

자기성장 집단상담 프로그램이 발달장애자녀를 둔 어머니의 심리적 안녕감, 자기효능감 및 양육효능감에 미치는 효과

윤 의 정(영남대 석사과정) · 홍 상 욱(영남대 교수)

본 연구는 발달장애자녀를 둔 어머니를 대상으로 실시한 자기성장 집단상담 프로그램이 어머니의 심리적 안녕감, 자기효능감 및 양육효능감에 어떠한 변화를 가져왔는가를 살펴보고, 아울러 장애라는 부정적 경험이 의미하는 바를 재정립하고 긍정적으로 평가하는 통합과정을 통해 어머니의 심리·정서적 증진에 유용하게 활용하기 위한 자료 제공에 목적이 있다.

연구대상은 U시 장애부모회에 소속되어 있는 어머니들로 장애유형은 다운증후군, 자폐, 정신지체 등이다. 실험집단에 8명, 통제집단에 8명을 배정하였다. 주 1회씩 10회기 동안 총 20시간 프로그램을 실시하였으며 사전-사후검사를 실시하였다. 김명소 등(2001)의 총 46문항의 심리적 안녕감 척도, 김아영(1997)의 수정 보안을 거친 총 24개의 문항의 자기효능감 척도, 신숙재(1997)가 번안하여 재구성한 총 16문항의 양육효능감 척도를 사용하였다. 자료처리는 SPSSWIN 19.0 프로그램을 이용하여 빈도분석, 기술통계, Cronbach's α 계수(심리적 안녕감 .94, 자기효능감 .85, 양육효능감 .89), 동질성 분석을 위한 맨휘트니(Mann-Whitney) 검증, 사전-사후 집단 간 차이 분석을 위한 대응표본 윌콕슨(Wilcoxon) 검증 등 비모수 방법을 실시하였다. 또한 진행 중의 참여자의 관찰, 소감문 녹음과 활동일지 등의 내용분석을 통해 질적 접근을 시도하였다. 본 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 심리적 안녕감 향상에 유의미한 결과($z=-2.53, p<.05$)를 가져온 것은 장기간 동안의 장애자녀 보살핌으로 자기 자신을 돌아보지 못했었으나 이번 집단상담을 통해 잊고 지냈던 자기의 회복과 자기 자신 이야기를 개방하고 수용하면서 개인적 성장의 기회를 얻음으로써 장애자녀에 대한 긍정적 의미부여와 삶의 목적과의 통합과정으로 재정립해가는 것으로 볼 수 있다. 둘째, 자기효능감에서도 유의미하게 향상된 것으로 나타난 결과($z=-2.54, p<.05$)는 위축되고 불안한 심리·정서적 상태에서 집단구성원 간의 노출과 자유로운 상호작용을 통한 집단역동이 치료적인 역할을 하였다고 해석할 수 있다. 셋째, 양육효능감 향상에 있어서도 유의미한 결과($z=-2.54, p<.05$)를 얻었는데, 내용분석에서 나타난 바와 같이 자기 자신에 대한 이해와 수용, 개방을 거친 자기성장을 통해 심리·정서적 안녕감이 어머니 역할보다 선행되어야 건강한 양육자가 될 수 있음을 확인하는 계기가 되었다고 볼 수 있다.

이에 본 연구는 자기성장 집단상담 프로그램이 발달장애자녀 어머니들의 공통문제나 생활 경험을 나눔으로써 심리·정서적 적응과 결핍감 감소에 유용한 심리적 안녕감, 자기효능감 및 양육효능감에 있어 유의미한 효과가 있음을 입증하였다는 데 의의가 있다.