 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“어머니들은 장애아를 키우며 신체적, 정신적, 경제적 등 많은 어려움을 경험합니다. 이러한 어려움은 스트레스를 유발하고 우울과 부정적인 감정에 놓이게 되고, 급기야는 자신의 삶과 양육에서도 문제가 발생할 뿐만 아니라 자녀의 발달과 가족 모두에게도 좋은 영향을 주지 못하게 됩니다.</p> <p>이러한 어려움에 놓인 어머니를 위해 본 프로그램은 로고테라피를 기반으로 하여 장애아 어머니의 심리적 어려움을 감소하고 정서적 안정과 긍정성 회복을 돕는 프로그램입니다. 이는 삶의 고통 속에서 삶의 의미를 발견하고 주체적인 삶을 통해 장애아 어머니의 삶의 의미를 높이고 어머니의 자아존중감 및 양육효능감을 향상하는 데 그 목적이 있습니다.”</p> </div> <input type="checkbox"/> 진행방식에 대해 안내 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;"> <p>“본 프로그램은 강의나 교육으로 이루지지 않습니다. 진행자의 질문을 통해 어머니들은 자신의 감정과 생각을 성찰하고 자연스럽게 다른 집단원들에게 표현하는 겁니다. 이는 억압된 자신을 발견하고 표출하는 과정으로, 자신에 대해 이해하고 돌보는 작업입니다. 그리고 집단원들은 서로의 이야기를 들으며 공감하고 격려하는 상호작용 속에서 자신의 긍정적 정서가 회복되는 경험을 누리게 될 것입니다. 집단원들이 자신의 이야기를 나눌 때, 누가 먼저 이야기 할까 고민하는 경우가 많아서 오늘은 시계방향으로 나누겠습니다. 다음 시간을 시계 반대 방향이고요. 순서는 여러분의 좋은 의견 주셔도 좋을 것 같습니다. 마지막으로 활동 후 소감문을 작성하면서 마무리 합니다.”</p> </div>		25분
전개	2. 설문지를 안내하고 작성한다. 3. 집단 규칙을 안내하고 서약서를 작성한다.		80분
	4. 빅터 프랭클 ‘로고테라피’ 동영상을 감상한다.		

	<p>“프로그램의 이해를 돕기 위해 동영상을 보겠습니다. 먼저 로고 테라피는 오스트리아 정신과 의사인 빅터 플랭클에 의해 체계화된 상담이론입니다. 플랭클은 유대인으로 당시 나치 포로수용소에서의 실제적 경험을 바탕으로 실존분석 이론을 더욱 발전시켰습니다. 그는 수용소에서 겪은 죽음 속에서 자아를 성찰하고 인간 존엄성의 위대함을 몸소 체험한 내용을 책으로도 출간하였습니다. 자세한 이야기는 플랭클의 동영상을 보도록 하겠습니다.”</p> <p>5. 별칭 및 자기소개 (명패 만들기)</p> <p>□424 호흡법 진행</p> <p>□자신을 상징하는 이름을 붙여 별칭을 정한다.</p> <p>□자신을 표현하는 형용사, 어릴 적 별명, 좋아하는 것, 좋아하는 장소, 등을 작성하고 집단원들과 이유에 대해 나눈다.</p> <p>□자신의 가족 소개 특히, 자녀 장애 유형 및 어려움에 대해 표현한다.</p> <p>“눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들어 마시고 하나 둘에 숨을 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉼니다 (3회). 눈을 뜨십니다. 책상에 있는 종이를 세로로 4등분하여 명패 모양을 만듭니다. 그리고 가운데 자신을 상징하는 별칭을 적습니다. 위, 아래 오른쪽과 왼쪽면에 어릴 적 붙였던 별명, 좋아하는 것, 좋아하는 장소를 적습니다. 자신의 이야기를 소개할 때, 어릴적 별명이 만들어졌던 배경도 나눕니다. 그리고 가족 소개할 때, 장애 자녀의 장애 유형과 행동 특성을 나누도록 하겠습니다.”</p> <p>6. 프로그램 참여 동기와 기대를 나눈다.</p> <p>“이 프로그램 참여하게 된 동기와 기대가 있을 줄 압니다. 그리고 그에 대한 내용을 간단히 나눠 주시기 바랍니다.”</p>	(10분 중간 휴식)
마무리	<p>7. 소감 나누기</p> <p>“첫 회기를 진행하면서 각자 떠올랐던 생각이나 긍정적이든 부정적이든 떠오른 마음에 대해 소감문 활동지에 적고 이야기 나눠주시기 바랍니다.”</p> <p>8. 진행자는 집단규칙을 다시 강조하고 다음 회기를 안내한다.</p> <p>“집단원들이 자신의 이야기를 하다보면 노출한 것에 대해 불안감이 있습니다. 이에 집단규칙에 서명하셨듯이 비밀유지를 해주시기 바랍니다. 그리고 우리가 비밀 유지 서약은 했지만, 스스로가 불편한 마음이 생기지 않도록 수용할 수 있는 범위에서 나눠주시기 바랍니다.”</p>	15분

IV. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반

집단상담 프로그램 효과 검증

장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 실시한 후 통제 집단과 비교를 통하여 프로그램 효과를 검증하고자 하였다. 이 연구에서 검증하고자 하는 연구문제와 가설은 다음과 같다.

연구문제 2. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 효과는 어떠한가?

가설 2-1. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 삶의 의미를 향상시킬 것이다.

가설 2-2. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 자아존중감을 향상시킬 것이다.

가설 2-3. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 양육효능감을 향상시킬 것이다.

연구문제 3. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램에 참여한 장애아 어머니의 참여 경험은 어떠한가?

1. 효과 검증 방법 및 과정

가. 연구설계

이 연구는 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 장애아 어머니에게 적용하여 그 효과를 검증하기 위한 실험연구이다. 연구 설계는 연구 참여자 선정 후 실험 집단과 통제집단에 무선배치하고 각각 사전검사를 하였다. 실험집단의 참여자에게는 집단상담 프로그램을 실시하고, 통제집단 참여자에게는 아무런 처지도 제공

하지 않았다. 실험처치 후 사후검사를 실시하였고, 4주후 추후검사를 실시하였다. 이 연구의 설계는 그림 IV-1과 같다.

실험집단	O_1	X	O_2	O_3
통제집단	O_4		O_5	O_6

X : 실험처치(장애아 어머니 집단상담 프로그램)
 O_1, O_4 : 사전검사(삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 검사)
 O_2, O_5 : 사후검사(삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 검사)
 O_3, O_6 : 추후검사(삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 검사)

그림 IV-1. 연구 설계

나. 연구대상

1) 피험자

이 연구 대상은 로고테라피에 기반 집단상담 프로그램에 관한 안내를 받고 참가를 희망한 J 지역의 장애아 어머니들이다. 참여 의사를 밝힌 16명의 장애아 어머니들은 무작위 할당을 통하여 8명은 치료 집단에, 8명은 통제집단에 배정하였다. 실험집단에 참여하지 못한 통제집단 어머니들에게 추후 프로그램 일정을 진행할 것을 약속하였다. 실험집단원 중 1명은 1회기 마친 후 개인적인 사정으로 프로그램 불참 의사를 밝혔고, 통제집단원 중 1명은 도외 출타로 인하여 불참 의사를 밝혔다. 따라서 실험집단은 최종 7명, 통제집단 최종 7명으로 진행하였다. 참여자들의 인구통계학적 배경은 표 IV-1과 같다.

표 IV-1. 연구참여자 인구통계

구분	연번	참여자			장애자녀		
		연령	종교	직업	성별	연령	장애유형
실 험 집 단	1	45	불교	주부	남	6세	지적3급
	2	40	무교	주부	여	5세	언어지연
	3	37	기독교	주부	여	5세	지적2급, 뇌병변2급
	4	34	무교	주부	남	6세	자폐2급
	5	46	불교	주부	여	7세	뇌병변1급
	6	42	기독교	조무사	남	7세	자폐2급
	7	48	무교	주부	남	15세	뇌병변3급, 지적2급
통 제 집 단	1	42	무교	주부	남	8세	자폐3급
	2	38	무교	주부	남	13세	지적2급
	3	37	불교	주부	남	10세	자폐3급
	4	34	무교	주부	여	8세	뇌병변 3급
	5	36	기독교	주부	남	11세	자폐3급
	6	40	무교	주부	여	8세	자폐3급
	7	38	불교	주부	남	6세	언어3급

2) 프로그램 진행자

본 집단상담 프로그램 진행은 연구자가 직접 진행하였다. 연구자는 상담심리 전공자로 개인상담과 집단상담을 10년간 진행하고 있으며, 현재 B정신건강의학과에서 심리상담사로 재직하고 있다. 그리고 집단원으로 참여한 경험은 총 85시간이었고, 집단 지도자 경험은 총 220시간 참여하였다.

연구자는 로고테라피 습득과 연구대상자에 맞는 프로그램을 진행하기 위하여 한국 로고테라피 연구소에서 진행하는 로고테라피 초급(15시간), 중급A(30시간), 중급B(30시간), 고급과정(30시간)을 이수하였다. 또한 질적연구 수행에 대한 역량을 갖추기 위하여 로고테라피에 기반한 상담사례를 실시하고, 내용분석(content analysis)하여 논문 1편을 출간한 바 있다.

다. 연구의 윤리적 수행 및 안전성 고려

이 연구를 실시하기 전 제주대학교 생명윤리 심의 위원회(Jeju National University Institutional Review Board: JNUIRB)의 승인 후 연구를 진행하였다

(JJNU-IRB-2021-037).

연구 참여자에게는 프로그램 목적과 절차를 설명하였고, 연구 결과는 연구 이외의 목적으로 사용되지 않으며 참여자의 사생활을 최대한 보장할 것임을 설명하였다. 그리고 연구 참여에 대한 의사를 밝혔더라도 연구 도중 언제든지 그만둘 수 있다는 내용을 안내하고 연구 참여 동의를 받았다.

라. 측정도구

장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 사용한 측정도구는 다음과 같다.

1) 삶의 의미 척도

이 연구에서는 삶의 의미를 측정하기 위하여 Crumbaugh와 Maholick(1964)이 개발하고 남궁달화(1980)가 번안한 삶의 목적(purpose in life, PIL)을 사용하였다. 박선실과 이준석(2002)은 삶의 목적 척도의 내용 타당성 검토를 마쳤다. 척도는 총 20개 문항으로 구성되었으며 Likert 7점 척도로 점수가 높을수록 삶의 의미가 높은 것을 의미한다. 각 문항은 중간 점수 4점을 기준으로 상반되는 내용의 문장이 기술되어 있다. 삶의 의미 점수가 112점 이상이면, 삶의 명확한 의미와 목적이 존재함을 나타낸다. 92점 이하는 분명한 의미가 부족한 실존적 공허 상태를 의미하고, 93점에서 111점 사이는 ‘불분명한 것’으로 보고 있다(Crumbaugh & Maholick, 1964).

이 연구에서 해당 척도를 삶에서 지향하는 바가 있는가를 뜻하는 지향과 추동의 의미를 가진 문항으로 구성된 삶의 방향 추구와 현재 자신의 삶이 살아갈 가치가 있다는 주관적 느낌인 삶의 존재 가치의 두 하위요인으로 구분하였다. 한국 어판 내용타당도 검증 시 신뢰도(Cronbach's α)는 .91이었고(박선실·이준석, 2002) 이 연구에서는 전체문항에 대한 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .97이다. 삶의 의미 척도의 문항 구성 및 신뢰도는 표 IV-2와 같다.

표 IV-2. 삶의 의미의 문항 구성과 신뢰도

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach's α
삶의 방향 추구	11	1, 2, 5, 6, 7, 9, 15, 16, 17, 18, 20	.955
삶의 존재 가치	9	3, 4, 8, 10, 11, 12, 13, 14, 19	.947
전 체	20		.975

2) 자아존중감 척도

이 연구에서는 자아존중감을 측정하기 위하여 Coopersmith(1967)가 제작한 Self - Esteem Inventory를 강종구(1986)가 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 25개 문항으로 구성되어 있고 4가지의 하위 영역으로 구분되었다. 하위요인은 자기비하 요인(5문항), 타인과의 관계 요인(7문항), 지도력과 인기 요인(6문항), 자기주장과 불안 요인(7문항)으로 구성되어 있다. 총 25문항 중 16문항(1, 2, 3, 6, 7, 9, 11, 13, 15, 16, 17, 18, 21, 22, 23, 25) 역 채점하여 계산한다. 각 문항은 Likert 4점 척도로 전혀 그렇지 않다(1점), 그렇지 않다(2점), 그렇다(3점), 매우 그렇다(4점)로 구성되었고 점수가 높을수록 자아존중감이 높거나 혹은 자신을 존중하고 좋아하며 스스로를 가치 있는 인간으로 느끼는 것으로 본다. 강종구(1986)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .86이었다. 이 연구에서는 전체 문항에 대한 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 .92이다. 자아존중감 척도의 문항 구성 및 신뢰도는 표 IV-3과 같다.

표 IV-3. 자아존중감의 문항 구성과 신뢰도

하위요인	문항내용	문항수	문 항	Cronbach's <i>a</i>
자기비하	자신을 남보다 못하다고 생각하고 장점보다 단점이 많다고 생각하며 자신의 존재 가치를 못 느끼는 경향	5	1*, 3*, 11*, 15*, 16*	.789
타인과의 관계	타인과의 관계가 원만하지 않고 가족의 이해나 사랑이 부족하다고 생각하는 경향	7	6*, 7*, 9*, 10, 20, 21*, 22*	.796
지도력과 인기	남 앞에서 말하기가 어렵고 자신이 남보다 매력이 적다고 느끼는 경향	6	2*, 5, 8, 14, 18*, 25*	.797
자기주장과 불안	결정하기 어렵고 생활태도에 자신이 없고 뜻대로 되지 않는다고 여기는 경향	7	4, 12, 13*, 17*, 19, 23*, 24	.685
전 체		25		.922

*는 역채점 문항임

3) 양육효능감

이 연구에서는 장애아 어머니의 양육효능감 수준을 측정하기 위하여 Floyd et al.(1998)의 'Perceived Parenting Competence'를 사용하였다. 원래 이 척도는 학령기 자녀용으로 개발된 것이나, 안지영(2001)에 의해 우리나라의 문화를 고려하여 번안, 수정되었다. 척도는 총 15문항으로 구성되어 있으며, 부모 역할에 대한 자신감을 측정하는 양육 자신감 요인(8문항)과 부모 역할에서 아이를 다루기 어려워하는 양육 어려움 요인(7문항)으로 이루어져 있다. 양육 어려움 요인 8개(3, 5, 7, 8, 9, 10, 14, 15)는 역 채점되었다. 각 문항은 Likert 4점 척도로 전혀 그렇지 않다(1점), 그렇지 않다(2점), 그렇다(3점), 매우 그렇다(4점)로 구성되었고 점수가 높을수록 부모 역할에 대한 자신감이 높다는 것을 의미한다. 안지영(2001)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's *a*)는 .73이었다. 이 연구에서는 전체 문항에 대한 신뢰도 계수(Cronbach's *a*)는 .80이다. 양육효능감 척도의 문항 구성 및 신뢰도는 표 IV-4와 같다.

표 IV-4. 양육효능감의 문항 구성과 신뢰도

하위요인	문항내용	문항수	문항번호	Cronbach's α
양육 자신감	부모역할에 대해 자신감을 가짐	8	1, 2, 4, 6, 9, 11, 12, 13	.79
양육 어려움	부모역할에 대해 죄책감을 가짐	7	*3, *5, *7, *8, *10, *14, *15	.78
전 체	15	15		.85

*는 역채점 문항임

마. 검증 과정

이 연구는 프로그램 개발 절차에 따라 구성된 로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램의 이론적 배경을 정립하고 이론적 모형을 세워 최종적으로 프로그램 개발을 완료하였다. 프로그램 참여 희망자를 모집하기 위하여 2021년 5월 24일부터 29일까지 모집하였다. 프로그램 교육장은 코로나로 인한 넓은 장소가 필요했으므로 장애인 전환서비스 지원센터 교육장의 사용허가를 받아 진행하였다. 프로그램 참여 홍보 안내는 장애인 부모회 및 자폐 사랑협회 홈페이지와 ○○특별한 아이 카페 등을 통해 참여자를 모집하였다. 홍보 안내에는 로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램에 관한 내용이 포함되었다. 또한 참가자 선정 기준으로는 유아기, 학령기 초기 장애 자녀를 양육하고 있는 어머니로 프로그램 진행하는 동안 결석을 하지 않겠다고 동의한 경우이다.

1) 사전검사(2021년 6월 3일)

이 프로그램에 자발적으로 희망한 14명을 대상으로 치료집단과 통제집단에 무선 배정하였고, 예비모임을 통하여 프로그램 안내 및 사전검사를 실시하였다. 사전검사는 실험집단과 통제집단에 삶의 의미, 양육효능감, 자아존중감을 측정하였다.

2) 프로그램 실시(2021년 6월 8일부터 2021년 7월 9일)

본 프로그램은 실험집단 7명을 대상으로 진행되었으며, 연구자가 직접 진행하였다. 프로그램의 회기는 총 10회기로 구성되었고, 주 2회, 매회기 당 120분으로 진행하였다. 자세한 프로그램 내용은 표 III-20과 같다. 그리고 통제집단의 경우 차후 일정을 조정하여 프로그램에 참여할 수 있도록 한다는 약속을 하고 실시하였다.

3) 사후검사(2021년 7월 9일)

실험집단 사후검사는 마지막 10회기 종결 후, 프로그램 효과를 알아보기 위해 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 검사를 실시하였다. 통제집단은 2021년 7월 12일에 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 검사를 실시하였다.

4) 추후검사(2021년 8월 6일)

추후검사는 프로그램 종결 4주 후 프로그램 효과 지속 여부를 확인하기 위하여 실험집단과 통제집단을 대상으로 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 척도를 검사하였다.

바. 자료 분석 과정

1) 양적 자료 분석 과정

이 연구에서는 로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램 효과를 알아보기 위하여 수집된 자료를 점수화하였고 분석은 SPSS WIN 21.0을 사용하여 분석하였다. 구체적인 분석 방법은 다음과 같다.

첫째, 조사 도구의 신뢰도 검증은 *Cronbach's a* 계수로 분석하였다.

둘째, 실험집단과 통제집단 간의 사전 동질성 검증을 위하여 두 집단 간의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 평균 차이를 독립표본 *t* 검정을 실시하였다.

셋째, 연구의 가설을 통계적으로 검증하기 위해 혼합설계변량분석(mixed

ANOVA)을 사용하였다. 혼합설계는 집단(실험, 통제)과 측정시기(사전, 사후, 추후)에 따른 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 변화를 분석하기 위해 측정시기를 반복측정 변인으로 하여 이원반복측정변량분석(2-way Repeated Measures ANOVA)을 실시하였다.

넷째, 집단과 측정 시기의 상호 효과가 나타나는 경우에는 집단과 측정시기 각각에 대한 단순 주효과를 검증하고 집단과 측정 시기별 효과를 비교하기 위해 사후 검증(LSD)을 실시하였다. 가설검증을 위한 통계적 유의수준은 .05 수준으로 하였다.

다섯째, EXCEL 프로그램을 이용하여 실험집단과 통제집단의 평균 점수 변화를 그래프로 제시하여 시각화하였다.

2) 내용 분석 과정

이 연구에서는 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 효과를 알아보기 위하여, 사례연구를 활용한 내용분석을 실시하였다. 이는 양적 분석의 신뢰성을 보완하기 위함이다. 사례연구는 시간과 장소에 의해 경계 지어진 체계 내에서 어떤 현상이 발현되는지 이해하거나 발현한 현상이 어떠한 과정으로 발현되는지를 규명하는 연구 방법이다(Creswell, 2010). 사례연구의 목적은 사회적 대상에 관한 연구로 연구참여자가 나타내는 것을 관찰, 심층 면담, 문서 분석 등의 기법을 통해 모든 정보가 어떻게 작용하고 기능이 수행되는지를 효과적으로 이해하고자 하는 데 있다(윤정아, 2015).

이 연구의 사례연구 설계는 다중사례연구(multiple-case design)로 ‘로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램에 참여경험은 어떠하였나’를 중심으로 프로그램 수행 단계별 경험과 핵심 범주인 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감에 대하여 초기, 중기, 말기의 변화에 집중하여 논의하였다. 이를 위한 자료수집은 프로그램 참여자 7명의 모든 단계에서 수집된 자료(축어록, 활동지, 보고서, 연구자의 현장 노트 등)를 근거로 참여자의 변화 양상에 대한 내용을 분석하였다. 자료 분석과 보고서 작성과정은 동료 연구자들의 점검과 지도교수의 검토를 통해 이루어졌다.

2. 양적 분석 결과

가. 실험집단과 통제집단의 동질성 검증

이 연구에서는 실험집단과 통제집단의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 평균 차이를 독립표본 t 검정을 실시하였다. 동질성 측정결과는 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 전체 변인에서 두 집단의 평균차가 $p > .05$ 으로 차이가 없는 것으로 나타나 사전 동질성이 확인되었다. 결과는 표 IV-5에 제시하였다.

표 IV-5. 실험집단과 통제집단의 동질성 검증

변인	실험집단 ($n=7$)		통제집단 ($n=7$)		등분산성 검증		t	p
	M	SD	M	SD	F	P		
삶의 의미 전체	95.571	2.070	97.142	1.951	.021	.886	-1.461	.170
삶의 방향추구	52.000	1.914	52.857	2.115	.067	.801	-.795	.442
삶의 존재가치	43.571	3.154	44.285	1.889	3.914	.071	-.514	.617
자아존중감 전체	69.286	5.589	69.286	6.601	.064	.804	.000	1.000
자기비하	12.143	1.345	14.143	2.268	.999	.337	-2.007	.068
타인과의 관계	19.286	2.430	19.957	1.464	3.810	.075	-.533	.604
지도력과 인기	15.000	3.000	17.714	2.430	.172	.685	-1.860	.088
자기주장과 불안	17.571	2.070	18.858	1.864	.28	.606	-1.221	.246
양육효능감 전체	35.571	1.902	35.285	1.253	.662	.432	.332	.432
양육 자신감	18.000	1.632	18.428	.975	.678	.426	-.596	.426
양육 어려움	15.000	3.605	16.428	.975	8.139	.015	-1.012	.015

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

검증 결과를 구체적으로 살펴보면, 양육효능감의 하위변인인 양육어려움 ($F=8.139$, $p < .05$)을 제외하고 삶의 의미($F=.021$, $p > .05$), 자아존중감($F=.785$, $p > .05$), 양육효능감($F=7.394$, $p > .05$) 전체와 모든 하위변인에서도 유의한 차이가 나타나지 않아 실험집단과 통제집단이 대체로 등분산을 이루는 것으로 나타났다. 실험집단과 통제집단은 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감 전체 및 모든 하위변인의 사전점수가 .05 수준에서 통계적 유의한 차이가 없으므로 서로 동질한 것으로 나타났다.

나. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램이 삶의 의미에 미치는 효과

이 연구에서 개발한 프로그램의 효과를 알아보기 위하여 삶의 의미 하위 요인 및 전체점수의 평균과 표준편차를 사전, 사후, 추후로 나누어 살펴보았다. 그 결과는 표 IV-6에 제시하였다.

표 IV-6. 삶의 의미 점수의 집단 간 측정시기별 평균과 표준편차

관련변인	시기	실험집단(n=7)		통제집단(n=7)	
		M	SD	M	SD
삶의 의미 전체	사전	95.571	2.070	97.142	1.951
	사후	114.142	2.794	92.857	2.609
	추후	117.142	1.772	91.428	1.397
삶의 방향추구	사전	52.000	1.914	52.857	2.115
	사후	63.714	3.199	50.714	.951
	추후	65.857	2.478	50.142	1.214
삶의 존재 가치	사전	43.571	3.154	44.285	1.889
	사후	50.428	2.878	42.142	2.734
	추후	51.285	2.497	41.285	.755

로고테라피 기반 집단상담프로그램이 장애아 어머니의 삶의 의미에 미치는 효과를 알아보기 위하여 실험집단과 통제집단의 사전, 사후, 추후 측정에서의 측정값을 종속변인으로 하여 혼합변량분석(mixed ANOVA)을 실시하였다.

각 처치수준 간 변량의 동일성 가정을 확인하기 위하여 구형성검증(Sphericity)을 실시하였다. 구형성검증은 SPSS 프로그램에서 제시하는 Mauchly 검증 방법을 사용하였다. 만약 구형성 검증에 위배되는 것으로 나타나면, Mauchly 값을 확인하여 .75이하인 경우 Greenhouse-Geisser 수정방식을 사용하고, .75 이상인 경우 Huyhn-Feled 수정방식을 사용해야 한다(Girden, 1992; Field & Hole, 2003; 신인수, 2015 재인용).

이 연구에서의 구형성 검증결과는 삶의 의미 하위요인과 전체 측정에서 구형

성 가정을 만족하는 것으로 나타났고, 표 IV-7에 제시하였다.

표 IV-7. 삶의 의미에 대한 반복측정변량분석 결과

관련변인	Souse	자승합 (SS)	자유도 (df)	평균자승합 (MS)	F
삶의 의미 전체	집단간				
	집단간(처치)	431680.095	1	431680.095	104599.408***
	오차	49.524	12	4.127	
	집단내				
	집단간(시기)	534.333	2	267.167	54.648***
	처치×시기	1501.000	2	750.500	153.511***
	오차	117.333	24	4.889	
삶의 방향추구	집단간				
	집단간(처치)	131152.595	1	131152.595	102.126***
	오차	106.381	12	8.865	
	집단내				
	집단간(시기)	254.619	2	127.310	55.505***
	처치×시기	553.000	2	276.500	120.550***
	오차	55.048	24	2.294	
삶의 존재가치	집단간				
	집단간(처치)	86950.500	1	86950.500	7509.090***
	오차	138.952	12	11.579	
	집단내				
	집단간(시기)	51.857	2	25.929	8.017**
	처치×시기	231.857	2	115.929	35.845***
	오차	77.619	24	3.234	

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

분석결과는 삶의 의미 전체 점수의 집단과 측정시기 상호작용 효과($F=153.511$, $p < .001$)가 유의한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 실험집단의 삶의 의미의 변화가 통제집단의 변화와 비교해서 유의한 차이가 있음을 보여준다. 삶의 의미의 하위 요인인 삶의 방향추구($F=120.550$, $p < .001$), 삶의 존재가치($F=35.845$, $p < .001$)에 있어서 모두 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 통계적으로 유의하였다. 이를 통해 로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램 실시에 따라 삶의 의미 점수가 측정시점과 집단 간에 차이가 있음을 확인할 수 있었다.

반복측정변량분석을 통해서 삶의 의미 전체와 하위변인 점수에서 집단과 측정 시점의 상호작용 효과가 유의하게 나타났으나 측정 시점에 따른 점수의 변화 양상에 있어서 집단 간 차이가 있음만 확인할 수 있을 뿐, 집단별 측정 시점에 따른 변화를 더 구체적으로 알아보기 위하여 집단별, 시기별로 단순 주효과 및 다중비교(LSD) 분석을 실시했고, 그 결과는 표 IV-8에 제시하였다.

표 IV-8. 삶의 의미 점수에 대한 단순 주효과 및 다중비교 분석 결과

관련 변인	Source	자승합 (SS)	자유도 (df)	평균자승합 (MS)	F	p	다중비교
삶의 의미 전체	측정시기×실험	1911.524	2	955.762	187.579	.000	1<2<3
	측정시기×통제	123.810	2	61.905	13.220	.001	1>2>3
	집단구분×사전	8.643	1	8.643	2.135	.170	a<b
	집단구분×사후	1585.786	1	1585.786	216.948	.000	a>b
삶의 방향 추구	집단구분×추후	2314.286	1	2314.286	908.411	.000	a>b
	측정시기×실험	778.952	2	389.476	150.534	.000	1<2<3
	측정시기×통제	23.667	2	14.333	7.167	.009	1>2>3
	집단구분×사전	2.571	1	2.571	.632	.442	a<b
삶의 존재 가치	집단구분×사후	591.500	1	591.500	106.167	.000	a>b
	집단구분×추후	862.286	1	864.286	226.875	.000	a>b
	측정시기×실험	250.286	2	125.143	26.954	.000	1<2<3
	측정시기×통제	33.429	2	16.714	9.157	.004	1>2>3
삶의 존재 가치	집단구분×사전	1.786	1	1.786	.264	.617	a<b
	집단구분×사후	240.286	1	240.286	30.489	.000	a>b
삶의 존재 가치	집단구분×추후	350.000	1	350.000	102.797	.000	a>b

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$, a=실험, b=통제, 1=사전, 2=사후, 3=추후

삶의 의미 전체 점수에서 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며($F=187.579$, $p<.001$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하였으나($F=13.220$, $p<.01$), 사전, 사후, 추후 점수 순으로 통계적으로 유의하게 낮아졌다.

그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=216.948$, $p<.001$)와 추후 점수($F=908.411$, $p<.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 삶의 의미의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 삶의 의미의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-2에 제시하였다.

다음으로는 삶의 의미의 하위변인별로 살펴보면, 삶의 방향 추구에서 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며($F=150.534$, $p<.001$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하였으나($F=7.167$, $p<.01$), 사전, 사후, 추후 점수순으로 통계적으로 유의하게 낮아졌다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=106.167$, $p<.001$)와 추후 점수($F=226.875$, $p<.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 삶의 방향추구의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 삶의 방향추구의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-3에 제시하였다.

마지막으로 삶의 존재 가치에서 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며($F=26.954$, $p<.001$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하였으나($F=9.157$, $p<.01$), 사전, 사후, 추후 점수순으로 통계적으로 유의하게 낮아졌다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=30.489$, $p<.001$)와 추후 점수($F=2102.797$, $p<.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 삶의 존재가치의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 삶의 존재 가치의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-4에 제시하였다.

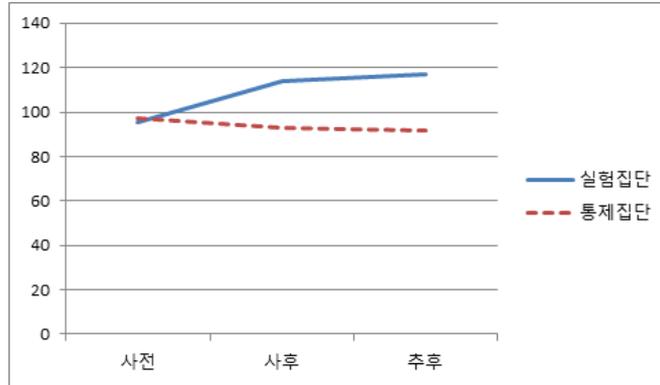


그림 IV-2. 「삶의 의미 전체」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

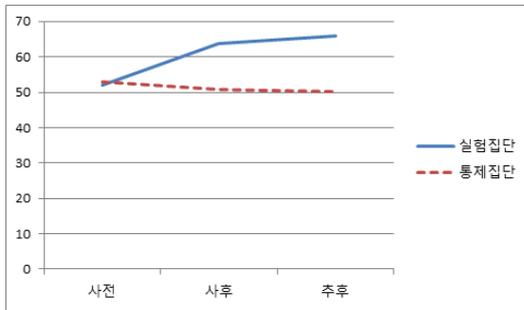


그림 IV-3. 「삶의 방향추구」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

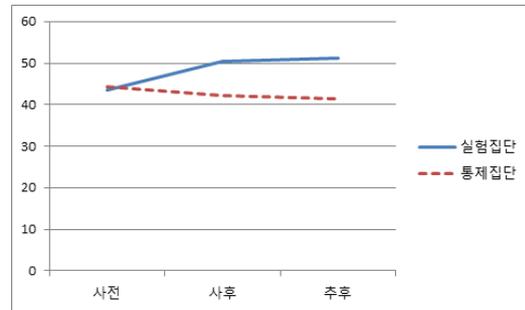


그림 IV-4. 「삶의 존재가치」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

다. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램이 자아존중감에 미치는 효과

이 연구에서 개발한 프로그램의 효과를 알아보기 위하여 자아존중감 하위 요인 및 전체점수의 평균과 표준편차를 사전, 사후, 추후로 나누어 살펴보았다. 그 결과는 표 IV-9에 제시하였다.

표 IV-9. 자아존중감 점수의 집단 간 측정시기별 평균과 표준편차

관련변인	시기	실험집단(<i>n</i> =7)		통제집단(<i>n</i> =7)	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
자아존중감 전체	사전	69.286	5.589	69.286	6.601
	사후	82.857	3.184	66.857	7.244
	추후	84.571	3.047	65.714	7.543
자기비하	사전	12.142	1.345	14.143	2.268
	사후	16.143	1.069	12.143	2.268
	추후	17.286	.951	11.429	2.149
타인과의 관계	사전	19.286	3.401	20.000	1.633
	사후	22.571	2.699	18.429	1.272
	추후	23.429	2.760	18.000	.817
지도력과 인기	사전	15.000	3.000	17.714	2.430
	사후	18.714	2.059	16.143	2.340
	추후	19.429	1.813	15.143	2.340
자기주장과 불안	사전	17.571	2.070	18.858	1.864
	사후	21.857	3.185	17.429	1.272
	추후	22.000	3.416	17.000	1.000

다음으로 자아존중감 전체와 하위변인들의 점수에 대해 반복측정변량분석을 실시한 결과 표 IV-10과 같다. 이때 변량의 동일성 가정을 확인하기 위하여 구형성검증(Sphericity) 검증을 실시하였고, 자아존중감 전체와 하위요인 모두 구형성 가정을 충족하는 것으로 나타났다.

표 IV-10. 자아존중감 점수에 대한 반복측정변량분석 결과

관련변인	Source	자승합 (SS)	자유도 (df)	평균자승합 (MS)	F
자아 존중감 전체	집단간				
	집단간(처치)	1417.524	1	1417.524	17.427**
	오차	976.095	12	81.341	
	집단내				
	집단간(시기)	305.333	2	152.667	14.917***
	처치×시기	723.048	2	361.524	35.325***
	오차	245.619	24	10.234	
자기비하	집단간				
	집단간(처치)	1417.524	1	1417.524	17.427**
	오차	976.095	12		
	집단내				
	집단간(시기)	305.333	2	152.667	14.917***
	처치×시기	723.048	2	361.524	35.325***
	오차	245.619	24	10.234	
타인과의 관계	집단간				
	집단간(처치)	91.524	1	91.524	6.724*
	오차	175.048	12		
	집단내				
	집단간(시기)	9.000	2	4.500	7.986**
	처치×시기	73.476	2	36.738	65.197***
	오차	13.524	24	.563	
지도력과 인기	집단간				
	집단간(처치)	20.024	1	20.024	1.353
	오차	177.619	12	14.802	
	집단내				
	집단간(시기)	9.476	2	4.738	5.017*
	처치×시기	93.190	2	46.595	49.336***
	오차	22.667	24	.944	
자기주장 과 불안	집단간				
	집단간(처치)	77.357	1	77.357	6.313*
	오차	147.048	12	12.254	
	집단내				
	집단간(시기)	17.333	2	8.667	4.512*
	처치×시기	84.571	2	42.286	22.017***
	오차	46.095	24	1.921	

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

분석결과는 자아존중감 전체 점수의 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 ($F=35.325, p<.001$)으로 유의한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 실험집단의 자아존중감의 변화가 통제집단의 변화와 비교해서 유의한 차이가 있음을 보여준다.

자아존중감의 하위요인인 자기비하($F=35.325, p<.001$), 타인과의 관계($F=65.197, p<.001$), 지도력과 인기($F=49.336, p<.001$), 자기주장과 불안($F=22.017, p<.001$)에 있어서 모두 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 통계적으로 유의하였다. 이를 통해 로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램 실시에 따라 자아존중감 점수가 측정시점과 집단 간에 차이가 있음을 확인할 수 있었다.

반복측정 분산분석을 통해서 자아존중감 전체와 하위변인 점수에서 집단과 측정시점의 상호작용 효과가 유의하게 나타났으나 측정 시점에 따른 점수의 변화 양상에 있어서 집단 간 차이가 있음만 확인할 수 있을 뿐, 집단별 측정 시점에 따른 변화를 더 구체적으로 알아보기 위하여 집단별, 시기별로 단순 주효과 및 다중비교(LSD) 분석을 실시했고, 그 결과는 표 IV-11에 제시하였다.

표 IV-11. 자아존중감 점수에 대한 단순 주효과 및 다중비교 분석 결과

관련변인	Source	자승합 (SS)	자유도 (df)	평균자승합 (MS)	F	p	다중비교
자아 존중감 전체	측정시기×실험	981.810	2	490.905	25.444***	.000	1<2<3
	측정시기×통제	46.571	2	23.286	19.824***	.000	1>2>3
	집단구분×사전	.000	1	.000	.000	1.000	a=b
	집단구분×사후	869.000	1	869.000	25.617***	.000	a>b
	집단구분×추후	1244.571	1	1244.571	37.606***	.000	a>b
자기 비하	측정시기×실험	102.095	2	51.048	116.945***	.000	1<2<3
	측정시기×통제	27.714	2	13.857	174.600***	.000	1>2>3
	집단구분×사전	14.000	1	14.000	4.027	.068	a<b
	집단구분×사후	56.000	1	56.000	17.818**	.001	a>b
	집단구분×추후	120.071	1	120.071	43.474***	.000	a>b
타인과의 관계	측정시기×실험	66.952	2	33.476	47.932***	.000	1<2<3
	측정시기×통제	15.524	2	7.762	18.111***	.000	1>2>3
	집단구분×사전	1.786	1	1.786	.251	.626	a<b
	집단구분×사후	60.071	1	60.071	13.492**	.003	a>b
	집단구분×추후	103.143	1	103.143	24.897***	.000	a>b
지도력과 인기	측정시기×실험	79.143	2	39.571	22.062***	.000	1<2<3
	측정시기×통제	23.524	2	11.762	123.500***	.000	1>2>3
	집단구분×사전	25.786	1	25.786	3.460	.088	a<b
	집단구분×사후	23.143	1	23.143	4.765	.050	a>b
	집단구분×추후	64.286	1	64.286	14.674**	.002	a>b
자기주장 과 불안	측정시기×실험	88.667	2	44.333	12.871**	.001	1<2<3
	측정시기×통제	13.238	2	6.619	16.680***	.000	1>2>3
	집단구분×사전	5.786	1	5.786	1.491	.246	a<b
	집단구분×사후	68.643	1	68.643	11.672**	.005	a>b
	집단구분×추후	87.500	1	87.500	13.816**	.003	a>b

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$, a=실험, b=통제, 1=사전, 2=사후, 3=추후

자아존중감 전체 점수에서 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며 ($F=25.444$, $p<.001$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하였으나

($F=19.824$, $p<.001$), 사전, 사후, 추후 점수 순으로 통계적으로 유의하게 낮아졌다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=25.617$, $p<.001$)와 추후 점수($F=37.606$, $p<.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 자아존중감의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 자아존중감의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-5에 제시하였다.

다음으로는 자아존중감 하위변인인 자기비하에서는 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며 ($F=116.945$, $p<.001$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하였으나($F=174.600$, $p<.01$), 사전, 사후, 추후 점수순으로 통계적으로 유의하게 낮아졌다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=17.818$, $p<.01$)와 추후 점수($F=43.474$, $p<.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 자기비하의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 자기비하의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-6에 제시하였다.

타인과의 관계에서는 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며 ($F=47.932$, $p<.001$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하였으나 ($F=18.111$, $p<.001$), 사전, 사후, 추후 점수순으로 통계적으로 유의하게 낮아졌다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=13.492$, $p<.01$)와 추후 점수($F=24.897$, $p<.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 타인과의 관계의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 타인과의 관계의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-7에 제시하였다.

지도력과 인기에서는 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험 집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며 ($F=22.062, p<.001$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하였으나 ($F=123.500, p<.001$), 사전, 사후, 추후 점수 순으로 통계적으로 유의하게 낮아졌다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수와 사후 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 추후 점수($F=14.674, p<.01$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 지도력과 인기의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 지도력과 인기의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-8에 제시하였다.

자기주장과 불안에서는 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며 ($F=12.871, p<.01$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하였으나 ($F=16.680, p<.001$), 사전, 사후, 추후 점수 순으로 통계적으로 유의하게 낮아졌다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=11.672, p<.01$)와 추후 점수($F=13.816, p<.01$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 자기주장과 불안의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 자기주장과 불안의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-9에 제시하였다.

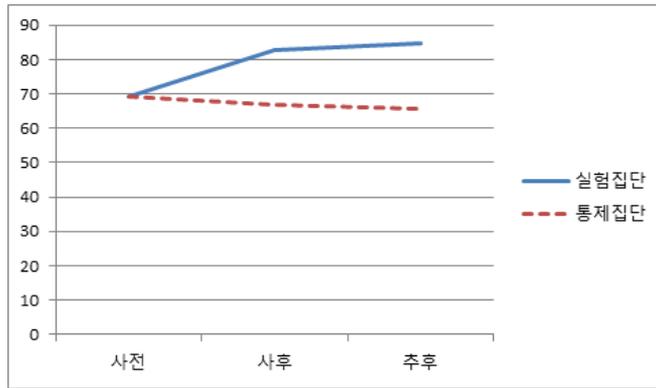


그림 IV-5. 「자아존중감 전체」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

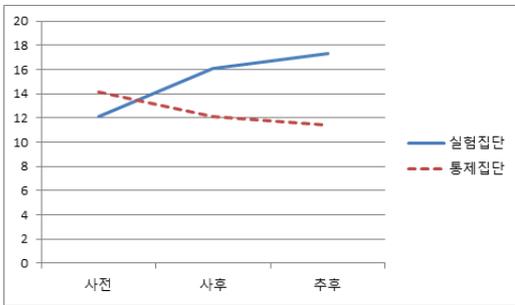


그림 IV-6. 「자기비하」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

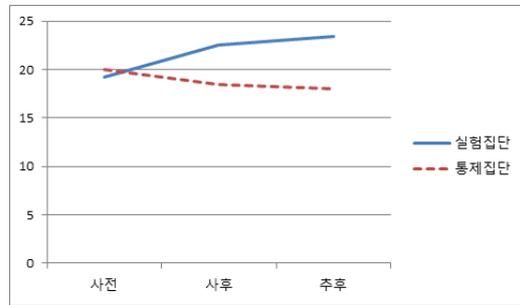


그림 IV-7. 「타인과의 관계」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

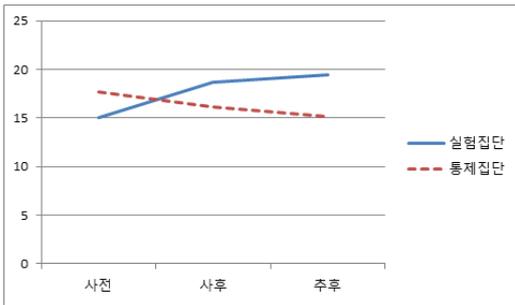


그림 IV-8. 「지도력과 인기」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

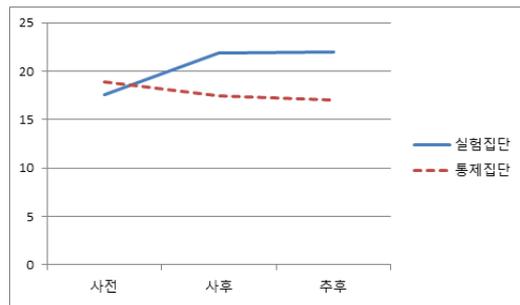


그림 IV-9. 「자기주장과 불안」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

라. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램이 양육효능감에 미치는 효과

이 연구에서 개발한 프로그램의 효과를 알아보기 위하여 양육효능감 하위요인 및 전체점수의 평균과 표준편차를 사전, 사후, 추후로 나누어 살펴보았다. 그 결과는 표 IV-12에 제시하였다.

표 IV-12. 양육효능감 점수의 집단 간 측정시기별 평균과 표준편차

관련변인	시기	실험집단(n=7)		통제집단(n=7)	
		<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
양육효능감 전체	사전	35.571	1.902	35.285	1.253
	사후	37.714	1.380	35.714	1.112
	추후	39.428	.975	34.000	1.000
양육 자신감	사전	18.000	1.632	18.428	.975
	사후	20.285	.951	18.285	.755
	추후	20.857	.377	18.285	.755
양육 어려움	사전	15.000	3.605	16.428	.975
	사후	17.428	.975	16.571	.534
	추후	18.714	.951	15.714	.487

다음으로 양육효능감 전체와 하위변인들의 점수에 대해 반복측정변량분석을 실시한 결과 표 IV-13과 같다. 이때 변량의 동일성 가정을 확인하기 위하여 구형성검증(Sphericity) 검증을 실시하였고, 양육효능감 전체와 하위요인 모두 구형성 가정을 충족하는 것으로 나타났다.

표 IV-13. 양육효능감 점수에 대한 반복측정변량분석 결과

관련변인	Source	자승합 (SS)	자유도 (df)	평균자승합 (MS)	F	p
양육 효능감 전체	집단간					
	집단간(처치)	55299.429	1	55299.429	20861.461***	.000
	오차	31.810	12	2.651		
	집단내					
	집단간(시기)	15.429	2	7.714	6.191**	.007
	처치×시기	48.000	2	24.000	19.261***	.000
	오차	29.905	24	1.246		
양육 자신감	집단간					
	집단간(처치)	15200.024	1	15200.024	9975.016***	.000
	오차	18.286	12	1.524		
	집단내					
	집단간(시기)	14.333	2	7.167	10.379**	.001
	처치×시기	17.762	2	8.881	12.862***	.000
	오차	16.571	24	.690		
양육 어려움	집단간					
	집단간(처치)	11633.357	1	11633.357	2645.854***	.000
	오차	52.792	12	4.397		
	집단내					
	집단간(시기)	18.429	2	9.214	4.888*	.017
	처치×시기	34.333	2	17.167	9.107**	.001
	오차	45.238	24	1.885		

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

분석결과는 양육효능감 전체 점수의 집단과 측정시기의 상호작용 효과가 ($F=19.261$, $p < .001$)으로 유의한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 실험집단의 양육효능감의 변화가 통제집단의 변화와 비교해서 유의한 차이가 있음을 보여준다.

양육효능감의 하위요인별로 혼합변량분석을 반복해 실시하였다. 표 34.에서 제시한 바와 같이 양육자신감($F=12.862$, $p < .001$), 양육어려움($F=9.107$, $p < .001$) 점수에서 집단과 측정시점 간 상호작용효과가 유의한 것으로 나타났다.

이처럼 양육효능감에 대한 집단과 측정시점 간의 상호작용이 유의한 효과가 있는 것으로 나타났기 때문에, 단순주효과를 분석하여 사전, 사후, 추후 측정 시점에 따른 차이가 있는지 살펴본 결과는 표 IV-14와 같다.

표 IV-14. 양육효능감 점수에 대한 단순 주효과 및 다중비교 분석결과

관련 변인	Source	자승합 (SS)	자유도 (df)	평균자승합 (MS)	F	p	다중 비교
양육 효능감 전체	측정시기×실험	52.286	2	26.143	14.017	.001	1<2<3
	측정시기×통제	11.143	2	5.571	8.886	.004	2>1>3
	집단구분×사전	.286	1	.286	.110	.746	a<b
	집단구분×사후	14.000	1	14.000	8.909	.011	a>b
	집단구분×추후	103.143	1	103.143	105.659	.000	a>b
양육 자신감	측정시기×실험	32.000	2	16.000	13.091	.001	1<2<3
	측정시기×통제	.095	2	.048	.300	.746	1>2, 3
	집단구분×사전	.643	1	.643	.355	.562	a>b
	집단구분×사후	14.000	1	14.000	18.968	.001	a<b
	집단구분×추후	23.143	1	23.143	64.800	.000	a<b
양육 어려움	측정시기×실험	49.810	2	24.905	7.964	.006	1<2<3
	측정시기×통제	2.952	2	1.476	2.296	.143	2>1>3
	집단구분×사전	7.143	1	7.143	1.024	.332	a>b
	집단구분×사후	2.571	1	2.571	4.154	.044	a<b
	집단구분×추후	31.500	1	31.500	55.125	.000	a<b

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$, a=실험, b=통제, 1=사전, 2=사후, 3=추후

양육효능감 전체 점수에서 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며 ($F=14.017$, $p<.01$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하였으나 ($F=8.886$, $p<.01$), 사후, 사전, 추후 점수 순으로 통계적으로 유의하게 낮아졌다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=8.909$, $p<.05$)와 추후 점수($F=105.659$, $p<.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 양육효능감의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 양육효능감의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-10에 제시하였다.

다음으로는 양육효능감의 하위변인별로 살펴보면, 양육 자신감에서 집단별 측

정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며($F=13.091, p<.01$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=18.968, p<.01$)와 추후 점수($F=64.800, p<.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 양육 자신감의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 양육자신감의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-11에 제시하였다.

마지막으로 양육 어려움에서 집단별 측정시기의 단순 주효과를 검증해 본 결과, 실험집단의 경우 측정시기에 따른 점수 변화가 유의한 것으로 나타났으며($F=7.964, p<.01$), 사전, 사후, 추후 검사 순으로 통계적으로 유의하게 상승하였다. 통제집단의 경우에는 측정시기에 따른 점수 변화가 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 그리고 측정시기별 집단의 단순 주효과를 검증한 결과, 사전 점수에서는 실험집단과 통제집단 간에 통계적으로 유의한 차이가 없었으나, 사후 점수($F=4.154, p<.05$)와 추후 점수($F=55.125, p<.001$)에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 양육 어려움의 사후 점수와 추후 점수 모두 통제집단에 비해 실험집단의 점수가 높은 것으로 나타났다. 양육 어려움의 집단별 사전, 사후, 추후 점수 변화는 그림 IV-12에 제시하였다.

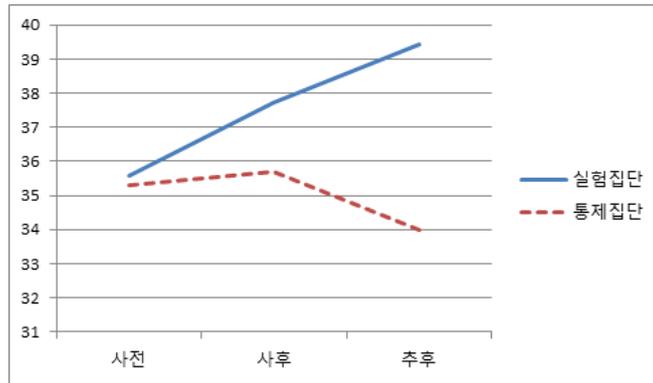


그림 IV-10. 「양육효능감 전체」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

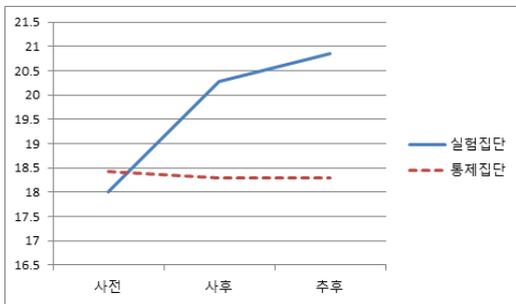


그림 IV-11. 「양육 자신감」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

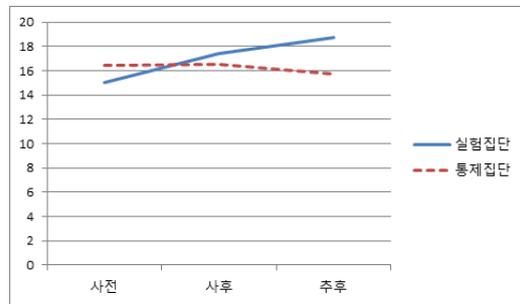


그림 IV-12. 「양육 어려움」의 집단별 사전·사후·추후 점수변화

3. 내용 분석 결과

이 연구의 연구문제 3은 ‘로고테라피에 기반 집단상담 프로그램에 참여한 장애아 어머니의 참여 경험은 어떠한가?’이다. 프로그램 실시 후 참여자의 내적 변화를 양적 통계 분석만으로 유의미한 효과를 알아보는 데는 한계가 있다. 따라서 이러한 한계를 보완하기 위하여 연구자는 참여자의 경험보고서와 축어록 및 연구자의 현장노트를 통하여 내용을 분석하였다. 이를 통해 프로그램 참여자의 내적 변화에 대하여 확인할 수 있었다.

가. 로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램 활동 내용

프로그램 전체 활동 내용을 표 IV-15에 제시하였다.

표 IV-15. 집단상담 프로그램 활동내용

회 기	일자	시간	활 동 내 용
1	2021. 06.07.	10:00 ~ 12:00 (120분)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 오리엔테이션 1. 프로그램 안내 <ul style="list-style-type: none"> - 프로그램 목적과 진행방식에 대해 안내 2. 집단 규칙을 안내하고 서약서를 작성한다. 3. 빅터플랭클 로고테라피 동영상 감상, 별칭, 자기소개
2	2021. 06.12.	10:00 ~ 12:00 (120분)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 자기 발견 및 가치 명료화 1. 과거를 회상하며 원가족에서 나는 어떤 모습인지, 어린시절 칭찬 받았던 내용이나 경험 나누기. 2. 현재 가정에서 나는 어떤 모습이며 어떤 역할을 하고 있고 또 나아가, 직장, 이웃에 대하여 어떤 모습인지 나누기. 3. 타인이 나에게 표현했던 내용 중 기분 좋았던 것은 무엇이었는지 나누기
3	2021. 06.15.	10:00 ~ 12:00 (120분)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 선택에 대한 자유와 책임의 중요성 1. 자신의 인생에서 가장 잘 선택한 일은 어떤 일이었는지 나누다. 2. 장애아 양육 과정에서 선택의 순간, 나는 어떤 선택이나 결정을 하였는지, 나의 선택과 그로 인한 나의 책임 나누기
4	2021. 06.18.	10:00 ~ 12:00 (120분)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 내 안의 긍정성 인식과 장애 자녀의 긍정성 인식 1. 과거 자신의 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험나누기 그리고 현재에 어떻게 발휘되고 있는지 나누기. 2. 장애 자녀의 강점이나 자원의 긍정성 발견하고 나누기
5	2021. 06.21.	10:00 ~ 12:00 (120분)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 개인적 삶과 자녀 양육에서의 경험적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견하기 1. 삶 속에서 체험한 감동(자연, 예술, 사랑, 봉사, 소통 등) 나누기. 2. 장애아를 양육하면서 보람되거나 즐거웠던 경험 나누기
6	2021. 06.25.	10:00 ~ 12:00	<ul style="list-style-type: none"> ■ 개인적 삶과 자녀 양육에서의 창조적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견하기

		(120분)	<ol style="list-style-type: none"> 1. 나의 세 가지 소망을 적고, 소망을 성취하기 위해 구체적으로 무엇을 해야 하는지에 대해 나누기 2. 장애자녀 양육에서 창조적으로 행했던 일 나누기
7	2021. 06.30.	10:00 ~ 12:00 (120분)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 개인적 삶과 자녀 양육에서의 태도적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견하기 <ol style="list-style-type: none"> 1. 자신의 삶에서 힘들었던 시간 혹은 고통의 경험에서 어떻게 극복했는지 나누기 2. 장애아를 양육하면서 어려웠던 상황, 상동행동, 부적응 행동에서 어떻게 대처했는지 나누기
8	2021. 07.02.	10:00 ~ 12:00 (120분)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 자기초월 - 나를 넘어 <ol style="list-style-type: none"> 1. 자신을 넘어 내가 누군가를 위해, 또는 나에게 의미 있는 어떤 일을 위해 행하였던 경험 나누기 2. 장애아를 양육하는 엄마를 만난다면 나는 어떻게 도울 수 있을지 나누기
9	2021. 07.06.	10:00 ~ 12:00 (120분)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 죽음, 새로운 결정 <ol style="list-style-type: none"> 1. 하루밖에 살 수 없다면 어떻게 죽음을 맞이할 것인지 나누기 2. 살면서 잘한 일과 후회되는 일 나누기 3 다시 살게 되었을 때, 의미 있게 살기 위해 무엇을 할 것인지 나누기
10	2021. 07.10.	10:00 ~ 12:00 (120분)	<ul style="list-style-type: none"> ■ 새로운 출발 <ol style="list-style-type: none"> 1. 이번 프로그램은 나에게 어떤 의미가 있었는지를 나누기 2. 집단원들의 좋은 성품 또는 강점을 롤링페이퍼로 표현하기

나. 회기별 내용 분석 및 내적 변화 양상

1) 1회기: 오리엔테이션

1회기 오리엔테이션은 프로그램의 목적과 진행방식을 이해하고, 참여자들간의 친밀감과 신뢰관계를 형성하여 참여 동기를 높이는 데 목적이 있다. 이를 위하여 연구자는 프로그램의 내용과 방향에 대해 설명하였고 집단 규칙에 대한 안내를 하였다. 참여자들은 자신을 소개하고, 집단 참여하게 된 동기, 기대 등에 대해 표현하는 시간을 가졌다. 참여자들의 구체적인 내용을 표 IV-16에 제시하였다.

표 IV-16. 1회기: 자기소개와 욕구

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	별명은 여자깡패, 금강산에 다녀오고 싶다. 친정엄마와 함께 사는데 육아적인 문제로 자주 다툰다. 남편, 아들, 딸, 양육스트레스를 조절하고 나의 마음을 안정화시키고 싶다.
	경험 보고서	이런 집단모임은 처음이어서 내 이야기 하는 것이 초반에는 꺼려졌는데, 시간이 지나면서 초반의 느낌은 기우였다.
2	활동 내용	별명은 마피아(어릴적 힘이 세고 남자들을 뺨), 스트레스 해소로 맥주를 마신다. 아이와 애버랜드 놀러간 기억, 이런 자리는 처음이고 엄마들과의 교류가 없어서 양육과 정서적인 면에서 도움을 받고 싶다.
	경험 보고서	요즘 많이 힘들었는데, 나만 그런게 아니구나... 나보다 더 힘들었겠다. 이런 생각으로 위안을 받음
3	활동 내용	별명은 빨갱이(얼굴이 자주 붉어져서), 숲에 가면 마음이 편하다, 아이가 사랑스럽다. 더 잘해 주고 싶다. 남편과 아들, 딸, 아이의 임상적 정보가 부족해 양육에 혼란스럽다. 그러다 보니 마음 다스리기가 힘들다. 좀 더 긍정적이고 싶다.
	경험 보고서	서로에 대해 알게 되어 즐거웠다. 항상 아이만 생각하다가 나에 대해 생각할 수 있어 좋았다.
4	활동 내용	어릴 적부터 혼자 있는 것을 좋아한다. 만화책 읽는 것, 노래방 즐긴다. 남편과 아들이 있다. 현재 가장 두려운 상황은 코로나로 아이가 유치원에 가지 못하는 날이다. 마음의 여유가 더 생겼으면 좋겠다. 양육 스트레스도 좀 더 잘 다루고 싶다.
	경험 보고서	몇 가지 주제로 서로에 대해 알게 되어 즐거웠다. 공감되는 이야기, 서로의 경험을 통해 배울 것도 있었고 수다 떠는 시간처럼 재미있었다.
5	활동 내용	별명은 달덩이, 호박꽃, 고집이 세고 싹둑 자르는 성향, 술을 자주 마시며 먹는 것으로 푸는 경향이 있다. 바다에서 멍 때리는 것을 좋아한다. 남편, 아들, 딸이다. 딸은 뇌병변 1급이고 소두증으로 태어났다. 모든 표현을 우는 것으로 한다. 비장애 아들의 양육도 너무 힘들다. 둘째 아이를 돌보다 보니 많이 방치하고 잘 받아주지 못한 것 같다. 형제 관계도 배우고 싶고 심리적인 안정감을 가지고 싶다.
	경험 보고서	오늘 처음이어서 낯설 거라 생각했는데 서로 응원해 주고 밝은 모습을 보니 마음이 편해졌다.
6	활동	별명은 로봇(깡이 좋아서), 사람들에게 '개성있다. 어렵פות이 귀엽다,

	내용	활발하다'는 말을 자주 듣는다. 친구들과 여행계를 한다. 오로라를 보고 싶다. 전복과 해삼에 소주를 먹는 것을 좋아한다. 춤 추고 나면 스트레스도 풀린다. 남편, 큰아들(중2), 작은 아들(7세)이 있고 큰아들 사춘기로 방황을 많이 한다. 작은 아들은 형을 귀찮게 하는 경향이 있다. 둘 사이에 양육의 혼란이 많다. 장애아이 양육에서 오는 불안감도 해소하고 싶다.
	경험 보고서	여러 사람 이야기 들으면서 나를 생각해 보는 시간이었다. 아이 키우는 데에 많은 정보도 알고 싶고, 공유하면서 더 솔직하게 오픈하고 싶다.
7	활동 내용	별명은 삼촌이 둘리 친구 또치라고 지어줬다. 나는 더 현명해지고 싶다. 큰 아들은 23살, 군대 다녀왔다. 큰아들은 둘째와 10년 차이이고 둘째 키우면서 큰 아들의 도움을 많이 받았다. 기저기 갈기, 우유주기 500원씩 용돈을 주었다. 작은 아이는 형에게 아빠라는 표현을 했던 기억이 난다. 내 마음의 불편함을 정리하고 싶고 내 마음도 알고 싶다. 아이 양육에도 도움을 받고 싶다.
	경험 보고서	각자 사연이 있고, 고민이 있고 서로 경청하는 분위기가 좋았다. 진솔한 이야기를 들으며 내가 느낀 감정이나 고민이 비슷한 것 같았다.

참여자들은 집단상담 프로그램과 로고테라피에 대해 궁금해하였다. 이에 연구자는 집단상담에 대한 자세한 안내와 로고테라피에 대해 설명하고 동영상 상영하며 좀 더 쉽게 이해하도록 접근하였다. 참여자들은 자신에 대한 소개와 어려움을 비교적 적극적으로 표현하는 분위기이다. 별칭과 어린 시절 소개할 때는 서로 웃기도 하고 호응을 잘하는 모습이었다.

참여자들은 장애 자녀의 양육의 어려움을 호소하였으며, 프로그램 참여 시 기대에 대하여서는 양육 방법에 대한 정보, 정서적 안정과 긍정적인 마음을 더욱 갖기를 원하였다. 그리고 자신만의 스트레스 관리 방법에 대하여 주로 집에서 할 수 있는 것으로, 술 마시기와 취미 활동이 있었다. 참여자들은 처음 만남에 어색해 하기도 했지만, 점점 서로의 고민을 듣고 자신과 같은 경험을 하는 것에 대해 위로를 받고 친밀감이 높아지는 모습이었다.

2) 2회기: 자기발견 및 가치 명료화

2회기는 참여자들이 자기발견을 통해 자신의 가치를 명료화하고 소중한 자신

의 참모습을 인식하는 것에 목적이 있다. 이를 위하여 참여자들은 과거를 회상하고 칭찬받았던 경험이나 긍정적 경험을 나누었다. 그리고 현재 가정에서나 직장, 이웃과의 관계에서 나의 긍정적인 모습을 떠올리고 즐거웠던 경험을 표현하였다. 참여자들의 자기발견 및 가치 명료화에 대한 구체적 내용을 표 IV-17에 제시하였다

표 IV-17. 2회기: 자기 발견 및 가치 명료화

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	떠동갑 언니가 있었지만 부가 달랐고 사실상 외동이, 엄마는 엄하게 키웠다. 사춘기 때 엄마에게 반항을 많이 했다. 지금은 여러 취미 (재봉틀, 승마, 자동차 동호회 등) 활동을 한다. 아이 치료실 다니며 바쁘다. 과거 육상선수를 했고, 칭찬에 많이 매달라 있었다. 운동 기록이 좋아 칭찬받았던 기억이 좋았다
	경험 보고서	나의 경험과 다른 사람들의 경험을 들으면서 비교보다는 서로의 차이를 느끼는 시간이었다.
2	활동 내용	나도 달리기를 잘하여 공책을 상으로 많이 받았다. 엄마 이혼 후 동생 도시락 싸주면 다녔고 15년 동안 회계 사무실에 다니며 성실하다는 이야기를 많이 들었다. 가정에서 독박육아에 많이 지쳐있다. 결혼 후 돈을 잘 모아 집도 장만하고 살림도 잘한다.
	경험 보고서	아직 속내를 털어내는 것이 어색하다. 잘 알지 못하는데 친숙하게 말을 하는 것이 좀 어려웠다.
3	활동 내용	어릴 적 1남 3녀의 셋째로 터 팔았다고 예쁨을 많이 받았다. 부모님이 시험이 잘 볼 때 칭찬해 주셨던 기억이 좋았다. 아이들은 밝고 나를 사랑해 준다. 나는 밝고 긍정적인 사람이다.
	경험 보고서	어릴 적 나에 대해 다시 한번 생각해 보고 즐거웠다. 잊고 있었던 추억과 사랑받았던 기억을 하며 나를 돌아보아 보았다.
4	활동 내용	부모님 이혼으로 초3 때부터 엄마와 살지 않았다. 엄마는 나를 자신의 감정 쓰레기처럼 행동했다. 어릴 때는 난 못난이었다. 남에게 의지하지 않으려고 살았다. 자존감이 높은 것 같다. 남편과도 사이가 좋다. 시댁 복이 있다. 시아버지는 나에게 '사랑한다'고 표현하신다.
	경험 보고서	서로에 대해 친밀감이 생긴 것 같다. 오래 만나지 않았는데도 속에 있는 이야기를 하고, 사람들이 내 이야기를 들어주어서 좋았다.
5	활동 내용	오빠 둘, 언니가 있고 나이 차이가 많다. 막내로 외로웠다. 무뚝뚝한 아빠와 욕쟁이 엄마, 엄마는 밭에서 일하고 나는 혼자 일어나 학교

		에 다니며 소통할 사람이 없었다. 일하는 엄마에게 커피를 타주면 칭찬받았던 기억이 있다. 집에 큰아이도 아기였는데 둘째 돌보다 보니 큰아이가 못하면 인정하지 못해 많이 혼냈다. 남편과도 사이가 안 좋다. 나는 남들을 잘 배려한다. 애기도 잘 들어준다. 시댁 일도 잘 챙긴다. 힘들어도 잘 버티는 것 같다.
	경험 보고서	나 혼자만의 힘들이 아니라는 것을 느꼈다. 내가 느끼지 못한 느낌이나 생각을 발견했다. 자존감이 전보다 좀 올라간 느낌이다. 웃고 즐거웠다.
6	활동 내용	어릴 적 아빠는 항상 부재중이고 6학년때 부모님은 이혼했다. 이후 난 정체성에 혼란이 왔고 외롭다고 느꼈다. 동생을 잘 챙기면 엄마에게 칭찬 받았던 기억이 난다. 가정에서 주로 돈 관리와 대소사를 관리한다. 직장생활과 아이 양육, 남들에 비해 정신없이 지치게 사는 것 같다. 일을 안 하면 우울하다. 직장에서도 일을 찾아서 하는 스타일이다. 주위에서 '솔직해서 좋다'는 표현을 듣는다.
	경험 보고서	솔직하게 나를 표현해서 좋았다. 남의 이야기를 들으며 삶은 비슷하다는 생각이 들었다.
7	활동 내용	어릴 적 둘째여서 서러웠다. 이런 내 모습을 보고 아빠가 시계도 사 주었고 엄마는 나만 데리고 가서 국수를 사줬다. 초등학교 때 선생님이 '너는 하다 보면 잘한다'고 칭찬해줬던 기억이 난다. 사람들이 '언니에게 말하면 불안하지 않고 믿고 맡길 수 있어 좋다'고 했다.
	경험 보고서	과거를 생각할 수 있어 좋았고, 부모님이 보고 싶다는 생각이 집에 가는 길에 전화드리고 싶다.

참여자들은 과거를 회상하며 부모님의 이혼이나 돌봄을 충분히 받지 못했다는 이야기를 하였다. 하지만 힘든 상황에서도 잘 극복한 자신에 대해 긍정적으로 인식하였다. 참여자들은 서로의 경험을 듣고 자신도 비슷한 경험을 했다며 자신의 이야기를 진솔하게 나누었다. 그리고 나만 겪었던 아픔이 아니고 저마다의 어려움이 있다는 것을 인식하였다.

참여자들은 과거의 힘든 상황에서도 자신의 가치를 인식하고 잘 헤쳐나갔던 경험을 표현하며 자신의 가치와 참모습을 발견하였다. 그리고 참여자들은 가정에서의 역할과 남편과의 관계 등을 표현하며, 자신은 가정에서 중요한 존재라는 것과 자신의 고유성에 대해 재발견하였다.

3) 3회기: 선택에 대한 자유와 책임의 중요성

3회기는 참여자들이 자기의 선택에 대한 자유와 책임의 중요성을 인식하고, 장애 자녀의 양육과정에서 선택에 영향을 미치는 자신의 가치관을 명료화하는데 목적이 있다. 이를 위하여 참여자들은 인생에서 주체적인 마음으로 의미 있는 선택에 대해 탐색하였다. 그리고 장애자녀의 양육 과정에서의 선택의 순간, 자신의 선택과 책임에 대해 경험을 나누는 시간을 가졌다. 참여자들의 선택에 대한 자유와 책임의 중요성에 관하여 구체적 내용을 표 IV-18에 제시하였다.

표 IV-18. 3회기: 선택에 대한 자유와 책임의 중요성

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	3살 연하의 남편을 먼저 꼬신 것, 결혼 초기 아이 갖기가 어려워 고생도 했다. 남편은 나를 잘 받아준다. 아이가 느린 것을 알고 바로 센터 선택해서 치료를 받았다. 바쁜 치료 스케줄을 소화하고 결석 없이 참석한다.
	경험 보고서	다른 사람들의 이야기를 들으며 나와는 다르고, 혹은 비슷했던 경험도 있구나 하는 생각이 들었고, 내가 잘 선택하면서 살아가고 있다고 생각하였다.
2	활동 내용	일을 오래 했던 사람이라 그만두는 것에 대해 힘들었지만 지금은 육아에 전념할 수 있어 잘 한 것이이라고 생각된다. 처음엔 아이를 일반 어린이집을 보냈는데 지금은 통합어린이집 보내는 것에 만족한다. 제특아 프로그램 참여를 통해 아이와 활동하는 것에 대해 기쁘다.
	경험 보고서	나와 같은 고민을 다른 사람도 하고 있구나, 그리고 슬기롭게 대처 나가는구나. 나도 잘하고 있구나
3	활동 내용	아이를 만나면서 끈기가 생기고 강인해진 것 같다. 종교를 갖게 된 것도 감사하다. 종교가 아니었으면 밝게 살기는 힘들었을 것 같다. 아이의 문제를 파악하고 세브란스 진료를 받고 병명을 알게 되어 빨리 치료를 받을 수 있었던 점, 특수학교 어린이집을 보낸 점이다.
	경험 보고서	엄마들의 이야기를 들으며 새로운 것을 알게 되어 좋다. 그리고 사는 게 바빠 나를 돌아볼 시간이 없었는데 나를 바라보는 시간이 주어져 좋다.
4	활동 내용	부모님을 이혼시킨 것이다. 서로 맞지 않는데 자식 때문에 참고 살게 하고 싶지 않았다. 결혼 전 남편은 경찰 시험 준비 중이었는데

		남편과 결혼했다. 결혼 이후 남편은 경찰 시험에 합격했다. 아이를 3살까지 집에서 데리고 있었다. 장애 등록을 빨리 받았다. 자폐 등록을 빨리해서 보험금으로 치료를 빨리 받는 것이 낫다고 생각했다. 친정에서 나의 양육태도로 인해 아이가 문제가 있다고 했는데 병명을 알고 나서 죄책감에서 조금은 자유로워졌다.
	경험 보고서	같은 상황에서 다른 사람들은 어떤 생각으로 어떤 선택을 하는 지 듣고 나니 재미있고, 나의 다음 선택에도 도움이 될 것 같다.
5	활동 내용	결혼을 했다는 것이다. 남편과 성향은 비슷한데 성격은 좀 다른 것 같다. 애 때문에 싸웠지만, 지금은 애 때문에 사이가 좋아졌다. 소두증 딸을 양육하면서 직접 가래도 뽑고 병원보다 아이를 더 잘 본다. 친정엄마가 아이에 대해 불편한 소리를 할 때 나는 ‘엄마라는 존재는 애를 낳았으면 책임져야 한다고 했다.
	경험 보고서	맘에 있었던 이야기를 하니 후련하다. 나의 이야기를 진심으로 경청해 줘서 고맙다는 말을 하고 싶다.
6	활동 내용	제주도 집값이 오르기 전 집을 장만한 일이다. 친정엄마와 함께 말레이시아 놀러 간 것이다. 엄마가 정말 좋아했다. 지금 생각하니 장애 등록을 빨리 한 것이 잘한 일이다. 처음에는 낙인을 찍는 것 같아 속상했지만 보험금을 타 아이 치료를 빨리 시작하는 것이 아이를 위해 더 유익한 길이라 생각했다.
	경험 보고서	나의 선택에 대해 잘했다는 생각이 들고, 선택은 타이밍이다. 솔직한 이야기에 후련해서 좋았다.
7	활동 내용	삼육재활 봉사를 하면서 남편을 만났다. 시댁의 도움을 뒤로하고 독립했다. 제주도에 와서 시댁, 친정 신경 쓰지 않아 좋다. 시댁에서 아이 장애로 인해 굶을 하기도 했지만 나는 점쟁이에게 만약 굶하고 아이가 좋아지지 않으면 손해배상 하라고 하였다. 아이를 세브란스에서 수술을 시켰던 것이다. 특수학교 보내면서 7군데 다니며 상담했고 그 결정을 잘 한 것 같다.
	경험 보고서	겉모습이 다 똑같이 앞듯이 살아오면서 선택하고 책임지려는 모습이 다 자기만의 방식으로 정리된 것을 알게 되었다.

참여자들은 과거 자신의 선택을 되돌아보면서 잘한 선택이라고 인식하였고, 자신의 선택에 있어서 자신의 가치관을 인식하였다. 그리고 참여자들은 자녀의 장애로 인한 선택과 책임 있는 행동에 대해 효능감과 자신에 대해 스스로를 존경하고 가치 있는 존재로 여기는 모습이었다. 또한 참여자들은 서로의 선택에 대해 인정하고 격려해 주기도 하였으며, 서로의 선택에 대해 배울 점을 발견하는 모습이었다.

4) 4회기: 내 안의 긍정성 인식과 장애 자녀의 긍정성 인식

4회기는 참여자들이 장애 자녀 및 자기의 고유성을 인식하고 긍정적 자원과 강점을 발견하는데 목적이 있다. 이를 위하여 참여자들은 자신의 과거를 회상하며 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험과 현재도 어떻게 강점과 자원이 발휘되고 있는지에 대한 경험을 나눴다. 그리고 장애 자녀의 긍정성 발견에 대해 인식하는 시간을 가졌다. 참여자 3은 아이의 병원 진료가 있어서 불참하였다. 집단원들 자신과 자녀의 긍정성 인식에 대한 구체적 내용을 표 IV-19에 제시하였다.

표 IV-19. 4회기: 내 안의 긍정성 인식과 장애 자녀의 긍정성 인식

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	운동하면서 순발력이 좋다. 운전 중 순발력으로 사고를 면했다. 적극 적인 성격이다. 큰아이는 장기 기억력이 좋다. 기억력이 좋다 보니 약속 안 지키면 난리 난다. 둘째는 오빠를 잘 챙기고, 집중력이 좋 다. 꽃혀있으면 끝까지 한다. 고집이 세고 집념이 강하고, 주도성이 높다.
	경험 보고서	나는 강점하니, 순발력밖에 떠오르지 않았다. 생각해 보니 성실하기 도 하다.
2	활동 내용	초등학교 때 6년 개근상 받았다. 약속 시간을 잘 지키고 성실하다, 책임감이 강하다는 이야기를 많이 들었다. 엄마 이혼으로 동생 밭 주고 하다 보니 요리가 늘었다. 단독주택 2층 살면서 어머니가 애기 를 돌봐주면 맛벌이를 했다. 돈을 잘 모으는 성격으로 현재 새 아파 트를 샀다. 5년 만에 대출금을 갚았다. 아이는 기억력이 좋고 흥이 넘친다. 노래 듣는 것을 좋아하고 호기심이 많다.
	경험 보고서	또래 아이들과 우리 아이가 다르지 않구나, 우리 아이만 다르다고 생각했다. 아이들 성장 스토리를 처음 나뉘본 자리였다.
3		아이 서울대병원 진료로 인하여 불참
4	활동 내용	긍정적으로 합리화를 잘하고 힘든 것이 있어도 반대로 생각해서 후 회를 잘 안 하려 한다. 이혼가정에서 자랐지만 잘 컸다고 생각한다. 그리고 이혼가정에서의 경험을 가지고 남편과 잘 헤쳐나가려 한다. 이게 합리화를 잘하는 것이다. 남편에게 내가 할 수 있는 일, 할 수 없는 일을 구분해서 양해를 구한다. 비장애를 가진 주위의 사람들에 게 나의 어려움에 대해 장문의 문자를 보내 양해를 구한다. 분별력

		이 좋다. 배우려고 노력한다. 큰 애는 순진하고 예민하다. 둘째는 활동적이고 요망지다. 어휘력이 좋다.
	경험 보고서	나와 아이에 대해 이야기를 나누면서 아이에 대해 생각해 볼 수 있었다. 다른 사람들이 아이에 대한 사랑이 느껴져서 내가 기분이 좋았다.
5	활동 내용	어릴 적 농사일을 돕다 보니 하기 싫더라도 마무리한다는 마음을 버텨야 한다고 생각했다. 그래서 힘든 일도 덜 힘들게 느껴진다. 둘째 돌보면서 가래 뽑는 일이나 간호하는 것에 대해 익숙하고 이런 돌봄이 필요한 사람들에게 돌봐줄 수 있을 것 같다. 코로나로 경제가 힘들어 남편 일도 힘들지만 남편에게 조금만 더 견뎌보자고 격려한다. 어르신들을 좋아한다. 어르신들과 함께 이야기 하는 것도 좋다. 아이가 할 수 있는 것은 ‘까르르~’ 웃는 것이다. 웃고 우는 것으로 감정과 의사를 표현한다. 아이를 안았을 때 품이 따뜻하여 안정감이 느껴져 좋다. 요즘 예전처럼 아이가 많이 아프지 않아 좋다. 얼굴이 하얗다. 팔, 다리도 길다 첫째(9세)는 논리적으로 설득을 잘한다. 뭐 하나 배울 때 도전적이다. 달걀 프라이도 할 수 있다. 자기주장도 강하고 배려심. 동네 고양이를 돌보기도 한다. 잘 생겼고 위에서 혼혈이냐고 놀릴 정도다.
	경험 보고서	오늘 이야기를 하면서 한 번 더 나의 존재감을 확인했다. 생각만 했던 내 아이의 강점을 말하니 자랑스럽다는 생각이 들었다.
6	활동 내용	추진력이 좋고. 확실하게 결정하는 편이다. 행동대장, 남들이 안 했던 것도 잘한다. 밝고, 긍정적, 에너지 넘침, 유머러스하다는 말을 많이 들었다. 리더쉽, 책임감, 정확한 정보를 전달하려고 애쓴다. 애매 모호한 것 싫어한다. 무탈하게 헤쳐 나가는 편이다. 아이는 2살, 3살에 아이가 웃는 것을 본 적이 없었는데 지금은 웃는다. 활동성 좋다, 선생님들이 아이가 귀여운 짓을 해서 웃는다고 한다. 요즘 힐링 동요에 꽂혀있다. 음악치료 하고 있어 발전하는 모습이다. 아이로 인해 가족이 끈끈해졌다. 전우애가 생겼다. 큰아들은 사교성, 운동신경, 유머, 인기가 좋다. 그런데 내가 너무 의지했다. 요즘 사춘기라 나의 말을 잘 듣지 않는다.
	경험 보고서	나의 강점을 오랜만에 드러낼 수 있어서 기분이 좋았다. 긍정적인 생각을 할 수 있어서 잠시나마 행복했다.
7	활동 내용	과거에는 긍정적, 성실, 도전을 좋아했다. 초 1때 선생님이 넌 점점 좋아진다고 칭찬했다. 이후 방통에서 유교과 다녔다. 5년이 걸렸지만 목표 달성했다. 현재는 둘째가 나중 직업이나 활동에 도움이 되기 위해서 대구 사이버대 재활상담학과 편입해서 다닌다. 2년 안에 졸

	<p>업하려고 한다. 엄마들과 협동조합을 시작했다. 아이 미래에 도움이 될 것 같다. 이게 나한테 도움이 될 것 같다고 생각이 들면 도전한다. 아이는 애교가 많다. 뽀뽀도 하고, 아빠 지갑에 카드 가지고 결제하는 것 알고는 먹고 싶은 것 있으면 카드를 직접 가져온다. ‘말은 못해도 카드를 가져오는 게 어디냐’ 싫다. 피자, 햄버거 있는 그림책을 가져오기도 한다.</p>
경험 보고서	<p>살면서 나의 감정을 생각하고 적어 본 적이 없었던 것 같다. 글자로 쓰면서 나에 대해 생각을 해 보는 시간이어서 좋았다.</p>

참여자 중 한 명은 과거 칭찬받았던 경험을 이야기할 때, 칭찬받았던 일이 기억이 나지 않아 난감하였는데, 자신의 강점을 이야기하니 훨씬 더 마음이 편하다고 하였다. 참여자들은 자신의 자원과 강점을 탐색하면서 자신에 대해 잊고 있었던 모습을 재발견하며 긍정적인 정서와 자기지각을 경험하였다. 그리고 참여자들은 서로의 강점과 자원에 대해 호응해 주고 격려하는 모습이었다.

참여자들은 장애 자녀의 강점과 자원을 발견하는 활동 후 자녀를 긍정적으로 평가하고, 자녀에 대해 감사하는 마음과 긍정적 정서를 경험하는 모습이었다.

5) 5회기: 개인적 삶과 자녀 양육에서의 경험적 가치

5회기는 참여자들이 개인의 삶 속에서의 자녀 양육의 경험에 대해 가치를 인식하는 것에 목적이 있다. Frankl은 경험적 가치에 대하여 자신이 직접 창조해 내지는 않지만, 타인이 창조해 놓은 것을 경험함으로써 느끼는 가치를 말하고 이러한 경험을 통하여 삶의 의미를 발견할 수 있다고 하였다(심일섭, 2002).

이를 위하여 참여자들은 나의 삶 속에서 만남을 통해 느꼈던 경험이나 체험한 감동(자연, 예술, 사랑, 봉사, 소통 등)을 나누었다. 그리고 장애 자녀를 양육하면서 보람되고 즐거웠던 경험을 탐색하고 표현하는 시간을 가졌다. 참여자들의 개인적 삶과 자녀 양육에서의 경험적 가치에 대한 구체적 내용을 표 IV-20에 제시하였다.

표 IV-20. 5회기: 개인적 삶과 자녀 양육에서의 경험적 가치

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	대학교 때 수어 동아리에서 영지학교로 봉사하러 갔다. 아이들에게 어떻게 할지 몰랐는데 시간이 지나면서 아이들과 친해졌다. 봉사하러 갔다가 치유를 받고 온 기분이었다. 헌혈을 꾸준히 했고, 헌혈유 공훈장 6번 받았다. 아시는 분이 아프셔서 헌혈증서를 주니 너무 좋아했고 그 모습을 보면서 내가 힐링이 되었다. 아이의 다름을 인지하기 전에는 아이의 행동을 용납하기 어려웠다. 그러면 아이는 부적응 행동을 더 하며 말문을 닫아버렸다. 나는 다시 '엄마'라고 해 주길 바랐다. 이후 '엄마'라고 할 때 감동이 몇 배로 커졌다. 동생 태어날 때 말문을 닫기도 했지만 다시 좋아졌다.
	경험 보고서	두 번째 활동에서, 엄마들이 자녀의 장애에 대해 같은 경험을 했다는 것이 나와 공통된 경험에 동질감이 느껴졌다.
2	활동 내용	요즘 집단참여가 감동이다. 일 주일에 두 번 만나는 이 시간이 너무 좋다. 작년 일 그만두고 프로그램 참여하는 것이 좋고 여러 엄마들 만나며 배우는 것이 많다. 일 그만두고 몸은 쉴 수 있어 좋았지만 정신은 피폐해졌다. 심리상담을 받고 싶다고 생각했는데 집단상담을 우연히 참여했는데 많은 힐링이 된다. 아이랑 딸기밭과 블루벨리 따는 것 체험을 했다. 아이가 따서 먹는 행동을 보며 너무 귀엽고 즐거웠다. 아이가 먹다 남은 당근을 개에게 주는 것을 보며 빵 터졌다. 아이에게는 활동하는 경험을 주는 것이 중요하다고 생각한다.
	경험 보고서	일상생활에서 느끼는 마음이 서로 공감되어 좋았다. 아이를 키우는 경험은 다들 똑같다는 생각이 들었다.
3	활동 내용	장애엄마들 만나면서 아이들의 다양한 특성들을 알 수 있고 다 내 자식 같고 사랑스럽고 공감할 수 있다는 게 감동이다. 자연을 보면서 '자연이 이렇게 아름다웠나' 하는 생각을 한다. 1년에 한 번 서울 병원에 가서 아이 진료를 본다. 신경과, 소아과를 다니는데 병원에서 치료 경과가 좋고 많이 좋아졌다고 했다. 지능에 비해 기능이 좋다고 했다. 최고의 칭찬이고 기쁨이다. 정형외과에서 많이 좋아졌다고 3년 후 오라고 했다. 서울 자주 갈 필요가 없어 너무 좋다. 영지학교 보내면서 생활 습관 면이나 교육면에서 잘했다는 생각이 든다.
	경험 보고서	우리 아이를 키우며 보람 있었던 부분을 생각해 볼 수 있는 기회가 좋았다. 이야기하면서 그동안 답답했던 마음을 털어 놓 수 있어서 힐링 되는 시간이었다.
4	활동	아이와 관련된 책 '독특해도 괜찮아요'라는 책을 구입하고 주위 사

	내용	<p>람들에게 나누면 좋을 것 같아서 60권을 구매했다. 아이를 키우는 부모들이 읽기 좋은 책이다. 출판사에 전화해서 저렴하게 구매했다. 아파트 엄마들, 조리원 동기들에게도 주었다. 책을 주었던 엄마에게 손편지와 음료를 받기도 했다. 책을 보면서 많은 것을 알게 되었다고 고마워했다. 이런 소통의 경험이 행복감을 주었다. 아이는 나랑 있을 때 웃기만 했다. 엄마라고 부르지 않았다. 아이가 호명할 줄 몰라 속상했었는데 어느 날 “엄마 문 열어 주세요”했다. “아빠 문 열어 주세요”했다. 나와 남편은 놀랐다. 아이가 있으니 작은 것에도 감사하게 되고 더 행복해질 수 있다.</p>
	경험 보고서	<p>다 다른 사람들인데, 같은 상황에서 같은 감정을 느꼈다는 것이 신기하고 다른 사람들의 감동 경험을 듣고 나니 힐링되는 기분이었다.</p>
5	활동 내용	<p>남편과 아들과 함께 한라산 등반을 했다. 아들이 게임 중독이어서 남편은 추진력 있게 아들을 데리고 오름 등반을 자주 한다. 오름 등반하면서 정상에서 라면 먹을 수 있어 좋았다. 셋별오름은 바람이 엄청 부는데 그곳에서 라면 먹었던 기억이 좋았고, 바다에도 가족과 갔다. 가족과 자연을 누리는 경험에서 감동을 느낀다. 병원에서 딸의 장애로 인해 1년도 못 살 수 있다고 했다. 경기와 폐렴으로 너무 고생했다. 피검사에서 Vit.D가 낮다고 했다. 아이는 지금까지 살아 있다. 피검사 결과도 좋다. 처음엔 약을 꾸준히 먹일 수 있을지 걱정했는데 잘 먹고 있다. 아이 데리고 물놀이도 갔다. 감염될까 걱정도 되었지만 아이가 너무 좋아해서 물놀이 할 때 방수 테이프 붙이고 물속에 데리고 들어갔다. 아이는 물속에서 썩긋썩긋 웃고 있었다. 아빠는 못 한다. 엄마는 할 수 있다.</p>
	경험 보고서	<p>여러 엄마들의 얘기를 들으면서 나만의 고통이 아니라는 것을 느꼈다.</p>
6	활동 내용	<p>- 아이를 데리고 패키지 여행을 갔다. 여행사에게 발달장애 아이가 있다고 이야기했고, 여행사와 함께 여행 간 사람들도 배려해줘 감동을 받았다. 현지 가이드는 아이를 안아주고 엄마, 아빠 즐기라고 애를 봐주기도 하고, 같이 간 관광객에게 아이를 배려해 달라는 이야기를 해 주기도 했다. 다낭에서 애가 심하게 울었는데 사람들이 이해해 주었다. 나만 힘든 것 같아 우울하고 속상했는데 부모 모임을 하면서 서로 위로하고 공감하게 되어 힘이 된다. 사람들 만나 소통하니 좋다. 아이 4세 때 ‘아’ 소리도 내지 못했다. 어느날 아빠 하려고 ‘아’ 소리를 내어 너무 감동되었다. 아이의 장애를 알고 너무 속상하고 어찌할 바를 몰라 술로 한 달을 보냈다. 당시는 조울증 환자</p>
	경험 보고서	

		처럼 살았는데 지금은 동요 프로그램을 보고 있는 아이를 보면 세상을 다 가진 것처럼 행복할 때가 있다.
	경험 보고서	장애아를 키우면서 보람되었던 경험에서, 너무 공감되고 소통되었던 경험을 했다. 그리고 나만 겪는 고통이 아니라는 점과 서로의 이야기에 마음이 한결 가벼워졌다.
7	활동 내용	둘째 태어나기 전 큰아이와 미술관, 뮤지컬을 보러 다녔다. 시립미술관 다녔던 경험과 맘마미아, 탭댄스 등을 봤던 경험이 큰아이와 나와 관계에서 많은 자양분이 되어 좋다. 작년에 데리고 베트남 여행 갔다. 당시 여행객 가족이 데리고 온 아이가 우리 아이가 말을 못 하니까 중국 애인 줄 알고 잘 데리고 놀았다. 즐거웠던 추억이다. 아이가 못 했던 행동이 좋아질 때이다. '주세요'를 1년 가르쳤던 기억, 라면 끓일 수 있도록 시키고 계란후라이 할 수 있도록 시켰던 경험 등이 생각난다. 지금은 이런 것 다 할 수 있어 감사하고 앞으로 일상생활 훈련을 가르칠 계획이다.
	경험 보고서	장애아를 양육하면서 느낀 감정이 다 똑같고, 즐거웠던 경험도 다 똑같다는 것을 알게 되었다.

참여자들은 자신의 삶 속에서 사람들과의 소통이나 이타적 경험을 통하여 기쁨과 행복감을 느끼며 삶의 의미를 발견하는 모습이었다. 그리고 참여자들은 자녀가 부적응 행동을 일으키지 않고 일상의 요구에 잘 대처하는 것에 대해 기쁨을 느끼고, 자녀의 행동이 발전하는 모습에서 보람을 느끼는 모습이었다.

참여자들은 서로의 양육의 경험을 나누면서 비슷한 감정을 느끼고 있다는 것을 발견하며 동질감을 느끼는 모습이었다. 그리고 서로에 대해 공감과 호응을 적극적으로 하는 모습이었다. 또한 참여자들은 자신들의 경험에 대하여 가치를 발견하고, 긍정적 상호작용 경험에서 치유와 삶의 의미를 발견하는 모습이었다.

6) 6회기: 개인적 삶과 자녀 양육에서의 창조적 가치

6회기는 참여자들이 개인의 삶 속에서와 장애 자녀 양육에서의 창조적 경험에 대해 가치를 인식하는 데에 목적이 있다. 창조적 가치란 창조적인 일을 통해 얻어지는 의미, 유형이든 무형이든 가치 있는 뭔가를 창조하는 행위를 말한다. 많은 사람들은 자신이 하고 있는 일이 크게 가치 있는 것이 아닌 사소한 일이라고 여겨서 자신의 삶은 의미가 없다고 불평을 한다. 작은 일이라도 제대로 성취했을

때 더 중요한 삶을 살아 내고 있다는 사실을 인식하는 것이 더욱 가치 있는 것이다. 창조적인 가치를 발견하는 경험을 통해서도 삶의 의미를 충분히 창출할 수 있음을 강조하였다(한재희, 남지연, 2020)

이를 위하여 참여자들은 자신의 삶과 자녀 양육 시, 행했던 일에서 기뻐거나 보람되었던 경험을 구체적으로 탐색하였다. 참여자들의 개인적 삶과 자녀 양육에서의 창조적 가치에 대한 구체적 내용을 표 IV-21에 제시하였다.

표 IV-21. 6회기: 개인적 삶과 자녀 양육에서의 창조적 가치

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	아이의 상태를 빠르게 아이를 파악하고 감정적으로 나락에 빠지지 않고 아이 훈련을 시켰다. 골든타임을 잘 잡은 것 같다. 아이와 여행하기, 해외로도 여행 가고 싶다. 그러기 위해서 생활반경을 넓히기 위해 구체적으로 아이와 조금씩 떨어져 보는 훈련을 해야겠다. 아이 일반화 훈련, 일상생활 훈련을 좀 더 시켜야겠다. 반찬 덜고, 버스타고 조금씩 할 수 있게 적응시키고, 폐지를 줍더라도 스스로 제 할 일 할 수 있도록 훈련시켜야겠다.
	경험 보고서	아이의 미래를 위해 무언가를 한다는 게 우리의 공통점인 것 같다. 비장애엄마들과의 모임에서는 이런 일을 맘 편히 얘기 할 수 없는 주제라 좋았다.
2	활동 내용	아들 치료, 지금이 골든타임이라고 생각하고 발달센터 열심히 다닌다. 스스로를 괴롭히지 않기, 잠생각과 걱정을 하며 잠을 잘 못 자기도 하는데 심리치료를 받아보면서 나를 돌보고 싶다. 온 가족 건강과 여행 가기, : 여행을 가족과 가보는 게 소망이다. 아이 데리고 외식도 잘 못한다. 아이의 대근육 발달이 경계이기 때문에 집에서 소근육 발달 위주로 놀이 활동해 주고 있다. 주말에는 아들 놀고 싶은 대로 놀아 준다.
	경험 보고서	6회기 동안 이야기하다 보니, 다른 엄마가 이야기하면 서로의 상황을 다 알고 이해해 주니 한마디만 해도 모두 알아주어 편하다.
3	활동 내용	정신, 체력, 건강이다. 건강한 엄마가 되기, 사랑이 넘치는 아이로 키우기. 미리 걱정하지 말자. 모든 사람에게 도움 되는 사람으로 살고 싶다. 아이 치료를 위해 하루 2~3탕 뛰는데 즐겁게 생각하고 싶다. 더 불행한 것도 있다고 생각하면서 마음을 추스린다. 나는 항상 창조적으로 살고 있다. 아이와 물총놀이도 하고 그러다 보면 오늘도

		잘 살았구나 하고 생각한다. 청소를 매일 해야 한다는 강박행동이 있었는데 집안일에 대해 게을러져도 된다고 생각한다. 2주도 일 안 할 때도 있다. 마음의 여유를 가지고 내가 살아야 하니까 많이 유연해졌다. 이 팀에서의 대화가 힐링이 된다. 이 시간이 기다려진다.
	경험 보고서	오늘도 많은 이야기를 들으면서 ‘나 잘 살고 있구나’ 생각이 들고, 좀 더 강해지고 표현하며 살아야겠다는 생각이 들었다. 성장하는 기분이 든다.
4	활동 내용	평범하게 살고, 행복하고 건강하고 싶다. 남편보다 늦게 죽는 것이다. 이유는 아이가 능동적으로 자립적으로 살 수 있게 한 후 죽고 싶다. 심리상담을 받았다. 원가족이 나에게 많은 영향을 미친 것 같다고 생각하면서 상담을 받으니 많이 풀리면서 성숙해진 느낌이다. 집을 키즈카페처럼 꾸몄다. 그러니 에너지를 갖게 되는 것 같고 친구들도 부를 수 있다. 원래 사람들이 오는 것을 별로 좋아하지 않는 성격이었는데 친구들이 오니까 좋았다. 청년 장애인과 만나 인터뷰 경험, 청년 장애인과 만나니 큰 그림이 보였고 장애에 대해 어떻게 키우고 대처할지 도움이 되었다.
	경험 보고서	나의 이야기를 다른 사람과 나누는 게 마음이 많이 채워지는 느낌이 든다. 그래서 남을 이해하고, 나를 이해하는데 많은 도움이 된다.
5	활동 내용	아이가 밤낮으로 울다가 경기하면서 쓰러질 때가 있다. 지금은 남편에게 전화를 하여 “예쁜 딸이 아빠 목소리를 듣고 싶어해”하면 남편은 전화기에 대고 부드러운 목소리로 딸과 이야기한다. 딸은 아빠의 부드러운 목소리를 들으면서 웃는다. 그런 후 동요나 뮤지컬을 틀어주면 좋아한다. 아들의 독립, 심리치료를 꾸준히 하여 20살에 독립시키고 싶다. 나의 자존감 높이기, 사이버 대학에서 사회에 대해 공부하고 싶다. 특히 아들 보면서 청소년 교육, 사회복지, 부부간의 관계 등 가족 관련 공부를 하고 싶다
	경험 보고서	우리 아이는 뇌병변인데, 발달장애아의 고통을 알 수 있었다. 엄마들의 속 이야기에 내가 배워야 할 점이 많다고 느끼고 위로도 받았다. 피곤함에 젖어 있었던 시간 속에 에너지를 얻고 집으로 갈 수 있어 기쁘다.
6	활동 내용	내가 죽어도 아들이 부모 없이 살 수 있게 하는 것. 작은 아이가 사춘기가 무난하게 지나갔으면, 사춘기 오면 안 좋은 사례도 많고 ‘가해자’가 되는 상황이 될까 봐 불안하고 대처를 해야 하는데 막막한 마음이 있다. 작은 아이가 사춘기 되면 성교육에 대해 걱정되고 성교육을 해 주었으면 좋겠다. OOO에서 연령 대표를 하면서 소진되기도 하였지만 많은 것을 배웠다.
	경험	내가 행했던 일을 한 번 더 생각해 보는 시간이었다. 구체적으로 적

	보고서	으니, 앞으로 내가 해야 할 길이 보이는 것 같다.
7	활동 내용	집, 아이 중학교 때는 단독으로 옮기고 싶다. 아이가 소리 지르고 편하게 놀 수 있는 곳으로 마련해 주고 싶다. 현재 사이트 계속 알아보고 있다. 남편, 이 남자가 오래 살아야 아이를 같이 케어할 수 있으니 건강하길 바란다. 남편의 건강을 위해 보약과 함께 운동을 한다. 아이 생활훈련, 인지는 올라오지 않지만 환경은 점점 좋아진다. 아이 쌀 씻기, 계란 깨기 등 연습시키고 체험과 여행을 시켜주려 한다.
	경험 보고서	창의적으로 했던 일을 말하면서 기분이 좋고 즐거웠다.

참여자들은 ‘창조적’이라는 단어에 대해 거창하게 생각하는 모습이었다. 그래서 연구자는 ‘창조적’ 표현에 대해, 내가 행했던 일, 즉 자신의 삶 속에서 주체적, 능동적인 행동으로 설명하고 예시를 들어 이해를 높였다. 참여자들은 창조적 행동, 즉 주체적, 능동적 태도에 대하여 항상 자신이 그렇게 하고 있었다는 점, 자신의 모습이었던 것을 재발견하였다.

참여자들은 자신의 이야기와 감정을 더 표현하고 싶어 하였다. 그리고 다른 집단원들이 이야기할 때는 자신의 경험을 이야기하며 대처 방법에 대해 설명하고 정보를 공유하였다. 참여자들은 서로의 마음을 공감하는 모습과 응집력이 높았다. 그리고 서로의 모습에 도움을 받고 위로를 받아서 마음의 안정과 긍정적인 에너지를 느끼고 있었다.

7) 7회기: 개인적 삶과 자녀 양육에서의 태도적 가치

7회기는 참여자들이 개인의 삶과 자녀 양육 경험을 돌아보면서, 삶의 고통을 피할 수는 없지만 자신의 태도를 선택할 수 있음을 인식하는 데 목적이 있다. 인간은 다양한 상황 앞에서 어떠한 태도를 취할 것인지 결정할 수 있는 자유의지를 지니고 있다(Fabry, 1988). 이러한 태도적 가치는 삶의 한계 가운데 태도와 선택을 통해 얻는 가치이다. 이를 위하여 참여자들은 자신의 삶에서 힘들었던 경험에 대해 어떻게 극복했는지를 탐색하였다. 그리고 장애 자녀를 양육하면서 힘들었던 경험에 대하여 어떻게 대처했는지를 살펴보았다. 참여자 7은 개인적인 일로 불참하였다. 참여자들이 개인적 삶과 자녀 양육에서 경험한 태도적 가치에 대

해 구체적 내용을 표 IV-22에 제시하였다.

표 IV-22. 7회기: 개인적 삶과 자녀 양육에서의 태도적 가치

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	<p>고등학교 때 광주에서 살면서 운동 기록은 나오지 않고 향수병 때문에 힘들었다. 당시 주말에 외삼촌 집에 가서 지냈는데 외삼촌이 ‘니가 제일 힘든 것 같지? 나도 그때는 내가 제일 힘들다고 생각했는데 나와서 보니 더 힘든 것이 많더라’고 했다. 생각해 보니 그랬고, 나를 위한 교훈이라 생각이 들어 그때부터 운동에 매진하다 보니 향수병이 줄어들고 기록도 좋아져 매달도 땀다. 아이가 너무 뛰어나다녀지칠 것 같으니까 못하게 했다. 그랬더니 자해 행동을 하여 다시 운동을 시키다 보니 너무 에너지가 방출되어 잠을 못 자기도 했다. 그래서 운동 2시간 후 아이가 좋아하는 비행기를 보여준다거나 다른 활동으로 하니 자해 행동이 줄어들었다. 내가 편해져야 아이도 좋아진다는 생각에 짐착을 내려놓고 승마, 미싱, 심리상담을 받으면서 율타리를 나와 나를 지켜보게 되었다.</p>
	경험 보고서	<p>내가 행복해야 가정이 평안하다. 비장애아나 장애아나 양육은 힘들다.</p>
2	활동 내용	<p>힘들면 신랑에게 기대려고 했다. 하지만 신랑은 알아주지 않았다. 지금은 의존하는 마음을 버리고 집에만 있지 않고 밖으로 나가려고 한다. 신랑에게는 돌과구가 없다는 것을 깨달았다. 운동을 좋아하고 취미로 운동을 배우려 한다. 미술치료를 받고 있는데 선생님이 ‘어릴적부터 치료실에 너무 다녀서인지 미술 활동을 싫어하는 것 같다’고 해서 어떻게 해야 할지 모르겠다. 미술 활동을 통해 소근육 발달시키려고 했는데 지금 좌절된 상태이다.</p> <p>▷ 참여자4 : 아이가 싫어하면 다른 치료실을 알아보는 게 좋을 것 같다. 소근육 발달에 대해 괜찮은 치료사들이 많다. 우리 아이는 만족한다.</p> <p>▷ 참여자1 : 아이가 싫어하면 좋아하는 놀이를 자연에서 찾는 것도 좋다.</p>
	경험 보고서	<p>현재의 고민을 털어놓으니 좋은 정보를 얻어 고민이 해결 된 것 같다. 다른 사람의 경험을 통해 대응책 등 여러 방법으로 접근할 수 있다는 생각이 든다.</p>

3	활동 내용	아들이 42도까지 열이 오르고 임신한 몸으로 일어나지 못하는 상황에서 남편은 술 먹고 낚시하러 갔다. 남편을 갈구하고 잔소리도 하였다. 함께 술을 마시면서 스트레스를 해소하려 했지만 술을 많이 마시니 더 싸우고 갈등만 커졌다. 이후 술을 마시지 않고 종교 생활을 하면서 마음의 평안이 생겼다. 남편을 의지하기보다 내가 직접 아이를 돌보니 더 편안했다. 남편과 안 싸우니까 편안하다. 전문가나 엄마들과 이야기하면서 정보를 얻고 서울 병원에 다닌다. 이것저것 다 해 본다. 남편은 귀가 얇다고 하는데 나는 남들 이야기를 듣고 걸러내어 나에게 필요한 부분을 취한다. 내가 더 행복해지려고 노력한다. 강박증이 심했는데 지금은 마음을 내려놓으니 더 행복하다.
	경험 보고서	나의 마음을 알아가고 있다. 그동안 나의 감정을 아는 게 이렇게 힘들었던 건지.. 표현해 볼 수 있어 좋았다.
4	활동 내용	부모에게 의지하지 않는 연습을 했던 것 같다. 집에 오는 길에 변태가 있어 무서웠는데 아빠는 그것에 대해 무시하며 별일 아니라 생각했다. 이후 내가 스스로 지켜야 한다는 마음에 커터칼을 가지고 다녔던 경험이 있다. 요리를 잘하지 못한다. 남편에게 요리를 못하니 반찬 가게에서 사 먹고 그 대신 다른 것을 소홀하지 않고 열심히 하겠다고 하니 남편도 이해하고 산다. 남편은 소극적인 성격이다. 남자들이 외향적이면 친구들만 좋아하는 것을 어릴 적부터 보고 자랐다. 그래서 지금의 남편 성격이 좋다. 내가 심리적으로 행복해야 아이를 잘 키울 수 있다고 생각했다. 아이의 부적응 행동을 일반 유치원에서 잘 케어가 되지 않아 특수학교로 옮겼다. 때때로 이게 잘 한 일인가 하는 고민이 되지만 내가 문제가 생기면 적극적으로 알아봐서 대처하는 것 같다.
	경험 보고서	처음으로 나의 부정적 감정을 다룬 듯하다. 무거울까 봐 걱정되었는데, 앞에서 긍정적 감정을 많이 다루고 전혀 무겁지 않게 진행되지 않아 좋았다. 서로를 위로하고 이해하게 된 것 같다.
5	활동 내용	큰아들 낳고 모유가 안 나오는데 분유를 조금만 먹이라고 시어머니가 참견하여 힘들었다. 시아버지는 요양원에 계셨고 남편은 홀로 있는 시어머니가 우울증을 가지고 있으니 우리가 시택에 들어가는 것에 혼자 결정하려 하여 힘들었던 마음이 있었다. 하지만 그건 아니 것 같아 시택에 들어가지 않았다. 첫째 아이 생각하면서 성격 죽이고 인내하고 시택 챙기면서 살다 보니 남편이 좀 나아졌다. 남편도 불쌍하다는 마음을 가지게 되었다. 중환자실에 있으면서 별로 해 줄 것이 없어서 일반병실로 데려와 직접 케어 하였다. 큰 아이는 어릴 적 당돌하고 똘똘했었는데 현재 분리불안과 애정결핍을 가지고 있고

		게임만 하려고 한다. 지금은 심리상담을 받으면서 남편과 내가 아이의 마음을 알아주려 노력하고 있다.
	경험 보고서	내 안에 묵혀 둔 이야기를 하니 마음이 편안해졌다. 여러 엄마들 이야기 들으면서 나만의 힘듦이 아니라는 것, 다른 사람들도 잘 극복했다는 것을 알 수 있었다. 홀가분한 기분이다.
6	활동 내용	둘째가 18개월부터 ‘엄마’라는 말을 안 해 속상했다. 삶이 피폐하였고 남편은 잘 이해해 주지 않았고 도와주지 않아 자주 싸웠다. 급기야 이혼 신청을 하였고 이혼 유예기간 동안 혼자 아이 돌보며 살다 보니 현실적인 삶에 직면하며 남편의 고마움을 느꼈다. 그래서 남편에게 납작 엎드려 빌었고 남편도 모질게 대하지 못하고 서로 이해하며 살기로 했다. 이혼하지 않았던 나의 행동에 잘했다 생각이 든다. 아이를 데리고 식당에 가면 시끄럽고 옆 사람들에게 피해를 끼치게 될까봐 신경 쓰다 보면 밥이 어디로 들어가는지 모르고 먹었다. 그래서 포장해서 집에서 먹으니 마음이 편하고 아이에게도 좋은 것 같다. 최근 화장품을 머리에 바르고 거품을 낸다. 그래서 화장품이 다 치우고 하는데 어떻게 해야 할지 모르겠다.
	경험 보고서	살면서 힘들었던 경험이 있다. 다들 깊은 이야기 들어보니 다 비슷하게 사는 것 같다.
7		불참

참여자들은 장애아 양육 경험 나눔 시, 자녀의 부적응 행동에 대한 대처 행동에 대하여 ‘꿀팁’이라며 적는 모습도 보였다. 참여자들은 양육 정보에 대하여 공유를 하며 도움을 받았다. 그리고 참여자들은 자신의 어려움을 표현하였고, 이에 대해 다른 참여자가 자신의 경험을 노출하며 조언하였다.

참여자들은 삶의 고통 경험에 대해서, 모든 이에게 공통적으로 있기 때문에 좌절하지 않고 용기를 내도록 서로 격려하였다. 한 참여자는 비장애 형제의 부적응 행동과 남편과의 의사소통 방식에 문제의식을 느끼고 향후 가족 상담에 대한 요구를 표현하였다. 그리고 엄마인 자신에 대해 좀 더 깊은 성찰이 필요하다고 표현하며 개인상담 욕구를 나타내었다.

참여자들은 자신의 어려움을 인식하고 문제 상황에 대하여 적극적이고 합리적으로 대처하는 모습이였다. 참여자들은 삶의 피할 수 없는 고통 속에서 자유의지를 가지고 주체적으로 선택하는 서로에 대해 격려하는 모습이였다.

8) 8회기: 자기초월

8회기는 참여자들이 자기중심에서 더 나아가 타인을 위한 어떤 의미 있는 일을 행한 경험을 통하여 삶의 의미를 인식하는 데 목적이 있다. Frankl은 자기 초월성(self-transcendence)에 대해 ‘인간실존의 핵심이며 로고테라피의 핵심개념 중 하나다’ 라고 했다. 인간은 자기 자신이 아닌 다른 어떤 것으로 향할 때 진정으로 실존한다는 것이다. 다른 누군가를 위해 자기 자신을 잃어버릴 때만 오직 자신을 찾을 수 있다(김미라, 2022b).

이를 위하여 참여자들은 타인을 위해 어떤 의미 있는 일을 행하였던 경험을 탐색하였다. 그리고 장애 자녀를 둔 어머니를 만날 때, 어떤 도움을 줄 수 있는지를 살펴보았다. 참여자 4는 아이의 어린이집 휴원으로 불참하였다. 참여자들의 자기초월적 경험에 대해 구체적 내용을 표 IV-23에 제시하였다.

표 IV-23. 8회기: 자기초월

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	과거 실업팀 선수 시절 부상을 당해 재활하면서 초등부 코치로 지도한 경험이 있다. 당시 책임감이 생기면서 아이들을 가르쳤는데 아이들이 좋은 성적을 내었고 이후에도 계속 배우기를 원하였다. 내가 가본 치료실 정보를 주고 싶다. 남편과 육아로 인한 갈등을 겪고 있는 엄마에게 나의 경험을 이야기해 주고 싶다. 나도 처음에는 많이 싸웠는데 지금은 서로를 이해해 준다. 그리고 ‘오늘 하루도 고생했네’ 하며 격려해 준다.
	경험 보고서	장애아동을 둔 엄마들에게 나의 경험담, 센터 정보 등을 주고 싶다.
2	활동 내용	생각해 보니 누군가를 위해 했던 일은 없었던 것 같다. 어제 병원에서 아이 검사 결과가 나왔는데 염색체에 이상이 있는 것 같다고 했다. 지금의 마음은 답답하다. 여기 오면 나보다 더 힘든 분들이 있다고 생각하니까 위로가 된다. 다른 때 같았으면 아이 문제의 원인을 찾아 나를 더 힘들게 했을텐데 이상하게 무덤덤하게 받아들이게 된다. 염색체 이상으로 인해 예후나 결과는 뭐 나온 게 없다. 그냥 희귀병이라 한다. 자세한 내용이 없다. 장애아를 둔 엄마를 만날 때 나는 어떻게 도울 수 있을지는 잘 모르겠다. 나도 지금 알아가는 단

	경험 보고서	<p>계이다.</p> <p>아이의 희귀병 병명을 듣고 심정이 복잡하긴 하다. 여러 사람들과 집단에 참여하며 위안받고 또 다른 정보들을 얻어 이것저것 시도해 볼 수 있게 된 듯하다.</p>
3	활동 내용	<p>엄마가 된 것이다. 나 자신밖에 모르며 살다가 아이를 위해서 사는 나를 발견한다. 처음에는 장애아를 양육하며 아이가 아프니까 힘들다고 생각했는데 지금은 아이 양육하는 것은 다 힘들다고 생각한다. 남편은 고객과 전화 응대를 어려워한다. 남편은 일에 있어서는 전문적이지만 고객은 잘 몰라서 그러는건데 남편은 친절하게 응대를 못하는 것 같다. 그래서 내가 전화를 받으며 고객을 친절하게 응대한다. 그러면서 마누라 잘 만난 줄 알라고 이야기한다. 아이 키우면서 알았던 정보를 나누고 싶다. 특히 서울 병원 예약이나 담당 의사 선생님의 정보를 줄 수 있다.</p>
	경험 보고서	<p>하루하루 나에 대해 생각하며 내가 잘하고 있다는 생각이 든다. 지금처럼, 그리고 나를 돌보면서</p>
4		<p>불참</p>
5	활동 내용	<p>친구에게 인터넷으로 공부하면 좋겠다고 이야기했는데 그 친구가 사이버대에 등록하며 공부했다. 그 친구가 보람되고 좋아해 하는 것을 보니 나도 뿌듯했다. 시아버지가 요양원에 있었는데 남편은 시아버지와 사이가 안 좋았다. 그래서 남편에게 나중에 후회하지 말고 효도를 지금 다 하라고 했다. 남편은 시아버지 운동도 시키고 목욕도 시켜주었다. 그러면 나는 남편에게 잘했다고 칭찬도 해 주었다. 남편에게 아버지의 고마운 정을 상기시켜 주고 싶었다. 큰아이가 반항적이고 힘들게 한다. 아이는 24시간 놀고 싶다고만 한다. 그래서 아이가 원하는 대로 학습지도 정리하고 학구열을 포기하고 아이 정서를 돌보기로 마음먹었다. 아이가 자랄 때 작은 아이 키우느라 많이 신경을 못썼다 이제부터 상담도 받고 아이를 잘 키우고 싶다. 우리 아이는 경기를 많이 하고 폐렴도 자주 걸리고 우는 것도 심각하다. 어느 누구도 우리 아이를 돌보기 어렵다. 이런 아이를 키우다 보니 나는 가래로 뽑을 수 있고 뒹든 도울 수 있다. 만약 우리 아이 같은 경우가 있다면 나는 도울 수 있다.</p>
	경험 보고서	<p>내가 한 행동들을 돌아보며 자신감을 좀 더 생겼다. 만 편안하게 말을 하고 들을 수 있어 좋았다.</p>
6	활동 내용	<p>친구가 우울해 하고 심장이 두근거린다고 했다. 병원에서 이상이 없다고 했다. 나는 그 친구를 데리고 정신건강의학과에 함께 갔다. 그동안 그 친구는 자신의 마음을 숨기고 살았다. 내가 많이 들어줬다. 그 친구를 보면서 다른 사람도 많이 힘들구나를 느꼈다. 친구는 나</p>

		를 보면서 많은 위로를 받았다. 내가 애기 키우면서 단점만 있는 것은 아니라는 생각이 들었다. 나의 경험으로 남도 살릴 수 있는 이상한 에너지를 발휘할 수 있다는 것을 느꼈다. 그동안 아이 센터를 많이 데리고 다니면서 느꼈던 것은 센터 공유도 좋지만 자연에서 아이 뛰어놀게 하는 것도 좋다고 생각한다. 지난번 노꼬매 오름을 갔는데 아이도 잘 놀고 집에 와서 잠도 잘 잔다. 숲에도 많이 데리고 간다.
	경험 보고서	의미있는 일은 거창한 것이 아닌 일상에서 소소하게 했던 것임을 알고 나의 모습을 생각하니 의미있게 행동하는 것을 발견하였다.
7	활동 내용	신혼 초부터 남편과의 갈등이 커서 5년 동안 많이 싸웠다. 남편은 경제적 문제든, 모든 문제를 시어머니와 의논한다. 이러한 갈등으로 아이 놓고 집에서 나온 적도 있다. 그렇게 싸우다가 새벽에 교회에 나가 100일 기도를 하였다. 기도하면서 내가 남편을 너무 몰아부쳤다는 생각이 들었다. 내가 바뀌어야겠다고 생각했다. 그러면서 남편을 더욱 존중하고 칭찬을 많이 해줬다. 이후 사이가 좋아졌다. 아이 키우면서 병원과 각종 정보를 알려준다. 뇌병변에 대해 많이 모르는데 재활센터 같은 곳 정보를 줄 수 있다. 활동보조 제도가 생기면서 장애아 엄마들을 만나는 횟수가 많이 줄었지만 기회가 닿는 대로 돕고 싶다.
	경험 보고서	자기 스스로 경험한 것에 대해서도 남에게 베풀 수 있다는 것을 알 것 같다.

참여자들은 자녀와 가정에 대한 사랑을 표현하고 엄마의 책임을 다하기 위하여 노력하는 자신의 모습을 인식하였다. 한 참여자는 자녀의 희귀병이라는 병명을 알고 슬픈 마음이 있었지만, 다른 참여자의 위로와 경험, 정보를 통하여 앞으로 어떻게 아이를 양육할지에 대해 도움을 받는 모습이었다.

참여자들은 서로의 어려움을 알고 위로하고 격려해 주며 정보를 제공해 주는 모습이다. 그리고 참여자들은 상대적으로 힘든 장애아 양육의 어려움을 보면서 자신의 어려움에 대해 상대적으로 가볍게 느끼며 감사하는 모습도 보였다.

참여자들은 장애 자녀를 잘 양육하기 위해서는 가족의 하나 됨을 강조하고, 부부의 관계의 중요성을 표현하였다. 그리고 참여자들은 나를 넘어 남에게 향하는 것에 대해 거창한 것이 아니라는 점과 자신의 경험이나 장애 자녀 양육 경험을

활용하여 다른 사람들을 도울 수 있다는 것을 인식하였다. 그리고 참여자들은 자기 자신이 아닌 타인을 위해 헌신하는 자기초월적 행동을 함으로써 진정으로 실존하게 되는 경험을 느꼈다. 또한 장애아를 돌보았던 경험을 통해 ‘자신의 삶이 더 성숙되는 것을 느꼈다’고 하며 삶의 의미를 발견하는 모습을 보였다.

9) 9회기: 새로운 결정

9회기는 참여자들이 가상의 죽음 경험을 통하여 삶과 시간의 소중함을 인식하는 데 목적이 있다. Frankl(1963)은 삶이 의미를 가지는 것은 어떤 의미에서 죽음이 있기 때문이며 죽음이 있기에 현재의 삶을 열심히 살아갈 수 있다고 하였다. 자신의 유한한 삶을 인식하고 죽음을 통해 자신의 삶의 가치와 의미를 알 수 있다.

이를 위하여 참여자들은 하루밖에 살 수 없다면 자신의 삶을 돌아보고, 살면서 잘했던 일, 의미 있었던 일들을 탐색하였다. 그리고 다시 살게 된다면 의미 있게 살아가기 위해 무엇을 할 것인지를 나누었다. 참여자 6은 직장의 교대근무 변경으로 인해 이번 회기는 불참하였다. 다음으로는 참여자들의 가상의 죽음 경험을 통한 새로운 결정에 대해 구체적 내용을 표 IV-24에 제시하였다.

표 IV-24. 9회기: 새로운 결정

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	오복 중 하나가 잠자면서 죽는 것이다. 마지막은 고통 없이 잠들면서 죽고 싶다. 후회되는 것은 엄마에게 대못 박은 것이다. 알면서도 엄마의 마음을 아프게 한다. 그리고 사과해서 대 못 뽑는다. 그리고 자국이 생긴다. 엄마랑 같이 살다 보니 이런 게 반복된다. 나만의 오붓한 시간을 갖고 싶다. 그리고 남시가 하고 싶어졌다.
	경험 보고서	죽음이란 주제로 내가 맞고픈 죽음에 대해 생각해 보니, 내 삶을 더 잘 살아야겠다는 생각을 하였다.
2	활동 내용	주변 정리한다. 재산을 정리에서 아들 이름으로 해 놓는다. 잘한 것은 일 그만두고 아들에게 올인한 것이다. 후회되는 일은 처음부터 아이를 양육할걸 하는 생각이 든다. 자신이 아닌 타인을 위해 살고 싶다. 결혼 안 하고 혼자 살 것이다.
	경험	어디 가서 할 수 없는 이야기를 했다. 내 삶을 돌아보는 시간이었다.

	보고서	
3	활동 내용	밥하고 청소한다. 그리고 다들 모이게 한 다음 꼭 안아주고 싶다. 잘한 것은 아이들 사랑하면서 산 것. 후회되는 일은 아이들 혼내지 않을 것. 다시 현명하게 지금보다 열심히 살고 싶다.
	경험 보고서	나에 삶에 대해 생각해 보았다. 지금의 삶, 나쁘지 않다는 생각이 들었다.
4	활동 내용	죽음은 안식이라 생각이 든다. 죽음에 대한 생각은 중학교 때부터 했다. 어떻게 죽으면 편할지 생각할 것 같다. 후회되는 일은 없을 것 같다. 특별한 것 없이 살아갈 수 있다. 과거 MMPI검사에서 자살충동이 높다고 했다. 갱년기가 되면 자살 확률이 높다고 했다. 상담센터에서 그 소리를 들으니 기분이 나빴다. 자살 충동은 있을 수 있는 것이 아닌가. 그런데 그렇게 말하는 것에 대해 납득이 안 되었다. ▷ 진행자 : 죽고 싶었던 마음도 있었지만 그럼에도 불구하고 살아가기로 선택한 이유는 무엇인가? ▷ 참여자4 : 가족이다. 가족이 날 필요로 한다. 아이들에 대한 책임감이다. 남편이 혼자 키울 수 있을까? 생각하니 그건 아니라는 생각이 든다.
	경험 보고서	따뜻한 밥을 차려준다. 그리고 사랑한다. 나와 잘 지내줘서 고맙다. 그리고 나를 위해 화려하게 치장하고 싶다. 후회되는 일은 학창시절 공부를 안했던 것, 그렇다고 재미있게 놀지도 못했다. 결혼해서 건강 신경 쓰지 못한 것, 부정적으로 생각한 것들이 후회된다. 당분간 나 자신을 위해 살고 싶다. 나를 위해 하고 싶은 것 해주고, 건강도 찾아주고 싶다.
5	활동 내용	따뜻한 밥을 차려준다. 그리고 사랑한다. 나와 잘 지내줘서 고맙다. 그리고 나를 위해 화려하게 치장하고 싶다. 후회되는 일은 학창시절 공부를 안했던 것, 그렇다고 재미있게 놀지도 못했다. 결혼해서 건강 신경 쓰지 못한 것, 부정적으로 생각한 것들이 후회된다. 당분간 나 자신을 위해 살고 싶다. 나를 위해 하고 싶은 것 해주고, 건강도 찾아주고 싶다.
	경험 보고서	하루를 살더라도 웃으면서 지내야겠다는 생각이 든다. 그리고 아이에게 안아주며 나의 사랑을 전하고 싶다. 이 순간 내가 살아있다는 것도 감사하다.
6		직장 교대 근무 변경으로 불참
7	활동 내용	시댁 형님이 48세에 돌아가시고 이후 또 시아주버니도 돌아가셨다. 조카가 우리 아들보다 1살 많은데 남겨진 조카 보면서 너무 걱정이 되었다. 내가 먼저 가면 우리 아들은 주간보호시설 밖에 없겠다 싶다. 연금 남겨 놓는다 해도 연금으로 아이 문제가 해결되지 않는다. 큰아들도 자신의 삶이 있어 믿을 수 없다. 신탁계좌, 후견인 등 여러 가지로 고민 중이다. 우리 엄마들은 아이 놔두고 죽을 때가 가장 두려울 것이다. 아이에게 엄마 죽으면 니가 엄마 통장에서 돈 찾아서 써라고 하고 같이 맛있는 음식을 먹을 것이다.
	경험 보고서	잘한 것은 아들 낳은 것이고, 후회되는 일은 아이가 미숙아로 태어

		났다. 뱃속에서 좀 더 풀어주지 못해 미안하다. 아이 키우면서 아이가 뜨거운 감자처럼 느껴졌다. 너무 뜨거워 먹지도 버리지도 못하는 마음으로 아이를 키운 것 같다. 다시 살아도 지금처럼 연장해서 살 것 같다.
경험 보고서		앞으로 나아갈 길을 찾아 볼 수 있었다. 죽음을 생각할 수 있는 중요한 시간이었다.

참여자들은 자신의 사후에 장애 자녀가 어떻게 될지 걱정하는 모습이었다. 그리고 남편도 비장애 자녀도 자녀를 완벽히 보호할 수 없음에 불안한 모습을 보이기도 하였다. 참여자들은 장애 자녀를 미래를 위해 사회복지, 후견인, 장애인 신탁 등에 대한 정보 공유와 현재 자녀를 위해 할 수 있는 것에 대하여 표현하였다.

참여자들은 현재의 삶을 소중하게 인식하고 현재를 충실히 살아가려는 모습을 보였다. 그리고 자신을 위해 좀 더 시간을 내줬으면 하는 소망도 볼 수 있었다. 그리고 삶에 대한 후회를 하지 않기 위해, 자녀를 꼭 안아주고 사랑한다는 표현을 더 하고 싶은 모습을 보였다.

10) 10회기: 새로운 출발

10회기는 참여자들이 새로운 삶의 태도를 바탕으로 새롭게 나아가는 데에 목적이 있다. 이는 참여자들의 자기 긍정성을 높이고 성취동기를 증가시키는 데 도움을 줄 수 있다. 이를 위하여 참여자들은 이번 프로그램을 통해 느꼈던 의미와 각오를 표현하고, 참여자들 간의 서로의 좋은 성품 또는 강점을 롤링페이퍼로 작성하였다. 다음으로는 참여자들의 구체적인 활동을 표 IV-25에 제시하였다.

표 IV-25. 10회기: 새로운 출발

참여자 번호	활동내용 및 경험보고서	
1	활동 내용	로고테라피가 무슨 활동일까 하고 궁금했었다. 심리상담을 받은 경험은 있지만 그룹은 처음이었다. 심리상담 선생님이 그룹으로 하다 보면 얘기하는 사람만 하고 듣는 사람은 계속 듣고 있게 된다고 했다. 그런데 이 집단은 서로 돌아가면서 이야기하니 나도 이야기할

		수 있게 되어 좋았다. 활동지에 글을 쓰면서 뇌를 정리하는 기분이 들었다. 과거를 되돌아보면서 오늘 다시 오를 수 있는 디딤돌처럼 느껴졌다. 과거 운동선수로 슬럼프를 극복했던 경험이 기억에 올라왔다. 끝이라니 아쉽다. 스스로가 유해했다는 생각이 든다. 신랑에게 잘해 주게 되었다. 5주 짧은 시간이었지만 마음이 편안했다.
	경험 보고서	지금까지 결석하지 않고 참여한 나에게 칭찬하고 싶다. 내 삶을 돌아보는 시간을 가짐에 따라 과거를 딛고 일어설 힘이 생겨서 좋다.
2	활동 내용	처음 'J특별아가족' 공지에 나와 있길래 명상 프로그램인가 하고 생각했다. 10회기 참여라고 해서 할까 말까 고민하다가 마지막 날 신청했다. 상담을 해 본 적 없는데 집단 상담이 정말 좋은 것 같다. 집단에 대한 이미지가 좋았다. 집단 프로그램 중간에 아들 검사 결과가 나왔다. 만약 집단에 참여 안 한 상황이었다면 비판적으로 생각하며 많이 힘이 들었을 것이다. 집단에 참여하면서 많이 긍정적으로 생각하려고 마음을 가다듬었다. 결혼 5년 차로, 내가 힘드니까 남편이 싫었다. 남편이 말만 꺼내도 짜증이 났다. 집단 참여하면서 남편과 사이가 좋아졌다. 지금은 '돈만 벌어오면 된다는 생각과 노는 것은 언니들이랑 놀면 된다'하는 생각과 남편에게 의지를 안 하게 되었다. 그런 생각을 하니 남편과 사이가 더 좋아졌다.
	경험 보고서	마지막 회기라 아쉽다. 많이 위로받고 도움을 받았다. 나보다 힘든 어머니 얘기를 듣다 보니 상대적으로 나는 아무것도 아니구나 하는 생각이 들었다. 잘 이겨낼 수 있는 원동력이 생긴 것 같다.
3	활동 내용	남편과 사이가 더 좋아졌다. 다른 엄마들 이야기 들으면서 내 상황과 같아 공감되고 '남편이 일을 해서 돈이라도 벌여주니 기특하다'는 이야기를 듣고 고마운 마음이 들었다. 불만이 줄다 보니 잔소리를 안 하게 되고 남편도 좋게 반응하니 사이가 더 좋아졌다. 남편은 영문도 모르고 자기가 잘하니까 요즘 아내가 좋아졌다고 생각한다. 다른 엄마들 이야기 들으면서 내가 그동안 남편을 너무 몰아 붙였다는 생각을 했다. 다른 엄마의 남편과의 사이에서 대하는 것을 듣는 것이 나에게 좋은 영향을 줬다고 생각한다.
	경험 보고서	10회기동안 변화된 내 마음을 느낄 수 있어 뿌듯하다. 그동안 과연 내가 가족을 얼마나 사랑하고 내 자신을 얼마나 사랑했나. 이번에 나를 돌보는 방법을 알게 되었다.
4	활동 내용	'상담이 좋다' 라는 생각은 있었는데 집단상담은 어떻게 하나 궁금했었다. 집단을 참여하면서 다른 분들을 깊게 알게 되는 계기였다. 그리고 친밀감이 더 높아졌다. 서로의 이야기를 나누면서 힐링 되는 느낌이 들었고 '다들 이런 느낌 때문에 집단에 오는구나' 라고 생각

		하게 되었다. 원래 의지를 안 하는 성격인데 막상 참여해 보니 서로 의지도 되는 것 같아 좋았다. 집단원들이 다른 장애 유형이 있는 게 도움이 되었다. 장애인 사이에서도 유형이 다르면 이해가 잘 안 되었는데 집단원의 경험을 들으면서 다른 장애 유형에 대해 이해가 더 되었다. 그리고 유형별로 힘든 상황을 이해할 수 있었다.
	경험 보고서	그동안의 과정을 생각하니 다 뿌듯하다. 나도 뭔가 다른 사람에게 도움이 된 것 같고, 다들 나처럼 좋은 느낌으로 갖고 마무리 한 것 같아 기뻐다.
5	활동 내용	과거 집단 미술치료를 받아본 경험이 있다. 당시는 판단하는 것 같아 별로라고 생각했다. 처음 집단 참여할 때는 집단원들이 장애유형도 다르고 키우는 고통이 다를 것이라 생각했었다. 다른 엄마가 밝게 웃으면서 이야기하는 것을 보니까 어느새 내가 웃고 있는 게 느껴졌다. 요즘 남편을 보면 남편도 불쌍하고 나만의 고통이 아니라는 생각이 들었다. 마음의 짐이 놓아지는 것 같은 기분이 들었다. 집계단청소하는 지적장애 청년을 보면서 이쁘다는 생각이 들었다. 5주 동안 마음이 편했다. 남편은 과거 태권도로 도 대표로 나가는 선수이기도 했다. 나는 남편을 나의 방식으로 껴줄 수 있다고 생각했다. 집단에 참여하면서 이게 답이 아니라는 생각이 들었다. 남편과 더 소통하기 위해 내가 바뀌어야겠다는 생각을 했다.
	경험 보고서	5주간의 집단 상담을 통해 감사드린다고 표현하고 싶다. 자존감이 더 높아진 것 같아 든든하다. 다음에도 또 참석하고 싶다.
6	활동 내용	처음 집단에 참여하면서 걱정된 것은 어디까지 나를 보여줘야 하나였다. 다른 엄마들의 이야기를 들으면서 나도 진실하게 이야기 하고 싶었다. 우리집 남편과의 불화와 극복한 이야기를 통해 다른 엄마들에게 용기와 공감으로 도움을 준 것 같아 뿌듯함을 느꼈다.
7	활동 내용	부모회에서 했던 프로그램은 그동안 별로였다. 부모회 공지사항에 프로그램이 올라와서 처음엔 이미지가 별로 안 좋았다. 로고테라피에 대해 궁금해서 반신반의한 마음으로 참여했었는데 프로그램 받으면서 내가 돈을 내도 될 정도의 프로그램이었다. 나의 장래를 생각하면 머리가 복잡하고, 과거를 생각하면 힘들었다고만 생각했는데 집단프로그램을 참여하면서 ‘과거에서도 나의 자원들이 많았구나’를 느끼게 되었다. 과거를 다시 보고 나의 밑천을 돌아보는 계기가 되었기도 했다.

참여자들은 집단 내 다른 참여자들의 다양한 장애유형을 접하며, 장애 유형별 경험이나 양육의 어려움을 더 이해할 수 있어 도움이 되었다고 하였다. 그리고

한 참여자는 집단 프로그램 참여 기간에 병원에서 아이가 염색체 이상이고 희귀 병이라는 진단을 받았다고 했다. 다른 때 같았으면 더 비관적이었을 상황이었지만, 다른 참여자의 자녀 장애 진단 경험과 양육 경험을 통해 병의 원인이 그리 중요한 것이 아니고 양육의 태도가 더 중요한 것이라는 것을 알게 되었다며 마음이 편안해졌다고 표현하였다.

다. 참여자 개인별 종합 소감

참여자들은 마지막 10회기를 마치고 그동안의 집단 경험에 대한 경험보고서를 작성하였다. 그리고 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 통하여 긍정적인 정서를 경험하는 모습을 보였다. 이에 대한 구체적인 내용은 표 IV-26에 제시하였다.

표 IV-26. 참여자 개인별 종합 소감

참가자 번호	종합 소감
1	<ul style="list-style-type: none"> - 심리상담을 받은 경험은 있지만 그룹은 처음이다. 심리상담 선생님이 그룹으로 하다 보면 얘기하는 사람만 하고 듣는 사람은 계속 듣고 있게 된다고 했다. 그런데 이 집단은 서로 돌아가면서 이야기하니 나도 이야기 할 수 있게 되어 좋았다. - 활동지에 글을 쓰면서 뇌를 정리하는 기분이 들었다. 과거를 되돌아 보면서 오늘 다시 오를 수 있는 디딤돌처럼 느껴졌다. 과거 운동선수로 슬럼프를 극복했던 경험이 기억에 올라왔다. 끝이라니 아쉽다. - 스스로가 유해였다는 생각이 든다. 신랑에게 잘해 주게 되었다. 5주 짧은 시간이었지만 마음이 편안했다. 결속없이 10회기 참석한 나를 칭찬해 주고 싶다.
2	<ul style="list-style-type: none"> - 처음 'J특별아이가족' 공지에 나와 있길래 명상프로그램인가 하고 생각했다. 10회기 참여라고 해서 할까 말까 고민하다가 마지막 날 신청했다. 상담을 해 본 적 없는데 집단 상담이 정말 좋은 것 같다. 집단에 대한 이미지가 좋았다. - 집단 프로그램 중간에 아들 검사 결과가 나왔다. 만약 집단에 참여 안한 상황이었다면 비관적으로 생각하며 많이 힘이 들었을 것이다. 집단에 참여하면서 많이 긍정적으로 생각하려고 마음을 가다듬었다.

	<ul style="list-style-type: none"> - 결혼 5년 차로 내가 힘들니까 남편이 싫었다. 남편이 말만 꺼내도 짜증이 났다. 집단 참여하면서 남편과 사이가 좋아졌다. 지금은 ‘돈을 벌어준다는 감사한 생각과 노는 것은 언니들이랑 놀면 된다’고 생각한다. 남편에게 의지하는 마음이 줄어들었다. 그런 생각을 하니 남편과 사이가 더 좋아졌다.
3	<ul style="list-style-type: none"> - 남편과 사이가 더 좋아졌다. 다른 엄마들 이야기 들으면서 내 상황과 같아 공감되고 ‘남편이 일을 해서 돈이라도 벌여주니 기특하다’는 이야기를 듣고 고마운 마음이 들었다. 불만이 줄다 보니 잔소리를 안 하게 되고 남편도 좋게 반응하니 사이가 더 좋아졌다. 남편은 영문도 모르고 자기가 잘하니까 요즘 아내가 좋아졌다고 생각한다. - 다른 엄마들 이야기 들으면서 내가 그동안 남편을 너무 몰아 부쳤다는 생각을 했다. 다른 엄마의 남편과의 사이에서 대하는 것을 듣는 것이 나에게 좋은 영향을 줬다고 생각한다.
4	<ul style="list-style-type: none"> - ‘상담이 좋다’라는 생각은 있었는데 집단상담은 어떻게 하나 궁금했었다. 집단을 참여하면서 다른 분들을 깊게 알게 되는 계기였다. 그리고 친밀감이 더 높아졌다. 서로의 이야기를 나누면서 힐링 되는 느낌이 들었고 ‘다들 이런 느낌 때문에 집단에 오는구나’ 라고 생각하게 되었다. 원래 의지를 안 하는 성격인데 막상 참여해 보니 서로 의지도 되는 것 같아 좋았다. - 집단원들이 다른 장애유형이 있는 게 도움이 되었다. 장애인 사이에서도 유형이 다르면 이해가 잘 안 되었는데 집단원의 경험을 들으면 다른 장애유형에 대해 이해가 더 되었다. 그리고 유형별로 힘든 상황을 이해할 수 있었다.
5	<ul style="list-style-type: none"> - 과거 집단 미술치료를 받아본 경험이 있다. 당시는 판단하는 것 같아 별로라고 생각했다. 처음 집단 참여할 때는 집단원들이 장애유형도 다르고 키우는 고통이 다를 것이라 생각했었다. 다른 엄마가 밝게 웃으면 이야기 하는 엄마를 보니까 어느새 내가 웃고 있는 게 느껴졌다. - 요즘 남편을 보면 남편도 불쌍하고 나만의 고통이 아니라는 생각이 들었다. 마음의 짐이 놓아지는 것 같은 기분이 들었다. 5주 동안 마음이 편했다. - 나는 남편을 내 방식으로 꺾을 수 있다고 생각했다. 집단에 참여하면서 이게 답이 아니라는 생각이 들었다. 남편과 더 소통하기 위해 내가 바뀌어줬다는 생각을 했다.
6	<ul style="list-style-type: none"> - 처음 집단 참여 시 어디까지 나를 보여줘야 하나 하는 생각이 들었다. 아는 분들이 많은데 어디까지 걸러야 하나 하는 생각이었다. 다른 엄마 이야기를 듣다 보니 내 마음이 편해지면서 속 깊은 이야기를 하고 있었

	<p>다. 진실하게 이야기하고 싶었다.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 과거 남편과 힘들었던 이야기를 하면서 다른 엄마들이 나의 이야기를 듣고 공감받고 용기를 가지게 되었다는 것을 들으면서 뿌듯함을 느꼈다. 나도 다른 사람에게 도움을 주었다는 것이 기뻐다.
7	<ul style="list-style-type: none"> - 000에서 했던 프로그램 이미지가 안 좋았는데 이번에 000 공지사항에 올라와 이미지가 별로 안 좋았다. 프로그램 받으면서 내가 돈을 내도 될 정도의 프로그램이었다. - 장래를 생각하면 머리가 복잡하고, 과거를 생각하면 힘들다고만 생각했는데 집단상담 참석하면서 '과거에서 자원들이 많았구나'를 느끼게 되었다. 과거를 다시 보고 나의 밑천을 돌아보는 계기가 되었기도 했다.

라. 참여자들의 기대 및 태도 변화

실험집단 참여자들은 초기 면접 시 장애아 양육으로 인한 스트레스와 집단 참여의 기대를 표현하였다. 이후 집단 참여를 통하여 부정적인 정서에서 긍정적 정서로 변화된 양상을 볼 수 있었다. 이러한 참여자들의 개인별 기대와 태도 변화에 대한 구체적 내용을 표 IV-27에 제시하였다.

표 IV-27. 참여자들의 기대 및 태도 변화

참여자 번호	개인적 기대 및 태도 변화	
1	기대 변화	<p>양육시 대처행동 어려움으로 회피행동, 심리적 안정을 찾고 싶다.</p> <p>내 삶을 돌아보는 시간을 가지고 과거를 디딤돌 삼아 일어설 힘이 생겨서 좋다.</p>
2	기대 변화	<p>양육으로 인해 신체적, 정신적으로 힘들다. 독박육아라 심리적 도움을 받고 싶다.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 얼마 전 아이의 병명을 알게 되었다. 만약 혼자 있었다면 힘들었을 텐데 집단활동이 많이 도움이 되었다. 그리고 남편에게 의지하지 않게 되었다. 지금은 돈만 벌어오면 된다는 생각이 들고, 언니들과 놀면 된다고 생각하니 남편과 사이가 더 좋아졌다. - 우리 아이는 상황은 상대적으로 괜찮다는 생각이 들어 감사함. 아이 소근육치료(PECS) 공부를 하고 싶고 국제대 언어치료학과 다니며 더 공부하여 아이 언어치료에 도움이 되고 싶다. 등록하려고

		알아보고 있다.
3	기대	양육의 혼란스러움으로 인해 마음 다스리기가 힘들다, 더 긍정적이었으면, 끈기가 부족해 긴 회기 참석을 할 수 있을지 걱정된다.
	변화	<ul style="list-style-type: none"> - 집단에서 엄마들 이야기 듣다 보니 공감되고 불만이 줄어들었다. 남편과 사이가 더 좋아졌다. 10회기 동안 긍정적으로 변화된 나의 모습이 느껴진다. - 나는 아이를 양육하면서 매 순간 창조적으로 양육했다는 것을 발견하였다. 그리고 내가 잘하고 있다는 자신감이 생긴다. - '나 자신을 사랑했나?' 생각이 들면서 나를 돌아보고 나를 알게 된 계기였다.
4	기대	아이 양육 시 스트레스로 인해 일관적이지 않고 화를 자주 낸다. 마음을 여유 있게 다스리고 싶다.
	변화	<ul style="list-style-type: none"> - 그동안의 과정을 돌이켜 보니 나에 대해 더 알아가고 그 자체만으로도 기분이 좋았다. 나를 이해하면서 나를 돌보려고 하니 화가 덜 났다. - 서로의 이야기를 나누면서 힐링 되는 느낌이었다. - 집단상담을 통해 나도 누군가에게 도움이 된 것 같아 뿌듯함이 느껴졌다.
5	기대	장애아이 양육의 어려움과 큰아이의 부적응 행동 대처의 어려움. 심리적 안정감을 갖고 싶다.
	변화	<ul style="list-style-type: none"> - 아이 양육이 나만의 힘듦이 아님을 느꼈다. 그리고 내가 한층 더 성숙해진 마음이 든다. - 자존감이 더 높아진 것 같다. 다음 기회에 또 참석하고 싶다. - 집단 상담 후 개인상담과 가족 상담을 하고 싶다고 요청하였다.
6	기대	사춘기 큰아들과 둘째 아이 사이에서 양육 혼란이 있다. 앞으로 아이의 상황이 더 심해질 텐데 하는 불안감을 해소하고 싶다.
	변화	<ul style="list-style-type: none"> - 작은 아이 양육을 하다 보니 큰아들의 마음을 몰라준 것 같다. 작은 아들이 큰아들 방해하지 않게 지금은 밖에 자주 데리고 나간다. 그리고 형 방에 못 가게 하기도 한다. 큰 들도 내가 자기를 배려한다는 것을 알고 마음이 한결 부드러워졌다. - 집단상담을 통해 서로의 양육 경험담을 들으며 많은 도움이 되었다.
7	기대	내 안에 뭐가 있는지 궁금하고 불편했던 것이 무엇인지 알고 싶다. 아이의 양육에 있어서도 도움을 받고 싶다.
	변화	<ul style="list-style-type: none"> - 과거에 나에 대한 생각을 할 수 있었고 내가 참 괜찮은 사람이라는 것을 새삼 기억하게 되었다. - 미래를 위해 내가 뭘 해야 하는지, 알 수 있었다. 생각을 정리할

	<p>수 있어서 좋았다.</p> <p>- 지금 대구대 사이버로 재활상담학과를 다닌다. 협동조합에서의 소진이 많은데 지금은 공부를 마치는 것이 우선이라는 생각이 든다. 아이의 미래를 위해서 준비하는 것이다.</p>
--	--

마. 삶의 의미 활동 및 경험 보고서 분석

로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램에 참여한 장애아 어머니의 ‘삶의 의미’에 변화에 대해 경험보고서를 통하여 살펴보겠다. 자세한 내용은 표 IV-28과 같다.

표 IV-28. 삶의 의미 활동 및 경험보고서 분석

구분	초기	중기	말기
삶의 의미	<p>· 현재 양육이 너무 힘들고 고통스럽다. 소진되어 무기력하다.</p>	<p>· 나만 겪는 고통이라고 생각했는데 다른 사람 이야기를 들으면서 삶에 저마다의 어려움이 있다는 생각이 들었다.</p> <p>· 현재 아이를 보면서 나보다 더 힘들게 양육하는 사람도 있다는 점과 매순간 나는 잘 선택하고 잘 행동했다는 점을 인식하였다.</p>	<p>· 아이의 치료에 도움이 되기 위해 언어치료를 공부하고 싶다.</p> <p>· 원래 체력이 좋은데 근육 운동 가르치는 선생님이 운동신경이 좋으며 근육치료 같이 해 볼 생각이 없냐고 했다. 그것도 배우고 싶다.</p>
	<p>· 죽음은 안식이다. 중학교 때부터 죽고 싶었다.</p>	<p>· 여기에서 내 마음을 표현하고 다른 참여자들도 같은 어려움을 들으니 안정이 된다.</p> <p>· 내가 죽으면, 아이를 남편에게 맡길 수 없다. 나의 책임을 다하고 싶다.</p>	<p>· 죽고 싶은 마음이 있었지만 내가 사는 이유를 생각하니, 나는 사랑하는 내 자식과 가족을 위해 살고 싶다.</p>
	<p>· 임신 중에 아이의 장애를 알았다. 친정</p>	<p>· 내가 직접 아이의 가래도 뽑고, 웬만한 병원</p>	<p>· 나와 같은 상황의 엄마들에게 아이 돌보는</p>

<p>엄마는 포기하라고 했다. 나는 부모라면 책임져야 한다는 생각을 했다. 하지만 아이 돌보며 잠을 못 자고 체력적으로 너무 힘들다.</p>	<p>치료보다 내가 더 잘 본다. · 병원에서 아이의 상태를 보며 잘 관리했다고 칭찬한다.</p>	<p>방법을 잘 알려줄 자신이 있다. · 아이로 인하여 남편과 사이가 좋아졌다. 남편도 불쌍하다는 생각이 든다.</p>
<p>· 아이의 미래가 불안하다. 미래에 대한 목표를 찾지 못하겠다.</p>	<p>· 협동조합 활동으로 소진이 된다. 내가 왜 이 일을 하는 건가? 아이의 미래를 위해서 시작한 것인데, 지금 나에게 필요한 것은 무엇인가?</p>	<p>· 협동조합에서 많은 경험을 통해 나는 성장하였다. · 지금 아이의 미래를 위해, 내가 사이버로 재학 상담학과 공부를 하여 향후 협동조합 일에 더 도움이 되었으면 좋겠다.</p>
<p>· 나도 남을 돕고 싶다. 하지만 장애아 키우는 것도 벽차서 다른 사람을 만날 수도 없다.</p>	<p>· 나의 부부문제 및 양육의 경험에 대해, 다른 참여자들이 도움이 되었다고 하여 기분이 좋았다.</p>	<p>· 타인에게 도움을 주는 것이 거창한 것이 아니라 알게 되었다. 누군가에게 도움이 되었다는 것이 뿌듯하다.</p>

바. 자아존중감 활동 및 경험보고서 분석

로고테라피 기반한 집단상담 프로그램에 참여한 장애아 어머니의 ‘자아존중감’에 변화에 대해 경험보고서를 통하여 살펴보겠다. 자세한 내용은 표 IV-29와 같다.

표 IV-29. 자아존중감 경험 보고서 분석

구분	초기	중기	말기
자아존중감	<p>· 자녀 양육으로 인한 스트레스로 나를 돌보지 못했다. · 내가 누구인지 모</p>	<p>· 어릴 적 칭찬받았던 경험을 떠올리면서 ‘나는 이런 사람이었지’하고 다시 보였다.</p>	<p>· 내가 자원과 강점이 많은 사람이었다는 것을 인식하였다. · 내가 괜찮은 사람이었</p>

르겠다.		다는 것을 새삼 알게 되었다.
<ul style="list-style-type: none"> · 내가 좋아했고 기뻐했던 순간, 이런 생각을 해 본 적이 언제였던가? · 나는 나 자신을 사랑했나? 	<ul style="list-style-type: none"> · 과거 경험을 떠올리면서 내가 기뻐했던 것들의 탐색하며 과거와 현재의 나를 발견을 하였다. 그리고 자녀를 양육하는 어머니로서만이 아닌 나 자신에 대해 더 존중하고 싶은 마음이 생기게 되었다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 나를 더 돌보고 싶다. 그리고 여기에서 나를 표현하니 기분이 좋고 이렇게 표현해야겠다는 생각이 든다.
<ul style="list-style-type: none"> · 나는 별로 잘하는 것도 없다. 그리고 엄마로서 역할을 잘하고 있는지 의문이다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 아이가 장애가 있다는 것을 임신 때부터 알았다. 나는 아이가 장애이더라도 부모로서 책임져야 한다고 판단하고 출산을 했다. 지금도 내 선택에 대해 엄마라면 당연하다고 생각된다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 나는 매 순간 잘 선택하고 책임 있게 행동했다는 점이 뿌듯하다. 자존감이 올라간 듯 하다.
<ul style="list-style-type: none"> · 나는 정체성에 혼란이 왔다. 외롭다고 생각한다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 어릴적 동생들 잘 챙기면서 칭찬을 받았던 기억이 난다. · 현재도 시댁 대소사 잘 챙기면서 돈 관리를 잘한다. 일을 찾아서 하다 보니 우울감을 관리한다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 주변에서 솔직하게 마음을 잘 표현한다고 한다. · 직장에서도 일을 찾아서 하는 스타일이어서 그런지 일을 잘한다고 한다.
<ul style="list-style-type: none"> · 이혼가정에서 자랐다. 어릴 적 돌봄을 잘 받지 못했다. 나는 못난이었다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 이혼 가정의 경험을 가지고 남편과 소통의 중요성을 안다. 내가 할 수 있는 것과 없는 것에 대해 구분해서 양해를 구한다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 이웃에게 또는 비장애아를 양육하는 어린이집 엄마에게 아이의 어려움에 대한 양해 문자를 보낸다. · 주변에서 나에게 분별력이 좋다고 한다. 그리고 배우려고 노력한다.

사. 양육효능감 활동 및 경험 보고서 분석

로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램에 참여한 장애아 어머니의 ‘양육효능

감'에 변화가 있었다. 프로그램 초기의 참여자들은 자녀의 돌발행동과 양육의 대처의 어려움으로 신체적·정신적 어려움을 호소하였다. 그리고 마음을 다스리지 못하여 분노를 참기 어렵고, 아이에게 소리 지르고, 거칠게 반응한다고 하였다. 이로 인한 죄책감이 들고, 양육을 돕지 않는 남편에게 화를 내기도 한다고 하였다.

이에 대한 경험보고서를 통하여 살펴보겠다. 자세한 내용은 표 IV-30과 같다.

표 IV-30. 양육효능감 경험 보고서 분석

구분	초기	중기	말기
양육 효능감	<ul style="list-style-type: none"> · 자녀 양육 시 대처의 어려움으로 화를 다스릴 수가 없다. · 아이에게 일관성없이 대하게 되고 양육 혼란 · 술을 마시며 화를 삭힌다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 운동선수로 슬럼프를 잘 극복하였던 경험이 생 각난다. 어려움에도 잘 대처하고 있던 내 모습을 발견하였다. · 다른 참여자의 경험을 보면서 대단하다는 생각이 들었다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 과거에도 어려움을 잘 극복한 나를 디딤돌 삼아 할 수 있다는 자신감이 생긴다. · 아이에게 화를 덜 내고 스스로가 유해졌다는 생각이 든다.
	<ul style="list-style-type: none"> · 독박육아와 양육을 돕지 않는 남편을 보면서 화가 남. 	<ul style="list-style-type: none"> · 다른 참여자들의 경험을 들으며 남편에 대해 이해하게 되었다. 내 문제라는 것을 생각하게 되었다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 자녀의 장래를 위해 남편이 일을 열심히 하는 것에 대한 고마운 생각이 든다. · 바쁜 남편만 바라볼 게 아니라 친구랑 놀면 된다.
	<ul style="list-style-type: none"> · 아이의 장애에 대한 두려움. 왜 나한테 이런 일이 생겼을까.. 원망감 	<ul style="list-style-type: none"> · 비장애아이의 부적응 행동도 똑같이 힘들다는 것을 인식하였다. · 중증 장애를 가진 참여자 자녀를 보면서 우리는 양호하고, 나만 겪는 어려움이 아니라는 점을 알았다. 	<ul style="list-style-type: none"> · 우리아이의 상태적으로 괜찮다는 마음이 들어 감사하였다. · 아이의 소근육을 위해 소근육치료 공부를 하고 싶다. · 아이의 언어치료에 도움이 되고 싶은 마음, 언어치료 공부를 하고 싶다.

· 장애아이를 신경 쓰다보니 큰아이를 방치했다. 요즘은 큰아이 부적응 행동에 더 힘들다.

· 큰아이 강점을 보게 되고, 더 품지 못했던 것에 대해 미안함이 생겼다.
· 큰아이도 아이인데 큰애처럼 행동하길 바랬던 마음이 반성된다.

· 큰아이를 안아주고 사랑한다고 표현하였다.
· 큰아이와 나의 개인상담을 신청하였다.

· 장애아子和 큰아이와의 관계에서 양육에 대한 혼란이 온다. 그러다보니 큰 아이에게 화를 낸다.

· 다른 참여자들의 형제간의 관계에 대한 대처 정보가 정말 꿀팁이다.
· 큰아이가 동생 돌보는 것이 당연하다고 생각한 것이 잘못된 생각이었다.

· 작은애가 큰아이 방에 들어가려고 떼쓸 때는 내가 아이를 데리고 놀이터에 나온다.
· 동생 돌보는 것에 대해 고맙다고 표현하고 용돈도 준다.

V. 논의 및 결론

본 장에서는 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 개발과정에 대해서 논의하고자 한다. 또한, 개발된 프로그램이 장애아 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감에 미치는 효과를 구체적으로 논의하고자 한다.

1. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발에 대한 논의

이 연구의 연구문제 1은 ‘장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발 절차 및 내용은 어떻게 구성할 것인가?’이다. 먼저 프로그램 개발 절차와 프로그램 내용 구성에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 이 연구에서의 개발 절차는 김창대 외(2011)의 4단계 프로그램 개발 모형을 기반으로 개발하였다. 김창대 외(2011)의 프로그램 개발 모형은 상담 및 심리교육 프로그램 개발에 초점을 두고 있고, 프로그램 개발 과정에 필요한 평가를 단계적으로 제시함으로써 프로그램의 과학적 절차를 강조한다는 점에서 큰 장점이 있다(장정임, 2017). 이 연구의 프로그램의 개발 절차는 4단계로 목표 수립, 프로그램 구성, 예비 연구와 수정·보완, 프로그램 실시 및 평가로 구분된다.

1단계 목표수립에서는 문헌 연구와 선행연구를 통해 연구의 목적과 필요성을 수립하고, 목적을 달성하기 위한 관련 선행연구를 분석하여 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 타당성을 확보하였다. 그리고 연구 대상자의 요구와 특성을 파악하기 위해 장애아 어머니를 대상으로 한 심층 면담과 현장 전문가 집단을 통한 요구조사를 통해 자료를 분석하였다. 그리고 요구분석 결과를 바탕으로 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 이론적 모형의 설정과 목적 및 목표를 수립하였다. 2단계 프로그램 구성에서는 로고테라피에 기반 집단상담 프로그램 내용에 대한 이론적 검토, 활동, 내용 전략 선정 및 조직을 하였고 프로그램 내용을 구성하였다. 3단계 예비 연구에서는

프로그램을 예비 실행하였고, 시범 프로그램 참여자들에게 받은 피드백과 전문가 자문을 통해 프로그램 수정·보완을 하여 최종 확정된 프로그램의 지침서를 제작하였다. 4단계 프로그램 실시 및 개선에서는 프로그램을 실시하고 프로그램 효과 평가를 실시하였다.

선행연구를 살펴보면, 로고테라피를 기반으로 하는 프로그램 개발 연구에서는 주로 대상자 실태조사나 문헌을 분석하는 과정만 거쳐 프로그램을 개발하였다(임영숙, 2019; 도지화, 2019; 심정자, 2015). 또한 장애아 부모를 대상으로 하는 로고테라피 기반 프로그램 연구의 개발 과정에서는 주로 문헌분석으로 요구조사를 실시하였다. 그리고 프로그램 효과 검증은 양적 분석만으로 실시하였으며, 후속 연구의 프로그램 효과 검증에서는 질적 분석을 제안하였다(박국향, 2020).

이러한 선행연구의 문제의식과 제언을 바탕으로, 이 연구에서의 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 개발 모형은 프로그램 개발의 체계적인 개발 절차와 문헌 조사, 대상자 및 전문가 FGI 요구분석을 사용하여 현장의 요구를 심도 있게 분석하였다. 그리고 체계적인 프로그램 개발 절차를 거침으로써 장애아 어머니 대상자의 개별성과 특수성을 고려한 내용을 중심으로 프로그램 내용이 구성되어 장애아 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감이 향상되는 데 효과가 나타날 수 있었으리라고 판단된다.

둘째, 이 연구에서 개발한 프로그램은 로고테라피 기반으로 내용을 구성하였다. 이를 위해 장애아 어머니 대상자와 현장 전문가의 심층적 면담을 통한 요구조사를 실시하였다. 면담 내용은 크게 4가지로 구분할 수 있는데, 장애아 어머니의 양육 경험에 느끼는 정신적·육체적 소진, 자녀의 장애에 대한 죄책감과 무능력감으로 인한 부정적 자아상, 문제 상황에 대해 대처의 혼란으로 인한 효능감 저하, 삶의 고통으로 인한 삶의 무의미를 들 수 있다.

이를 위해 로고테라피 중심 이론을 활용하여 인간 존재의 의미와 의미 추구에 초점을 맞춰 삶의 방향을 발견하도록 돕는 창조적 작업을 시도하였다. 즉, 장애아 어머니가 자녀를 양육하며 느끼는 삶의 고통에서 삶의 의미를 발견할 수 있을 때, 진정으로 삶의 고통을 받아들일 수 있다. 이러한 삶의 의미 발견은 긍정적인 자기 발견을 통해 자신을 존중하고, 양육 혼란에서도 자신감과 효능감을 높일 수 있다.

셋째, 이 연구의 내용 구성은 장애아 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감이 증진될 수 있도록 구성하였다. 1회기는 로고테라피에 대한 설명과 집단상담 프로그램의 목적, 프로그램 운영 방법을 안내하였다. 그리고 참여자들의 친밀감을 위하여 긍정적인 자기소개와 장애 자녀에 대한 정보를 표현하였다. 또한 프로그램 참여에 대한 각자의 기대와 목표를 수립하였다. 2회기는 자기발견을 통한 자신의 가치를 명료화하고 자신의 참모습을 인식하는 활동이다. 이를 위해 자신의 긍정적인 모습을 탐색하고, 주위 사람들로부터 받았던 칭찬 경험을 살펴보며 긍정적인 자신의 참모습을 인식하도록 하였다.

3회기부터 7회기는 ‘개인의 삶과 장애아 어머니’ 두 가지로 분리하여 질문을 구성하였다. 이는 장애아 어머니로서만 존재하는 것이 아닌 ‘개인의 삶’에 대해 주체적으로 성찰하는 기회를 제공하기 위함이다.

먼저 3회기는 자신의 선택에 대한 자유와 책임의 중요성을 인식하는 것이다. 그리고 장애아 양육 경험에서 나의 선택을 통한 나의 가치관을 인식하는 활동을 하였다. 이는 장애아 어머니는 어떠한 한계에도 불구하고 여전히 자유롭고 주체적으로 선택할 수 있는 존재라는 것을 인식하는 계기를 만들어 주었다. 그리고 자유로운 선택에 대한 책임을 통하여 자신의 숭고한 사랑의 가치와 삶의 의미를 발견하도록 하였다.

4회기는 자신과 자녀의 긍정적 자원 및 강점을 발견하는 활동이다. 이를 위해 과거 자신의 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험을 나누고 현재에 어떻게 발휘되고 있는지를 표현하는 것이다. 이는 자신의 모습을 재발견하고 자신을 존중하며 자신에 대한 만족감을 높이기 위함이다. 또한 장애 자녀의 고유성, 강점과 자원을 탐색하며 자녀에 대한 긍정적 정서를 높이고 양육 효능감을 배양하도록 하였다.

5회기부터 7회기는 경험적, 창조적, 태도적 가치 발견으로 ‘개인의 삶과 장애아 양육 경험’ 두 가지 활동으로 구성하였다. 개인의 삶 속에서 가치 발견은 타인과의 만남을 통한 감동 경험, 삶 속에서 행하였던 보람된 경험, 고통스러운 삶 속에서 극복했던 경험을 통하여 자신의 삶의 가치와 삶의 의미를 발견하도록 하였다. 그리고 장애아 어머니로서의 삶에서는 양육과정에서 경험한 내용을 바탕으로 양육 효능감을 증진시키고, 자신의 가치를 발견할 수 있었다. .

8회기는 자기초월의 단계로, 자기중심성에서 벗어나 타인을 위한 의미 있는 일을 행한 경험을 탐색하는 것이다. 자신을 넘어 누군가를 위해 어떤 의미있는 일을 행하였던 경험을 나누면서 장애아 어머니는 자기 초월의 가치를 인식하고 실현하는 존재라는 것을 인식하였다. 이는 장애아 어머니에게 자기 존엄과 가치를 확인할 수 있었다.

9회기는 가상의 죽음을 통하여 삶과 시간의 소중함을 인식하는 것이다. 이를 위해 가상의 죽음을 앞두고 잘한 일과 의미 있는 일을 떠올렸다. 그리고 다시 살게 되었을 때 의미 있게 살기 위해 무엇을 해야 할지를 성찰하는 경험을 제공하였다. 이는 삶의 새로운 시각과 현재의 삶을 의미있게 집중할 수 있는 경험을 제공하도록 하였다.

10회기는 새로운 삶의 태도를 바탕으로 나와 타인의 긍정성을 발견하는 활동이다. 이를 위해 프로그램을 경험하면서 긍정적으로 변화된 나를 인식하게 하였다. 그리고 타인의 강점 발견을 위한 롤링 페이지를 작성하게 하였다. 이는 나와 타인을 바라보는 긍정적 시각을 제공하며 삶의 의미 발견을 제공하였다.

이상을 종합하면, 이 연구는 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발하는 데 있어 개발 절차를 준수하여 내용 및 방법을 구성하였다. 그리고 장애아 어머니 대상자의 특성을 파악하기 위하여 대상자 및 현장 전문가의 심층 면담을 실시하여 도출된 결과를 프로그램 구성에 적극 반영하였다. 또한 로고테라피의 중심 이론에 기반하여 ‘개인의 삶과 장애아 어머니의 삶’으로 구분하여 프로그램 내용에 도입하여 참신성을 확보하였다.

이 연구에서 개발한 로고테라피에 기반한 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램은 장애아를 양육하며 고통을 호소하는 어머니에게 긍정적 정서 지원에 도움이 될 수 있을 것이다.

2. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 효과에 대한 논의

이 연구의 연구문제 2는 ‘장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 효과는 어떠한가?’이며, 연구문제 3은 ‘장애아 어머니를 위한 로고테라

피 기반 집단상담 프로그램에 참여한 장애아 어머니의 참여 경험은 어떠한가?’이다.

연구문제 2와 3에 대한 효과검증을 위해, 실험집단과 통제집단으로 나누어 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감에 대해 사전, 사후, 추후 검사를 실시하였다. 각 변인들의 변화에 대해 비교한 프로그램 효과를 논의하면 다음과 같다.

가. 삶의 의미

이 연구의 가설 2-1은 ‘로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 삶의 의미를 향상시킬 것이다’이다.

먼저 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 삶의 의미를 향상시키는 데 효과가 있는 것으로 나타났다. 즉, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단이 프로그램에 참여하지 않은 통제집단에 비해 삶의 의미가 향상되었다. 이러한 결과는 장애아 어머니를 대상으로 로고테라피 프로그램을 적용하여 삶의 의미가 향상되었다고 보고한 연구 결과(박국향, 2020)와 다양한 대상에게 로고테라피 프로그램을 적용하여 삶의 의미가 향상되었다고 보고한 연구결과(김찬희, 2018; 도지화, 2019; 임영숙, 2019; 김미남, 2010)와 유사하다.

장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 실시한 실험집단의 효과를 구체적으로 살펴보면, 삶의 의미 하위영역 중 삶의 방향추구, 삶의 존재가치에 있어서 검사 시기 간에 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 사후와 추후의 집단 간 차이를 살펴보면, 삶의 방향추구의 경우 사후검사와 추후검사에서 통제집단에 비해 실험집단이 효과가 있는 것으로 나타났고, 삶의 가치에서도 사후검사와 추후검사에서 실험집단이 통제집단에 비해 효과가 있는 것으로 나타났다. 삶의 의미의 하위요인인 삶의 방향추구와 삶의 존재가치는 프로그램 후와 4주 후의 추후검사에까지 지속적인 효과를 나타낸 것을 볼 때, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램이 실험집단의 삶의 의미 향상에 효과적이라고 할 수 있다.

삶의 의미에 있어서, 연구문제 3에서 언급한 장애아 어머니의 참여 경험을 분석한 결과는 다음과 같다.

회기 활동지와 경험보고서 내용을 통한 참여자의 변화를 살펴보면, 프로그램 초기 참여자들은 장애 자녀로 인한 우울감과 육체적, 정신적 소진을 표현하며 점점 예민해지고, 아이에게 화를 자주 내는 모습을 보였다. 또한 남편의 양육 협조의 불만족으로 인한 부부 갈등을 나타내었고 고통스러운 삶 속에서 미래의 희망이 보이지 않아 삶에서 의미를 찾지 못하는 모습이였다. 그러나 프로그램 참여 이후에는 자신의 감정을 표현하고, 서로의 이야기에 공감하고, 격려하는 활동에서 점점 긍정적인 정서를 경험하였다. 참여자들은 서로의 양육 경험을 나누면서 나만 겪는 고통이 아니라는 점과 모두 저마다의 어려움이 있다는 것을 인식하였다. 또한 더 힘든 상황에서 자녀를 양육하는 다른 참여자들의 경험을 들으며 자신의 상황을 긍정적으로 바라보며 자녀의 강점과 긍정성을 인식하였다. 그리고 참여자들은 자녀에 대한 책임을 다하고 싶은 마음과 가족에 대한 사랑을 나타내었다. 참여자들은 자신이 죽고 난 후 아이의 미래에 대한 불안감을 공통적으로 나타내었는데, 프로그램에 참여하면서 점점 아이를 위해 ‘현재, 무엇을 할 수 있을까’를 생각하며 미래에 대한 불안감보다는 현재에 머물러는 모습을 나타내었다. 그리고 아이의 미래를 위해 현재 할 수 있는 일, 즉 협동조합 일을 통해 아이의 직업 활동 준비를 한다거나, 스스로 자립할 수 있는 일상생활 훈련 등을 힘쓰겠다는 적극적인 태도를 나타내기도 하였다. 참여자들은 자신의 부부관계 갈등과 장애 자녀 양육의 경험을 다른 참여자들과 나누면서 다른 참여자에게 도움이 된 것에 대해 뿌듯함을 느끼고 타인을 돕는 방법은 거창한 것이 아니고 자신의 경험을 통해서도 타인을 도울 수 있다는 것을 알게 되었다. 이러한 삶의 긍정성 향상은 삶의 의미 발견에 도움을 주었다. 마지막으로 참여자들의 자신과 장애 자녀에 대한 고유한 가치를 인식하고 자신의 자유로운 선택과 책임에 대한 숭고함, 타인과의 관계에서의 감동, 고난을 극복하는 경험 속에서 발견한 긍정성은 삶의 목적과 가치를 발견하는 데 도움이 되었다.

다음으로는 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 실시 후 삶의 의미가 향상된 원인을 살펴보겠다. 장애아 어머니는 장애 자녀로 인한 양육의 어려움으로 죄책감, 무기력감, 소외감 등을 경험하며 현실을 부정한다. 그리고 자신과 자녀의 미래를 생각하면서 비관하고 삶의 무가치함, 삶의 의미를 찾지 못하는 경향이 있다 (이종신, 2010; 안지영, 2001).

참가자들은 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 통해, 자신과 장애 자녀에 대한 부정적 인식에서 긍정적 정서로 회복하고 삶의 의미를 발견을 제공하였다. 참여자들은 2회기부터 4회기 진행 과정에서 자신과 장애 자녀에 대해 유일하고 고유한 가치를 가진 존재로 인식하고 장애를 수용함으로써 자신의 삶에 충분한 의미와 가치가 있다는 것을 확인할 수 있었다. 그리고 장애아 어머니는 어떠한 한계에도 불구하고 여전히 선택할 수 있는 ‘선택의 자유’를 가진 존재라는 것을 인식하는 계기를 제공하였다. 장애아 양육 경험은 어머니 자신의 자유로운 선택과 책임에서 기인하였으며, 자신의 숭고한 사랑과 삶의 목적을 인식하는 계기를 제공하였다. 견뎌낼 수 없는 삶은 어떠한 상황이나 환경 때문이 아니다. 다만 의미와 목적이 결핍되었을 때, 견뎌낼 수 없는 삶만 있다는 것을 인식하게 되었다. 5회기부터 7회기 진행 과정에서는 그동안의 긍정적인 경험을 조망하며 매 순간의 삶 속에서 나의 가치로운 선택과 행동을 재발견함으로써 삶의 의미가 향상된 것으로 보인다. 8회기부터 10회기 진행 과정에서는 인간 존재의 핵심인 초월의 개념을 이해하고 자기 자신을 넘어서 의미 있는 것에 향해 있을 때 진정한 존재로서 살아갈 수 있다는 점을 제공하였다. 장애아 어머니는 자녀의 양육과정에서 고통이 따르더라도 용기 있게 나아가는 자연스러운 힘을 가지고 있음을 인식하였다. 피할 수 없는 고통 속에서 의미를 발견하는 것은 우리가 절망하지 않고 희망하며 앞으로 나아가게 해 준다. 이러한 성찰은 삶의 의미를 향상시키며 장애아 어머니에게 긍정적 정서에 효과가 있음을 확인하였다.

나. 자아존중감

이 연구의 가설 2-2은 ‘로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 자아존중감을 향상시킬 것이다’이다.

로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 자아존중감을 향상시키는 데 효과가 있는 것으로 나타났다. 즉, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단이 프로그램에 참여하지 않은 통제집단에 비해 자아존중감이 향상되었다. 이러한 결과는 우울증상 노인(김찬희, 2018), 학령기 후기 아동(임영

숙, 2019), 대학생(최명심·손정락, 2009), 20대 미혼여성(김영혜, 1995), 학령기 자녀를 둔 주부(김태호, 2004)를 대상으로 로고테라피(의미치료)가 자아존중감에 긍정적인 효과를 보여준 연구 결과와 유사하다.

로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램을 실시한 실험집단의 효과를 구체적으로 살펴보면, 자아존중감의 하위영역 중 자기비하, 타인과의 관계, 지도력과 인기, 자기주장과 불안에서 검사 시기 간에 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 사후와 추후의 집단 간 차이를 살펴보면, 자기비하, 타인과의 관계, 지도력과 인기, 자기주장과 불안에서 사후검사와 추후검사에서 통제집단에 비해 실험집단이 효과가 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램이 실험집단의 자아존중감 향상에 효과적이라고 할 수 있다.

자아존중감에 있어서, 연구문제 3에서 언급한 장애아 어머니의 참여 경험을 분석한 결과는 다음과 같다. 회기 활동지와 경험보고서 내용을 통한 참여자의 변화를 살펴보면, 프로그램 초기에는 자녀의 양육으로 인한 육체적, 정신적 소진으로 마음 다스리기가 예민한 모습이였다. 그리고 자녀에게 화를 많이 내며 강압적으로 양육하는 자신의 모습에서 죄책감과 스스로를 무능하고 열등한 존재로 인식하는 모습이였다. 그러나 프로그램 참여 이후, 참여자들은 과거의 경험에서 타인으로부터 받았던 칭찬을 떠올리며, ‘나는 이런 사람이었지, 괜찮은 사람이었다’고 자기발견을 하였으며, 자신의 삶을 돌아보며 어려운 상황에서도 의미있는 선택을 하였고 책임을 다하며, 잘 극복하였던 자신의 가치와 참모습을 발견하였다. 그리고 자기발견에서는 가정에서의 중요한 역할을 담당하는 가치 있고 소중한 존재라는 것과 자신의 고유성에서 대해 재확인하였다. 자신의 자원과 강점 발견에서는 자신에 대해 잊고 있었던 자신의 모습을 발견하고 긍정적 자기지각을 하였다. 자기초월에서는 자녀를 위해 희생하고 책임을 다하는 자신의 모습에 숭고한 사랑의 가치를 인식하였다. 또한 참여자들은 과거 자신의 선택을 되돌아 보면서 자신의 가치관을 재인식하고 스스로를 존경하고 가치 있는 존재로 여기게 되었다. 참여자들은 고통스러운 경험이 자원이 되고, 잘 극복하여 살아온 자신에 대해 스스로를 격려하였다. 그리고 의미 있는 일을 위해 앞으로의 계획을 세우기도 하였다.

다음으로는 로고테라피 기반 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 실시 후 자아존중감이 향상된 원인을 살펴보겠다. 자아존중감은 자신을 가치 있게 생각하는 정도와 자기 존경의 정도를 말하며, 자신에 관하여 긍정적으로 느끼는 정도이다(Rosenberg, 1965). 참가자들은 장애 자녀 양육에서 오는 스트레스에서 스스로에게 죄책감과 무능함을 경험하며 자기비난을 하게 되고 자신은 가치 없는 존재로 여기기도 한다. 이러한 부정적 자기 인식은 자아존중감에 손상을 주어 참가자의 부정적 정서를 느끼게 하는 원인이기도 하다.

참가자들은 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 통해, 자신과 장애 자녀에 대해 부정적 인식에서 자신과 장애 자녀의 가치 발견과 긍정성 인식을 나타내었다. 1회기에서 4회기에 걸친 자기 발견은 자신에 대해 어느 누구도 대체할 수 없는 나의 고유성과 이 세상에 하나밖에 없는 존재인 유일성 인식하게 하고 자신은 충분히 가치 있고 소중한 존재임을 깨닫는 계기를 제공하였다고 본다. 또한 선택의 자유와 책임에서는 자유의지를 통한 선택에 대해 자기 존중과 자신에 대한 긍정적 신념을 주어 자아존중감에 영향을 주는 계기를 마련하였다. 5회기부터 7회기는 그동안의 삶 속에서 자신의 경험과 태도의 탐색을 통하여 자신의 긍정성을 확인하였다. 이는 스스로를 쓸모없는 존재가 아닌, 소중한 사랑받을 존재라는 점과 여러 경험에서 괜찮은 성과를 이루어낼 만한 유능한 사람이라는 것을 인식하는 계기를 제공하였다. 또한 8회기부터 10회기 진행 과정에서의 자기 초월은 자신을 넘어서 타인으로 향한 사랑이나 가치 경험을 탐색하였다. 이러한 경험은 인간 존재의 핵심으로 자기 자신이 아닌 다른 어떤 것을 향할 때 인간이 진정으로 실존한다는 경험을 제공하기 위함이었다. 그동안 참가자들은 장애 자녀 양육 경험에서 자기를 잃어버리고 자녀를 위해 헌신했던 자신의 숭고한 사랑을 인식하고 비로소 자신의 가치에 대한 재발견으로 자아존중감이 향상되는 계기가 되었을 것이다. 또한 참여들은 서로의 강점과 자원을 알아봐 주고 표현하는 과정에서 자신의 가치를 발견하고 스스로를 존중하는 계기가 되었다고 본다.

다. 양육효능감

이 연구의 가설 2-3은 ‘로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의

양육효능감을 향상시킬 것이다'이다. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 양육효능감을 향상시키는 데 효과가 있는 것으로 나타났다. 즉 로고테라피 기반 집단상담 프로그램에 참여한 실험집단이 프로그램에 참여하지 않은 통제집단에 비해 양육효능감이 향상되었다. 이러한 결과는 다양한 대상에게 로고테라피(의미치료)를 적용하여 효능감이 향상되었다고 보고한 연구결과(정명선 외, 2013; 심정자, 2015)와 유사하다.

로고테라피 기반 집단상담 프로그램 실시한 실험집단의 효과를 구체적으로 살펴보면, 양육효능감의 하위영역 중 양육 자신감, 양육 어려움에 있어서 검사 시기 간에 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 사후와 추후의 집단간의 집단 간 차이를 살펴보면, 양육 자신감의 경우 사후검사와 추후검사에서 통제집단에 비해 실험집단이 효과가 있는 것으로 나타났고, 양육 어려움도 사후검사와 추후검사에서 실험집단이 통제집단에 비해 효과가 있는 것으로 나타났다. 양육효능감의 하위요인인 양육 자신감과 양육 어려움은 프로그램 후와 4주 후의 추후검사에까지 지속적인 효과를 나타냈다. 이러한 결과는 로고테라피 기반 집단상담 프로그램이 실험집단의 양육효능감 향상에 효과적이라고 할 수 있겠다.

양육효능감에 있어서, 연구문제 3에서 언급한 장애아 어머니의 참여 경험을 분석한 결과는 다음과 같다. 이를 위해 회기 활동지와 경험보고서 내용을 통한 참여자의 변화를 살펴보겠다. 프로그램 초기 참여자들은 양육 활동의 혼란과 소진을 호소하며 마음 다스리기가 힘들다고 표현하였다. 또한 이러한 혼란과 소진은 자녀를 강압적으로 훈육하고 자신의 화를 조절하지 못하여 분노와 충동으로 자녀에게 발현되는 모습이였다. 그리고 남편이 양육을 돕지 않는다는 사실에 남편을 원망하고 분노를 나타내기도 하였다. 이러한 태도는 부정적인 정서와 합리적이지 않는 행동으로 나타났으며, 그러한 행동을 하는 자신을 자책하고 무기력을 나타내었으며, 내면의 안정감을 가지고 싶다는 욕구를 나타내었다. 그러나 프로그램 참여 이후에는 참여자들은 자녀의 부적응 행동과 자신의 대처를 표현하였고 서로에게 정보를 주고 받는 모습이였다. 그리고 예민해졌던 모습에서 점점 안정적이고 긍정적인 모습을 나타내었으며, 실제 자신이 집단에서 웃고 있는 모습을 발견하였다고 표현하였다. 그리고 자녀 양육의 도움이 되기 위하여 적극적으로 행동하는 모습을 나타내었다.

다음으로는 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 실시 후 양육효능감이 향상된 원인을 살펴보겠다. 양육효능감은 어머니가 양육과 관련된 역할 수행하는 데 있어서 능력이 있는 사람으로 지각하는 정도(Coleman & Karraker, 1997)를 말한다. 참여자들은 집단활동에서 서로의 독특하고 동질적인 어려움을 공유하고, 서로의 아픔을 공감하며 자신을 표현하였다. 이러한 분위기 속에서 참여자들은 자신만의 문제로부터 거리를 두어 나만의 고통에 빠지기 보다는 자신을 객관적으로 바라보게 됨으로써 긍정적인 영향을 주었을 것이라고 본다. 참여자들은 2회기부터 4회기 진행 과정에서 장애 자녀의 양육을 위하여 자유의지로 선택한 나의 가치를 인식하며 양육이라는 과업에 자신감을 인식하였다. 그리고 자녀 양육 행동에서 선택과 책임을 인식하며 최선을 다하고 있는 자신의 모습을 발견함으로써 자부심과 긍지를 통해 자신의 신뢰감을 느끼게 되었다. 5회기부터 7회기 과정에서 참여자들은 자녀 양육과정에서 창조적, 경험적, 태도적으로 행했던 경험을 통하여 양육이라는 과업을 주체적이고 효율적으로 수행하고 있다는 것을 인식하고 스스로를 대견하게 여기는 과정에서 양육효능감이 향상될 수 있었다고 생각된다. 8회기부터 10회기 과정에서 장애 자녀 양육 경험의 의미를 생각해 보는 시간을 통해 자기초월적 경험을 하였으며, 유한한 시간에서 삶의 소중함과 인식을 통해 양육 행동의 가치를 깨닫는 도움을 제공하였다. 이러한 활동경험은 양육효능감에 긍정적 영향을 준 것으로 사료된다.

집단상담 프로그램 효과에 대한 종합 소감을 살펴보면, 참여자들은 자신과 자녀에게 너그러워졌다고 하였다. 집단에 참여하면서 긍정적으로 변하였고, 가족들에게도 긍정적으로 되니까 남편과의 사이도 좋아졌다고 하였다. 서로의 이야기를 공유하면서 서로에게 의지가 되는 감정을 느꼈다고 하였다. 그리고 다른 장애 유형의 어려움도 이해하게 되었고 나만의 고통이 아니고 나보다 더 힘든 사람도 있다는 사실에 열심히 살아갈 의욕이 생겼다고 하였다. 참여자들은 자신의 경험과 조언에 대해 다른 참여자가 도움을 받았다고 표현한 것에 대해 뿌듯함을 느꼈다고 하였다. 장래를 생각하면 머리가 복잡해지고 불안하였는데, 집단 참여를 하면서 과거에서 자원들이 많았다는 것을 알게 되어 과거를 다시 보고 나의 밑천을 돌아보는 계기가 되었다고 하였다.

또한 참여자들은 프로그램 종료 후 자신의 포부를 밝히기도 하였다. 자녀의 양

육에 도움을 주기위해 근육치료(PECS) 공부를 하고 싶다고 하였고, 언어치료학과를 다니며 자녀의 언어에 도움을 주고 싶다고 하였다. 가정의 어려움에 대해 비장애자녀의 돌봄도 신경 쓰고 싶다고 하며, 가족치료를 신청 계획을 나타내기도 하였다. 자녀의 미래를 위해 협동조합 활동에 도움이 되기 위하여 사이버로 재활상담학과 공부를 마치고 싶다고 표현하였다. 이러한 경험보고서로 미루어 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감이 향상되었음을 알 수 있다.

지금까지의 연구 결과를 통하여 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램에 관한 시사점과 함의를 논의하고자 한다.

첫째, 이 연구는 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 가설적으로 제안하고 경험적 연구를 수행함으로써 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램의 가능성을 검증하고자 하였다. 이에 이 연구는 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 장애아 어머니에게 제공하여 건강의 핵심이 되는 자원의 인식을 통한 삶의 의미발견을 제공하였다. 그리하여 삶의 의미, 자아존중감과 양육효능감 향상에 긍정적인 효과를 확인하였다. 또한 로고테라피의 핵심 이론을 활용한 구체적 프로그램의 실천 내용을 제공하였다. 이를 통해 장애아 어머니를 대상으로 하는 상담 복지 서비스의 현장 전문가에게 본 프로그램이 유용하게 도움이 될 것이라는 점에서 의의를 갖는다.

둘째, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 내용 구성은 기본적으로 로고테라피의 이론과 중심기법을 활용하였다. 그리고 본 논문은 장애아 어머니의 자녀의 장애로 인한 양육의 특수성을 고려하여 내용 구성을 어머니 ‘개인의 삶과 장애 자녀 어머니’ 두 가지로 구분하여 구성하였다. 이는 장애아 어머니의 장애 자녀 양육에만 모든 인생의 초점이 맞춰있는 것에서 거리를 두어 어머니, 자신의 삶도 조망하기 위함이다. 이러한 성찰은 장애아 어머니의 삶의 균형과 내면의 안정감에 긍정적 영향을 주었다고 본다. 또한 장애아 어머니에게 장애 자녀에 대하여 존재론적 시각과 자녀를 양육하는 자신의 초월적 사랑의 행동을 바라보게 하는 내용 구성이다. 이는 자녀와 자신의 고유성과 가치를 발견하고 삶의 의미와 목적을 제공하였다는 점에서 의의가 있다.

셋째, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 효과 검증에 있어서 혼합연구를

사용하여 질적 자료 분석 결과를 함께 제시하였다. 이를 통해 장애아 어머니의 스트레스의 변화양상과 자신을 고유성과 가치를 발견하고 삶의 의미를 발견하는 과정을 효과적이고 풍성하게 설명하였다. 참여자들은 프로그램 초기 참여 시, 각자 개인의 목표를 이야기하였고, 프로그램을 통하여 개인의 목표 달성과 태도 변화에 대한 내용은 프로그램 효과 검증을 넘어 개인의 풍성한 변화를 보여주었다는 데 의미가 있다.

넷째, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 참여자들의 동질성을 기반으로 하여 역동성과 상호작용을 통한 교육과 정서에 긍정적 향상을 함께 제공하였다. 참여자들은 누구도 알 수 없는 혼자만의 고통이라는 생각과 양육의 혼란으로 대처 방법에 어려움 등을 호소하였다. 이에 참여자들은 집단상담 프로그램 통하여 동변상련의 아픔을 서로 공유하며 위로받고 지지받는 경험을 제공 받았다. 특히, 집단상담 프로그램의 구성은 참여자들에게 정서만 다루어진 것이 아닌, 참여자들의 경험을 통하여 습득된 장애아 대한 교육과 치료실, 학교생활에 대한 대처, 상동행동에 대한 대처 등의 정보가 자연스럽게 공유되었다. 이는 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 특성상 교육과 정서를 지원하는 혼합 치료의 효과를 보여주었다는 점에서 의의를 갖는다.

3. 결론 및 제언

이 연구는 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 개발하고, 개발된 프로그램 적용하여 장애아 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감에 미치는 효과를 검증하였다. 지금까지 논의한 연구 결과를 바탕으로 연구 문제에 대한 결론은 다음과 같다.

첫째, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 김창대 외(2011)의 프로그램 개발 모형 절차에 따라 개발되었고, 목표 달성을 위하여 로고테라피의 주요 요소를 도출하고 프로그램의 구체적인 목표 및 회기별 목표 수립이 적절하였다.

둘째, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니의 삶의 의미, 자아 존중감, 양육효능감을 향상시켰다.

셋째, 로고테라피 기반 집단상담 프로그램에 참여한 장애아 어머니는 활동 내용 및 소감문을 통해 삶의 의미, 자아존중감, 양육효능감에 대하여 긍정적인 변화를 경험하였다.

이 연구의 논의를 토대로 향후 과제를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 표본의 표집 방법이다. 이 연구설계에서는 참여자들을 자녀의 나이와 장애 자녀인 경우로 선별하고, 무작위 할당을 통하여 실험집단과 통제집단을 배정하였다. 이는 장애아 어머니가 비장애 어머니에 비해 양육 스트레스가 높다는 많은 연구 결과를 바탕으로 설계한 것이다. 하지만 향후에는 참여자의 스트레스와 우울 수치 등을 조사하여 선별할 필요가 있다. 그래서 심리적 어려움을 호소하는 장애아 어머니에게 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 효과를 살펴볼 필요성이 있다.

둘째, 표본의 실험설계 방법이다. 이 연구에서는 실험집단과 통제집단으로 설계하였다. 하지만 향후 연구에서는 통제집단 외에도 다른 처치를 제공하는 비교집단을 모집하여 로고테라피 기반 집단상담 프로그램의 효과를 검증하는 것을 제언한다.

셋째, 프로그램 회기별 만족도 조사이다. 이 프로그램에서는 참여자에게 매 회기 활동 내용을 통하여 자신에 대한 통찰과 긍정성 향상에 초점을 두어 진행하였다. 하지만 프로그램 회기별 활동 내용에 대한 만족도는 조사하지 못하였다. 만약 회기별 활동에 대한 만족도 조사를 한다면, 프로그램 회기별 내용 구성 시 대상자의 선호에 더욱 부합하는 프로그램을 구성할 수 있을 것으로 사료된다.

참고문헌

- 강선경 (2002). 장애자녀를 둔 부모의 태도, 스트레스 대처 및 사회적 지원이 그들의 생활만족도에 미치는 영향에 대한 연구. **정신보건과 사회사업**, 14, 7-35.
- 강윤영 (2008). **심리의 발견**. 경기: 청아출판사.(원저 : Frankl, V. E.(2007). *Psychotherapie für den Alltag: Rundfunkvorträge über Seelenheilkunde*, Verlag Herder GmbH)
- 강종구 (1986). **자아개념, 진로의식성숙 및 학업성취도가 직업 포부수준에 미치는 영향**. 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 고일영 (2009). **장애아동 어머니의 장애수용 척도 개발 및 타당화**. 박사학위논문, 대구대학교 대학원.
- 고정선 (2008). 발달장애아동 어머니의 양육부담감, 우울 및 자아존중감의 상호관계: 정신지체와 자폐아동 어머니를 중심으로. **특수교육저널: 이론과실천**, 9(1), 1-17.
- 고철순 (2019). **장애아동을 양육하는 부모의 삶의 질에 영향을 미치는 생태체계 요인**. 박사학위논문, 대전대학교 대학원.
- 공은희 (2011). **장애아동 어머니의 경제력 및 사회적지지와 양육스트레스와의 관계에서 양육결과기대의 매개효과**. 석사학위논문, 대구대학교 교육대학원.
- 곽경화 (2010). **인지행동적용 집단미술치료와 발달장애아 어머니의 비합리적 신념, 양육스트레스, 우울 및 자녀수용도**. 석사학위논문, 동의대학교 대학원.
- 곽경화, 정현희 (2010). 발달장애아 어머니의 비합리적 신념과 우울 감소를 위한 인지행동적용 집단미술치료. **재활심리연구**, 17(2), 89-113.
- 구본진 (2007). **의미요법에 기반한 극복력 증진 프로그램의 개발 및 효과 - 입원한 부인암 여성을 대상으로 -**. 박사학위논문, 고려대학교 대학원.
- 구일숙 (2008). **장애아 어머니의 자아존중감·사회적지지·양육스트레스에 관한 연구**. 석사학위논문, 대구대학교 대학원.

- 권점란 (2019). 의미치료 집단상담 프로그램이 학교 밖 청소년의 삶의 목적수준, 스트레스 및 진로자기효능감에 미치는 효과. 석사학위논문, 안동대학교 대학원.
- 김경미 (2006). 어머니의 부모효능감, 양육행동 및 가정환경과 유아의 학습행동과의 관계. 석사학위논문, 경희대학교 대학원.
- 김경미, 류승아, 최인철 (2011). 삶의 의미가 노년기 행복과 건강에 미치는 영향. *한국심리학회지*, 30(2), 503-523.
- 김교현 (2009). 지적 장애인 자녀로 둔 어머니의 사회적 지지와 돌봄 통제감 및 우울: 장애인 생애주기의 여향에 관한 탐색적 연구. *특수교육저널: 이론과 실천*, 10(3), 87-107.
- 김만근 (2012). 고등학교 태권도 지도자 리더십유형이 선수의 자아존중감, 성취목표지향성 및 경기인지력에 미치는 영향. 박사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 김명준 (2008). 집단미술치료가 발달장애아동 어머니의 양육 스트레스 감소에 미치는 효과. 석사학위논문, 동국대학교 문화예술대학원.
- 김미남 (2010). 기러기엄마의 안정감 향상을 위한 의미요법 프로그램 연구. 석사학위논문, 서울신학대학교 상담대학원.
- 김미라 (2021a). 당신의 삶은 충분히 의미있다. 김포: M31.
- 김미라 (2021b). 무의미의 의미: 내 안에 빛나는 삶의 의미를 찾아서. M31.(원저 : Frankl, V. E. (2010). *The Feeling of Meaninglessness: A Challenge to Psychotherapy and Philosophy*. Marquette Univ. Press.)
- 김미선 (2007). 초등학교 고학년 학생들이 지각한 부부갈등과 부모-자녀 간 의사소통 및 우울과의 관계. 석사학위논문, 경성대학교 대학원.
- 김미혜 (2006). 장애아 어머니의 자아존중감, 스트레스 및 대처행동간의 관계. 석사학위논문, 연세대학교 생활환경대학원.
- 김미희 (2022). 발달장애인 부모의 양육스트레스와 적극적 대처가 장애수용에 미치는 영향:소극적대처의 조절된 매개효과. 석사학위논문, 계명대학교 대학원.
- 김민형, 곽승철, 김기룡 (2015). 발달장애아 어머니의 양육스트레스와 양육행동

- 간의 관계에서 양육효능감의 조절효과. *자폐성 장애연구*, 15(2), 49-66.
- 김상용 (2009). 발달장애자녀 어머니의 웰빙 연구: 가족응집력과 결혼만족도의 매개효과를 중심으로. 박사학위논문, 가톨릭대학교 대학원.
- 김서연 (2021). 부모의 긍정적 양육태도가 초기청소년의 삶의 만족도에 미치는 영향: 자아존중감과 또래애착의 순차적 매개효과. 석사학위논문, 공주대학교 교육대학원.
- 김수정 (2015). 인지행동 집단미술치료가 발달장애아동 어머니의 우울과 양육스트레스에 미치는 효과. 석사학위논문, 대구대학교 대학원.
- 김수희 (2007). 장애아동어머니를 위한 통합적 독서치료 프로그램 개발. 박사학위논문, 명지대학교 대학원.
- 김영명, 안소영, 서영숙 (2011). 영유아프로그램 개발과 평가. 경기도: 공동체
- 김영숙 (2016). 자폐 스펙트럼 장애 자녀를 둔 어머니의 정서적 지지와 우울의 관계: 자녀에 대한 수치심, 삶의 의미의 매개효과와 자녀의 장애 진단 후 경과 시간의 조절효과를 중심으로. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 김영애 (2000). 자기성장프로그램이 대인관계 및 자아존중감에 미치는 효과. 석사학위논문, 건국대학교 교육대학원.
- 김영한, 김한영 (2020). 심리운동 프로그램이 중도장애아동 부모의 회복탄력성에 미치는 영향. *특수교육재활과학연구*, 59(3), 141-169.
- 김영혜 (1995). 의미요법 집단상담이 20대미혼여성의 삶의 목적 자아존중감 및 스트레스 감소에 미치는 효과. 석사학위논문, 동아대학교 대학원.
- 김영희, 김성봉 (2009). 의미치료 집단상담 프로그램이 여고생의 신체상과 자기존중감에 미치는 효과. *청소년학연구*, 16(4), 25-46.
- 김예인 (2020). 정신장애인의 삶의 의미 추구하고 재기의 관계: 기본심리욕구와 삶의 의미 발견의 이중매개효과. 석사학위논문, 한동대학교 대학원.
- 김용진 (2003). 어머니가 지각한 장애정도에 따른 정신지체장애아동의 어머니와 자폐성장장애아동 어머니간의 양육스트레스. 석사학위논문, 단국대학교 특수교육대학원.
- 김은라, 박재국, 임혜경, 임세령 (2019). 액션러닝기반 부모교육 프로그램이 장애아동 어머니의 가족탄력성에 미치는 효과. *교육혁신연구*, 29(2), 95-116.

- 김은서 (2011). 지적장애자녀 양육경험에 대한 어머니의 긍정적 인식이 양육스트레스에 미치는 영향: 가족탄력성을 매개변인으로. 석사학위논문, 연세대학교 교육대학원.
- 김은화, 김원, 이상열 (2015). 긍정심리학을 기반으로 한 집단미술치료가 장애아동 어머니의 양육스트레스, 우울, 불안 및 심박변이도에 미치는 효과. 미술치료연구, 22(1), 201-219.
- 김인옥 (2011). 장애아동 유형별 부모의 양육스트레스 및 사회적 지지에 관한 연구. 석사학위논문, 위덕대학교 대학원.
- 김자경, 손정락 (2007). 의미치료가 비행청소년의 우울, 삶의 목적 및 비행충동에 미치는 효과. Korean Journal of Clinical Psychology, 26(1), 1-19.
- 김자경, 신서영 (2012). 정신지체아 어머니의 양육 스트레스, 양육태도, 그리고 가족탄력성에 대한 연구. 지적장애연구, 14(4), 105-125.
- 김정득 (2010). 발달장애인 부모와 비장애형제의 가족적응성: 대처전략의 매개효과를 중심으로. 박사학위논문, 충남대학교 대학원.
- 김지숙 (2016). 장애아동 어머니의 양육스트레스, 우울 및 부모효능감에 관한 연구. 석사학위논문, 고려대학교 교육대학원.
- 김진화, 정지웅 (2000). 사회교육프로그램 개발의 이론과 실제. 서울: 교육과학사.
- 김차숙 (2002). 장애유아 가족의 요구. 석사학위논문, 우석대학교 교육대학원.
- 김찬희 (2018). 우울증상을 가진 지역사회 노인을 위한 집단 의미치료 프로그램의 효과. 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 김창대 (2002). 몰입(Flow)이론을 적용한 진로상담 모형. 청소년상담연구, 10(1), 5-30.
- 김창대, 김형수, 신을진, 이상희, 최한나 (2011). 상담 및 심리교육 프로그램 개발과 평가. 서울: 학지사.
- 김천국 (2011). 장애아동 부모요구조사. 석사학위논문, 인제대학교 대학원.
- 김태호 (2004). 의미치료 집단프로그램이 삶의 목적의식, 자아존중감 및 결혼만족도에 미치는 효과 - 학령기자녀를 둔 주부를 대상으로-. 석사학위논문, 신라대학교 사회복지대학원.

- 김혁돈 (2021). 비대면시대의 아동학대의 문제점과 대응방안. **보호관찰**, 21(1), 127-155.
- 나주석 (2020. 10. 16). ‘커지는 회복 격차’...코로나19 이후 뚜렷해진 ‘K 字’ 경기곡선. **아시아경제**, <https://view.asiae.co.kr/article/2020101611294877879> 에서 인출.
- 남궁달화 (1980). **A Study of The Purpose in Life among Korean High School Seniors**. (국내박사학위논문), UMI, Ann Arbor, Mich
- 남명희, 박응임 (2016). 의미치료 집단상담 프로그램이 청소년의 삶의 목적수준, 자아존중감 및 학교생활적응에 미치는 효과. **한국아동학회 학술발표논문집**, 158-159.
- 도지화 (2019). **의미치료 기반 노인집단미술치료 프로그램 개발 - 삶의 의미와 삶의 만족을 중심으로-**. 박사학위논문, 대구대학교 대학원.
- 류경희, 한경임, 이형숙 (2011). 장애유형별 장애아동과 어머니 특성이 장애 아동 어머니의 스트레스에 미치는 영향. **특수아동교육연구**, 13(2), 437-461.
- 매일경제 (2019. 04. 03). **40년간 돌봐온 자폐증 아들을 살해한 60대 모친에 집행유예**. 매일경제(<https://www.mk.co.kr/news/society/view/2019/04/201154>).
- 문유미 (2009). **장애아 어머니의 양육스트레스 요인 분석**. 석사학위논문, 인하대학교 대학원.
- 문혁준 (1999). 취업모의 사회인구학적 특성과 부모효능감이 자녀 양육 태도에 미치는 영향. **대한가정학회지**, 37(6), 97-107.
- 박경희 (2006). **부모의 양육태도와 청소년의 자기조절력이 인터넷 중독에 미치는 영향**. 석사학위논문, 장로회신학교 대학원.
- 박국향 (2020). **Victor Frankl 이론에 근거한 로고테라피 집단상담 프로그램이 발달장애아동 부모의 삶의 의미, 우울, 양육스트레스에 미치는 효과**. 박사학위논문, 경남대학교 대학원.
- 박내천 (2007). **청각장애아 어머니의 사회적 지지, 양육스트레스, 자아존중감에 관한 연구**. 석사학위논문, 동국대학교 사회과학대학원.
- 박덕희 (2004). **자녀의 장애정도에 따른 정신지체아 어머니의 스트레스와 대처 방식 분석**. 석사학위논문, 한국교원대학교 대학원.

- 박상규, 이병하 (2004). 빈곤층의 심리적 특성에 관한 연구. **상담 및 심리치료**, 16(4), 813-824.
- 박선실 (2003). **집단의미요법이 대학생의 삶의 의미발견과 내적 의미실현 및 실존적 좌절극복에 미치는 효과**. 박사학위논문, 대구가톨릭대학교 대학원.
- 박선실, 이준석 (2002). PIL의 문화적 타당성 검토 및 대학생의 삶의 목적수준에 관한 조사연구. **교육학논총**, 22(2), 59-75
- 박선영 (2013). **삶의 의미와 심리적 건강의 관계: 다차원적 삶의 의미 척도와 의미감 증진 프로그램 개발**. 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 박영화 (2014). **의미치료 집단상담이 여성장애인 성폭력피해자의 자아존중감 및 삶의 만족도에 미치는 효과**. 석사학위논문, 동아대학교 교육대학원.
- 박은신 (2004). **뇌성마비아동 어머니가 받는 스트레스와 대처방안에 관한 연구**. 석사학위논문, 대전대학교 보건스포츠대학원.
- 박인우 (1995). 효율적 집단상담프로그램 개발을 위한 체계적 모형. **지도상담**, 20, 19-40, 대구: 계명대학교학생생활연구소.
- 박주효, 김승환 (2018). 수용전념 집단미술치료가 발달장애아동 어머니의 심리적 안녕감과 유연성에 미치는 효과. **인문사회**21, 9(5), 1241-1256.
- 박지영 (2022). **발달지체유아 어머니의 가족지원에 관한 관점**. 석사학위논문, 대구대학교 특수교육대학원.
- 박화문, 전현선, 김영한, 김정희, 김창평, 김하경, 도성화, 민강기, 박순길, 박정식, 조홍중, 주현숙, 한경임 (2011). **지체부자유아 교육**. 대구: 대구대학교 출판부.
- 방미경 (2007). **장애아 어머니 양육행동이 비장애 형제의 우울감과 자아존중감에 미치는 영향**. 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 배은정 (2020). **코로나19 대유행에 따른 유아의 일상생활 변화와 어머니의 코로나19에 대한 걱정이 양육스트레스에 미치는 영향**. 석사학위논문, 연세대학교 대학원.
- 변창진 (1994). **프로그램 개발**. 서울: 홍익출판사.
- 보건복지부 (2022), **장애인 등록현황(2021년)**. 보건복지부홈페이지(www.mohw.go.kr),

보건복지부>정보>현황)

- 서민정, 장은진, 정철호, 최상용 (2003). 주의력결핍-과잉행동장애 아동 어머니의 양육 스트레스, 우울감, 부모효능감에 관한 연구-정서장애 아동과 일반아동 어머니와의 비교를 중심으로. **한국여성심리학회지; 여성**, 8(1), 69-81
- 설진화 (2005). 정신지체 장애아 부모들의 역량강화를 위한 부모교육프로그램의 효과. **한국가족복지학**, 16, 47-74.
- 성미라, 이명선, 이동영, 장혜영 (2013). 재가 치매 노인환자를 돌보는 가족원의 극복 경험. **Journal of Korean Academy of Nursing**, 43(3), 389-398.
- 성지상, 오봉욱 (2011). 발달장애인 가족의 생활실태 및 복지욕구 조사. **가톨릭대학교 사회복지연구소: 생활과학연구지**, 9, 221-242.
- 손유니 (2001). 능력강화를 위한 가족지원프로그램이 장애아동 부모의 스트레스와 자기효능감과 대처능력에 미치는 효과: 정신지체학교 초등부 학부모를 중심으로. 석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원.
- 손재익 (2010). 장애아동 아버지의 양육참여도와 어머니의 양육스트레스, 양육효능감, 가족탄력성의 구조적 관계: 비장애아동 가정과의 비교를 중심으로. 박사학위논문, 경남대학교 대학원.
- 송주연 (2010). 소아암 환자 어머니의 희망과 삶의 의미가 외상 후 성장에 미치는 영향. 석사학위논문, 가톨릭대학교 대학원.
- 송진성 (2017). 발달장애인 권리보장 및 진원에 관한 법률 비판적 검토. **사회보장연구**, 6(1), 181-209.
- 신경림, 장연집, 김영경, 김영경, 이금재, 최명민, 김혜영, 김옥현, 김영혜 (2004). **포커스 그룹: 질적 연구방법**. 서울: 현문사.
- 신고은 (2015). 자폐스펙트럼장애 자녀의 문제행동 심각도와 스트레스 대처방식이 어머니의 양육스트레스에 영향을 미치는 영향. 석사학위논문, 연세대학교 대학원.
- 신나영 (2009). 발달장애아 어머니의 양육스트레스 예측 변인: 인구학적, 아동, 부모변인을 중심으로. 석사학위논문, 연세대학교 대학원.
- 신선우 (2011). 의미요법 이론적 관점에서의 노년기의 의미찾기 프로그램 개발. 석사학위논문, 경북외국어대학교 복지상담대학원.

- 신숙재 (1997). 어머니의 양육스트레스, 사회적 지원과 부모효능감이 양육행동에 미치는 영향. *아동학회지*, 19(1), 27-42.
- 신윤희 (2021). 어머니의 관점에서 본 전환기 시각중복장애 자녀의 학교경험과 가정생활. 석사학위논문, 조선대학교 교육대학원.
- 신인수 (2015). 발달장애아동 부모의 행복증진 부모교육프로그램 개발 및 효과. 박사학위논문, 경성대학교 대학원.
- 심경자 (2001). 의미치료 집단상담이 실업계 고교생의 삶의 목적수준 향상에 미치는 효과. 석사학위논문, 순천대학교 대학원.
- 심일섭 (2002). 프랭클 실존분석과 로고테라피. 서울: 한글. (원저 : Frankl, V. E.(1986), *The Doctor and the Soul: From Psychotherapy to Logotherapy*. Vintage Books.)
- 심정자 (2015). 노인의 자아통합감 증진을 위한 의미치료 프로그램 개발. 박사학위논문, 서울불교대학원대학교.
- 심희옥 (1998). 아동후기 초등학교 학생의 우울성향: 일상적 스트레스, 자아존중감 및 사회적 기술과의 관계. *대한가정학회지*, 36(6), 133-144.
- 안수영 (2015). 발달장애아동 어머니의 양육스트레스, 우울, 장애수용이 아동학대에 미치는 영향. *지체·중복·건강장애연구*, 58(1), 219-238.
- 안영미 (2002). 노인의 삶의 의미와 자아존중감 및 정신건강의 관계 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 안지영 (2001). 2-3세 자녀를 둔 어머니의 양육 신념, 효능감 및 스트레스가 양육 행동에 미치는 영향. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 안진아 (2004). 자녀의 장애 유형에 따른 어머니의 양육 스트레스와 가족 결합력. 석사학위논문, 창원대학교 대학원.
- 양귀화 (2001). 자폐아 어머니의 양육스트레스와 자아존중감 및 사회적지지간의 관계. 석사학위논문, 서울여자대학교 대학원.
- 양미란 (2021). 발달장애아 어머니의 삶의 질 구조모형: Self-Help Model을 중심으로. 박사학위논문, 경상국립대학교 대학원.
- 양수현 (2017). 부모결연프로그램이 장애 영유아 어머니의 양육스트레스와 양육효능감에 미치는 효과. 석사학위논문, 부산대학교 대학원.

- 양연숙 (2007). 장애유아 어머니와 비장애유아 어머니의 양육스트레스 비교연구. **한국생활과학회지**, 16(1), 17-26.
- 오승혜 (1998). 발달장애아동 어머니들의 심리사회적 적응을 위한 지지집단 프로그램에 관한 연구. 석사학위논문, 가톨릭대학교 대학원.
- 왕영선 (2013). 발달장애아동 가족의 가족탄력성 강화를 위한 인지행동치료 프로그램 개발 및 효과: 발달장애아동 어머니와 비장애형제를 대상으로. 박사학위논문, 명지대학교 대학원.
- 우혜영 (2014). 장애아동 어머니의 양육스트레스와 심리적 안녕감의 관계. 석사학위논문, 성신여자대학교 대학원.
- 우희정 (1993). 가정환경과 아동의 자기-효능감간의 인과모형 탐색. 박사학위논문, 전남대학교 대학원.
- 원두리, 김교현 (2006). 심리적 웰빙을 어떻게 추구할 것인가: 웰빙에 영향을 주는 요소들에 대한 탐색. **한국심리학회지: 건강**, 11(1), 125-145.
- 유병숙 (2006). 장애 자녀를 둔 어머니의 자기존중감과 삶의 의미 수준 연구. 석사학위논문, 공주대학교 교육대학원.
- 유성경, 박은선, 김수정, 조효진 (2014). 삶의 의미와 정신건강과의 관계에 관한 메타분석. **한국심리학회지**, 33(2), 441-468.
- 유수기 (2000). 발달장애아동어머니의 스트레스와 사회복지서비스에 관한 연구. 석사학위논문, 대구대학교 대학원.
- 유영준, 이명희, 백은령, 최복천 (2011). 장애아동·청소년 가족의 양육부담 및 가족지원욕구에 관한 연구. **특수교육**, 10(1), 209-234.
- 유정희 (2015). 대학생의 삶의 만족에 미치는 영향 요인 연구 : 학교생활적응 매개효과와 자아존중감 조절효과를 중심으로. 박사학위논문, 서남대학교 대학원.
- 유정한 (2012). 취학전 발달장애아 어머니의 자존감, 양육효능감, 사회적 문제 해결능력 강화를 위한 해결중심 집단상담 프로그램의 효과. 석사학위논문, 연세대학교 생활환경대학원.
- 윤미지 (2017). 마인드맵을 이용한 노래심리치료가 대학생의 자아정체감과 진로정체감 형성에 미치는 영향. 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학

원.

- 윤민지, 유성경 (2013). 긍정정서와 삶에 대한 만족 관계에서 긍정사고, 의미발견 및 의미추구의 매개효과 검증 : 대학생을 중심으로. **청소년상담연구**, 21(1), 147-167.
- 윤정아 (2015). **경계선 지적 기능 청소년을 위한 무용동작치료 S.D.T 프로그램 개발 및 체험사례연구**. 박사학위논문, 동덕여자대학교 대학원.
- 윤혜경 (2015). **집단미술치료가 장애아동 어머니의 자아탄력성에 미치는 영향**. 석사학위논문, 평택대학교 상담대학원.
- 윤혜미 (2020). **아동권리보장원 코로나19 대응활동 기록서**. 아동권리보장원.
- 윤혜정 (2002). **집단미술치료가 장애아 어머니의 양육스트레스, 부모효능감 및 자아존중감에 미치는 효과**. 석사학위논문, 서강대학교 교육대학원.
- 이경은 (2000). **의미치료집단상담프로그램이 실업계 청소년의 자아개념과 삶의 목적수준에 미치는 효과**. 석사학위논문, 계명대학교 교육대학원.
- 이금섭, 송미화 (2007). 가족기능 강화 프로그램 개발을 위한 기초 연구-자폐성 장애 유아 어머니를 대상으로-. **정서·행동장애연구**, 23(3), 477-507.
- 이기숙 (2008). **유아교육과정**(개정 3판). 서울: 교문사.
- 이기중, 한재희 (2019). 중도기독실명자가 삶에서 겪는 소외경험 연구. **한국기독교상담학회지**, 30(2), 185-224.
- 이도경 (2007). 사회적 지지가 발달장애유아 어머니의 심리적 안녕감과 양육스트레스에 미치는 영향. **아동교육**, 22(2), 161-188.
- 이미숙 (2001). **정신지체아와 어머니의 자기효능감과 양육행동간의 관계**. 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 이삼연 (1999). 장애아모의 스트레스 대처전략과 적응에 관한 연구. **한국사회복지학**, 38, 180-205.
- 이선아 (2014). **양육스트레스가 취업모의 우울에 미치는 영향: 자아존중감과 사회적지지의 매개효과를 중심으로**. 석사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 이성희, 전길양 (2004). 발달장애아 어머니들의 경험과 부모교육 프로그램 개발에 관한 연구-자폐아, 정신지체아 어머니들을 중심으로-. **한국가족관계학회지**, 9(1), 57-83.

- 이숙영, 이운주, 정혜선 (2002). 메타분석을 통한 부모교육 프로그램의 효과연구. **한국 심리학회지: 상담 및 심리치료**, 14(3), 637-659.
- 이숙영 (2003). 국내 집단상담 프로그램 개발의 현황 및 효과적인 프로그램 개발 관련 요인. **상담학연구**, 4(1), 53-67.
- 이시아 (2016). **우쿨렐레연주중심 음악치료가 장애자녀 어머니의 양육스트레스와 자아탄력성에 미치는 영향**. 석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원.
- 이시형 (2005). **빅터 프랭클의 죽음의 수용소에서**. 청아출판사(원저 Frankl, V. E.(1963), *Man's Search for Meaning*. Preface by Gordon W.Allport, Boston: Beacon Press)
- 이시형, 박상미 (2020). **내 삶의 의미는 무엇인가: 「죽음의 수용소에서」 빅터 프랭클과의 대화**. 서울: 특별한 서재.
- 이옥등 (2014). **장애아동 부모 역량강화 프로그램이 어머니의 효능감에 미치는 효과**. 박사학위논문, 순천향대학교 대학원.
- 이원령 (2017). 지적장애 학생의 자기효능감과 사회적 지지가 학교적응유연성에 미치는 영향. **특수교육재활과학연구**, 56(2), 87-105.
- 이은미, 백은령 (2019). 발달지연 영유아 어머니의 양육경험과 지원욕구에 관한 연구. **발달장애연구**, 23(1), 21-49.
- 이은진 (2016). **지적장애자녀를 둔 어머니의 우울, 양육스트레스와 가족갈등에 관한 미술치료 사례연구**. 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 이재영 (2013). **노인일자리 참여자의 일의 의미가 삶의 의미에 미치는 영향 연구 : 부양기대태도의 매개효과를 중심으로**. 박사학위논문, 조선대학교 대학원.
- 이종신 (2010). **통합보육시설의 장애아와 비장애아 어머니 역할행동 비교연구: 내외통제성, 심리적 안녕감, 우울과의 관계를 중심으로**. 박사학위논문, 가톨릭대학교 대학원.
- 이종호, 이수연 (2016). 로고테라피 집단상담이 학교부적응 청소년들의 삶의 목적과 자기통제력에 미치는 효과. **청소년행동연구**, 21, 1-17.
- 이지현 (2007). **발달장애아동 어머니가 인식한 부부적응에 관한 연구**. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.

- 이진숙, 한지현 (2004). 어머니의 부모효능감과 양육행동이 유아의 사회적 능력에 미치는 영향. *가정과 삶의 질 연구*, 22(6), 63-73
- 이한나 (2015). 발달장애자녀어머니의 자아존중감이 문제해결능력에 미치는 영향 : 어머니가 받는 사회적 지지를 조절효과로. 석사학위논문, 목원대학교 대학원.
- 임영숙 (2019). 집단미술활동을 적용한 의미요법 기반 자아정체감 증진 프로그램 개발 및 효과 - 학령기 후기 아동 대상-. 박사학위논문, 삼육대학교 대학원.
- 임지나 (2019). 가족건강성과 사회적지지가 발달장애아동 어머니의 양육효능감에 미치는 영향. 석사학위논문, 전남대학교 대학원.
- 임한나 (2017). 발달장애아 어머니의 양육스트레스가 양육효능감에 미치는 영향: 자아존중감의 매개효과와 사회적 지지의 조절효과. 석사학위논문, 한국교원대학교 교육대학원.
- 장선철, 신은영 (2009). 특수아동의 이해. 서울: 동문사.
- 장소영 (2016). 의미치료집단상담 프로그램이 중년여성의 위기감과 심리적 안녕감에 미치는 효과. 석사학위논문, 경성대학교 교육대학원.
- 장재형 (2022). 마흔에 읽는 니체. 서울: 유노북스.
- 장정임 (2017). 통합 상담모형에 기반한 대학생 도박중독 예방 집단상담 프로그램 개발 및 효과. 박사학위논문, 제주대학교 대학원.
- 장희대 (2011). 건강장애 학생 부모의 불안 의식과 양육 태도 및 자아 존중감과 의 관계분석. 박사학위논문, 대구대학교 대학원.
- 전귀연, 김수경 (2005). 장애아동 가족지원 서비스 요구 및 만족도 조사. *Family and Environment Research*, 43(5), 57-79.
- 전유경 (2003). 장애자녀 어머니와 일반자녀 어머니의 스트레스, 대처방안, 자아존중감 비교연구. 석사학위논문, 서울여자대학교 대학원.
- 전재명 (2012). 발달장애아동 어머니의 긍정적인 지각에 영향을 미치는 요인. 박사학위논문, 경성대학교 대학원.
- 전혜연 (2002). 장애아동 부양비용에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.

- 전혜인 (2006). 부모결연프로그램이 장애아동 어머니의 양육스트레스와 양육 효능감 및 가족역량강화에 미치는 영향. 박사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 정다희 (2017). 발달장애인의 부모를 대상으로 한 부모상담 연구 현황 분석 및 상담 효과 메타분석. 석사학위논문, 고려대학교 교육대학원.
- 정대영, 최정아 (2010). 장애아동 부모와 일반아동 부모의 심리적 안녕감 비교. *정서·행동장애연구*, 26(3), 319-343.
- 정명선, 김영순, 김수진 (2013). 생의 의미발견 집단상담이 중년여성의 삶의 의미, 사회적지지 및 자기효능감에 미치는 효과. *교육치료연구*, 5(2), 129-144.
- 정명신 (2001). 주의력 결핍 및 과잉행동장애 아동 어머니의 양육 경험에 관한 질적 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교 대학원.
- 정미영 (2010). 삶의 의미발견과정에 관한 연구. 박사학위 논문, 한양대학교 대학원.
- 정미영, 윤희미 (2004). 장애유형에 따른 장애아 어머니의 스트레스와 주관적 삶의 질. *생활과학연구논총*, 8(2), 21-37.
- 정성훈 (2019). 마음챙김 인지치료에 기반한 치매노인 가족 수발자의 행복증진 프로그램 개발 및 효과. 박사학위논문, 경성대학교 대학원.
- 정소영, 조결자 (2007). 정상아와 자폐아 어머니의 양육스트레스와 가족기능에 대한 비교. *정신간호학회지*, 16(3), 258-266.
- 정순이 (2003). 의미요법 집단상담이 결혼가정 고등학생들의 삶의 목적수준 및 책임감 향상에 미치는 효과. 석사학위논문, 여수대학교 교육대학원.
- 정영선, 조영숙 (2013). 장애아 부모상담. *장애아동인권연구*, 4(2), 1-15.
- 정익중 (2020). 코로나19로 인한 아동돌봄 문제에 대한 해외 대응과 그 시사점. *국제사회보장리뷰 2020 여름호*, 13, 47-59.
- 정진혜 (2008). 집단 미술치료를 통한 발달장애아동 어머니의 부모 효능감 및 양육 스트레스, 자아개념에 관한 연구. 석사학위논문, 한양대학교 대학원.
- 정화주, 윤종희 (1997). 아동기 스트레스와 스트레스 대처행동 및 그 증상에 관한 연구. *대한가정학회지*, 33(6), 87-99.

- 조선영, 최송식 (2017). 정신장애인의 정신건강정보이해능력(Mental Health Literacy)에 관한 연구: 인구사회학적 요인 및 자아존중감, 가족지지와의 상관성을 중심으로. **보건과 사회과학**, 44, 165-186.
- 조은미 (2009). 지지적 집단상담이 발달장애아동 어머니의 사회적지지, 자아존중감 및 심리적 안녕감에 미치는 효과. 석사학위논문, 경성대학교 대학원.
- 조은미, 천성문, 이영순 (2011). 지지적 집단상담이 발달장애아동 어머니의 사회적 지지, 자아존중감 및 심리적 안녕감에 미치는 효과. **재활심리연구**, 18(1), 49-71.
- 조지연 (2016). 장애아 어머니가 지각하는 사회적 지지와 양육효능감의 관계에서 자아존중감의 매개효과. 석사학위논문, 제주대학교 교육대학원.
- 조지연, 김성봉, 고혜인 (2022). 치매노인 가족수발자를 위한 로고테라피 상담 사례연구. **문화와 융합**, 44(7), 573-586.
- 조지연, 이재연, 김성봉 (2018). 장애아 어머니가 지각하는 사회적지지와 양육효능감의 관계에서 자아존중감의 매개효과. **특수교육학연구**, 53(3), 123-142.
- 주하나 (2020). 코로나사태에서 영유아기 어머니의 자녀양육에 대한 인식유형 연구: Q방법론적 접근. **학부모연구**, 7(4), 23-48.
- 진영현 (2016). 발달장애유아를 둔 부모의 자기효능감 및 부모-유아 상호작용에 관한 연구 : 푸드아트테라피를 적용한 RT부모교육 프로그램을 중심으로. 석사학위논문, 목포대학교 대학원.
- 최명심 (2009). 삶의 의미에 영향을 미치는 종교적 대처의 매개역할과 의미치료 프로그램의 효과 검증. 박사학위논문, 전북대학교 대학원.
- 최명심, 손정락 (2009). 의미치료 집단 프로그램이 내재적 종교 성향, 긍정적 종교적 대처, 삶의 의미 및 정신건강에 미치는 효과. **Korean Journal of Clinical Psychology**, 28(3), 853-875.
- 최명오 (2000). 의미요법 집단 상담이 기독교 청소년들의 삶의 목적과 신앙생활에 미치는 효과. 석사학위논문, 계명대학교 교육대학원.
- 최아라 (2020). 코로나19와 아동 돌봄의 쟁점과 과제. **인문사회** 21, 11(4),

1379-1389.

- 최인경 (2008). 발달 장애아 어머니의 양육행동 변화를 위한 부모교육 프로그램 개발. 박사학위논문, 전남대학교 대학원.
- 최재화 (2014). 집단미술치료를 통한 인지-행동치료가 정서·행동장애아동 어머니의 우울 및 자녀양육태도에 미치는 효과. 석사학위논문, 대구대학교 대학원.
- 최지현 (2019). 정신장애 영유아의 어머니 양육스트레스 예측변인. 석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원.
- 최형성 (2002). 어머니의 사회적 지원 및 스트레스와 아동의 기질이 어머니의 양육효능감에 미치는 영향. 박사학위논문, 고려대학교 대학원.
- 최형성, 정옥분 (2001). 어머니의 양육효능감 척도의 개발. 아동학회지, 22(3), 1-16.
- 최혜숙 (2001). 자폐성 장애아 어머니의 태도 변화 연구. 석사학위논문, 단국대학교 대학원.
- 하재별 (1987). 참인간 삶과 자아실현. 서울: 성요셉출판사.
- 한송희 (2016). 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 우울과 양육스트레스에 미치는 효과. 석사학위논문, 남서울대학교 디지털정보대학원.
- 한슬기 (2019). 간호사를 위한 일의 의미 프로그램 개발 및 효과 : 로고테라피 기반으로. 박사학위논문, 서울대학교 대학원.
- 한재희 (2019). 실존통합심리상담: 과정과 기법. 서울: 학지사.
- 한재희, 남지연 (2020). 의미치료. 서울: 학지사.
- 홍미혜 (1999). 생활사건 스트레스와 삶의 의미수준이 중년기 여성의 위기감에 미치는 영향. 석사학위논문, 서강대학교 교육대학원.
- 황경자 (2002). 중복 장애아동 어머니의 양육스트레스에 영향을 미치는 요인. 석사학위논문, 한림대학교 사회복지대학원.
- 황은, 이현주 (2003). 취학전 발달 장애 아동부모의 자아존중감 증진을 위한 해결 중심 집단상담프로그램의 효과. 가족과 가족치료, 11(2), 133-158.
- 강애란 (2020. 08. 28). 수도권 2.5단계...프렌차이즈 카페 포장배달만-밤 9시후엔 식당도(종합2보). 연합뉴스,
<https://www.yna.co.kr/view/AKR20200828090452530?input=1195m>에서

인출.

- MBC뉴스 (2020. 06. 04). 발달장애 가족의 잇단 비극...대책은? MBC뉴스(https://imnews.imbc.com/replay/2020/nwdesk/article/5798847_32524.html).
- Bailey, D. B. Jr., & Simeonsson, R. J. (1988). Assessing needs of families with handicapped Infants. *The Journal of Special Education*, 22(1), 117-127.
- Bandura, A. (1977). Self-Efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215.
- Bauer, J. J., McAdams, D. P., & Sakaeda, A. R. (2005). Interpreting the good life: Growth memories in the lives of mature, happy people. *Journal of Personality and Social Psychology*, 88(1), 203-217.
- Baumeister, R. F. (1991). *Meaning of life*. New York: The Guilford Press.
- Chamberlain, K., & Zika, S. (1988). Religiosity, life meaning and wellbeing: Some relationships in a sample of women. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 27(3), 411 - 420.
- Cho, S., Singer, G. H. S. & Brenner, M. (2000). Adaptation and accommodation to young children with disabilities: A comparison of korean and korean american parents. *Topics in Early Childhood Special Education*, 20, 236-249.
- Coleman, P. K., & Karraker, K. H. (1997). Self-efficacy and parenting quality: Findings and future applications. *Developmental Review*, 8, 47-85.
- Coopersmith, S. (1967). *The antecedents of self-Esteem*. San Francisco: W.H. Freeman.
- Creswell, J. W. (2010). *Qualitative inquiry & research design: Choosing among five approaches*. 2nd ed. SAGE Publication, Inc.(조홍식, 정선옥, 김진숙, 권지성 공역 (2015). *질적 연구방법론 다섯 가지 접근*, 서울: 학지사)
- Crnic, K. A., Friderich, W. N., & Greenberg, M. T. (1983). Adaptation of families with mentally retarded children: A model of stress, coping

- and family ecology. *American Journal of Mental Deficiency*, 88(22), 125-138.
- Crumbaugh, J. C., & Maholick, L. T. (1964). An experimental study in existentialism: The psychometric approach to Frankl's concept of noogenic neurosis. *Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 200-207.
- Cutrona, C. E., & Troutman, B. R. (1986). Social support, infant temperament and parenting self-efficacy: A mediational model of postpartum depression. *Child Development*, 57(6), 1507-1518.
- Debats, D. L., van der Lubbe, P. M., & Wezeman, F. R. A. (1993). On the psychometric properties of the life regard index(LRI): A measure of meaningful life. *Personality and Individual Differences*, 14, 337-345.
- Desjardin, J. L. (2003). Assessing parental perceptions of self-efficacy and involvement in families of young children with hearing loss. *Volta Reivew*, 103, 391-409.
- Dorsey, S., Klein, K., Foorehand, R. & Family Health Project Research Group (1999). Parenting self-efficacy of HIV-infected mothers: the role of social support. *Journal of Marriage and the Family*, 61(2), 295-306.
- Dumka, L. E., Stoerzinger, H. D., Jackson, K. M., & Roosa, M. W. (1996). Examination of the cross-cultural and cross-language equivalence of the parenting self-agency measure. *Family Relations*, 45(2), 216-222.
- Dyson, L. L. (1993). Response to the presence of a child with disability: Parental stress & family functioning over time. *American Journal on Mental Retardation*, 98(2), 207-218.
- Edwards, M. J., & Holden, R. R. (2001). Coping, meaning in life, and suicidal manifestations: Examining gender differences. *Journal of Clinical Psychology*, 57(2), 1517-1534.
- Fabry, J. B. (1988). *Guideposts to meaning: Discovering what really matters*. New Harbinger pubns Inc.
- Faramarzi, S., & Bavali, F. (2017). The effectiveness of group logotherapy to

- improve psychological well-being of mothers with intellectually disabled children. *International Journal of Developmental Disabilities*, 63(1), 45-51.
- Field, A., & Hole, G. (2003). *How to design and report experiments*. London: Sage Publications.
- Floyd, F. J., Gilliom, L. A., & Costigan, C. L. (1998). Marriage and the parenting alliance: Longitudinal prediction of change in parenting perceptions and behaviors. *Child Development*, 69(5), 1461-1479.
- Frankl, V. E. (1963). Man's search for meaning: An introduction to logotherapy. *American Journal of Orthopsychiatry*, 58, 552-561.
- Frankl, V. E. (1967). Logotherapy and existentialism, *Psychotherapy: Theory, Research & Practice*, 4(3), 138-142.
- Frankl, V. E. (1969). *The willing to meaning: Principles and application of logotherapy*. World, New York.
- Frankl, V. E. (2014). *The willing to meaning: Foundations and application of logotherapy*. Penguin.
- Girden, E. R. (1992). *ANOVA: Repeated measures, Sage University paper series on quantitative applications in the social sciences (series no. 07-084)*. Newbury Park, CA: Sage.
- Gross, D., Conrad, B., Fogg, L., & Wothke, W. (1994). A longitudinal model of maternal self-efficacy, depression, and difficult temperament during toddlerhood. *Research in Nursing & Health*, 17(3), 207-215.
- Harris, V., & McHale, S. M. (1989). Family life problems, daily caregiving activities, and the psychological well-being of mothers of disabled children. *American Journal on Mental Retardation*, 94(3), 231-239.
- Hassall, R., Rose, J., & McDonald, J. (2005). Parenting stress in mother of children with an intellectual disability: The effect of parental cognitions on relation to child characteristics and support. *Journal of Intellectual Disability Research*, 49, 405-418.

- Johnson, B. S. (2000). Mother's perceptions of parenting children with disabilities. *The American Journal of Maternal Child Nursing, 25*, 127-132.
- Johnston, C., & Mash, E. J. (1989). A measure of parenting satisfaction and efficacy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 18*(2), 167-175.
- Kalantarkousheh, S. M., & Hassan, S. A. (2010). Function of life meaning and marital communication among Iranian spouses in Universiti Putra Malaysia. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 5*, 1646-1649.
- Krause, N. (2007). Longitudinal study of social support and meaning in life. *Psychology and Aging, 22*(3), 456-469.
- Kuhn, J. C., & Cater, A. S. (2006). Maternal self-efficacy and associated parenting cognitions among mothers of children with autism. *Journal of Orthopsychiatry, 76*(4), 564-575.
- Lambert, N. M., Stillman, T. F., Baumeister, R. F., Fincham, F. D., Hicks, J. A., & Graham, S. M. (2010). Family as a salient source of meaning in young adulthood. *The Journal of Positive Psychology, 5*(5), 367-376.
- Levy-Shiff, R., Dimitrovsky, L., Shulman, S., & Har-Even, D. (1998). Cognitive appraisals, coping strategies and support resources as correlates of parenting and infant development. *Developmental Psychology, 34*(6), 1417-1427.
- Lifton R. J. (1996). *The broken connection : On death and continuity of life*. Washington D. C., American Psychiatric Press.
- Maniadaki, K., Sonuga-Barke, E., Kakouros, E., Karabe, R. (2005). Maternal emotions and self-efficacy beliefs in relation to boys and girls with AD/HD. *Child Psychiatry and Human Development, 35*(3), 245-263.
- Mazza, C., Ricci, E., Biondi, S., Colasanti, M., Ferracuti, S., Napoli, C., & Roma, P. (2020). A nationwide survey of psychological distress among Italian people during the COVID-19 pandemic: Immediate psychological

- responses and associated factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 3165; doi:10.3390/ijerph17093165.
- Nixon, C. D., & Singer, G. H. S. (1993). A group cognitive-behavioral treatment for excessive parental self-blame and guilt. *American Journal on Mental Retardation*, 97(6), 665-672.
- Olioff, M., & Abud, F. E. (1991). Predicting postpartum dysphoria in primiparous mother: Role of perceived maternal self-efficacy and self-esteem. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 5, 3-14.
- Park, C. L., & Folkman, S. (1997). Meaning in the context of stress and coping. *Review of General Psychology*, 1(2), 115-144.
- Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19(1), 2-21.
- Peterson, C., Park, N., & Seligman, M. E. P. (2005). Orientations to happiness and life satisfaction: The full life versus the empty life. *Journal of Happiness Studies*, 6, 25-41.
- Pinquart, M. (2002). Creating and maintaining purpose in life in old age: A meta-analysis. *Ageing International*, 27(2), 90-114.
- Rapp, C. A., & Poetner, J. (1992). *Social administration: A client-centered approach*. New York: Longman.
- Reker, G. T. (1997). Personal meaning, optimism, and choice: Existential 103 predictors of depression in community and institutional elderly. *The Gerontologist*, 37, 709-716.
- Reker, G. T., Peacock, E. J., & Wong, P. T. (1987). Meaning and purpose in life and well-being: A life-span perspective. *Journal of Gerontology*, 42(1), 44-49.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and adolescence self-image*. Princeton University Press, New Jersey, USA.
- Ryff, C. D., & Singer, B. (1998). *The role of purpose in life and personal*

- growth in positive human health*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.
- Scheel, M. J., & Rieckmann, T. (1998). An empirically derived description of self-efficacy and empowerment for parents of children identified as psychologically disordered. *The American Journal of Family Therapy*, 26(1), 15-27.
- Schwartz, C. & Gidron, R. (2002). Parents of mentally ill adult children living at home: Rewards of caregiving. *Health & Social Work*, 27(2), 145-154.
- Seltzer, M. M., Krauss, M. W., & Tsunematsu, N. (1993). Adults with Down syndrome & their aging mothers: Diagnostic group differences. *American Journal on Mental Retardation*, 97(5), 496-508.
- Siadat, M., & Gholami, Z. (2019). The effectiveness of group logotherapy in increasing resilience and decreasing depression among individuals affected by substance abuse in Tehran. *International Journal of Applied Behavioral Sciences*, 5(1), 24-30.
- Steger, M. F., Frazier, P., Oishi, S., & Kaler, M. (2006). The meaning in life questionnaire: assessing the presence of and search for meaning in life. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 80-93.
- Sussman, S. Y. (2001). *Handbook of program development for health behavior research and practice*. NT: Sage.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103(2), 193-210.
- Trapolini, T., McMahon, C. A., & Ungener, J. A. (2007). The effect of maternal depression and marital adjustment on young children's internalizing and behavior problems. *Child: Care, Health & Development*, 33(6), 794-803.
- Weiss, M. J. (2002). Hardiness and social support as predictors of stress in

mothers of typical children, children with autism, and children with mental retardation. *Autism*, 6(1), 115-130.

Wong, P. T. (1998). *Implicit theories of meaningful life and the Development of the personal meaning profile*. Lawrence Erlbaum Associates Publishers.

Abstract

Development and Effects of Group Counseling Program for Disabled Children's Mothers based on Logotherapy

Cho, Ji Yeun

Department of Education, Jeju National University, Korea

Supervised by Professor, Kim Sung-Bong

The purpose of this study is to develop and apply group counseling program for disabled children's mothers based on logotherapy to verify the effect on meaning of life, self-esteem, and parental efficacy. To achieve this research objective, Focus group interview (FGI) was conducted for disabled children's mothers and experts. This study also derived the main elements of logotherapy theory based on in-depth demand analysis and established specific goals and goals for each session. The program was revised and supplemented through a preliminary study, and the final program was developed through an expert validity survey.

Total 14 mothers raising disabled children living in the J area are selected and each 7 mothers were equally assigned to the experimental group and the control group randomly. 10 logotherapy programs were conducted twice a week for 120 minutes to the experimental group. To verify the effectiveness of the program, the quantitative analysis and content analysis were conducted by pre-, post-, and post-change examination of meaning of life, self-esteem, and parental efficacy. The summary of the results of this study is as follows.

First, the group counseling program based on logotherapy was developed according to the program development procedure, and the content and composition were appropriate for achieving the goal.

Second, the experimental group that participated in the group counseling program based on logotherapy had higher scores of meaning of life, self-esteem, parental efficacy compared to the control group that did not participate in the program.

Third, the experimental group participated in group counseling program based on logotherapy experienced positive changes in meaning of life, self-esteem, and parenting efficacy.

It was confirmed that the meaning of life, self-esteem, and parental efficacy of mothers raising disabled children were improved through the group counseling program based on logotherapy. As a result, it is believed that the group counseling program based on logotherapy will help psychological stability and positive emotions by managing the parenting stress of mothers with disabled children.

Key words : Logotherapy, Disabled Children's Mothers, Meaning of Life, Self-Esteem, Parental Efficacy.

부록 1.

면접 참여 동의서(장애아 어머니용)

연구에 참여해 주셔서 감사드립니다.

본 면접은 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 개발하기 위하여 어머니의 의견을 구하기 위한 요구조사 면접입니다.

연구자는 참여자들과 사전 요구조사 설문지를 배부한 후 1회의 면접을 실시할 예정이며, 면접 시간은 30분에서 1시간 정도로 예상됩니다. 면접 내용은 녹음 될 것이며 녹음된 내용은 이 연구에만 사용됩니다. 면접 중 불편한 내용이 있으시면 면접을 거부할 수 있습니다. 통계법 제 13조에 의하여 비밀이 보장되며, 오직 연구목적으로만 사용됨을 약속드립니다. 또한 녹음된 내용은 연구가 끝나는 대로 바로 삭제됨을 약속드립니다.

나는 면접에 대한 위의 내용을 읽고 이해하였으며, 이 연구에 대해 궁금한 점이 있으면 질문하고 대답을 들을 수 있다는 설명을 들었습니다. 나는 이 연구에 자의로 참여하고 면접 내용을 녹음하고 기록하는 것에 동의합니다.

2021년 월 일

참여자 _____ (서명)

부록 2.

집단상담 프로그램 개발을 위한 요구조사(대상자용)

안녕하십니까?

이 질문지는 ‘장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발’을 목적으로 사용되기 위한 기초자료인 사전 요구조사입니다.

‘로고테라피 기반 집단상담 프로그램’이란 피할 수 없는 삶의 고통 속에서도 삶이 갖는 고유한 의미를 발견하여 신체적, 정신적, 영적 건강을 회복하기 위한 프로그램입니다. 이는 장애아 어머니의 양육 스트레스를 경감시키고 삶의 의미와 가치를 발견함으로써 심리적 안녕감을 높이는 데 그 목적이 있습니다.

이 질문지에는 옳고 그른 답이 없으며 단지 어머니의 평소 느낌이나 생각, 경험을 바탕으로 솔직하게 응답해 주시면 됩니다. 어머니의 소중한 정보는 장애아를 양육하는 부모와 가족의 행복에 밑거름이 될 것입니다.

소중한 시간을 할애해 주신 데 대해 진심으로 감사드립니다.

지도교수: 김성봉(제주대학교 교육학과)

연구자: 조지연(제주대학교 교육학과 상담심리전공 박사과정)

연락처: 010-0000-0000

이메일: _____

I. 기초조사(인적사항에 관한 질문입니다. 해당 번호에 ✓표 해주십시오)

1. 나이 : _____ 세

2. 학력: ① 고졸미만 ② 고졸 ③ 대졸 ④ 대학원 졸업 이상

3. 직업: _____ (예: 전문직, 회사원, 교직, 전업주부, 상업, 등)

4. 종교: _____ (예: 기독교, 가톨릭, 불교, 이슬람, 기타, 무교 등)

5. 가족관계: 남편 (동거중, 별거중, 사별, 이혼, 미혼) 아들()명, 딸()명
예시 : 남편 (동거중), 별거중, 사별, 이혼, 미혼모) 아들(2)명, 딸(1)명

6. 자녀의 장애유형과 급수 및 성별 : _____ (예: 지적, 3급, 딸)

7. 귀하의 경제상태(월수입, 동거가족 수입 합계)는?

- ① 100만원 미만 ② 100~200만원 미만 ③ 200~300만원 미만
④ 300~400만원 미만 ⑤ 400~500만원 미만 ⑥ 500만원 이상

8. 장애자녀 양육에 드는 교육과 치료비용은 한 달 평균 얼마입니까?

- ① 10만원 미만 ② 10~30만원 미만 ③ 30~50만원 미만
④ 50~70만원 미만 ⑤ 70~90만원 미만 ⑥ 90만원 이상

II. 어머니의 양육 경험에 대한 질문.

1. 어머니의 자녀 양육 경험은 어떠하다고 생각하십니까?

2. 장애아를 양육하는 과정에서 정서 어떠하다고 생각하십니까?

3. 장애아를 양육하면서 느끼는 부정적 정서를 어떻게 감소할 수 있다고 생각하십니까?

III. 부모교육 프로그램에 관한 질문

1. 장애아 어머니를 위한 지원 프로그램을 참여한 경험이 있나요?

- ① 있다 ② 없다

2. 프로그램 경험이 있다면 프로그램 이름은 무엇이었나요?

(예, 오카리나 연주 4회기 등)

3. 프로그램 경험이 없다면 이유는 무엇인가요?

4. 장애아 어머니를 위한 심리 지원 프로그램이 필요하다고 생각하시나요?

① 그렇다

② 아니다

5. 위의 답변에 대한 이유에 대해 어떻게 생각하시나요?

6. 귀하는 장애아 어머니를 위한 심리지원 프로그램인 ‘로고테라피 기반 집단상담 프로그램’에 참여할 의사가 있나요?

① 그렇다

② 아니다

7. 귀하는 자신의 의미있는 삶을 위해 필요한 것은 무엇이라고 생각하나요?

8. 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발에 도움이 될 만한 내용이 무엇이라고 생각하십니까?

소중한 시간 할애해 주신 데 대해 진심으로 감사드립니다.

부록 3.

면접 참여 동의서(전문가용)

연구에 참여해 주셔서 감사드립니다.

본 면접은 장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램을 개발하기 위하여 전문가의 의견을 구하기 위한 요구조사 면접입니다.

연구자는 전문가 참여자에게 사전 요구조사 설문지를 배부한 후 1회의 면접을 실시할 예정이며, 면접 시간은 30분에서 1시간 정도로 예상됩니다. 면접 내용은 녹음되며 녹음된 내용은 이 연구에만 사용됩니다. 면접 중 불편한 내용이 있으시면 면접을 거부할 수 있습니다. 통계법 제 13조에 의하여 비밀이 보장되며, 오직 연구목적으로만 사용됨을 약속드립니다. 또한 녹음된 내용은 연구가 끝나는 대로 바로 삭제됨을 약속드립니다.

나는 면접에 대한 위의 내용을 읽고 이해하였으며, 이 연구에 대해 궁금한 점이 있으면 질문하고 대답을 들을 수 있다는 설명을 들었습니다. 나는 이 연구에 자의로 참여하고 면접 내용을 녹음하고 기록하는 것에 동의합니다.

2021년 월 일

참여자 _____ (서명)

부록 4.

집단상담 프로그램 개발을 위한 면접 질문지(전문가용)

안녕하십니까?

이 질문지는 ‘장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 개발’을 목적으로 사용되기 위한 기초자료인 사전 요구조사입니다.

‘장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램’이란 피할 수 없는 삶의 고통 속에서도 삶이 갖는 고유한 의미를 발견하여 신체적, 정신적, 영적 건강을 회복하기 위한 프로그램입니다. 이는 장애아 어머니의 양육 스트레스를 경감시키고 삶의 의미와 가치를 발견함으로써 심리적 안녕감을 높이는 데 그 목적이 있습니다. 따라서 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램을 개발하기 위해서 전문가의 생각과 의견이 필요합니다.

이 질문지는 오직 연구 목적으로만 사용될 것이며 자료에 대한 비밀은 철저히 지켜질 것입니다. 장애아 어머니에게 도움 될 수 있는 프로그램 개발을 위해 선생님들의 진심어린 답변 부탁드립니다. 소중한 시간을 할애해 주신 데 대해 진심으로 감사드립니다.

지도교수: 김성봉(제주대학교 교육학과)

연구자: 조지연(제주대학교 교육학과 상담심리전공 박사과정)

연락처: 010-0000-0000

이메일: _____

I. 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 구성에 관한 질문

1. 장애아 어머니의 장애아 양육 경험은 어떠하다고 생각하십니까?

2. 장애아 어머니는 자녀 양육하는 과정에서 정서 어떠하다고 생각하십니까?

3. 장애아 어머니의 부정적 정서를 어떻게 감소할 수 있다고 생각하십니까?

4. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니에게 적합한 심리지원 프로그램이라고 생각하십니까? 그렇다면 이유는 무엇입니까? 그리고 그렇지 않다면 대안은 무엇이 있을까요?

5. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니에게 양육스트레스 감소 및 긍정적 정서 경험이 향상될 수 있다고 생각하십니까?

6. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니에게 어떤 과정을 통해 양육스트레스 감소와 긍정적인 정서를 경험할 수 있다고 생각하십니까?

7. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 장애아 어머니에게 집단상담의 형태로 운영되었을 때 장점이 무엇이라고 생각하십니까?

8. 본 프로그램 개발에 도움이 되는 생각이나 방법이 있으면 말씀해 주십시오.

II. 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 운영.

1. 장애아 어머니를 위한 의미치료 프로그램은 총 몇 회 진행이 적절하다고 생각하십니까?

- ① 총 6회 ② 총 8회 ③ 총 10회 ④ 총 12회 ⑤ 기타

2. 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 실시 간격은 어느 정도가 적절하다고 생각하십니까?

- ① 평일 주 1회 ② 평일 주 2회 ③ 격주 1회 ④ 주말 집중훈련 ⑤ 기타()

3. 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 실시 때 1회 소요 시간은 어느 정도가 적절하다고 생각하십니까?

- ① 90분 ② 120분 ③ 150분 ④ 180분 ⑤ 시간을 자유롭게 ⑥ 기타()

4. 장애아 어머니를 위한 집단상담 프로그램 운영 시 집단원 수는 몇 명이 적절하다고 생각하십니까?

- ① 6명 이상~8명 미만 ② 8명 이상~12명 미만 ③ 12명 이상~15명 미만
④ 15명 이상 ⑤ 기타()

Ⅲ. 인적사항에 대한 질문내용.

1. 이름 : _____

2. 성별 : ① 남 ② 여

3. 나이 : 만 _____세

4. 소속 : _____

5. 경력 : _____년 _____개월

6. 소지하고 계신 전문가 자격증이나 경력 여부 : _____

7. 장애아 어머니에 대한 교육 및 상담 경험 여부 : _____

소중한 시간 할애 해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

부록 5.

장애아 어머니를 위한 로고테라피 기반 집단상담 프로그램 내용 타당도 검증을 위한 설문지

안녕하십니까? 귀중한 시간을 내어 주셔서 감사합니다.

본 설문지는 로고테라피 이론적 검토와 요구조사를 바탕으로 잠정적으로 개발된 프로그램입니다.

장애아 어머니를 대상으로 하는 이 프로그램은 장애아 어머니의 삶의 의미를 증진 시킴으로써 양육 스트레스를 감소시키고 자아존중감, 양육효능감을 증진하는 데 목적이 있습니다. 따라서 프로그램의 목적 및 목표, 프로그램 구성의 적절성, 현장 적용과 일반화의 가능성이 있는지에 대해 전문가의 의견을 듣고자 합니다.

평가하시는 방법은 각 문항의 적절성 정도에 따라 1(전혀 적합하지 않다)에서 5(매우 적합하다) 사이에 해당하는 숫자에 ✓표 하시고 수정·보완 사항을 적어주시면 됩니다. 선생님의 소중한 의견이 본 프로그램의 전문성과 효과성을 향상시키는 데 큰 도움이 됩니다.

귀한 시간 내어 주셔서 진심으로 감사의 말씀 드립니다.

지도교수: 김성봉(제주대학교 교육학과)

연구자: 조지연(제주대학교 교육학과 상담심리전공 박사 과정)

연락처: 010-0000-0000

이메일: _____

1. 회기 구성

전체 프로그램은 각 회기 당 120분씩 총 10회기로 구성하였습니다. 로고테라피 기반 집단상담 프로그램은 아래의 하위목표를 달성하기 위해 구성되어 있습니다.

1회기는 도입 단계로 장애아 어머니를 위한 로고테라피 프로그램 안내가 이루어집니다. 그리고 장애아 어머니들의 친밀감 형성을 위하여 자신을 소개하고, 장애아 어머니의 자녀 양육의 경험에 대해 자연스럽게 이야기할 수 있는 기회를 제공하는 것으로 구성하였습니다.

2~4회기는 자신의 가치를 명료화하고 자기 발견을 할 수 있도록 돕는 활동과 자신의 긍정적 자원과 강점을 발견하여 고유성을 회복하는 단계로 구성하였습니다.

5~7회기는 삶의 의미를 발견하기 위한 단계로 경험적 가치, 창조적 가치, 태도적 가치를 발견하는 단계로 구성하였습니다.

8~9회기는 자신에게 초점을 맞추는 것에 벗어나 다른 사람들을 위한 의미 있는 일을 할 수 있는 자기 초월의 내용으로 구성하였습니다.

마지막 10회기는 마무리 단계로 삶의 의미와 가치를 높여 실천 의지를 향상하게 하는 활동으로 구성하였습니다.

2. 프로그램 목적 및 목표

프로그램 목적
장애아 어머니의 삶의 의미, 자아존중감, 양육 효능감 증진



프로그램의 하위영역별 목표
첫째, 자신의 가치를 명료화하고 자기 발견을 할 수 있도록 한다. 둘째, 자신의 고유성을 발견하도록 한다. 셋째, 자유의지를 통한 선택과 책임을 통해 삶의 의미를 발견하도록 한다. 넷째, 경험적 가치, 창조적 가치, 태도적 가치를 통해 의미를 발견하도록 한다. 다섯째, 자신에게 초점을 맞추는 것에 벗어나 다른 사람들을 위한 의미 있는 일을 할 수 있도록 한다.

3. 프로그램 내용 타당도 평가

각 회기의 활동을 살펴보고 그 활동 내용이 회기별 목표를 달성하는데 얼마나 적합한지에 따라 해당하는 곳에 ✓표 해 주십시오.
또한 그 아래 수정·보완 사항을 적어 주십시오.

- 채점기준 : 전혀 적합하지 않다(1점), 별로 적합하지 않다(2점), 보통(3점), 적합하다(4점), 매우 적합하다(5점) -

단계	회기	주제	목표	활동내용	평가					해당 변인		
					매우 부적합	부적합	보통	적합	매우 적합	삶의 의미	자아 존중감	양육 효능감
도입	1	만남	-로고테라피 목적과 진행 방식을 이해한다. -집단원의 친밀감과 신뢰감을 형성한다.	-프로그램 목적 및 운영방법 소개하기(연구자)								
				-로고테라피 동영상 시청 후 소개하기(연구자)								
				-서약서 작성하기(참여자)								
				-자신을 표현하는 별칭, 어린시절 별명, 좋아하는 것, 나를 표현하는 형용사 등을 이용하여 명패 만들고 자기 소개하기, 가족소개, 장애아 정보 포함(참여자)								
				-프로그램에 대한 기대와 욕구를 나눈다(참여자)								
자기발견	2	자기발견	-자기 발견을 통한 나의 가치를 명료화하고 소중한 참모습을 인식한다.	-로고테라피 : 자기 발견에 대해 설명한다(연구자)								
				-과거를 회상하며 원가족에서 나는 어떤 모습인지, 어린시절 칭찬 받았던 내용이나 경험 나누기(참여자)								
				-현재 가정에서 나는 어떤 모습이며 어떤 역할을 하고 있고 또 나아가, 직장, 이웃에 대하여 어떤 모습인지 나누								

단 계	회 기	주 제	목 표	활 동 내 용	평 가					해 당 변 인		
					매 우 부 적 합	부 적 합	보 통	적 합	매 우 적 합	삶 의 의 미	자 아 존 중 감	양 육 효 능 감
				기(참여자)								
				-타인이 나에게 표현했던 내용 중 기분 좋았던 것은 무엇이었는지 나누기(참여자)								
	3	자유 선택 책임	-선택의 자유와 책임의 중요성을 인식한다.	-로고테라피 : 선택에 대한 자유와 책임의 중요성을 설명한다(연구자)								
				-자신의 인생에서 자유의지를 가지고 선택한 일 중 잘한 것은 어떤 것인지 나눈다(참여자)								
				-장애아 양육 과정에서 선택의 순간, 나는 어떤 자유의지를 가지고 선택이나 결정을 하였는지, 그로 인한 나의 책임 나누기(참여자)								
	4	긍정성 인식	-나와 자녀의 고유성 인식과 긍정적 자원 및 강점을 발견한다.	-로고테라피 : 고유성, 긍정적 자원과 강점에 대해 설명한다.(연구자)								
				-대체할 수 없는 나의 고유성을 표현한다.								
-과거 자신의 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험나누기 그리고 현재에 어떻게 발휘되고 있는지 나누기.												
-장애 자녀의 고유성과 강점 및 자원 나누기												

단계	회기	주제	목표	활동내용	평가				해당 변인			
					매우 부적합	부적합	보통	적합	매우 적합	삶의 의미	자아 존중감	양육 효능감
삶의 의미 발견	5	경험적 가치	-개인적 삶과 양육 경험에서 경험적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.	-로고테라피 : 경험적 가치 발견에 대한 설명(연구자)								
				-나의 삶 속에서 체험한 감동(자연, 예술, 사랑, 봉사, 소통 등)에서 느꼈던 경험 나누기(참여자)								
				-장애아를 양육하면서 체험한 보람, 즐거웠던 기억, 긍정적 경험을 나누기(참여자)								
	6	창조적 가치	-개인적 삶과 양육 경험에서 창조적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.	-로고테라피 : 창조적 가치 발견에 대한 설명(연구자)								
				-나의 세 가지 소망을 적고 소망을 성취하기 위해 구체적으로 무엇을 해야 하는지 적기(참여자)								
				-장애자녀 양육에서 창조적으로 행했던 일 나누기(참여자)								
	7	태도적 가치	-개인적 삶과 양육 경험에서 태도적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.	-로고테라피 : 태도적 가치 발견에 대한 설명(연구자)								
				-자신의 삶에서 힘들었던 경험이 무엇이고 어떻게 다루었는지 나누기(참여자)								
				-장애아를 양육하면서 어려웠던 상황, 상동행동, 부적응 행동에서 대해 어떻게 행했는지 나누기(참여자)								

단계	회기	주제	목표	활동내용	평가					해당 변인		
					매우 부적합	부적합	보통	적합	매우 적합	삶의 의미	자아 존중감	양육 효능감
자기 초월	8	자기 초월	-자기중심에서 타인을 위한 의미 있는 일을 행함으로써 삶의 의미를 인식한다.	-로고테라피 : 자기초월에 대한 설명(연구자)								
				-자신을 넘어 내가 누군가를 위해, 또는 나에게 의미 있는 어떤 일을 위해 행하였던 경험 나누기								
				-장애아를 양육하는 엄마를 만난다면 나는 어떻게 도울 수 있을지 나누기(참여자)								
새로운 결정	9	죽음과 새로운 결정	-가상의 죽음을 통하여 삶과 시간의 소중함 인식하기	-로고테라피 : 죽음 대한 설명(연구자)								
				-하루밖에 살 수 없다면 어떻게 죽음을 맞이할 것인지 나누기(참여자)								
				-살면서 잘한 일과 후회되는 일 나누기(참여자)								
				-다시 살게 되었을 때. 의미 있게 살기 위해 무엇을 할 것인지 나누기(참여자)								
마무리	10	새로운 출발	-새로운 삶의 태도를 바탕으로 새로운 나를 인식하기	-프로그램을 참여를 통한 나의 변화를 나눈다(참여자).								
				-집단원간의 서로의 강점이나 칭찬 롤링페이퍼로 작성한다.(참여자)								
				-프로그램 소감 나누기(참여자)								

4. 프로그램 전체 평가

번호	문항	평가				
		매우 부적합	부적합	보통	적합	매우 적합
1	프로그램 변화 원리가 적절하다.					
2	프로그램 전체적인 구성이 적절하다.					
3	프로그램의 회기별 활동목표가 적절하다.					
4	프로그램의 현장 적용 가능성과 일반화 가능성이 있다.					
5	로고테라피 이론을 잘 반영하였다.					
6	프로그램을 적용하였을 때, 장애아 어머니의 삶의 의미 향상에 도움이 될 것이다.					
7	프로그램을 적용하였을 때, 장애아 어머니의 자아존중감 향상에 도움이 될 것이다.					
8	프로그램을 적용하였을 때, 장애아 어머니의 양육효능감 향상에 도움이 될 것이다.					
보완 및 수정해야 할 사항						
9	프로그램 변화 원리에서 보완 및 수정할 사항					
10	프로그램 전체적인 구성에서 보완 및 수정할 사항					
11	프로그램의 회기별 활동목표에서 보완 및 수정할 사항					
12	프로그램의 현장적용 가능성과 일반화에서 보완 및 수정할 사항					
13	프로그램 전반에 대한 의견					

5. 다음은 선생님의 개인적인 인적 사항입니다.

- 1) 성별 : ① 남 ② 여
- 2) 최종학력 및 전공 : _____
- 3) 귀하의 상담 경력 : _____

귀중한 시간을 할애 해 주셔서 진심으로 감사드립니다.

부록 6.

연구 참여자 모집 공고

- 모집대상 : 장애아를 양육하는 어머니, 자녀의 연령이 유아, 초등학생 어머니
- 모집인원 : 00명
- 연구방법 :
 - 주 2회 5주간의 로고테라피(의미치료) 집단프로그램 참여(1회기당 2시간).
 - 총 3회 설문조사(프로그램 전/프로그램 종료 후/ 프로그램 종료 4주 후) 실시.

- 프로그램 참여 날짜 및 시간
 - 1회기: 6월 08일(화) 10시~12시
 - 2회기: 6월 11일(금) 10시~12시
 - 3회기: 6월 15일(화) 10시~12시
 - 4회기: 6월 18일(금) 10시~12시
 - 5회기: 6월 22일(화) 10시~12시
 - 6회기: 6월 25일(금) 10시~12시
 - 7회기: 6월 29일(화) 10시~12시
 - 8회기: 7월 02일(금) 10시~12시
 - 9회기: 7월 06일(화) 10시~12시
 - 10회기: 7월 09일(금) 10시~12시

- 장소: 00시 장애인전환서비스지원센터(주소: 00시 00로 000))

- 진행자: 조지연(제주대학교 상담심리전공 박사과정, 00정신건강의학과 심리상담사, 로고테라피 초급, 중급, 고급과정 이수)

- 지원방법
 - 연구 참여에 희망하시는 분은 전화 또는 메일로 문의해 주시길 바랍니다.
 - 연락처: 조지연 (010-0000-0000), 이메일

- 기타사항
 - 참여자에게는 회기 당 교통비 명목으로 0원의 상품권 제공됩니다.

부록 7. 삶의 의미 척도

□ 자신이 느끼는 삶에 대한 생각을 묻는 질문입니다. 해당 번호에 √ 표 해 주십시오.

번호	문항	<----->							문항
		①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	
1	나는 평소의 생활에서는 무기력하고 권태로움을 느낀다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	의욕적이고 힘이 넘치는 듯함을 느낀다
2	나는 삶이 완전히 틀에 박힌 변화없는 생활인 것 같다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	항상 재미있는 생활의 연속인 듯하다
3	나는 한 인간으로서 인생의 목적도 없는 아주 무의미한 존재이다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	인생의 의의와 목적을 지닌 아주 가치있는 존재이다
4	나에게 있어서 인간으로서의 존재가치는 전혀 의미가 없다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	매우 의미가 있다
5	하루 하루가 똑같은 것의 반복이다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	항상 새롭다
6	내 마음대로 할 수 있다면 차라리 태어나지 않았으면 좋겠다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	몇 번을 다시 태어나도 지금처럼 살겠다
7	나는 이 다음에 나이가 많아 직장을 그만두면 아무것도 하지 않고 놀고 싶다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	내가 늘 평소에 하고 싶 었던 일을 하겠다
8	나의 인생 목표 달성을 위하여 나는 아직 아무것도 추진하고 있지 않다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	나는 모든 것을 만족하 게 추진하고 있다
9	나의 생활은 허망하고 절망에 가득 차 있다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	대단히 즐겁고 재미있는 일로 가득 차 있다
10	오늘 내가 죽게 된다면 나는 그동안 나의 인생이 전혀 보잘 것 없는 것이었다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	대단히 보람이 있었다고 생각한다

번호	문항	<----->							문항
11	나의 인생을 생각해 볼 때 나는 내가 왜 이 세상에 살고 있는가에 대해 자주 회의를 느낀다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	나는 내가 왜 이 세상에 살고 있는지 그 이유를 잘 알고 있다
12	나는 삶과 관련지어 바라볼 때 나는 도저히 이 세상을 이해할 수 없다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	이 세상은 나의 삶과 의미있게 잘 조화를 이룬다
13	나는 대단히 책임성이 약한 사람이다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	대단히 책임성이 강한 사람이다
14	인간의 선택의 자유에 대해 나는 유전과 환경에 의해 자신의 운명이 결정될 것일 뿐 선택의 자유가 전혀 없다고 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	인간 자신의 모든 인생에 절대적으로 선택의 자유를 가지고 있다고 생각한다
15	나는 죽음에 대하여 준비가 되어 있지 않고 두렵다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	준비가 돼 있고 두렵지 않다
16	나는 자살이란 문제해결의 한 방법이라고 심각하게 생각한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	자살에 관해서 두 번 다시 생각해 본 일이 없다
17	나는 자신의 인생의 의미내지는 목적을 발견해 낼 수 있는 능력을 전혀 가지고 있지 못하다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	충분히 가지고 있다
18	내 인생은 내 뜻과는 상관없이 외부적 요인에 의해 조정된다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	내 손에 달렸고 내가 마음대로 만들어 갈 수 있다
19	내가 날마다 하는 일들은 고통스럽고 지루한 것들이다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	즐거움과 만족을 주는 것들이다
20	나는 삶의 목적도 사명도 발견하지 못했다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	뚜렷하고 만족스러운 인생의 목적을 발견했다

부록 8. 자아존중감 척도

□ 일상에서 느끼는 자신에 대한 생각을 묻는 질문입니다. 해당 번호에 √ 표 해 주십시오.

문항 내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
1. 나는 가끔 내가 다른 사람이었으면 하고 바란다.	①	②	③	④
2. 나는 여러 사람 앞에서 이야기하기가 어렵다.	①	②	③	④
3. 나에게서는 고쳐야 할 점이 많다.	①	②	③	④
4. 나는 어렵지 않게 마음을 결정할 수 있다.	①	②	③	④
5. 나는 다른 사람들과 재미있게 지낸다.	①	②	③	④
6. 가족 중엔 나에게 관심을 보여주는 사람이 없다.	①	②	③	④
7. 나는 새로운 것에 익숙해지기까지 많은 시간이 걸린다.	①	②	③	④
8. 나는 친구들에게 인기가 있다.	①	②	③	④
9. 우리 가족은 나에게 너무 많은 기대를 한다.	①	②	③	④
10. 우리 가족은 대체로 내 기분을 이해해 주는 편이다.	①	②	③	④
11. 나는 매사를 쉽게 포기하는 편이다.	①	②	③	④
12. 나는 비교적 남보다 행복한 편이다.	①	②	③	④
13. 나의 생활은 뒤죽박죽이다.	①	②	③	④
14. 대체로 다른 사람들이 내 생각을 따라주는 편이다.	①	②	③	④
15. 나 자신에 대해 별로 내세울 것이 없다.	①	②	③	④
16. 나는 집을 나가 버리고 싶은 생각이 자주 든다.	①	②	③	④
17. 종종 내가 하는 일이 뜻대로 되지 않는다.	①	②	③	④
18. 나는 외모가 그리 멋진 편이 못된다.	①	②	③	④
19. 나는 할 말이 있을 때 대체로 그 말을 하는 편이다.	①	②	③	④
20. 우리 가족들이 나를 잘 이해하고 있다.	①	②	③	④
21. 다른 사람들에 비해서 나는 별로 사랑받지 못한다.	①	②	③	④
22. 어떤 때는 가족들이 나를 미워하는 것 같다.	①	②	③	④
23. 내가 하고 있는 일에 대해 실망을 느낄 때가 많다.	①	②	③	④
24. 나는 모든 것이 그다지 어렵게 생각되지 않는다.	①	②	③	④
25. 나는 다른 사람이 나에게 의지해도 될만큼 강하지 못하다.	①	②	③	④

부록 9. 양육 효능감 척도

자녀 양육과 관련하여 어머니의 생각을 묻는 질문입니다.
해당 번호에 √ 표 해 주십시오.

나는	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	그렇다	매우 그렇다
1. 부모 역할을 잘 하고 있다고 생각한다.	①	②	③	④
2. 부모 역할은 내가 이전에 생각한 것보다 어렵지 않다.	①	②	③	④
3. 부모 역할은 나를 지치고 진 빠지게 한다.	①	②	③	④
4. 좋은 부모가 되는데 필요한 지식을 잘 알고 있다.	①	②	③	④
5. 가끔 내가 어떻게 해야 할지 모르는 때가 많아서, 아이 기르기에 대한 책을 더 읽어야 한다는 생각이 든다.	①	②	③	④
6. 다시 아이를 키우더라도, 내가 지금 아이를 키우는 방식으로 키울 것이다.	①	②	③	④
7. 종종 아이를 실망시킬까봐 걱정한다.	①	②	③	④
8. 부모로서 올바른 행동을 하지 못하는 것이 아닌가 걱정된다.	①	②	③	④
9. 내가 아무리 열심히 노력하더라도 결코 좋은 부모가 될 것 같지 않다.	①	②	③	④
10. 때로 아이를 소홀히 하는데 대해 죄책감을 느낀다.	①	②	③	④
11. 부모로서 모든 책임을 잘 해내는 것은 나의 능력 중의 하나이다.	①	②	③	④
12. 부모 역할은 많은 책임과 문제가 따르지만, 나는 항상 그런 어려움을 잘 처리한다고 느낀다.	①	②	③	④
13. 내가 아는 다른 부모들과 비교할 때, 나는 아이를 훈육하는데 별로 어려움을 겪지 않는다.	①	②	③	④
14. 아이를 키우면서 사랑과 훈육에 적절한 균형을 이루는 것이 어렵다고 생각한다.	①	②	③	④
15. 아이에 대해 아무런 통제력이 없다고 느낄 때가 많다.	①	②	③	④

- 끝까지 성실하게 응답해 주셔서 감사합니다 -

부록 10. 집단상담 프로그램 지침서

프로그램 지침서(1회기)

만 남			
회기	1회기	운영시간	120분
목 표	<input type="checkbox"/> 로고테라피 기반한 프로그램의 목적과 진행방식을 이해한다. <input type="checkbox"/> 집단원간의 친밀감과 신뢰감을 형성한다		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일, 동영상, 서약서		
도입	<p>1. 오리엔테이션</p> <p><input type="checkbox"/> 로고테라피에 기반한 집단상담 프로그램 목적 안내</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“어머니들은 장애아를 키우며 신체적, 정신적, 경제적 등 많은 어려움을 경험합니다. 이러한 어려움은 스트레스를 유발하고 우울과 부정적인 감정에 놓이게 되고, 급기야는 자신의 삶과 양육에서도 문제가 발생할 뿐만 아니라 자녀의 발달과 가족 모두에게도 좋은 영향을 주지 못하게 됩니다.</p> <p>이러한 어려움에 놓인 어머니를 위해 본 프로그램은 로고테라피를 기반으로 하여 장애아 어머니의 심리적 어려움을 감소하고 정서적 안정과 긍정성 회복을 돕는 프로그램입니다. 이는 삶의 고통 속에서 삶의 의미를 발견하고 주체적인 삶을 통해 장애아 어머니의 삶의 의미를 높이고 어머니의 자아존중감 및 양육효능감을 향상하는 데 그 목적이 있습니다.”</p> </div> <p><input type="checkbox"/> 진행방식에 대해 안내</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>본 프로그램은 강의나 교육으로 이루지지 않습니다. 진행자의 질문을 통해 어머니들은 자신의 감정과 생각을 성찰하고 자연스럽게 다른 집단원들에게 표현하는 겁니다. 이는 억압된 자신을 발견하고 표출하는 과정으로, 자신에 대해 이해하고 돌보는 작업입니다. 그리고 집단원들은 서로의 이야기를 들으며 공감하고 격려하는 상호작용 속에서 자신의 긍정적 정서가 회복되는 경험을 누리게 될 것입니다. 집단원들이 자신의 이야기를 나눌 때, 누가 먼저 이야기 할까 고민하는 경우가 많아서 오늘은 시계방향으로 나누겠습니다. 다음 시간을 시계 반대 방향이고요. 순서는 여러분의 좋은 의견 주셔도 좋을 것 같습니다. 마지막으로 활동 후 소감문을 작성하면서 마무리 합니다.</p> </div> <p>2. 설문지를 안내하고 작성한다.</p> <p>3. 집단 규칙을 안내하고 서약서를 작성한다.</p>		25분

<p>전개</p>	<p>4. 빅터 프랭클 ‘로고테라피’ 동영상상을 감상한다.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>프로그램의 이해를 돕기 위해 동영상을 보겠습니다. 먼저 로고테라피는 오스트리아 정신과 의사인 빅터 프랭클에 의해 체계화된 상담이론입니다. 프랭클은 유대인으로 당시 나치 포로수용소에서의 실제적 경험을 바탕으로 실존분석 이론을 더욱 발전시켰습니다. 그는 수용소에서 겪은 죽음 속에서 자아를 성찰하고 인간 존엄성의 위대함을 몸소 체험한 내용을 책으로도 출간하였습니다. 자세한 이야기는 프랭클의 동영상을 보도록 하겠습니다.</p> </div> <p>5. 별칭 및 자기소개 (명패 만들기)</p> <p>□424 호흡법 진행</p> <p>□자신을 상징하는 이름을 붙여 별칭을 정한다.</p> <p>□자신을 표현하는 형용사, 어릴 적 별명, 좋아하는 것, 좋아하는 장소, 등을 작성하고 집단원들과 이유에 대해 나눈다.</p> <p>□자신의 가족 소개 특히, 자녀 장애 유형 및 어려움에 대해 표현한다.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들어 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉽니다(3회 반복). 지금부터 책상에 있는 종이를 세로로 4등분하여 명패 모양을 만듭니다. 그리고 가운데 자신을 상징하는 별칭을 적습니다. 위, 아래 오른쪽과 왼쪽면에 어릴 적 붙였던 별명, 좋아하는 것, 좋아하는 장소를 적습니다. 자신의 이야기를 소개할 때, 어릴적 별명이 만들어졌던 배경도 나눕니다. 그리고 가족 소개할 때, 장애 자녀의 장애 유형과 행동 특성을 나누도록 하겠습니다.”</p> </div> <p>6. 프로그램 참여 동기와 기대를 나눈다.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“이 프로그램 참여하게 된 동기와 기대가 있을 줄 압니다. 그리고 그에 대한 내용을 간단히 나눠 주시기 바랍니다.”</p> </div>	<p>80분 (10분 중간휴식)</p>
<p>마무리</p>	<p>7. 소감 나누기</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“첫 회기를 진행하면서 각자 떠올랐던 생각이나 긍정적인든 부정적이든 떠오른 마음에 대해 소감문 활동지에 적고 이야기 나눠주시기 바랍니다.”</p> </div> <p>8. 진행자는 집단규칙을 다시 강조하고 다음 회기를 안내한다.</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“집단원들이 자신의 이야기를 하다보면 노출한 것에 대해 불안감이 있습니다. 이에 집단규칙에 서명하셨듯이 비밀유지를 해주시기 바랍니다. 그리고 우리가 비밀 유지 서약은 했지만, 스스로가 불편한 마음이 생기지 않도록 수용할 수 있는 범위에서 나눠주시기 바랍니다.”</p> </div>	<p>15분</p>

프로그램 지침서(2회기)

자기 발견			
회기	2회기	운영시간	120분
목 표	<input type="checkbox"/> 자기발견을 통해 자신의 가치를 명료화한다. <input type="checkbox"/> 자기발견을 통한 소중한 참모습을 인식한다.		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일,		
도입	1. 인사하기 <input type="checkbox"/> 요즘 어떻게 지냈는지, 현재의 기분과 오늘의 기대를 나누기 2. 로고테라피: 자기 발견에 대해 설명한다 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>“자기 발견은 나는 누구인가, 나는 어떤 사람이 되고 싶은가하는 마음이라도 할 수 있습니다. 나는 누구도 대체할 수 없는 나만의 고유한 가치를 지닌 소중한 존재입니다. 우리는 나의 이런 나의 존재를 망각하고 나를 그러한 존재로 바라보지 않는 경향이 많습니다. 누구와도 대체 불가하고 유일한 존재라는 인식은 삶의 의미에 대한 확신을 강화시킵니다. 우리는 다른 누군가와 비교할 필요가 없습니다. 뭔가 부족하다고 기가 죽을 필요가 없고 절망할 필요도 없는 것입니다. 오늘은 세상에서 하나밖에 없는 고유한 가치를 가지고 있는 나의 존재에 대해 스스로 발견하는 시간입니다.”</p> </div>		20분
전개	3. 과거를 회상하며 나는 어떤 모습인지, 어린시절 칭찬 받았던 내용이나 긍정적 경험 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>“눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들어 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉽니다(3회). 눈을 뜨십니다. 어린시절도 좋고, 과거의 나에 대한 긍정적인 모습을 떠올려 봅니다. 우리 가족이나 학교에서 나는 어떤 모습인가요, 친구들과 사이에서 어떤 모습인가요? 그 시절들의 나를 바라보며 칭찬 받았던 기억이나, 좋았던 경험들을 떠올려 봅니다. 떠오르는 생각을 활동지에 적어봅니다.</p> </div> 4. 현재 가정이나 직장, 또는 이웃 관계에서 나의 긍정적 측면을 떠올리고, 기분 좋았던 경험과 기분 좋게 들었던 표현을 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>“우리 가정도 좋고, 직장이나 이웃도 좋습니다. 나의 긍정적인 모습을 떠올립니다. 그리고 나에게 표현했던 내용 중 기분 좋았던 내용이나 경험을 떠올립니다. 이때 나의 모습을 바라보면서 긍정적인 면을 떠올립니다. 떠오르는 생각을 활동지에 적어봅니다. 그리고 나누겠습니다.</p> </div>		80분 (10분 휴식)
마무리	5. 소감문 적고 소감 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>“그동안 보지 못했던 나의 긍정적인 모습을 발견하는 시간을 갖으면서 현재 느껴지는 감정이나 생각을 표현해 주세요. 그리고 오늘의 활동을 하면서 느낀 소감을 소감문에 적어주세요”</p> </div>		20분

프로그램 지침서(3회기)

자유 선택 책임			
회기	3회기	운영시간	120분
목 표	<input type="checkbox"/> 선택의 자유와 책임의 중요성을 인식한다. <input type="checkbox"/> 장애아 양육에서 선택에 영향을 미친 나의 가치관을 명료화한다.		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일		
도입	1. 인사하기 <input type="checkbox"/> 요즘 어떻게 지냈는지, 현재의 기분과 오늘의 기대를 나누기 2. 로고테라피: 선택의 자유와 책임의 중요성에 대해 설명한다 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“빅터플랭클의 죽음의 수용소 책에서는 누군가는 성자였고, 누군가는 돼지였다고 합니다. 수용소의 상황은 모두에게 똑같이 주어졌지만 저마다 선택은 달랐다는 것입니다. 인간은 스스로 결정하는 존재라고 합니다. 그 이야기는 인간은 선택의 자유가 있습니다. 그리고 진정한 자유란 무엇으로부터 도피하는 것이 아니라 무언가에 나아가는 것입니다. 선택하지 않는 것도 선택입니다. 그리고 나의 자유의지로 선택한 것에는 책임이 있습니다. 책임이란 내면의 양심의 소리에 반응하는 것입니다. 선택의 자유가 있는 상황에서 책임으로 반응하는 것입니다. 바꿀 수 없는 운명에 대해서 지나치게 책임을 지려하기보다는 상황을 수용하고 받아들이는 것도 필요합니다. 선택의 자유와 책임에 대한 상황을 구분할 수 있다면 삶은 더욱 의미가 있을 것입니다. 오늘은 이런 주제로 나눠보도록 하겠습니다.”</p> </div>		20분
전개	3. 자신의 인생에서 자유의지를 가지고 선택한 일 중 잘한 것은 어떤 것인지 나누다 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들며 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉽니다(3회). 눈을 뜨십니다. 나의 인생에서 자유의지를 가지고 선택한 일 중 잘한 것은 어떤 것인지 떠올립니다”</p> </div> 4. 장애아 양육 과정에서 선택의 순간, 나는 어떤 주체적인 마음을 가지고 선택이나 결정을 하였는지, 그로 인한 나의 책임 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“우리 아이를 양육하면서 선택의 순간에, 나는 나의 자유로운 의지를 가지고 어떤 선택이나 결정을 하였는지 떠올립니다. 그리고 그로 인한 나의 책임을 무엇이었던지도 떠올립니다.”</p> </div>		80분 (10분 휴식)
마무리	5. 소감문 적고 소감 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“선택의 자유를 가지고 결정한 나의 선택과 책임을 인식하면서 현재 느껴지는 감정이나 생각을 표현해 주세요. 그리고 오늘의 활동을 하면서 느낀 소감을 소감문에 적어주세요”</p> </div>		20분

프로그램 지침서(4회기)

긍정성 인식			
회기	4회기	운영시간	120분
목 표	<input type="checkbox"/> 나의 긍정적 자원과 강점을 발견한다. <input type="checkbox"/> 장애 자녀의 긍정적 자원과 강점을 발견하기		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일		
도입	1. 인사하기 <input type="checkbox"/> 요즘 어떻게 지냈는지, 현재의 기분과 오늘의 기대를 나누기 2. 로고테라피: 고유성을 통한 긍정적 자원 및 강점 발견에 대해 설명한다 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“누구도 나를 대신할 수 없고 나는 누구와도 비교 불가능 유일한 존재로의 인식은 삶의 의미에 대한 확신을 강화시킵니다. 나의 긍정적 자원과 강점을 인식하는 것은 중요합니다. 특히 누구와 비교하며 사소한 것이라고 치부해 버리고 기가 죽을 필요는 없습니다. 내가 가지고 있는 장점, 단점 그리고 한계 모두가 세상 속에서 나의 유일성을 구성하고 있기 때문입니다.”</p> </div>		20분
전개	3. 과거 자신의 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험나누기 그리고 현재에 어떻게 발휘되고 있는지 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들며 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉽니다(3회). 눈을 뜹니다. 나의 삶 속에서 나의 강점이나 자원이 잘 발휘되었던 경험을 떠올려 봅니다. 그리고 현재에도 어떻게 발휘되고 있는지 생각해 봅니다.”</p> </div> 4. 장애 자녀의 고유성과 강점 및 자원 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“우리 아이는 유일하고 고유한 존재입니다. 누구와도 대체할 수 없는 아이입니다. 우리 아이의 강점이나 자원을 떠올려 봅니다. 그리고 활동지에 적어보겠습니다.”</p> </div>		80분 (10분 휴식)
마무리	5. 소감문 적고 소감 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“고유성을 통한 강점과 자원을 인식하면서 현재 느껴지는 감정이나 생각을 표현해 주세요. 그리고 오늘의 활동을 하면서 느낀 소감을 소감문에 적어주세요”</p> </div>		20분

프로그램 지침서(5회기)

경험적 가치			
회기	5회기	운영시간	120분
목 표	<input type="checkbox"/> 자신의 삶에서 경험적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다. <input type="checkbox"/> 장애 자녀 양육경험에서 경험적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일		
도입	1. 인사하기 <input type="checkbox"/> 요즘 어떻게 지냈는지, 현재의 기분과 오늘의 기대를 나누기 2. 로고테라피: 경험적 가치를 통한 삶의 의미 발견에 대해 설명한다 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> “경험적 가치란 자신이 직접 창조해 내지는 않지만 타인이 창조해 놓은 것을 경험함으로써 느껴지는 가치입니다. 어떤 사람과의 만남을 통해 얻어지는 즐거움, 감동, 또는 자연, 예술, 사랑 등을 들 수 있습니다. 즉 자연이나 예술의 아름다움에 취한다거나, 사랑하는 사람과의 교류에 의해 생명 에너지를 채울 수 있습니다. 이러한 경험을 통해 얻어지는 가치에 대해 삶의 의미를 발견할 수 있습니다. 이번 시간에는 이러한 경험적 가치에 대해 살펴보겠습니다.” </div>		20분
전개	3. 나의 삶 속에서 만남을 통해 느꼈던 경험이나 체험한 감동(자연, 예술, 사랑, 봉사, 소통 등)나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> “눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들며 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉼니다(3회). 눈을 뜨십니다. 나의 삶 속에서 체험한 감동을 떠올려봅니다. 예를 들면 자연, 예술, 사랑, 봉사, 소통 등의 경험에서 느꼈던 감동이나 즐거움을 떠올려 봅니다. 그리고 나에게 어떤 의미가 있었는지 생각해 봅니다.” </div> 4. 장애아를 양육하면서 체험한 보람, 즐거웠던 기억, 긍정적 경험을 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> “우리 아이를 양육하면서 느꼈던 보람, 즐거웠던 기억, 긍정적 경험을 떠올려 봅니다. 그리고 활동지에 적어봅니다.” </div>		80분 (10분 휴식)
마무리	5. 소감문 적고 소감 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> “경험적 가치를 인식하면서 현재 느껴지는 감정이나 생각을 표현해 주세요. 그리고 오늘의 활동을 하면서 느낀 소감을 소감문에 적어주세요” </div>		20분

프로그램 지침서(6회기)

창조적 가치			
회기	6회기	운영시간	120분
목 표	<input type="checkbox"/> 개인적 삶에서 창조적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다. <input type="checkbox"/> 장애아 양육 경험에서 창조적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일		
도입	1. 인사하기 <input type="checkbox"/> 요즘 어떻게 지냈는지, 현재의 기분과 오늘의 기대를 나누기 2. 로고테라피: 창조적 가치를 통한 삶의 의미 발견에 대해 설명한다 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>“창조적 가치란 어떤 일을 통해 얻어지는 의미를 말합니다. 많은 사람들은 자신이 하고 있는 일이 크게 가치 있는 것이 아닌 사소한 것이라고 여기며 자신의 삶은 의미가 없다고 불평을 합니다. 작은 일이라도 제대로 성취했을 때 더 중요한 삶을 살아 내고 있다는 것을 인식하는 것이 중요합니다. 빅터 플랭클은 창조적인 가치를 발견하는 경험을 통해서도 삶의 의미를 충분히 창출할 수 있음을 강조하였습니다. 내안의 잠재력을 끊임없이 개발하는 경험을 통하여 얻어지는 가치에 대해 삶의 의미를 발견할 수 있습니다. 이번 시간에는 이러한 창조적 가치에 대해 살펴 보겠습니다”</p> </div>		20분
전개	3. 나의 삶에서 내가 행했던 일 중 기뻐거나 보람되었던 일 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>“눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들며 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉽니다(3회). 눈을 뜨십니다. 나의 삶 속에서 내가 행했던 기뻐던 일이나 보람 등의 경험을 떠올려 봅니다. 대단한 것이 아닌 사소한 것이라도 나의 삶에 있어서 가치가 있음을 인식합니다.</p> </div> 4. 장애자녀를 양육하면서 창조적으로 행했던 일 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>“우리 아이를 양육하면서 내가 행했던 일 중 기뻐거나 보람되었던 경험을 떠올려 봅니다. 그리고 활동지에 적어봅니다.”</p> </div>		80분 (10분 휴식)
마무리	5. 소감문 적고 소감 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-top: 10px;"> <p>“창조적 가치를 인식하면서 현재 느껴지는 감정이나 생각을 표현해 주세요. 그리고 오늘의 활동을 하면서 느낀 소감을 소감문에 적어주세요”</p> </div>		20분

프로그램 지침서(7회기)

태도적 가치			
회기	7회기	운영시간	120분
목 표	<input type="checkbox"/> 개인적 삶에서 태도적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다. <input type="checkbox"/> 장애아 양육 경험에서 태도적 가치를 통하여 삶의 의미를 발견한다.		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일		
도입	1. 인사하기 <input type="checkbox"/> 요즘 어떻게 지냈는지, 현재의 기분과 오늘의 기대를 나누기 2. 로고테라피: 태도적 가치를 통한 삶의 의미 발견에 대해 설명한다 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“빅터플랭클은 인간은 자유를 지니고 있는 존재라고 하였습니다. 이때의 자유는 모든 상태로부터의 자유가 아니라 특정한 상태에 대해 어떤 태도를 취할 수 있는 자유를 의미합니다. 인간은 자신이 결코 바꿀 수 없는 상황 또는 물리적으로 제한된 환경으로부터 완전히 해방될 수는 없습니다. 그러나 이러한 상황이나 환경에 대해 어떠한 태도를 취함으로써 결단을 할 수 있는 자유는 가능합니다. 이러한 태도적 가치는 삶의 한계 가운데 태도와 선택을 통해 얻는 가치입니다. 어떤 상황에 대한 나의 태도를 통하여 얻어지는 가치에 대해 삶의 의미를 발견할 수 있습니다. 이번 시간에는 이러한 태도적 가치에 대해 살펴보겠습니다.”</p> </div>		20분
전개	3. 자신의 삶에서의 힘들었던 경험에서 나는 어떻게 긍정적으로 극복했는지 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들어 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉽니다(3회). 눈을 뜨십니다. 나의 삶 속에서 힘들었던 경험에서 내가 긍정적으로 취했던 경험을 떠올려 봅니다. 당시 어떤 마음이었고, 나는 어떻게 극복하였고, 나에게 어떤 의미가 있었는지 생각해 봅니다.”</p> </div> 4. 장애아를 양육하면서 어려웠던 상황, 상동행동, 부적응 행동에서 대해 어떻게 했는지 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“우리 아이를 양육하면서 어려웠던 상황을 떠올려봅니다. 그리고 아이의 부적응 행동이나 상황에서 내가 어떻게 했는지 떠올려 봅니다. 그리고 나에게 어떤 의미가 있었는지를 활동지에 적어봅니다.”</p> </div>		80분 (10분 휴식)
마무리	5. 소감문 적고 소감 나누기 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>“태도적 가치를 인식하면서 현재 느껴지는 감정이나 생각을 표현해 주세요. 그리고 오늘의 활동을 하면서 느낀 소감을 소감문에 적어주세요”</p> </div>		20분

프로그램 지침서(8회기)

자기초월-나를 넘어서			
회기	8회기	운영시간	120분
목 표	□ 자기중심에서 타인을 위한 의미 있는 일을 행함으로 삶의 의미를 발견한다.		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일		
도입	1. 인사하기 □ 요즘 어떻게 지냈는지, 현재의 기분과 오늘의 기대를 나누기 2. 로고테라피: 자기초월을 통한 삶의 의미 발견을 설명한다 “자기초월이란 자기 자신을 넘어선 어떤 것, 어떤 사람을 향하는 것입니다. 나를 잊고 다른 사람을 위한 사랑, 의미있는 것을 향하는 것입니다. 플랭클은 자기초월에 대해 인간이 존재하는 핵심이라고 했습니다. 만약 인간이 나만을 생각하는 자기 중심에 빠진다면 우리는 결국 집단적 심리적 어려움에 놓여질 것입니다. 인간은 다른 어떤 것, 누군가를 위해, 즉 어떤 대의를 위해, 자신의 동료를 위해 혹은 신을 위해, 자신을 잃어버릴 때만 오직 자신을 찾을 수 있다는 것입니다. 인간이 만약 자유롭게 자신이 선택한 의미에 자신을 헌신하지 않는다면 존재 자체의 빛을 잃게 될 것입니다. 여기서 중요한 것은 바로 인간의 자유로운 선택입니다. 오늘은 이러한 자기 초월을 탐색하는 시간이 되겠습니다.”		20분
전개	3. 자신을 넘어 내가 누군가를 위해, 또는 나에게 의미 있는 어떤 일을 위해 행하였던 경험 나누기 “눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들어 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉽니다(3회). 눈을 뜨십니다. 나의 인생에서 자신을 넘어 내가 누군가를 위해, 가족도 포함됩니다. 그리고 나에게 의미 있는 어떤 일을 위해 행하였던 경험을 떠올립니다. 그리고 활동지에 적어보겠습니다.” 4. 장애아를 양육하는 엄마를 만난다면 나는 어떻게 도울 수 있을지 나누기 “우리는 치료실에서 또는 활동을 통해서 장애아를 양육하는 엄마를 만나는 경험을 할 것입니다. 나도 같은 경험을 하고 있고 서로의 아픔을 아는 엄마들을 만난다면 나는 어떻게 도울 수 있을지 떠올려봅니다. 그리고 활동지에 적어보겠습니다.”		80분 (10분 휴식)
마무리	5. 소감문 적고 소감 나누기 “나를 넘어서 타인을 위한 의미있는 일을 행했던 경험 나누기를 통하여 현재 느껴지는 감정이나 생각을 표현해 주세요. 그리고 오늘의 활동을 하면서 느낀 소감을 소감문에 적어주세요”		20분

프로그램 지침서(9회기)

죽음과 새로운 결정			
회기	9회기	운영시간	120분
목 표	□ 가상의 죽음을 통하여 삶과 시간의 소중함 인식하기		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일		
도입	1. 인사하기 □ 요즘 어떻게 지냈는지, 현재의 기분과 오늘의 기대를 나누기 2. 로고테라피: 죽음의 의미에 대한 설명 “삶이 소중한 것은 죽음이 있는 삶의 유한성 때문입니다. 빅터 플랭클은 [두 번째 인생을 사는 것처럼 사십시오, 지금 막 하려는 행동이 첫 번째 인생에서 실패한 그릇되게 했던 그 행동이라고 생각하십시오] 라고 했습니다. 죽음을 인식한다면, 당장 죽음을 맞이하지 않더라도 지금 현재 무엇이 중요한지는 인식하고 최선을 다하게 될 것입니다. 오늘은 죽음에 대해 살펴보겠습니다.”		20분
전개	3. 가상의 죽음을 앞두고 살면서 잘한 일 또는 의미 있는 일 나누기 “눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들여 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉼니다(3회). 눈을 뜨십니다. 내가 곧 죽는다고 상상합니다. 죽음을 앞두고 나의 삶을 바라봅니다. 이 삶을 살아가면서 내가 잘한 일이나 의미있게 행했다고 생각되는 일을 떠올립니다.”		80분 (10분 휴식)
	4. 다시 살게 되었을 때. 의미 있게 살기 위해 무엇을 할 것인지 나누기 “다시 살게 되었을 때 의미 있게 살기 위해 무엇을 할 것인지 생각해 봅니다. 활동지에 적어보겠습니다.”		
마무리	5. 소감문 적고 소감 나누기 “가상의 죽음을 경험하면서 현재 느껴지는 감정이나 생각을 표현해 주세요. 그리고 오늘의 활동을 하면서 느낀 소감을 소감문에 적어주세요”		20분

프로그램 지침서(10회기)

새로운 결정(로고힌트)			
회기	10회기	운영시간	120분
목 표	□ 새로운 삶의 태도를 바탕으로 새로운 나를 인식하기		
준비물	명패용 종이, 필기구, 워크북 파일		
도입	1. 인사하기 □ 요즘 어떻게 지냈는지, 현재의 기분과 오늘의 기대를 나누기 2. 로고테라피: 집단상담 프로그램 활동 조망하기 “그동안 로고테라피를 기반으로 한 집단상담 프로그램을 진행하였습니다. 어머니들은 많은 이야기를 표현하고 서로의 이야기를 들으며 많은 것을 느끼셨으리라고 생각합니다. 프로그램을 통하여 삶의 의미를 발견하고 긍정적인 삶의 태도에 도움이 되었기를 바랍니다.”		20분
전개	3. 프로그램을 참여를 통한 나의 변화를 나눈다 “눈을 감고 심호흡을 시작합니다. 하나, 둘, 셋, 넷 들어 마시고 하나 둘에 멈추셨다가 다시 하나, 둘, 셋, 넷에 내 쉽니다(3회). 눈을 뜨십니다. 프로그램을 참여를 했던 그동안의 나를 떠올려 봅니다. 나의 생각이나 감정, 행동에 대해 어떤 변화가 있었나를 떠올려 봅니다.” 4. 집단원간의 서로의 강점이나 칭찬 롤링페이퍼로 작성한다. “책상 위에 놓은 색종이 상단에 나의 별칭을 적습니다. 그리고 옆의 다른 집단원 테이블에 이동합니다. 그런 후 내 책상에 놓인 집단원의 색종이에 그 동안의 회기동안 보았던 나의 느낌, 강점 등을 적습니다. 그리고 마지막 나에게 온 색종이를 읽어보겠습니다.”		80분 (10분 휴식)
마무리	5. 소감문 적고 소감 나누기 “마지막으로 그동안 프로그램 참여 하면서 느낀 소감에 대해 소감문을 적습니다.”		20분

부록 11. 서약서

우리들의 약속

나는 「로고테라피 기반 정서지원 프로그램」에 참여함에 있어 다음 사항을 성실히 지킬 것을 약속합니다.

1. 나는 지금 이곳에서 일어나는 느낌, 감정, 생각을 솔직하게 표현하겠습니다.
2. 나는 다른 집단원의 말을 분석하거나 해석하지 않겠습니다.
3. 나는 다른 집단원의 이야기를 존중하고 경청하겠습니다.
4. 나는 집단에 적극적으로 참여하고 지각이나 결석을 하지 않겠습니다.
5. 나는 집단에서 나눈 이야기에 대해 비밀을 지키겠습니다.

2021년 월 일

이름 : _____ (서명)