

여성가장의 생의 의미 향상을 위한 집단상담 프로그램의 효과

신 경 일 최 순 옥 김 숙 남 이 정 지
우즈21심리상담소 부산가톨릭대학교

본 연구는 여성 가장을 대상으로 생의 의미 향상을 위한 집단상담 프로그램을 적용하여 그 효과를 검증하기 위해 시도되었다. 연구대상자는 실직 여성가장기술훈련 과정에 등록된 여성들 중 본 프로그램 참여에 동의한 사람으로 선정되었다. 대상들의 일반적인 특성에 따라 생의 의미를 분석한 결과 연령이나 종교, 교육수준에 따라서는 생의 의미에서 차이가 없었으나, 이혼이나 별거를 한 여성이 사별한 여성가장보다 생의 의미가 높았으며 월수입에 따라서는 생의 의미에서 차이가 나타났다. 2차에 걸친 프로그램 실시결과 프로그램 직후 총 생의 의미와 생의 의미를 구성하는 하위요인인 생의 의미 가치실현에서는 의미있는 차이가 있었으나 자아인식 및 수용에서는 의미있는 차이가 발견되지 않았다. 따라서 본 연구의 집단상담 프로그램은 참여자들의 생의 의미 발견에 효과적이었다고 말할 수 있다. 기술훈련만 받은 집단은 생의 의미가 오히려 감소되었으나 기술훈련과 집단상담 프로그램을 병행한 집단은 생의 의미가 향상되었다. 그러므로 여성가장이 자신의 삶에 희망을 갖고 의미를 발견할 수 있도록 하기 위해서는 기술훈련 같은 경제적 지원뿐 아니라 전문적인 심리적 조력과 개입이 필요하다.

여성이 가정을 주도하고 생계를 이끌어 나가 0.4%에 해당된다고 한다(보건복지부, 1995). 어
는 여성가장 가족은 현대의 여러 가족 유형 중
그 증가율이 두드러진 형태로서 1994년도 통계
청 조사에 의하면 우리나라 전체 가구의 약
머니와 자녀들로만 구성된 여성가장 가족은 배
우자와의 사별, 이혼, 장기간의 별거, 유기 및
배우자의 정신적·경제적 무능력 등 다양한 원

인으로 발생하게 되는데 그 중 사별과 이혼이 가장 주요한 원인으로 지적된다.

우리나라의 현행 사회복지제도는 남성이 생계 책임자가 되고 여성은 가사업무 담당자이면서 경제적으로 그의 피부양자가 되는 특정 유형의 가정을 전제로 하고 있다(서명선, 1999). 사회적 분위기 또한 이러한 유형의 가정만을 정상적인 것으로 간주함으로써 여성은 당연히 남성의 보호를 받아야 하며 남성가장 가족 외의 가정은 정상이 아니라는 편견을 가지고 있다. 또한 최근 들어 여성에 대한 사회적 관심은 증가하고 있으나 그것은 미혼모나 윤락여성, 학대받는 여성 등 주로 요보호 대상에 치중되어 있어 일반여성, 여성가장에 대한 관심은 부족한 편이다. 이렇게 전통적인 가부장적 가치가 만연되어 있는 현 사회에서 여성으로서 가정을 주도하고 생계를 이끌어 나가야 하는 가장이 된다는 것은 경제적·심리적으로 매우 어려운 상황에 틀림이 없다.

일반적으로 여성가장이 겪는 고통에는 가족 부양자 상실로 인한 경제적 어려움과 자녀들에 대한 걱정, 자신들의 건강문제 같은 현실적인 문제와 가까웠던 중요한 관계와 아내의 역할을 상실함으로써 경험하게 되는 심리적인 문제와 고통 그리고 대인관계와 사회적 관계가 축소, 상실됨으로써 가지게 되는 사회적 고통 등이 있다(한국여성개발원, 1988; 조희선, 1991; 한경혜, 1993; 광배희, 1994; 강희정, 1996; 김영희, 1996; 나인옥, 1998).

이른바 “현모양처(賢母良妻)”의 역할만을 내면 화해 온 여성에게 가장의 책임을 떠맡아야 하는 처지는 새로운 역할과 가치를 학습해야 하는 인생의 과도기로서 일종의 위기상황이다. 여성가장이 된 직후 대부분의 여성들은 자신의 삶에 대한 의미와 목적을 상실하고 우울과 절

망, 고독에 빠져 심각한 위기를 경험하며 생의 의미를 상실한다고 말한다(강인, 1998 ; 안명자, 1994 ; 광배희, 1994).

그런데 생의 의미란 사람이 왜 살아가고 있으며 무엇을 위해 활동하고 있느냐 하는 것(하재별, 1987)으로 삶을 지탱하게 하는 근본적인 동기이다. 여성가장이 되는 위기 경험은 여성들에게 자기 인생의 의미를 심각하게 고려하도록 만든다. 그러나 모든 위기나 과도기가 그러하듯 상황을 어떻게 받아들이고 어떤 태도를 취하는가에 따라 그 여성은 새로운 성장과 자아확장의 경험을 할 수도 있고, 만성적인 피해의식에 빠져 정신병적 상태로까지 나아갈 수 있으며 그 피해가 자녀에게까지 미칠 수 있다. 그러므로 여성가장들이 생의 의미를 발견하여 자신의 상황을 수용하고 새로운 성장의 경험을 할 수 있도록 돕는 것은 여성가장 가족의 해체를 막아 여성가장 자신은 물론 그 자녀의 성장을 위한 일인 동시에 우리 사회의 복지에도 중요한 일이 될 것이다.

그러나 우리사회에는 여성가장들의 적응을 돕기 위한 구체적인 지원제도가나 사회적 지지 프로그램이 대단히 부족하다. 여성가장들의 경제적 어려움을 돕기 위한 기술교육이나 훈련 프로그램들은 있지만 대부분 단편적이고 단기 간의 기술훈련에 그쳐 실제적으로 어느 정도 도움이 되고 있는지 의문시되고 있으며 그들의 심리적 적응을 돕기 위한 프로그램은 더 빈약한 편이다(방선옥, 1992).

여성가장들의 적응에 영향을 미치는 요인들은 여성가장들의 연령이나, 결혼기간, 여성가장이 된 기간 그리고 자녀수 같은 변화가 어려운 요인보다는 사회적 지지와 지원 및 성 역할 태도 같은 변화가능한 심리적 요인들이다(정은, 1994; 강인, 1998; 성정현, 1998; 한국여성개발원,

1996; Aguilera, 1990; Bursik, 1991). 여성가장을 대상으로 한 외국의 선행연구들을 보면, 그들의 적응을 돕기 위한 전문적 치료 프로그램 뿐 아니라 자조집단을 통해 사회적 지지를 제공한 결과 효과가 있었음을 보고하고 있으나(Raschke, 1977; Bankoff, 1983; Vachon, 1980), 우리나라의 경우는 그 필요성은 인정하지만(김정자, 1985; 변화순 외, 1990) 실제로 프로그램을 실시해 보고 그 효과를 검증한 연구는 조성혜(1998)의 연구를 제외하고는 거의 없다. 조성혜(1998)는 모자가정의 어머니를 대상으로 12개 과정으로 구성된 프로그램을 실시하였으나 주제별 강의가 대부분이며 3개의 과정만 집단상담 방식으로 운영하였으며 또한 그 내용도 여성가장보다는 가족에 초점을 두고 있다.

따라서 본 연구에서는 궁극적으로 여성가장들을 대상으로 그들과 함께 심리적 고통을 나누고 생의 의미를 발견, 향상시키도록 조력함으로써 그들이 정신적으로 보다 건강한 삶을 살고 성공적으로 적응할 수 있도록 돕고자 한다. 이러한 목적을 달성하기 위해 본 연구는 현재 기술훈련을 받고 있는 여성가장들을 대상으로 하여 그들의 일반적 특성에 따른 생의 의미를 파악하고, 생의 의미 발견을 위한 집단상담 프로그램을 적용함으로써 기술훈련만을 받고 있는 집단과 비교하여 생의 의미에 미치는 효과를 검증해 보고자 하는 것이다.

이론적 배경

1. 여성가장의 현실

여성가장이란 여성으로서 대외적으로는 가족을 대표하고 대내적으로는 여러 가지 사항에 대한 결정권을 가지고 있는 사람 즉, 가정을 주

도하고 생계를 이끌어 나가는 사람을 의미한다(이윤석, 1995). 어머니와 자녀들로만 구성된 여성가장 가족은 현대의 여러 가족유형 중 그 중심가율이 두드러진 형태로서 1994년도 통계청 조사에 의하면 우리나라 전체 가구의 약 0.4%에 해당된다고 한다(보건복지부, 1995). 여성가장 가족은 배우자와의 사별, 장기간의 별거, 이혼, 유기 및 배우자의 정신적 경제적 무능력 등 다양한 원인으로 발생하게 되는데 그 중 사별과 이혼이 가장 주요한 원인으로 생각된다.

사별로 인한 여성가장의 발생은 모든 연령층에서 남성이 여성보다 사망률이 더 높다는 생물학적인 요인 외에도 최근에 급증하고 있는 교통사고와 산업화의 산물로서 중년남성의 사망률 증가에서 기인한다(안명자, 1994; 이윤석, 1995; Janet, 1986). 또한 이혼으로 인한 여성가장의 발생도 이혼률의 급증 뿐 아니라 자녀가 있는 부부의 이혼이 증가하는 경향과 1990년 가족법의 개정으로 미성년 자녀의 친권 및 양육권이 어머니에게 돌아감에 따라 이혼으로 인한 여성가장 가족은 더욱 증가하게 되었다(김진섭, 1996; 한국여성개발원, 1996).

이렇게 배우자의 사망 및 이혼으로 인하여 여성가장 가족은 증가하고 있지만 사회적 관심은 아직 미흡한 편이어서 가족부양에 따르는 여성가장들의 경제적, 심리적 부담과 고통은 심각한 수준에 이르고 있다. 특히 산업화로 인한 사회구조 및 가족구조의 변화 그리고 가치와 규범의 변화로 인해 여성가장 가족의 제반문제는 더욱 심각해지고 있다. 확대가족 하에서는 가족부양에 대한 책임이 가족구성원들에게 분담되어 다소 경감되는 효과를 가지나 핵가족 체제에서는 그것이 어머니에게 집중되는 경우가 많아 홀로된 여성가장들의 부담이 더 커지기 때문이다(안명자, 1994).

여성가장이 겪는 일반적인 어려움 중 가장 큰 어려움은 가족부양자 상실로 인한 경제적 어려움으로, “새로운 빈곤층으로서의 여성” 또는 “빈곤의 여성화”라는 표현이 생겨날 정도이다. 결혼 자체가 경제적 자원의 원천이었던 여성들은 물론이거니와 현재 직업을 가지고 있는 여성가장이라 할지라도 상대적으로 수입이 낮은 직업군에 속해 있기 때문이다. 최근 IMF 상황에 의해 발생한 실업가족 중에서도 특히 여성 실직가장은 다른 실직자에 비해 경제적으로 더욱 어려운 생활을 하고 있는 것으로 나타났으며, 이로 인해 자녀들의 상급학교 진학포기가 12.3%나 되어 빈곤층에서 탈피할 수 있는 미래의 기회마저 박탈됨으로써 빈곤의 장기화, 세습화까지 우려되고 있다(안명자, 1994; 성정현, 1998). 또한 이러한 경제적인 빈곤은 여성가장들의 가장 큰 스트레스 요인인 ‘자녀의 앞날에 대한 걱정’을 더욱 가중시킬뿐 아니라(한국가족학연구회편, 1993) 그로 인해 여성가장 자신들의 건강을 돌보지 못하는 등 그들의 현실적인 문제는 매우 심각한 수준이다(Duffy, 1995).

여성가장이 겪는 두 번째 어려움은 배우자의 부재로 인해 대두되는 정서적인 문제이다. 이혼이나 사별에 의해 홀로된 여성들은 절망감과 부담감, 외로움을 심하게 느끼며 매우 우울한 상태가 된다고 하였으며(한국여성개발원, 1988), 결혼상태에 있는 사람들보다 사고율이나 자살율이 높은 것으로 나타났다(Gove & Shin, 1989). 남편 없이 홀로된다는 것은 그 원인이 무엇이든 심각한 상실을 경험하게 하기 때문인데 이러한 상실은 스트레스를 초래하는 생활사건 중에서 가장 심한 스트레스를 주는 심각한 상황적 위기사건이다. 또한 이러한 심리적인 문제는 사회가 부부와 자녀로 구성된 가정만을 정상으로 간주하고 여성가장들에 대해서는 정상적인

규준으로부터 벗어난 “비정상적인 여성” 혹은 “복 없는 여성”이라는 낙인을 찍음으로 해서 더욱 큰 심리적인 고통을 겪으며 이로 인해 신체적인 건강까지도 악화된다고 한다(Goetting, 1980).

여성가장이 겪는 세 번째 어려움은 여성가장에게 주어지는 역할변화의 문제이다. 현대사회를 살아가는 대부분의 성인 여성들은 여성의 심리적 성숙과 적응이 어머니, 아내라는 여성의 역할에 달려있다는 규범아래서 성장해 왔다. 이런 상황에서 결혼생활이 끝났다는 것은 여성으로서 자기 존중감의 가장 중요한 원천이 상실됨을 의미한다. 이제 홀로된 여성은 통상적인 어머니와 가정주부의 역할 외에도 경제적으로 가장으로서의 역할뿐 아니라 아버지가 수행해야 할 역할까지도 담당해야 하는 것이다. 그러나 남편을 중심으로 여성의 역할을 구분 짓는 전통적인 가부장적인 가치에 의한 사회적 편견은 여성이 가장으로서 역할을 수행하는데 외적·내적 어려움을 더욱 가중시킨다.

그리고 네번째 어려움은 대인관계와 사회적 문제이다. 홀로됨으로 인해 문제는 증가하지만 인적·물적 자원은 급격히 감소하게 된다. 즉, 여성가장들은 정신적, 실제적 도움을 제공받을 다양한 가족 및 사회적 지원의 필요성이 증가하지만, 오히려 가족 및 사회적 관계망의 축소를 겪게 되는 경우가 많다. 특히 이혼한 여성의 경우에는 이혼에 대한 부정적인 인식 때문에 이혼한 사실을 남에게 알리기 꺼려하여 기존의 인간관계마저 단절되거나 사회활동에 참여하는 것, 새로운 대인관계를 형성하는 과정에서 더욱 어려움을 겪는 것으로 나타났다(조희선, 1991).

결국 홀로 된다는 것은 결혼생활이 종말을 맞이하면서 여성가장으로서 적응을 시작하는 것을 의미한다. 사별로 인해 홀로 된 여성은 격렬한 비통의 시기를 거치면서 죽은 사람과의

정서적인 인간관계에서 벗어나 새로운 대인관계를 이룰 수 있는 정신적인 에너지를 점차 얻게 된다(Janet, 1986). 마찬가지로 이혼으로 홀로 된 여성도 개인에 따라 다르지만 통상 이혼 후 2-5년이 지나면 결혼한 사람으로서의 지위나 전 배우자에 의존하지 않는 자신의 독립적 정체감을 확립하고 일상생활의 제반 역할을 수행할 능력을 획득하게 된다(방선옥, 1992). 이렇게 적응과정을 성공적으로 지낸 여성가장들은 위기를 극복하고 현실을 수용해 가면서 살아가나, 그렇지 못한 여성가장들은 상실로 인한 정서적인 반응이 만성화되어 우울증이 나타나고 사회적으로 고립되며, 자아의 붕괴로 인해 정신병적 증상까지 나타낼 수 있다.

일반적으로 여성가장들의 적응에 영향을 미치는 요인들(정은, 1994; 강인, 1998; 성정현, 1998; 한국여성개발원, 1996; Aguilera, 1990; Bursik, 1991)로서 여성가장의 연령이나, 결혼기간, 가족구조, 홀로된 기간, 홀로된 사유, 자녀수 및 자녀의 연령, 경제상태, 여성가장의 건강상태, 사회적 관계 망, 성 역할 태도 등이 지적되어 왔다. 이 중 경제상태나 신체적 건강상태를 제외한 인구학적 특성은 여성가장의 적응에 큰 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났으나 여성가장의 성 역할 태도와 사회적 지지 및 관계 망은 적극적인 영향을 주는 요인으로 나타났다. 그리고 사회적 관계 망에 있어서도 비슷한 처지에 있는 사람들로 구성된 친밀한 관계에 의한 지지 망은 지속적으로 긍정적인 영향을 미치나 친척 관계 망의 지원체계는 홀로된 초기에는 긍정적인 영향을 주나 홀로된 기간이 길어짐에 따라 여성가장의 적응에 긍정적인 영향을 미치지 못하는 것으로 나타났다.

또한 성 역할 태도와 적응의 관계를 보면 전통적인 성 역할 태도(여러 가지 활동 영역에서

남녀의 역할을 성에 의해 구분하거나 가족과 관련된 역할에서 여성은 가정에 속해야 한다는 태도를 보이며 자신의 만족과 정체성이 아내의 역할과 어머니의 역할에 있다고 인식하는 태도)를 지닌 여성에 비해 비전통적인 성 역할 태도(남녀의 역할을 성에 고정시키지 않고 남성과 동등하게 보고 사회활동과 자아실현을 강조하는 태도)를 지닌 여성이 더 적응력이 강한 것으로 나타났다. 이와 같이 여성가장의 적응에 영향을 미치는 요인들은 주로 스스로 변화시킬 수 없는 문제들이 아니라 성 역할 태도나 사회적 관계 망 구축과 같이 여성가장이 스스로 변화시킬 수 있는 영역이라는 것이 밝혀졌다.

여성가장의 적응을 돕기 위한 개입에는 사회경제적인 요인을 변화시키는 방법과 개인적, 심리적 요인을 변화시키는 방법이 있다. 사회경제적 요인들을 변화시키기 위해서는 보다 많은 시간과 자원이 필요하지만 개인적, 심리적인 요인은 보다 적은 자원과 시간을 가지고 그들에게 더 직접적, 지속적으로 영향을 미칠 수 있는 요인이며, 이러한 요인의 변화는 교육이나 개인 및 집단상담으로 가능할 수 있다.

그러나 현재 우리나라에는 여성가장 가족과 같은 특수한 형태의 가족에 대한 정책이나 복지제도는 사실 대단히 부족하며, 특히 여성가장들의 적응을 돕기 위한 구체적인 프로그램은 더욱 빈약한 상태이다. 이러한 사회환경 속에서 여성가장들은 정서적, 경제적인 문제, 자녀교육 문제 그리고 자신의 건강을 돌보지 못하는 등 삼중고(三重苦)에 시달리며 적응하고자 노력하고 있다.

최근 여성가장들이 급증하고 있고 또 그들의 정서적 고충 및 빈곤문제가 심각해지는 현실을 고려할 때 그들에 대한 사회적 차원의 개입 필요성은 더욱 증가하고 있다. 또한 여성가장의

문제와 고통은 개인적인 문제만이 아니라 우리 사회의 가부장적인 사회구조에서 기인한 것이 많으므로 성역할 태도를 변화시키는 전략이 포함되어야 한다.

2. 생의 의미

“인생의 의미는 무엇인가?” 이것은 인생에 대한 근원적인, 그리고 가장 중요한 물음으로 생존의 전체, 인생의 총체에 관한 물음이라고 할 수 있다. Nielsen(1980)은 ‘생의 의미는 무엇인가?’ 하는 질문은 본질적으로 ‘인간은 어떻게 살아가야 할 것인가?’ 또는 ‘우리 삶에 목적이 있다면 어떤 것이 가장 달성할 가치가 있는 것인가?’ 하는 가치에 관한 질문이라고 하였다. 하재별(1987)은 사람이 왜 살아가고 있으며 무엇을 위해 활동하고 있는가 하는 것이 바로 삶의 의미라 하였다. 이렇듯 생의 의미란 인생의 제 가치 속에서 경험되고 파악될 수 있으며, 인간이 가지는 최상의 가치목표 또는 최고의 사명은 어떤 것인가를 밝힘으로써 생의 의미가 무엇인지 알 수 있게 된다고 하였다(허세운, 1994).

생의 의미에 대한 이러한 질문은 종종 외부 세계의 사건이나 체험에 의하여 환기되며, 여러 가지 실패나 불운, 번민과 고통, 병이나 죽음에 직면했을 때 제기된다. 그리고 우리 삶의 모습은 이 물음에 대한 해답에 따라 많은 영향을 받는다(허세운, 1994).

오늘날은 모든 것이 급격히 변화하고 있다. 전통적 가치관은 더 이상 우리 삶에서 지표가 되지 못하고 있으며 현대인들은 뚜렷한 삶의 가치를 상실한 채 자신이 무엇을 원하는지, 무엇을 느끼는지 뚜렷이 인식하지 못하고 남들이 하라는 대로 따라하거나(동조주의 conformism) 남들이 자신에게 하기를 바라는 것을 하는(집단

주의 totalitarianism) 경우가 많아 졌다. 이러한 집단주의와 동조주의 현상은 현대인으로 하여금 진정한 자기와의 만남을 가지지 못하게 하여 삶의 의미를 상실하게 하고 공허감과 불안과 고독, 소외를 일으키는 원인이 되고 있다 (Frankl, 1979).

삶에 대한 이러한 공허감, 권태감, 의미와 가치 상실로 인한 불안과 고독을 Frankl(1963)은 실존적 공허 또는 삶의 무의미성이라고 명명하였다. 2차 세계대전시 나치수용소의 혹독한 상황 속에서 Frankl은 인간은 가장 근본적인 자유, 즉 운명에 대해 어떻게 대처하고 어떤 태도를 가질 것인가에 대해 선택하는 자유를 제외하고는 가치 있게 여기는 모든 것을 잃을 수 있다는 것을 경험으로 터득하였다. 즉, 인간에게는 모든 것이 박탈된 상황이라 할지라도 자신의 실존 결과를 결정할 수 있는 궁극적인 힘, 다시 말해 의지의 자유를 가질 수 있다는 것이다. 이러한 자유는 누구도 빼앗아 갈 수 없는 것으로 우리 삶에 의미와 목적을 불어 넣어준다. 고통스러운 상황에서의 생존경험을 토대로 Frankl은 생명에는 의미가 있으며 인간에게는 의미를 발견하려는 의지가 있고, 그 누구도 침범할 수 없는 의미를 추구할 내적 자유가 있기 때문에 나치수용소 생활이라는 극한 고통과 한계상황 속에서도 의미를 발견할 수 있다고 주장하였다 (Frankl, 1979; 1986).

Frankl이 말하는 의미에는 두 가지 차원이 있다. 하나는 인생의 궁극적 의미이고 다른 하나는 순간적 의미이다. 궁극적 의미란 보다 큰 우주적 질서를 의미하며, 순간적 의미란 모든 삶의 순간 순간이 가지는 독특한 의미를 말한다. 인간은 이러한 의미를 발견하기 위해서 세 가지 가치를 실현해야 하는데 그것은 창조적 가치, 경험적 가치 및 태도적 가치이다.

첫째, 창조적 가치는 창조적인 활동(노동, 취미, 임무에의 열중)을 통해 의미를 발견하는 것으로 직업과 일을 통해 가치를 실현함으로써 발견하는 것이다. 즉, 창조적인 가치는 창조적이고 생산적인 활동에서 인식되고 생활전반에 걸쳐 표현될 수 있는 것이다.

둘째, 경험적 가치는 세상의 경험(예술작품, 자연 그리고 다른 사람들과의 만남)을 통해 의미 발견의 경험을 하는 것이다. Frankl은 사람이 적극적으로 취하는 행동과는 무관하게 삶의 양상을 강도있게 경험함으로써 삶의 의미를 충족시킬 수 있다고 주장한다. 예를 들면, 책을 통한 진리의 발견, 황혼의 아름다움을 보고 감탄하는 등의 경험이다. 이러한 경험의 순간을 '절정 경험'이라고 하는데 한 순간이 전 인생을 의미로 넘치게 할 수 있는 그런 것이다. 그러나 경험적 가치 중 가장 위대한 경험은 성숙한 사랑으로서 상대방의 유일성을 알며 그 사람의 현재뿐 아니라 미래의 잠재력까지 보는 것이다.

이렇듯, 창조적 가치와 경험적 가치는 풍부하고 안전하고 긍정적인 인간의 경험, 즉 창조와 경험을 통한 삶의 풍요로움을 다룬다. 그러나 인생이란 항상 아름답고 풍부한 경험으로만 이루어지지 않는다는 아름다운 경험도 그리고 창조력을 발휘할 기회도 없는 부정적인 상황 예를 들면, 질병이나 죽음과 같은 상황 속에서는 어떻게 의미를 발견할 것인가?

셋째, 태도적 가치는 인간이 곤경에 처했거나 또는 절망적인 상황 속에서, 상황은 아무 것도 달라진 것이 없지만 상황에 대한 자신의 태도(내적인 자유)를 변화시킴으로서 의미를 발견하는 것이다. 고통 그리고 죄의식 및 죽음과 같은 비극적인 상황은 바로 가장 고귀한 가치와 깊은 의미를 실현할 최종적인 기회인 것이다. 즉, 태도적 가치는 주어진 상황을 받아들이며, 운명

을 수용하고 고통을 견디어 내는 용기 그리고 불행 앞에서 보이는 의연함으로 나타난다(이정지, 1995; Frankl, 1979).

Frankl은 삶의 의미를 발견하기 위하여 태도적 가치를 포함시킴으로서 극한 상황에서 조차 인간의 실존은 의미와 목적에 의해 특징지어질 수 있다는 희망을 안겨주고 있다. 이렇듯 인간에게는 삶의 마지막 순간까지 의미를 유지할 수 있고 그 가치를 인식해야 할 의무가 있으며 책임이 있다. 이렇게 의미를 찾는 데는 개인적인 책임이 따른다. 자신의 길을 발견하고 일단 발견한 것은 지속시키는 것은 개인의 책임인 것이며, 한 걸음 더 나아가 자유롭게 실존상황에 맞서서 그 속에서 어떤 목적을 발견해야만 하는 것이다.

생의 의미 관점에서 보면 이혼이나 사별 같은 인생의 위기에 처한 사람들이나(고병학, 1985; 성정현, 1998), 암 같은 불치의 병에 처한 사람들(이정지, 1995), 그리고 진로나 직업을 선택하고 결정해야 하는 인생의 과도기에 선 사람들(김영혜, 1995) 같이 기존의 생활방식과 태도를 수정해야 할 필요를 느끼는 사람들은 의미의 결핍으로 인해 실존적 공허 상태에 있는 경우가 많다고 하였다. 따라서 이혼이나 사별로 홀로된 여성가장들이 배우자와 역할의 상실로 인해 가지는 우울 상태를 인생의 전환기에 있을 수 있는 실존적 공허 상태라 보고 이를 극복하고 자기인생의 의미를 발견하여 미래에 대해 희망을 갖고 노력할 수 있도록 의미치료를 기초한 프로그램 구성을 할 수 있을 것이다(고병학, 1985; 이정지, 1995).

3. 여성가장의 적응을 위한 개입

1) 기존의 프로그램들

여성가장들의 적응을 돕기 위한 프로그램들

은 많지 않다. 대체로 경제적, 물적 지원이 대부분이며 그들의 심리적 문제해결과 적응을 돕는 프로그램은 적은 편이다. 방선옥(1992)은 1992년까지 홀로된 여성 가장을 위해 구체적으로 설계된 프로그램을 실시하고 있는 기관은 없으며, 기존의 상담실을 중심으로 이혼이나 사별을 가족문제의 한 부분으로 취급하여 개별상담을 하거나 필요에 따라 가족상담이 이루어지고 있었지만 매우 부족한 실정이라고 보고한 바 있다. 또한 내담자의 특성에 따른 전문적인 개입이나 기관상호간의 의뢰체제가 형성되어 있지 않아 내담자의 특성이나 문제에 따른 전문적인 개입 역시 거의 없는 편이라고 하였다.

그러나 최근 IMF이후 여성가장에 대한 정부차원의 지원책들이 나오면서 '성남 여성의 전화'에서 여성가장 취업 훈련생을 위한 집단상담 프로그램을 실시하여 많은 효과가 있었다는 결과를 보고한 바 있다(노동부, 1999). 또한 한국 가정법률상담소의 <기러기 교실>, 한국 이혼자 클럽의 <New start club>, 홀로 서기 복지상담 연구소에서도 홀로된 여성들을 위한 프로그램들을 실시하고 있다(방선옥, 1992).

이상에서 제시된 우리나라의 프로그램들은 주로 교양강좌 집단, 자조집단(self-help group)의 성격을 가지며 전문적 상담서비스는 아니지만 홀로된 여성을 위한 프로그램을 실시하고 있다는 점과 홀로된 이후 지지그룹을 형성시켜준다는 점에서 매우 유익한 선구적인 시도라고 생각된다. 외국의 경우 보다 전문적으로 교육과 치료를 수행하고 있었으며 이혼이나 사별에 관련된 문제를 가족전체의 관점에서 보아 광범하게 다루고 있는 것으로 보인다(Young, 1978; Faust, 1987; Hodges, 1991).

2) 생의 의미발견을 위한 집단상담 프로그램

이혼이나 사별 같은 상실을 경험하고 위기에 처한 여성가장들이 생의 의미를 발견하고 미래에 대한 희망을 가질 수 있도록 기존의 다양한 프로그램을 참조하여 구성된 집단상담 프로그램의 목적, 내용과 진행과정, 실시시간 및 장소는 다음과 같다.

① 프로그램의 목적

이혼과 사별 및 배우자 유기 등의 이유로 위기에 처한 여성가장들이 생의 의미를 발견하고 미래에 대한 희망을 가질 수 있도록 기존의 프로그램을 참조하여 집단상담 프로그램을 개발하였다. 본 프로그램에는 실직 여성가장들이 자신의 고통과 문제를 나누고 같은 입장에 있는 다른 사람들의 고민도 들어줌으로써 심리적 소외감을 극복하여 정신건강을 회복하며, 인생에 대한 구체적인 목표설정을 통해 삶에 대한 분명한 목표의식과 희망을 가지며, 자신을 수용하고 장점을 발견하는 경험을 통해 자신감을 회복한다는 목적을 가진다.

② 프로그램 내용과 진행절차

본 연구의 진행에 앞서 부산시내에 소개하고 있는 <일하는 여성의 집> 담당자에게 본 연구의 목적과 진행절차를 설명하고 대상자에 대한 프로그램 진행절차에 대한 동의와 협조를 받아 2차에 걸쳐 <표 1>과 같은 내용으로 진행하였다.

1과정 ; 친밀감 형성과 마음 열기

모임에 대한 간단한 안내로 방향을 제시하고 별칭을 지어 자기 소개한 후 별칭을 외우기 게임을 통해 집단에 대한 기대감을 높이고 집단 분위기를 조성하였다. 그리고 전체를 3집단으로 나누어 집단원들 간의 충분한 대화를 통해 공통점을 찾도록 하였다. 이 과정의 목적은 집단

표 1. 프로그램의 내용과 진행절차

날 짜	시 간	목 표	내 용
1차 ; 9월 11일 2차 ; 10월 8일	오전 9 - 12	친밀감 형성과 마음 열기	오리엔테이션 별칭 짓기와 소개 공통점 찾기
	오후 1 - 5	자아 인식과 경험적 가치실현	나의 소중한 것 10가지 인생그래프
	오후 6 - 12	억압된 감정해소와 태도적 가치실현	신뢰산책 빈 의자
1차 ; 9월 12일 2차 ; 10월 9일	오전 8 - 12	창조적 가치실현과 생의 의미 정리	선택하기 선택 당하기 인생목표 정하기 강의(생의 의미)
	오후 1 - 3	관계증진과 마무리	이불 덮어주기 나의 각오 마무리

원들 간의 친밀성을 높이고 마음을 개방하도록 하는 것이다.

2과정 ; 자아인식과 경험적 가치실현을 통한 의미발견

‘자신의 중요한 것 10가지’는 현재 자신에게 의미있고 소중한 것이나 역할, 사람을 그림으로 그려서 발표함으로써 자신이 이미 가지고 있는 경험적 가치실현 방안을 찾아보는 활동이다. 다음 ‘나의 인생그래프’는 태어나서 죽을 때까지 자신의 전 인생을 지나간 과거, 앞으로 올 미래와 현재로 나누어 자기 인생을 곡선으로 나타내고 이를 집단 앞에서 발표하는 것이다. 현재 자신이 처한 상황과 위치, 역할을 생각해 보는 활동이다. 이 활동은 3집단으로 나누어 진행하였으며 각 집단에는 보조진행자가 1명씩 배정되었다. 활동 목적은 자신을 소중한 것과 전 인생의 관점에서 탐색하면서 자기를 이해하고 수용하며, 자신에게 생의 의미를 주는 경험적 가치 실현방법을 확인하는 것이다.

3과정 ; 억압된 감정해소와 태도적 가치실현을 통한 의미발견

‘신뢰산책’에서는 두 사람이 짝을 지어 한 사람은 장님이 되고 한 사람은 안내자가 되어 15분씩 산책을 하고 다시 역할을 바꾸어 산책을 하도록 하였다. 이때 두 사람은 일체 말을 해서는 안되며 행동으로만 의사소통 하도록 한 후 전체 집단으로 모여 느낀 점이나 생각나는 점을 나누었다. ‘빈 의자’에서는 빈 의자에 자신이 보고 싶은 사람이 있다고 상상하게 한 후, 하고 싶은 말을 하도록 하였는데 순서 없이 동기가 높은 사람부터 나와서 하고 싶은 말을 하도록 하였다. 이때 색 형겼을 의자에 걸치도록 하여 보고싶은 사람을 상징하도록 하였으며 리더의 도움으로 참가자들의 감정이 올라오도록 유도하였다. 희망자가 모두 빈의자 활동을 한 후 정리하는 과정에서 과거와 환경의 피해자라는 의식에서 벗어나 상황에 대한 새로운 태도를 선택할 자유가 있음을 강조하고 과거 고통을 다른 방식으로 생각해 보고 고통의 의미를 찾아

보는 시간을 가졌다. 이 단계의 목적은 참가자들끼리 신뢰감을 높인 후 과거와 환경의 피해 자라는 의식에서 벗어나 현재 자신의 책임과 의무를 인식하고 수용하여 자기 인생의 의미에 대해 다시 생각해보도록 하는 것이다. 즉 태도적 가치실현 방법에 대해 확인하는 것이다.

4과정 ; 창조적 가치실현과 생의 의미 정리

선택하기 선택 당하기는 전체 집단이 타원형으로 둘러서서 리더의 질문(우리 집단에서 가장 이야기해 보고 싶은 사람은? 나에게 가장 소중한 사람과 닮은 사람은?)에 해당하는 사람을 선택하도록 한 후 선택 할 때, 선택 당할 때의 생각과 느낌에 대해 서로 나누는 것이다. 인생목표 정하기는 죽은 후 묘비에 쓸 말-20년 후 나의 모습-10년 후 나의 모습-5년 후 나의 모습-1년 후 나의 모습-1달 후 나의 모습이라는 질문을 주어 자기 인생의 목표를 체계적으로 생각해 보도록 하고 발표를 통해 자신의 모습과 다른 사람의 모습을 비교해 보도록 하였다. 그리고 생의 의미에 대한 강의가 20-30분 정도 프로그램 진행자가 아닌 연구자들 중의 한 사람에게 의해 진행되었다. 이 단계의 목표는 자신을 사회 측정학 및 죽음이라는 새로운 관점에서 인식해 보고 자기 수용을 이루며 인생 목표설정과 구체적 계획을 통해 창조적 가치실현을 통한 생의 의미를 찾아보는 것이다.

5과정 ; 관계증진과 마무리

마무리 단계이므로 지금까지 관계를 맺었던 집단원들과 서로 긍정적 피드백을 교환하는 '이불 덮어주기', 앞으로 자신의 각오를 전체 집단에서 발표하게 한 후 소감문 쓰기와 나누기를 진행하였다. 이 단계의 목적은 전체 집단원들 간의 긍정적인 관계를 확인하고 정리한 후

전체 프로그램에서 학습한 것을 확고하게 하는 것이다. 이상의 내용을 정리하면 <표 1>과 같다.

4. 연구의 제한점

1) 연구대상자 선정에서 실험군의 경우 프로그램 진행시간이 1박 2일(19시간)이 소요되므로 참여하기를 원하는 자를 선정하였고, 통제집단의 경우 실험집단과 비슷한 일반적 특성을 가진 여성가장을 임의 선정하였으므로 실험 전 두 집단간의 생의 의미 수준에서 동질성이 보장되지 않았다.

2) 프로그램 효과를 검증하기 위한 생의 의미 측정이 프로그램 직후 1회에 걸쳐 실시되어 프로그램의 지속적인 효과를 보장할 수 없다.

연구방법

1. 연구설계

본 연구의 설계는 비동등성 통제집단 전후설계(Non-equivalent control group pretest-posttest design)인 유사실험연구로서 다음 그림 1과 같다.

집 단	사전조사	처 치	사후조사
실험집단(기술훈련+집단상담)	O1	집단상담	O2
통제집단(기술훈련)	O1		O2

그림 1. 연구설계

2. 연구대상자

본 연구의 대상자는 부산시내 00구에 위치한

<일하는 여성의 집>, '여성 실직가장 기술훈련 프로그램'에 등록된 여성으로서, 본 집단상담 프로그램 참여에 동의한 사람 25명을 실험집단으로, 나머지 중 30명을 통제집단으로 임의 선정하였다.

대상자의 선정기준은 여성가장으로 25세 이상 55세 미만의 연령이면서 중졸이상의 학력을 가지고 프로그램의 내용에 대한 이해와 질문지 내용을 해독할 수 있고 연구참여에 동의한 자로 하였다. 대상자의 일반적 특성(평균연령, 종교, 교육정도, 결혼상태, 월수입)을 비교한 결과 양군간에 유의한 차이가 없었다.

3. 연구도구

생의 의미 : 생의 의미 측정은 기존의 연구와 Frankl(1963 ; 1979)의 관점을 수용하여 본 연구

자들이 새로 개발한 '생의 의미 측정도구'를 사용하였다(미간행). 본 도구는 생의 의미의 하위 요인인 자아인식 및 수용(18문항)과 생의 가치 실현(45문항)을 측정하는 내용으로 구성된 총 63문항(4점 리커트 척도)의 척도이다. 생의 가치 실현을 측정하는 문항은 인간이 생의 의미를 발견하기 위해서 실현해야 할 세 가지의 가치인 창조적 가치실현, 경험적 가치실현, 태도적 가치실현으로 구성되어 있다. 측정된 점수의 범위는 최소 63점에서 최대 252점까지이며 점수가 높을수록 생의 의미 수준이 높음을 의미한다. 본 도구의 개발 후 프로그램에 적용하기 전 다양한 집단(남.녀 대학생, 실직여성가장, 대학생 이상 다양한 연령층) 351명을 대상으로 구한 도구의 설명력은 63%, Cronbach's alpha = .949였으며, 본 연구에서의 Cronbach's alpha = .966이었다.

표 2. 대상자의 일반적 특성

특성	범주	1차 프로그램(N=27)				2차 프로그램(N=28)			
		실험집단	통제집단	t or χ^2	p	실험집단	통제집단	t or χ^2	p
연령	평균	41.42	44.93	-1.59	.13	39.08	42.40	-1.37	.19
종교	유	10	13	.06	.61	12	12	.86	.35
	무	2	2			1	3		
교육정도	고졸이하	11	13	.17	.59	10	13	.45	.50
	대졸이상	1	2			3	2		
결혼상태	이혼	2	4	.42	.81	5	5	.822	.663
	사별	4	4			4	7		
	*기타	6	7			4	3		
월수입	60만원 미만	11	9	3.58	.17	9	8	.738	.390
	60만원 이상	1	6			4	7		

* 기타는 배우자의 정신적, 신체적 질환 및 경제적 무능력으로 가장의 역할을 장기적으로 수행하지 못하는 경우를 말한다.

4. 자료수집

본 연구는 1999년 9월11일에서 10월9일까지 실험집단과 통제집단의 사전검사, 실험집단의 실험처치, 실험집단과 통제집단의 사후검사의 순으로 프로그램 실시 직전과 직후에 자료수집이 이루어 졌다.

5. 자료분석방법

수집된 자료는 SPSS 10.0 WIN Program을 이용하여 다음과 같이 통계 처리하였다.

- 1) 실험집단과 통제집단의 일반적 특성은 실수와 백분율로 구하였다.
- 2) 실험집단과 통제집단의 유사성 검증을 위하여 t-test 와 χ^2 -test로 분석하였다.
- 3) 대상자의 일반적 특성에 따른 생의 의미

차이분석은 t & F-test로 분석하였다.

4) 집단상담 프로그램의 효과에 대한 검증은 Wilcoxon Signed Ranks Test 와 Mann-Whitney Test 로 분석하였다.

5) 연구도구의 신뢰도는 Cronbach's alpha로 구하였다.

연구결과

1. 일반적 특성에 따른 생의 의미 차이분석

연구대상자인 여성가장들의 일반적 특성에 따른 생의 의미차이 분석결과는 표 3과 같다. 대상들의 일반적 특성에 따른 생의 의미는 연령, 종교, 교육정도에 따라서는 차이가 없었다. 그러나 여성가장이 된 이유와 수입에 따른 차이는 있었다. 즉 사별한 여성의 생의 의미가

표 3. 일반적 특성에 따른 생의 의미 차이

특성	범주	1차 프로그램 (N=27)			2차 프로그램 (N=28)		
		평균(표준편차)	T or F	p	평균(표준편차)	T or F	p
평균연령	29세 미만		1.420	.245	174.00(.)	.168	.846
	30-39세	147.50(22.17)			165.08(31.07)		
	40-49세	159.25(20.91)			160.60(24.87)		
	50세 이상						
종교	유	155.81(22.37)	.396	.695	163.91(27.95)	.435	.667
	무	160.50(16.54)			157.50(21.85)		
교육정도	고졸이하	158.00(20.34)	.965	.344	162.82(25.36)	-.072	.943
	대졸이상	145.33(30.56)			163.80(36.69)		
결혼상태	이혼	147.20(16.77)	3.395	.036*	149.11(23.31)	9.899	.001*
	사별	169.50(3.53)			186.10(15.68)		
	기타	168.37(27.22)			168.00(.)		
월수입	60만원 이상	162.21(20.50)	2.237	.035*	168.76(27.49)	2.874	.009*
	60만원 미만	141.33(17.69)			137.57(11.22)		

가장 높았으며(1차: $F=3.395, p=.036$ 2차: $F=9.89, p=.001$), 월수입은 60만원 이상인군이 60만원 이하인 군보다 생의 의미가 높았다(1차: $F=2.237, p=.035$ 2차: $F=2.87, p=.009$).

2. 1차 프로그램의 효과검증

프로그램 실시 전 실험집단과 통제집단의 실험 전 동질성을 파악하기 위해 생의 의미수준을 측정한 결과 실험집단이 통제집단보다 생의 의미수준이 높았다. 이러한 결과는 본 연구의 실험집단이 자발적으로 프로그램에 참여하기를 원하는 자를 우선으로 선정하였으므로 실험집단은 동기화된 집단으로서 임의 선정된 통제집단보다 생의 의미수준이 높았던 것으로 사료된다.

실험집단과 통제집단의 비동질성을 보완하기 위해 프로그램의 효과를 검증하는 분석과정에서 집단 내(within group)의 실험전후 차이검증과 집단 간 차이(between group difference)의 차이검증을 실시하였으며 그 결과는 표 4와 같다.

표 4에서와 같이 두 집단의 실험전후 생의 의미 변화는 실험집단은 실험 전 168.11(16.05)에서 실험 후 176.88(14.97)로 유의하게 증가하였으며($Z=-2.134, p=.033$), 통제집단은 실험 전 143.20(13.70)에서 실험 후 152.53(13.31)로 유의한

수준은 아니지만 오히려 생의 의미가 감소하였다. 또한 실험 후 두 집단의 생의 의미 변화 정도는 실험집단이 8.77(9.20)증가하였으나 통제집단은 -.66(9.20)으로 감소하여 실험집단 만 생의 의미가 유의하게 증가하였다($U=32.00, p=.034$).

프로그램의 효과검증은 총 생의 의미와 함께 생의 의미의 하위요인인 자아인식 및 수용과 생의 가치실현 의미로 나누어 분석하였으며 자아인식 및 수용과 생의 가치실현 의미에 대한 1차 프로그램의 효과에 대한 검증결과는 다음 표 5 및 표 6과 같다.

표 5에서와 같이 실험전후 자아인식 및 수용 변화는 실험집단과 통제집단 모두에서 통계적으로 유의한 증가는 없었다. 그리고 실험후 두 집단 생의 의미 변화 정도는 실험집단이 통제집단 보다 많은 증가를 하였으나 통계적으로 유의한 차이는 아니었다.

표 6에서와 같이 두 집단의 실험전후 생의 가치실현 의미 변화는 실험집단은 실험 전 121.70(10.89)에서 실험 후 127.18(10.40)로 유의하게 증가하였으며($Z=-2.255, p=.024$), 통제집단은 실험 전 92.86(13.42)에서 실험 후 90.46(13.25)으로 생의 가치실현 의미가 감소하였다. 그리고 실험후 두 집단의 생의 가치실현 의미 변화 정도는 실험집단은 7.11(6.66)이 증가하였으나 통

표 4. 실험집단과 통제집단의 생의 의미 차이 N=27

변수내용	실험집단 mean(SD)	통제집단 mean(SD)	U값	p값
프로그램전	168.11(16.05)	143.20(13.70)		
프로그램후	176.88(14.97)	142.53(13.31)		
프로그램전후차이	8.77(9.20)	-.66(9.20)	32.00	.034
Z값(p값)	-2.134(.033)	-.245(.806)		

표 5. 실험집단과 통제집단의 자아인식 및 수용 차이 N=27

변수내용	실험집단 mean(SD)	통제집단 mean(SD)	U값	p값
프로그램전	47.16(6.29)	46.80(4.58)		
프로그램후	48.75(4.28)	47.93(3.80)		
프로그램전후차이	1.58(3.28)	1.13(2.38)	74.00	.425
Z값(p값)	-1.346(.178)	-1.655(.098)		

표 6. 실험집단과 통제집단의 생의 가치실현 의미 차이 N=27

변수내용	실험집단 mean(SD)	통제집단 mean(SD)	U값	p값
프로그램전	121.70(10.89)	92.86(13.42)		
프로그램후	127.18(10.40)	90.46(13.25)		
프로그램전후차이	7.11(6.66)	-2.40(7.90)	7.00	.000
Z값(p값)	-2.255(.024)	-1.253(.210)		

표 7. 실험집단과 통제집단의 생의 의미 차이 N=28

변수내용	실험집단 mean(SD)	통제집단 mean(SD)	U값	p값
프로그램전	179.23(14.06)	141.53(10.37)		
프로그램후	187.15(18.46)	142.06(9.62)		
프로그램전후차이	7.92(11.41)	.533(5.87)	52.00	.036
Z값(p값)	-2.474(.013)	-1.14(.231)		

제집단은 2.40(7.90)이 감소하여 실험집단만 생의 가치실현 의미가 유의하게 증가하였다(U=7.00, p=.000).

3. 2차 프로그램의 효과검증

2차 프로그램 실시결과 실험집단과 통제집단의 생의 차이는 표 7과 같다.

두 집단의 실험전후 생의 의미 변화는 실험

표 8. 실험집단과 통제집단의 자아인식 및 수용 차이 N=28

변수내용	실험집단 mean(SD)	통제집단 mean(SD)	U값	p값
프로그램전	50.00(3.85)	47.86(3.77)		
프로그램후	52.23(5.86)	49.13(4.39)		
프로그램전후차이	2.23(3.89)	1.27(4.89)	93.50	.852
Z값(p값)	-1.701(.089)	-2.009(.066)		

표 9. 실험집단과 통제집단의 생의 가치실현 의미 차이 N=28

변수내용	실험집단 mean(SD)	통제집단 mean(SD)	U값	p값
프로그램전	129.15(12.75)	90.33(9.19)		
프로그램후	134.46(15.16)	89.26(9.02)		
프로그램전후차이	5.31(2.97)	-1.06(4.47)	.00	.000
Z값(p값)	-2.137(.033)	-1.198(.231)		

집단은 실험 전 179.23(14.06)에서 실험 후 187.15(18.46)로 유의하게 증가하였으며($Z=-2.474$, $p=.013$), 통제집단도 실험 전 141.53(10.37)에서 실험 후 142.06(9.62)으로 생의 의미가 증가하였으나 통계적으로 유의하지는 않았다.

실험후 두 집단의 생의 의미 변화 정도는 표 7에서와 같이 실험집단이 7.92(11.41) 증가하였으나 통제집단은 .553(5.87)이 증가하여 실험집단 만 생의 의미가 유의하게 증가하였다($U=52.00$, $p=.036$).

2차 프로그램의 효과검증을 위해 전체 생의 의미를 생의 의미 하위 요인인 자아인식 및 수용과 생의 가치실현 의미로 분석한 결과는 다음 표 8 및 표 9와 같다.

표 8에서와 같이 두 집단의 실험전후 자아인

식 및 수용은 실험집단과 통제집단 모두에서 증가하였으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 그리고 실험 후 두 집단의 생의 의미 변화정도에서도 통계적으로 유의한 차이가 없었다.

두 집단의 실험전후 생의 가치실현 의미변화는 실험집단은 실험 전 129.15(12.75)에서 실험 후 134.46(15.16)으로 유의하게 증가하였으며($Z=-2.137$, $p=.033$), 통제집단은 실험 전 90.33(9.19)에서 실험후 89.26(9.02)로 생의 가치실현 의미가 오히려 감소하였다. 그리고 실험후 두 집단의 생의 가치실현 의미 변화정도는 실험집단은 5.31(2.97)이 증가하였으나 통제집단은 1.06(4.47)이 감소하여 실험집단 만 생의 가치실현 의미가 매우 유의하게 증가하였다($U=.00$, $p=.000$).

는 의

최근 경제적 위기 및 사회적 가치의 변화로 여성가장 가족은 증가하는 추세이며 이는 주요한 사회문제로 대두되고 있다. 여성가장들은 가족부양자 및 배우자 상실로 인한 경제적 어려움과 정서적 고통 그리고 과중한 역할부담감, 사회적 지지체계 및 대인관계의 축소로 인하여 허탈감과 분노, 상실감, 소외감, 열등감을 느끼며 희망을 잃고 무기력하게 되어 우울증과 불안에 시달리는 경우가 많다. 그러나 실제로 여성가장에 대한 사회적 관심과 배려는 그들의 생계유지를 위한 최소 수준의 경제적 지원에 머물고 있어 아직 미흡한 수준이다.

이렇게 위기에 처한 여성가장들에게 필요한 것은 생활 안정 수단을 보조해 주거나 구직 서비스를 제공해 주는 것 뿐 아니라 삶에 대한 희망과 자신감, 새로운 것에 도전하는 용기, 자신의 상황을 새로운 각도와 관점에서 바라볼 수 있는 융통성이다. 방선욱(1992)의 연구에 의하면 여성가장들은 심리적, 정신적 문제에 대한 전문적인 조력에 대한 욕구가 가장 높다고 한다. 따라서 경제적 지원과 함께 사회적, 심리적 지지를 위한 전문적인 개입이 매우 필요하다고 볼 수 있다.

본 연구에서는 위기에 처한 여성가장들이 생의 의미를 발견하고 미래에 대한 희망을 가질 수 있도록 기존의 프로그램을 참조하여 친밀감형성과 마음열기, 자아인식과 경험적 가치실현을 통한 의미발견, 억압된 감정해소와 태도적 가치실현을 통한 의미발견, 창조적 가치실현을 통한 의미발견과 생의 의미정리, 관계증진과 마무리로 구성된 총 5과정, 19시간의 집단상담 프로그램을 개발하여 실시하였다.

프로그램 실시 전 일반적 특성에 따른 생의

의미는 연령, 종교, 교육정도에 따라서는 차이가 없었으나, 결혼상태와 수입에 따른 차이는 나타났는데, 이혼이나 별거 중인 여성보다 사별한 여성의 생의 의미가 높았고($F=3.395, p=.036$), 월수입은 60만원 이상인 군이 60만원 이하인 군보다 생의 의미가 통계적으로 유의하게 높았다($F=2.237, p=.035$).

이러한 결과는 사회인구학적 변인 중 홀로된 사유나 기간, 건강상태 및 경제수준을 제외하고는 여성가장의 적용에 영향을 미치지 않는다는 선행연구들과 동일한 결과이다(김오남, 1998 ; 안명자, 1994 ; 성경현, 1998 ; Bursik, 1991; Dixon & Retting, 1994).

1차, 2차 프로그램의 효과검증은 총 생의 의미와 생의 의미의 하부요인인 자아인식 및 수용과 생의 가치실현 의미로 각각 분석하였다.

프로그램 후 총 생의 의미 변화는, 실험집단은 1차 프로그램 후 168.11(16.05)에서 176.88(14.97)로 그리고 2차 프로그램 후에는 179.23(14.06)에서 187.15(18.46)로 증가하여 1, 2차 모두에서 통계적으로 유의하게 증가하였으나 통제집단은 1차에서는 오히려 다소 감소하였고, 2차에서는 생의 의미가 약간 상승하였으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 따라서 본 프로그램의 내용은 여성가장들의 생의 의미를 높이는 데 효과적이었다고 말할 수 있겠다.

그러나 기술훈련만 받았던 통제집단의 생의 의미는 오히려 감소하였다. 그 이유는 자신의 상황에서 탈피하기 위해 일하는 여성의 집 기술훈련 과정에 등록하여 생활을 개선할 수 있다는 희망을 가졌던 대조군의 여성가장들은 훈련받는 과정을 통해 점차 현실적인 취업의 어려움에 대해 알게 되고 이러한 현실적인 장애가 대조군의 생의 의미 수준을 감소시켰을 것으로 생각된다. 또한 본 연구의 실험집단은 자

발적으로 프로그램에 참여하기를 원하는 자를 우선 선정하였으므로 실험집단은 생의 의미를 발견하고자 동기화된 집단으로서 임의 선정된 통제집단보다 프로그램 실시 전부터 생의 의미 척도에서 높은 점수를 보였으며, 이렇게 동기화된 실험집단은 프로그램의 참여로 그들의 생의 의미가 더욱 향상되었을 것으로 사료된다. 생의 의미를 체계적으로 연구한 Frankl은 인간에게는 자유의지가 있으므로 어떤 극한 상황에서도 반응을 자유롭게 선택할 능력이 있다고 하였다. 이것이 인간이 가지고 있는 의미에의 의지(will to meaning)로 실험집단은 이 의미에의 의지가 더 높은 집단이었고 볼 수 있다.

자아인식 및 수용은 1차, 2차 프로그램 후 실험집단과 통제집단 모두에서 증가는 하였으나 통계적으로 유의하지는 않았다. 이러한 결과는 자아인식과 수용이 자신의 존재를 수용, 존중, 사랑하는 것이고 자신의 존재와 본질에 대한 신뢰를 나타내는 것이므로(도복름 외, 1990) 쉽게 변화하는 것이 아니며, 비교적 지속성을 지닌 변인이기 때문에 19시간이라는 단기간의 프로그램을 통해 차이를 가져오기는 어려웠기 때문인 것으로 생각된다. 정신 질환자를 대상으로 1개월간 의미요법을 실시한 이정지(1995)의 연구에서도 자아존중감은 실험 처치 후 변화되지 않았다.

생의 가치실현 의미 변화는 실험집단은 1차 프로그램 후 실험 전 121.70(10.89)에서 실험 후 127.18(10.40)로 그리고 2차 프로그램 후에는 129.15(12.75)에서 134.46(15.16)으로 증가하여 1, 2차 모두 통계적으로 유의하게 증가하였으나 통제집단은 1, 2차 모두에서 생의 가치실현 의미가 감소하였다. 이러한 결과는 첫째, 프로그램의 내용에 인생의 목표를 설정하고 그 목표를 실현하는 방법으로서 직업과 일에 대한 구

체적인 계획을 설정하는 과정이 포함되어 있어 직업, 일과 같은 창조적 활동을 통해 의미를 발견하는 창조적 가치실현을 통한 생의 의미발견이 가능하였기 때문일 것으로 생각된다. 둘째, 집단참여를 통해 자신들의 처지와 비슷한 사람들을 만나게 되어 자신의 고통이 자신만의 것이 아니라는 것을 인식하게 됨으로써 고통이 경감되는 보편성의 효과가 있었을 것이며(최해림, 장성숙, 1993), 다른 사람들과의 진실한 만남과 나눔의 기쁨을 느낌으로써 경험적 가치실현이 가능하였기 때문으로 본다. 그리고 고통에 대한 태도를 변화시킬 수 있도록 고통스러운 경험을 나눔으로써 카타르시스를 경험하게 하고(빈의자), 생의 의미에 대한 강의 및 토론 과정을 통하여 태도적 가치실현 역시 가능하였기 때문일 것으로 생각된다.

종합적으로 볼 때 본 연구에서 실시한 집단상담 프로그램은 여성가장들의 생의 의미 발견에 효과적이었다. 본 프로그램을 통하여 여성가장들은 유사한 경험을 가지고 있는 다른 여성가장들과 자조그룹을 형성하는 기회가 되었으며, 이를 통해 자신들이 이제까지 우리 사회의 가부장적인 통념의 희생자였으나 이제 여성으로서 당당하게 자기 삶을 꾸려나가는 한 가족의 가장이라는 긍지와 어떤 일이든 닦치면 할 수 있다는 용기와 자신감을 가질 수 있게 되었다.

여성가장들은 집단상담 프로그램에 참여함으로써 그들이 이미 받고 있던 기술훈련도 더 열심히 받게 되었으며 집단원들 간의 분위기도 매우 좋아져 성장 촉진적이고 치료적인 상호관계가 수립되었다. 따라서 여성 실직가장을 위한 교육 프로그램에는 직업을 위한 기술훈련과 함께 심리적 조력프로그램이 포함되어야 더욱 효과적인 교육이 될 수 있다고 말할 수 있겠다.

가부장적 사회의 피해자이기도 한 여성 실직가장들이 여성으로서 그리고 가장으로서 자기생의 의미를 발견하여 삶의 목표를 설정하고 희망을 가지고 살아갈 때 그들의 삶과 자신에 대한 만족과 긍지 뿐 아니라 그 자녀와 가족, 그리고 우리 사회 전체의 행복과 정신건강 수준은 향상될 것이다.

이상과 같은 연구성과를 토대로 몇 가지 제언을 하면 다음과 같다.

- 1) 여성가장을 위한 지원에는 심리적인 지원이 포함되어야 한다.
- 2) 여성가장 자녀들을 위한 조기 개입이 필요하다.
- 3) 프로그램의 타당성과 그 효과를 검증하기 위해 추후 효과 검증과 함께 다른 여성가장 집단을 대상으로 한 후속연구가 필요하다.
- 4) 여성가장들의 생의 의미수준을 파악하기 위해 다른 여성들의 생의 의미를 비교하는 연구가 필요하다.

참고문헌

- 강인(1998). 중년기 여성이 경험하는 배우자 사별 스트레스와 적응. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 강희정(1996). 홀로된 여성의 재혼의사에 관한 연구. 전남대학교 석사학위논문.
- 고병학 역 (1985). Fabry, J. B.(1974). *The Pursuit of Meaning : Viktor Frankl, Logotherapy and Life*. CA : Hillsborough 94010. 의미치료. 서울 : 양영각.
- 곽배희(1994). 이혼원인 및 과정에 관한 사례연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 한국가족학연구회(1993). 이혼대책에 관한 요구도 조사연구, 이혼과 가족문제, 도서출판 하우.
- 김오남(1998). 편모가족의 가족스트레스와 심리적 복지. 전남대학교 박사학위논문.
- 김영혜(1995). 의미요법 집단상담이 20대 미혼여성의 삶의 목적, 자아존중감 및 스트레스 감소에 미치는 효과. 동아대학교 석사학위논문.
- 김영희(1996). 빈곤층 편모의 스트레스가 부모역할 수행에 미치는 영향 : 심리적 디스트레스의 매개역할 중심으로. 서울대학교 박사학위논문.
- 김정자(1985). 편부모가족의 지원방안에 관한 연구. 여성연구 3(1). 한국여성개발원.
- 김진섭(1996). 사회변동과 이혼률 추이 분석. 서울대학교 석사학위논문.
- 김혜련(1993). 여성의 이혼경험을 통해본 가부장적 결혼연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 나인옥(1998). 이혼가정 모자간 적응실태에 관한 연구. 대구대학교 석사학위논문.
- 노동부(1999). '99 전국일하는 여성의 집 관장 워크샵' : 일하는 여성의 집 운영사례.
- 도복름 외 9인(1990). 최신정신간호학. 서울, 현문사.
- 방선욱(1992). 이혼적응을 위한 프로그램에 관한 조사연구. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 변화순, 윤영숙, 강선혜(1990). 한국가족 정책에 관한 연구. 한국여성개발원.
- 보건복지부(1995). 모자가정 조사결과('94년말 기준).
- 성정현(1998). 성역할태도와 이혼여성 적응에 관한 연구. 서울대학교 박사학위논문.
- 안명자(1994). 친족지원과 사별한 편모의 심리적 복지감. 한국교원대학교 석사학위논문.

- 이봉우 역(1980). Frankl, V.(1969). *The Will to Meaning :Foundations and Applications of Logotherapy*. N.Y : New American Library. 의미에의 의지 : 로고테라피의 이론과 실제. 분도출판사.
- 이윤석(1995). 도시지역 여성가장가구의 생활실태에 대한 연구. 서울대학교 석사학위 논문
- 이정지(1995). 의미간호요법이 정신질환자의 자아존중감, 생의 목적과 의미발견 및 희망에 미치는 효과. 경북대학교 박사학위논문.
- 정은(1994). 상배여성의 사회적응을 위한 심리사회적 접근, 숭실대학교 박사학위논문.
- 조성혜(1998). 집단프로그램을 통한 모자가족의 자조집단 형성에 관한 연구. 여성연구 16 (2), 한국여성개발원. 289-315.
- 조희선(1991). 모자가족과 부부가족의 가족스트레스에 관한 비교 연구. 성심여자대학교 박사학위논문.
- 하재별(1987). 참 인간 삶과 자아실현, 대구: 성요셉출판사.
- 한국가족학 연구회 편(1993). 이혼과 가족문제, 서울: 도서출판 하우.
- 한경혜(1993). 이혼여성의 문제와 적응과정에 관한 연구. 여성연구, 11(4), 127-150.
- 한국여성개발원(1988). 과부의 적응과정과 사회적 지원. 여성연구, 3(1), 112-131.
- 한국여성개발원(1996). 이혼가족을 위한 대책연구. 서울: 한국여성개발원
- 허세운 역(1994). 현대에 있어서 삶의 의미, 대구: 이문출판사.
- Aguilera, D. C.(1990). *Crisis intervention ; Theory and methodology*(6th ed.,) Philadelpia : Mosby.
- Bankoff, E.A.(1983). Social support and adaptation to widowed. *Journal of Marriage and The Family*, 11, 827-839.
- Bursik, Krsanne(1991). Correlates of women's adjustment during the separation and divorce process. *Woman and Divorce*, Boston : Hawort Press, Inc., 137-162.
- Dixon, C. S., & Retting, K. D.(1994). An Examination income adequacy for single women two years after divorce. *Journal of Divorce and Remarriage*, 22(1), 55-71.
- Duffy, M.E.(1995). Factors influencing the health behaviors of divorced women with children. *Journal of Divorce & Remarriage*, 22(3), 1-12.
- Frankl, V.E.(1963). *Man's searching for meaning : An introductuin to logotherapy*. NY : Washington Square Press
- Frankl, V.E.(1979). *Psychotherapy and existentialism : Selected papers on logotherapy*. NY : Washington Square Press
- Goetting,A.(1980). Divorce outcome research : Issues & perspectives. *Journal of Family Issues*, 2, 350-378.
- Gove, W.R. & Shin, Hee-Choon(1989). The psychological well-being of divorced and widowed men and women. *Journal of Family Issues*, 10(1), 122-144.
- Janet, G. K.(1986). *Contemporary women's health*, CA : Addison-Wesley Publishing Company.
- Nielsen, Kai(1980). *Linguistic philosophy and 'The Meaning of Life' in The meaning of life*, Englewood Cliffs, New Jersey. Prentice- Hall, Inc., 129.
- Raschke, H.J.(1977). The role of social participation in post-separation and post-divorce adjustment. *Journal of Divorce*, 1, 129-140.
- Vanchon, M. L. S., W. A., Psycho, D., Rogers, J., Freeman-Lotofsky, K., & Freeman, S. J.(1980). A controlled study of self-helf intervention for widows. *American Journal of Psychiatry*, 137, 1380-1384.

The Effect of the Group Counseling Program of Unemployed Matriarch on Improving the Meaning in Life.

Kyung-Il Shin Soon-Ock Choi Sook-Nam Kim Jeong-Ji Lee
Pusan Catholic University

This study was designed to testify the effect of group counseling program for unemployed matriarch on the meaning in life.

The subjects were women registered in occupational training program for the unemployed matriarch which is being practiced in 'Working Women Center' located in Pusan. We selected the 25 persons from them agreed to our program as experimental group and choice 30 person as control group.

This study was done from 11th, September 1999 to 9th, October. The instrument used for this study was Meaning in Life(unpublished) which was composed of 63 items developed by us. It's Cronbach's alpha was .949. The questionnaire of Meaning in Life was given at opening and end of the program.

Data were analyzed by frequency, percentage, mean, SD, χ^2 -test, T & F-test, Wilcoxon Signed Ranks Test and Mann-Whitney Test.

The results of this study were as follows:

- 1) There were no significant differences in the level of Meaning in Life according to age, religion and education, but there were significant differences according to income.
- 2) There were significant differences according to the level of Meaning in Life except self-acceptance(and self awereness)(1st : from 168.11 to 176.88, 2nd : from 179.23 to 187.15). But there were no significant differences at control group.
- 3) There were no statistically significant differences in the level of self-acceptance(and self awereness).
- 4) There were significant differences in the level of value-actualization of meaning in life(1st : from 121.70 to 127.18, 2nd : from 129.15 to 134.46). But there were no significant differences at control group.

On the basis of above results, it is concluded that 'the program for unemployed matriarch is effective in improving the meaning in life of them.

Therefore, it is suggested that the support for unemployed matriarch should be not only technical training but also psychological, professional and systematic support.