

부모교육과 기독교상담 관점에서 본 어머니의 양육불안에 대한 질적 사례연구

이수희*

국문초록

본 연구의 목적은 부모교육프로그램에 이어 실시된 성경적 상담이 어머니의 양육불안 해소에 어떠한 영향을 주었는지 밝히는 것이다. 연구대상은 부모교육 프로그램을 수료한 세 명의 기독교 신앙을 가진 어머니들의 상담일지와 인터뷰를 바탕으로 한 질적 사례연구이다. 연구문제는 먼저, 그들의 양육불안은 어떤 형태로 나타나는가? 그리고 성경적 관점에서 본 양육불안에 대한 마음의 동기는 무엇인가? 성경적 상담을 통하여 그들의 삶에 어떤 변화가 일어났으며, 상담 종료 3개월 후 현재까지 그 변화가 지속되고 있는가이다.

연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 성경적상담은 어머니의 양육불안해소와 자녀와의 갈등감소 및 가족 간의 관계회복과 개인의 영적성숙에 매우 도움이 되었음을 시사한다. 둘째, 현재까지 지속되고 있는 말씀묵상과 기도와 경건생활은 자신의 죄악 된 반응을 돌아보게 하여 자녀와의 갈등을 해소하며, 부모교육과 상담의 효과를 지속시키는데 많은 도움을 주었다. 마지막으로, 효과적인 대화법 훈련과 자녀의 신체적 정서적 발달단계에 대한 부모교육은 자녀를 이해하고 편안한 관계를 유지하는데 도움이 되었다.

이와 같은 결과는 자녀를 양육하는 기독교부모들을 위한 성경적 가치관을 바탕으로 한 기독교부모교육프로그램의 개발 및 부모교육과 성경적상담을 활성화하는 것이 바람직함을 시사한다.

중심단어: 성경적상담, 양육불안, 부모교육, 관계회복, 질적 사례연구

• 논문 투고일: 2015년 10월 08일

• 논문 수정일: 2015년 11월 10일

• 게재 확정일: 2015년 11월 12일

*충신대학교

I. 여는 글

가족은 정서체계로서 기능하며 가족 간의 상호의존성을 가진다.¹⁾ 그러므로 자녀의 발달과정상의 어려움에 대한 지식과 이해가 부족한 어머니의 경우, 많은 양육스트레스를 받게 되며 양육불안은 고조될 수 있다. 청소년의 스트레스는 그들의 문제행동에 영향을 미치며, 부모에게 자녀의 발달적 특징에 대한 이해와 정서적 지지를 통한 부모의 적절한 감독을 요구한다. 부모가 정서적 유대감을 바탕으로 자녀에 대한 통제와 감독을 잘 할 수 있도록 돕기 위해서는 부모로 하여금 교육과 훈련을 받도록 하는 것이 중요하다.²⁾

분리불안이나 기타 심리적인 문제를 해결한 부모의 건강한 심신은 부모-자녀관계와 미래의 자녀심신건강에 뚜렷한 영향을 미친다. Barlow의 연구는 부모교육프로그램 및 상담이 부모의 불안, 우울, 죄책감과 양육확신에 단기간 동안 긍정적인 효과가 있었다고 밝혔다. 그러나 6개월 후 사후조사결과 스트레스와 부모역할에 대한 확신에는 지속적인 영향을 끼치고 있었으나, 1년 후 조사결과에서는 모든 영역에서의 영향력이 사라졌다. 이러한 결과로 추론해 볼 때 상담효과를 지속시키기 위해서는 지속적인 부모교육이 수반되어야 한다.³⁾

자녀가 성장하면서 부모와의 거리두기와 분리개별화를 시도하는 것은 인간으로서의 정상적인 성장과정이다. 특히 초4부터 중2까지의 초기

1) M. E. Kerr, *Family Evaluation*, 남순현 역, 『보웬의 가족치료이론』 (서울: 학지사, 2005), 18-24.

2) 안혜원 · 이재연, “청소년의 스트레스와 문제행동에 관한 부모예측 및 부모감독의 중재효과”, 한국아동학회, 『아동학회지』 제30권 1호(2009): 86.

3) J. Barlow, N. Smailagic, N. Huband, V. Roloff, & C. Bennett, “Group-Based Parent Training Programmes for Improving Parental Psychosocial Health,” *Cochrane Database of Systematic Reviews* 5(2014): CD002020, DOI: 10.1002/14651858.CD002020.pub4.

청소년기에는 자녀가 초등학생에서 중학생으로 전환하는 시기로, 행동적 특징으로 드러나는 이들의 공격성은 점차적으로 증가한다. 반면 부모에 대한 의존과 애착은 점차적으로 감소한다. 대신 또래집단과 빈번한 교류를 하면서 그들로부터 받는 지지를 더 선호하게 된다.⁴⁾

부모교육은 성장기자녀의 특징에 대한 부모의 인식을 높이고, 자녀와의 분화에 영향을 미치는 어머니의 분리불안과 문제형 의사소통방식을 해결하도록 돕는다.⁵⁾ 또 다년간의 자료 분석결과 지속적인 부모교육프로그램은 안정적인 부모 되기와 자녀와의 원만한 상호작용을 돕는데 효과적이었다.⁶⁾ 유치원부모를 대상으로 한 부모교육방법에 관한 연구에서 부모들은 양육관련 정보를 얻는 여러 형태의 교육의 장보다는 상호작용하며 문제를 다루는 상담의 형태를 선호하는 것으로 분석되었다.⁷⁾

초기청소년기의 변화에 대한 부모-자녀의 인식에 관한 연구에서 부모들은 자녀들의 수준에 맞는 학업, 진로 및 청소년문화 등에 대한 정보 지원을 원하며, 부모자신의 상처를 치유 받을 수 있는 프로그램의 지원을 기대한다.⁸⁾ 기독교부모교육프로그램이 부모역할만족도에 미치는 영향 조사에서는 1차 교육에 이은 지속적인 변화를 위한 후속 프로그램의 설

- 4) 한은영, “초기 청소년의 공격성에 관한 종단연구”, 한국아동복지학회, 『한국아동복지학』 제48호(2014): 225-229.
- 5) 서주연 · 정남운, “청소년 자녀를 둔 어머니의 대상 신뢰가 자녀와의 분화에 미치는 영향에서 어머니의 분리불안과 문제형 의사소통의 매개효과”, 한국상담심리학회, 『한국상담심리학회지: 상담 및 심리치료』 제23권 2호(2011): 398.
- 6) J.Barlow & E. Coren, “Individual and Group Based Parenting Programmes for Improving Psychosocial Outcomes for Teenage Parents and their Children,” *Cochrane Database of Systematic Reviews* 3(2011): CD002964, DOI: 10.1002/14651858. pub2.
- 7) 민숙영, “유치원 부모교육 내용과 방법에 대한 어머니의 요구도 연구”(석사학위논문, 숙명여자대학교 교육대학원, 2005), 43-44.
- 8) 소수연 · 안지영 · 양대희 · 김경민, “초기 청소년의 변화에 대한 부모-자녀의 인식에 관한 연구”, 한국청소년상담원, 『청소년상담연구』 제22권 1호(2014): 270.

계를 제안했다.⁹⁾ 또 부모교육의 방법에 있어 적대적이고 억압적인 의사소통 방식을 바꾸도록 도운 후 어머니의 분리불안을 다루어 준다면 부모-자녀관계의 질을 높이는데 도움이 될 것으로 기대된다.¹⁰⁾

교회 안의 부모들도 자녀양육불안을 호소한다. 좋은 부모가 된다는 것은 그리스도인 부모로서의 분명한 정체성을 가지고 신앙 안에서 성숙한 인격을 갖추어¹¹⁾ 하나님의 형상을 회복하는 것이다.¹²⁾ 그러나 기독교 부모교육프로그램은 일부 대형교회와 뜻이 있는 교회를 제외하고는 효과적인 부모교육을 실현하기에 충분하지 않다. 더구나 프로그램 내용이나 효과성에 대한 검증이 확실하지 않은 것이 현실이다.¹³⁾ 이러한 상황을 볼 때 기독교어머니들을 위한 보다 효과적인 성경적 관점의 부모교육과 상담에 대한 요구가 절실하다.

본 연구의 목적은 부모교육프로그램에 이어 실시된 성경적 상담이 어머니의 양육불안 해소에 어떠한 영향을 주었는지 밝히는 것이다. 부모교육프로그램은 한국청소년상담복지개발원의 이음부모교육프로그램¹⁴⁾으

- 9) 김수정, “교회의 기독교부모교육 프로그램이 청소년기 자녀를 둔 어머니의 자녀양육행동 및 부모역할만족도에 미치는 영향”, 한국교회사회사업학회, 「교회사회사업」 제20권(2012): 29-31.
- 10) 서주연·정남운, “청소년 자녀를 둔 어머니의 대상 신뢰가 자녀와의 분화에 미치는 영향에서 어머니의 분리불안과 문제형 의사소통의 매개효과”, 399.
- 11) 박진숙, “교회의 통전적 부모교육을 위한 프로그램 개발”, 한국복음주의 기독교교육학회, 「복음과 교육」제6권(2010): 141-142.
- 12) 황지영, “기독교부모교육의 새 패러다임에 관한 연구”, 한국복음주의 기독교교육학회, 「복음과 교육」제4권(2007): 102.
- 13) 김수정, “교회의 기독교부모교육 프로그램이 청소년기 자녀를 둔 어머니의 자녀양육행동 및 부모역할만족도에 미치는 영향”, 11-14.
- 14) 이음부모교육이란 한국상담복지개발원에서 1993년부터 지속적으로 시행하고 있는 대표적인 사업 중 하나이다. 총 6회기 12시간 집단상담 형태의 부모교육프로그램이다. 이음부모교육프로그램은 총 9종이 개발되어 있으며, 한국청소년상담복지개발원의 교육을 받아 부모교육 자격을 갖춘 부모교육전문가에 의하여 실시된다. 본 연구자는 ‘자녀와 동행하는 부모’와 ‘자녀와 함께 성장하는 부모’의 두 프로그램에 대한 부모교육 및 지도자 양성을 할 수 있는 전문지도자 자격을 가지고 있다. 자녀와 함께 성장하는 부모의 3대 요소는 자신을 이해하는 부모: 나의 부모와의 관계, 배우

로 실시하였고, 상담은 성경적 상담의 원리와 방법¹⁵⁾을 근거했다. 연구 대상은 부모교육프로그램을 수료한 세 명의 기독교 신앙을 가진 어머니들의 상담일지와 이후의 인터뷰를 바탕으로 한 질적 사례연구이다. 연구 문제는 먼저, 그들의 양육불안은 어떤 형태로 나타나는가? 다음은 양육불안에 대한 성경적 관점에서 본 마음의 동기는 무엇인가? 마지막으로 성경적상담을 통하여 그들의 삶에 어떤 변화가 일어났고, 상담 종료 3개월 후 현재까지 그 변화가 지속되는지를 살펴보고 그 효과를 논하는 것이다. 다음은 본 연구를 위한 이론적 배경이다.

II. 펴는 글

1. 이론적 배경

1) 심리학적 관점에서 본 어머니의 양육불안

(1) 어머니의 양육불안에 영향을 주는 요인

양육불안이라는 주제를 직접 다루는 선행연구는 드물다. 그러나 많은 연구들이 양육불안에 영향을 주는 요소들을 다루고 있다. 양육불안과 관계있는 요소들로는 내외부적 양육스트레스¹⁶⁾, 부모자녀 신뢰도와 어머

자와의 관계, 자녀와의 관계, 부모신념탐색; 소신 있는 부모: 부모 기대와 가치관 점검, 부모역할 탐색, 갈등해결 전략, 자율성 발달; 자녀를 이해하는 부모: 다시 보는 청소년기, 자녀감정 헤아리기, 공감하기, 창의적 대화전략을 담고 있다. 본 연구자가 맡았던 부모집단은 각 집단별 8-13명으로 이뤄졌으며 매주 1회 2시간씩 6주간 진행되었다. 2014년 진행했던 3집단 중에서 각 집단마다 한 명씩 개인 상담을 의뢰했고 상담을 진행했다. 한국청소년상담복지개발원 홈페이지 (<http://www.kyci.or.kr>).

15) Paul Tripp, *Instruments in the Redeemers Hands*, 황규명 역, 『치유와 회복의 동반자』(서울: 디모데, 2005), 171-371; 황규명, 『성경적상담의 원리와 방법』(서울: 바이블리더스, 2008), 211-235.

16) 이정순, “아버지의 양육참여와 어머니의 양육스트레스에 대한 연구”, 한국유아교육

니의 분화수준의 영향¹⁷⁾, 자녀의 성장과정상 인식에 관한 연구¹⁸⁾와 어머니의 완벽주의와 자녀에 대한 높은 기대¹⁹⁾ 등이다. 이러한 요소들이 서로 유기적으로 작용하면서 가족 간의 갈등과 스트레스를 일으키며 어머니의 양육불안을 고조시킬 수 있다.

첫째, 양육스트레스는 자녀의 현재 상태와 진로 및 양육방법에 대한 막대한 두려움을 포함한다. 이것은 지속적으로 누적되어가는 정서적 불안정상태이며 지속되고 있는 일상적인 스트레스상태를 의미한다.²⁰⁾ 우리나라의 저 출산율은 부모의 높은 양육스트레스를 보여주는 지표 중 하나이다. 부모역할에 대한 심리적 압박감은 부모역할을 수행함에 있어 부정적인 영향력을 미친다.²¹⁾ 특히 주 양육자역할을 하는 어머니에게 내

학회, 「유아교육연구」 제23권 3호(2003): 5-19; 옥경희·천영희, “가구소득에 따른 부부관계와 자녀가치 및 아버지의 양육참여가 영아기 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향력 비교 연구”, 한국아동학회, 「아동학회지」 제33권 1호(2012): 205-221.

- 17) 서주연·정남운, “청소년 자녀를 둔 어머니의 대상 신뢰가 자녀와의 분화에 미치는 영향에서 어머니의 분리불안과 문제형 의사소통의 매개효과”, 387-403; 이정운·최수미, “지각된 부모양육태도와 초기 청소년의 문제 행동: 자기조절의 매개효과”, 한국상담학회, 「상담학연구」 제12권 2호(2011): 635-650.
- 18) 한국청소년상담원, 「자녀와 함께 성장하는 부모 강사지침서」(서울: 한국장애인 e-book 협회, 2006); 권은영·정현희, “초기청소년의 스트레스 변화유형에 따른 심리 사회적 적응”, 한국청소년학회, 「청소년학연구」 제18권 6호(2011); 이현웅·곽윤정, “초기 청소년의 학교생활 및 삶에 대한 만족도에 미치는 영향 변인 연구”, 한국청소년학회, 「청소년학연구」 제18권 7호(2011): 59-83; 소수연·안지영·양대희·김경민, “초기 청소년의 변화에 대한 부모-자녀의 인식에 관한 연구”, 247-279.
- 19) 장은서·최연실, “초등학교생이 지각한 어머니의 자녀에 대한 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향: 자기 수용의 매개효과”, 한국정서·행동장애아교육학회, 「정서·행동장애 연구」 제29권 1호(2013): 373-394; 안명희·신희수, “어머니의 심리적 통제가 초기 청소년 자녀의 우울에 미치는 영향: 매개효과를 중심으로”, 한국청소년학회, 「청소년학연구」 제19권 2호(2012, 2): 227-253; 최인숙, “성별에 따른 초기청소년의 우울에 어머니의 양육행동이 미치는 영향: 사회적 지지와 부정적 정서경험의 중재효과”, 한국청소년학회, 「청소년학연구」 제19권 1호(2012, 1): 135-160.
- 20) 이정순, “아버지의 양육참여와 어머니의 양육스트레스에 대한 연구”, 7.
- 21) 옥경희·천영희, “가구소득에 따른 부부관계와 자녀가치 및 아버지의 양육참여가 영아기 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향력 비교 연구”, 206.

외부적 양육스트레스는 양육불안요인으로 크게 작용한다.

둘째, 어머니 자신이 겪은 중요양육자와의 부적절한 관계형성 경험과 형성된 의사소통 방식이다. 어머니가 경험했고 인식하는 대상에 대한 신뢰의 태도와 유형은 자신의 자녀와의 관계함에 있어서도 직접적인 영향을 미친다. 즉 자신의 밀접한 가족으로부터 적절한 친밀감을 경험하지 못했거나 불신을 가지고 있는 어머니는 자신의 자녀와의 관계에서도 친밀감을 표현하기보다는 비난하거나 무시하는 의사소통방식을 사용할 가능성이 크다. 이것은 자녀와의 상호존중 관계방식에 부정적인 영향을 미치며 건강한 자녀의 분화를 방해한다. 또한 스스로 타인과의 친밀감을 건강하게 형성하지 못하면서도 타인의 애정과 인정을 받고자 하는 욕구에 대한 보상을 기대하며, 종종 자신의 자녀에게 그 보상을 받으려고도 한다. 이런 적대적이고 미성숙한 양육태도와 행동들은 의사소통에 반영되어 자녀와의 갈등을 일으킬 가능성이 높다.²²⁾ 부모가 자녀에게 신뢰를 보여주고 수용적 태도를 가지고 대화를 할 때 자녀의 자기조절능력은 증가하고 겉으로 드러나는 문제행동의 발생을 낮춘다.²³⁾ 그러므로 부모의 관계에 대한 성숙도, 양육 태도와 의사소통방식은 자녀와의 관계에 지대한 영향을 주며 어머니의 양육불안에 영향을 미친다.

셋째, 자녀의 성장과정에 대한 이해부족이다. 에릭슨의 인간발달이론에 따르면 인간이 성장하면서 자율성과 주도성, 근면성과 자아정체성 확립의 단계로 순차적이고 점진적으로 발달해 간다. 이것은 누구나 거쳐야 하는 자연스러운 인간발달의 과정이다.²⁴⁾

2009년 한국청소년정책연구원에서 초4부터 중2까지의 학생을 대상

22) 서주연 · 정남운, “청소년 자녀를 둔 어머니의 대상 신뢰가 자녀와의 분화에 미치는 영향에서 어머니의 분리불안과 문제형 의사소통의 매개효과”, 398.

23) 이정운 · 최수미, “지각된 부모양육태도와 초기 청소년의 문제 행동: 자기조절의 매개효과”, 644-645.

24) 한국청소년상담원, 『자녀와 함께 성장하는 부모 강사지침서』, 46-54.

으로 실시한 한국청소년패널 조사연구결과에 따르면 초등학교 고학년부터 청소년들의 스트레스는 시간이 경과함에 따라 완만하게 증가하고 있다. 청소년의 심리적 적응에 미치는 심리적 스트레스가 초 6에서 중 1시기에 뚜렷하게 나타나 증가한다. 특히 초5시기부터 중2시기까지 여학생의 스트레스 수준이 더 높은 것으로 나타났으며, 지속적으로 높은 스트레스 수준을 유지하는 청소년 군에서 일탈행동도 높아진다. 따라서 초기 청소년들의 스트레스 변화유형에 따른 다양한 개입으로 이들이 자기 자신에 대해 긍정적인 생각과 태도를 갖게 하는 것이 중요하다. 이것은 일탈행동을 사전에 예방하며 일상생활에서 그들의 심리사회적 적응을 도울 수 있다.²⁵⁾ 그러나 현재 우리나라의 가족 간의 상호작용은 감소 추세이며, 청소년의 삶에 대한 만족도를 낮추는 결과를 초래할 가능성이 높다.²⁶⁾ 청소년들이 처한 이러한 발달적 환경적 변화는 어머니에게 자녀 양육방식의 변화를 요구한다.²⁷⁾

넷째, 어머니의 완벽주의 성향과 높은 기대이다. 자녀가 지각한 어머니의 자녀에 대한 완벽주의가 높을수록, 자기수용이 낮아지고 이것은 자녀의 사회불안 증가에 간접적인 영향을 미친다.²⁸⁾ 또 어머니가 심리적으로 자녀를 많이 통제할수록 자녀의 우울과 무기력은 심화된다.²⁹⁾ 어머니가 높은 기대와 완벽주의 성향으로 자녀를 양육하려 할 때 자녀의 모든 행동에 대하여 흑백논리로 판단하거나 비난하기 쉽다. 자녀는 어머

25) 권은영·정현희, “초기청소년의 스트레스 변화유형에 따른 심리사회적 적응”, 44-46.

26) 이현웅·곽운정, “초기 청소년의 학교생활 및 삶에 대한 만족도에 미치는 영향 변인 연구”, 78.

27) 소수연·안지영·양대희·김경민, “초기 청소년의 변화에 대한 부모-자녀의 인식에 관한 연구”, 249.

28) 장은서·최연실, “초등학생이 지각한 어머니의 자녀에 대한 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향”, 389.

29) 안명희·신희수, “어머니의 심리적 통제가 초기 청소년 자녀의 우울에 미치는 영향”, 242.

니의 그러한 기대에 부응하지 못하는 자신을 발견하면 할수록 우울과 무기력에 빠지게 되며 자신의 가치를 스스로 낮게 바라보며 자신감이 없는 자녀가 되기 쉽다. 즉 어머니가 통제적 양육태도로 자녀에게 높은 성취를 요구할수록 청소년의 우울수준은 높아진다.³⁰⁾ 이러한 자녀의 정서에 대한 어머니의 부족하거나 부적절한 이해와 대처기술의 부족 또는 부재는 양육불안을 경험하게 한다.

(2) 가족체계 관점에서 본 어머니의 양육불안

가족은 가장 기본적인 사회구성단위이다. 가족은 가족 내 상호작용을 통하여 개인의 인격적 발달과 성장의 장을 공유하며 유지되어 왔다.³¹⁾ 그러므로 한 인간을 살펴볼 때 가족의 구조적 특성과 가족 내에서의 역동적 관계를 살펴보는 것은 매우 중요하다.

인간은 사회과정상 개별성과 연합성의 상호작용을 한다. 이것은 인간이 독립적이고 분리된 존재로 나아가기(자아분화) 위한 역동적 관계균형을 이뤄가는 과정이다.³²⁾ 어머니의 개별성과 연합성의 조화로움에 따른 자아분화(differentiation of self)의 정도에 따라 가족 내 자녀와의 관계는 달라질 수 있다. 이 양극화의 조화가 잘 이뤄지지 못한 환경에서 성장했을 경우 스스로의 정서관리를 하는데 어려움을 겪을 수도 있다.³³⁾ 특히 유아동기에 자신의 어머니와 불안전애착을 경험한 어머니는 자신의 자녀와도 건강하지 않은 애착관계를 형성할 가능성이 많다.³⁴⁾ 왜냐하면

30) 최인숙, “성별에 따른 초기청소년의 우울에 어머니의 양육행동이 미치는 영향”, 151.

31) 이성희 · 한희선, 『여성과 가족』(서울: 파란마음, 2009), 140.

32) Kerr, 『보웬의 가족치료이론』, 87-90.

33) Michael P Nichols, *The Essentials of Family Therapy*, 김영애 외역, 『가족치료: 핵심개념과 실제적용』(서울: 시그마, 2011), 117.

34) 이다미, “불안전 애착의 세대 간 전이를 경험한 어머니-자녀에 관한 사례연구: Bowen의 가족상담 이론을 중심으로”, 한국복음주의상담학회, 『복음과 상담』 제21권(2013): 247.

애착유형이나 자아분화수준은 대를 이어 작용할 수 있기 때문이다.³⁵⁾

자아분화가 낮을수록 정서적으로 독립적이지 못하며, 타인에게서 높은 정서적 욕구충족을 기대하는 신념을 갖게 되고, 이것은 불안을 유발한다.³⁶⁾ 자아분화가 낮은 어머니는 자녀의 정상적인 변화에 대해서도 불안이 증가하여 친밀감과 거리감에 대한 유연성이 떨어지고 자녀를 비난하거나 주도하려한다. 분화를 시도하는 자녀에 대한 어머니의 과잉반응은 청소년기 자녀와의 갈등원인으로 작용하며, 이러한 정서적 반응방식은 대를 이어 비슷하게 나타난다. 가족 내에서 종종 삼각관계를 형성하기도 하며 이것은 개인의 분화를 막고 만성불안수준을 높인다.³⁷⁾

구조주의 가족치료이론은 가족구조, 하위체계와 경계선의 중요개념을 갖는다. 가족은 가족구성원 간의 분명한 위계질서와 명확한 경계선을 가져야 한다. 부모자녀 간에 모호하거나 경직된 경계를 가질 때 부모는 권위를 잃거나 자녀와의 상호작용함에 있어 충분한 돌봄과 관심을 제공하지 못한다. 반면 밀착된 관계에서는 개인의 독립적인 능력발휘가 방해받는다. 그러므로 부모는 자신의 원 가족으로부터 명확한 경계선을 가지며, 자신의 자녀들과는 명확한 세대 간 위계구조를 형성하여야 한다. 가족의 구조는 가족 내 기대되는 규칙에 의해 형성되며 정상적인 가족도 자녀의 성장과 변화과정 중에 갈등과 불안을 겪는다. 이것을 기억하고 어머니는 자녀의 성장에 따른 환경변화에 적응해야 한다.³⁸⁾

2) 기독교상담 관점에서 본 어머니의 양육불안

어머니들은 자녀가 건강하게 자라 성공한 삶을 살아가기를 바라며 양

35) 이다미, “불안전 애착의 세대 간 전이를 경험한 어머니-자녀에 관한 사례연구”, 224.

36) Kerr, 『보웬의 가족치료이론』, 151-152.

37) Kerr, 『보웬의 가족치료이론』, 87-90.

38) Nichols, 『가족치료: 핵심개념과 실제적용』, 181-185.

육에 임한다. 그러나 예측할 수 없는 자녀의 성장과정상의 갈등과 어머니역할의 변화요구에 적절히 대처하지 못하여 양육에 대한 스트레스를 경험하거나 자신감을 잃는다. 성경적 관점에서 볼 때 인간의 불안은 하나님을 배반한 죄의 결과로 스스로 하나님의 자리를 대신하려할 때 근심과 염려의 형태로 나타난다.³⁹⁾ 불안은 자녀의 잘못된 말과 행동에 의한 반응만으로 생긴 것이 아니라 부모의 마음에 이미 존재하고 있던 잘못된 생각과 욕구가 자녀로부터 자극을 받아 나온 것이다. 성경에서는 “선한 사람은 마음에 쌓은 선에서 선을 내고 악한 자는 그 쌓은 악에서 악을 내나니 이는 마음에 가득한 것을 입으로 말함이니라.(눅 6:45)”고 말한다. 즉 양육불안은 하나님과의 온전한 관계에서 멀어진 인간의 죄성으로부터 시작된 마음으로부터 나온다.

양육불안으로 고통을 겪고 있는 어머니의 말과 행동 뒤에는 자신의 필요와 욕구를 충족하고자 하는 원함이 자리하고 있다. 이것은 무엇인가 좋아하고 원한다고 그 마음 자체가 반드시 죄를 의미하는 것은 아니다. 그러나 ‘무엇 때문에 무언가를 얼마나’ 원하는가는 문제가 될 수 있다.⁴⁰⁾ 잘못된 생각은 잘못된 말과 행동을 불러온다. 즉 마음의 동기가 어디에 있느냐에 따라 말과 행동이 달라진다. 하나님께서 인간에게 주신 특별한 정체성과 목적에서 벗어났을 때, 인간의 마음에는 이상숭배의 문제가 자리 잡는다. 그리고 이상숭배는 곧 잘못된 말과 행동을 불러오는 마음의 잘못된 동기가 된다.

그러면 이상숭배란 무엇을 말하는가? 인간이 스스로 마음의 주인이 되어 자신의 필요와 원함에 충실하다면 이것은 확실히 이상숭배에 빠진 죄악 된 마음이다. 이 마음에는 하나님의 자리를 대신하는 여러 가지 형

39) 김영근, “불안에 관한 기독교적 이해와 목회상담적 접근”, 성결심리상담연구소, 「성결심리상담」 제1권(2009): 17.

40) Edward T. Welch, “Who Are We? Needs, Longings, and the Image of God in Man,” *The Journal of Biblical Counseling* 13, no.1(1994): 34-35.

태의 우상들, 나를 만족시키기 위한 나의 필요와 원함, 평안함, 권력, 즐거움 또는 자녀를 내 마음대로 조정하고자 하는 이기심으로 가득 차 있다.⁴¹⁾ 이렇게 죄악에 사로잡힌 마음은 내가 더 소중하고 내 생각이 옳고 나는 하나님 없이도 만족스럽게 살 수 있는 왕과 같은 존재라고 생각하게 한다.⁴²⁾

마음에 존재하는 우상을 따를 때 어머니는 하나님께서 주신 훈육의 기회를 인식하지 못하고 자녀의 잘못에 대해 분노하거나 대적하게 된다. 도움이 필요한 그들에게 소망을 주는 대신 절망에 빠뜨린다.⁴³⁾ 때론 자녀를 위한다는 명분으로 자신의 욕구에 따라 그들의 삶을 끌고 가려 하거나 자녀를 자신의 우상으로 삼고, 원하는 바를 이루어달라고 자녀를 달달볶는 어머니가 되기도 한다. 그러나 이 세상에 어머니의 원함을 이뤄주며 만족함을 줄 수 있는 자녀는 한명도 없다. 어머니의 이러한 기대는 자녀를 밀어내거나 자녀의 영혼을 빼돌어지게 만들고 망가뜨리게 될 것이다.⁴⁴⁾

완벽한 부모는 없다. 아담의 범죄 이후 그런 부모는 한 명도 없었다. 왜냐하면 완벽한 부모를 경험한 인간은 한 명도 없었기에 자신의 자녀에게 완벽한 부모의 모습을 보여줄 수 없기 때문이다. 그러므로 여러 가지 형태의 갈등이 있는 일상은 죄악 된 반응을 하곤 하는 부모자녀관계에서 생기는 당연한 결과이다. 단 자녀와의 갈등을 마주하게 되었을 때 부모가 어떤 태도로 그 갈등을 바라보느냐에 따라 자녀를 성숙시키는 훌륭한 부모가 될 것인지, 또는 자녀의 미래에 걸림돌이 되는 부모가 될 것인지

41) Edward T. Welch, "Motives: Why Do I Do the Things I Do?" *The Journal of Biblical Counseling* 22, no.1(2003): 49.

42) Paul Tripp & Timothy S. Lane, *Relationships*, 이명숙 역, 『관계가 주는 기쁨』(서울: 미션월드라이브러리, 2009), 68.

43) Paul Tripp, *Age of Opportunity*, 황규명 역, 『위기의 십대 기회의 십대』(서울: 디모데, 2002), 50-51.

44) Timothy J. Keller, *Counterfeit Gods*, 이미정 역, 『거짓 신들의 세상』(서울: 베가북스, 2012), 50.

가 결정될 것이다.

자녀양육의 목적은 어머니의 취향이나 의견과 습관을 복제하게 하는 것이 아니라, 자녀들이 하나님 말씀의 원리를 통하여 성숙한 자기 통제력을 가지고 하나님의 계획에 동참하게 하는 것이다.⁴⁵⁾ 자녀와의 갈등은 하나님이 어머니에게 주신 소명을 다할 수 있는 좋은 기회이다. 하나님의 청지기로서 소명 받은 자임을 확실히 알 때 자녀양육에 대한 불안과 두려움 대신 평안과 인내할 수 있는 능력과 지혜를 얻을 수 있다.

성경은 다음과 같이 이야기 한다. “너는 말씀을 전파하라. 때를 얻든지 못 얻든지 항상 힘쓰라. 범사에 오래 참음과 가르침으로 경책하며 경계하며 권하라.(딤후 4:2)” 어머니는 비관적인 관점으로 자녀를 바라볼 것이 아니라, 성경적 관점에서 자녀에 대한 이해와 부모역할에 대하여 고찰해야 한다.⁴⁶⁾ 왜냐하면 어머니는 때를 얻든지 못 얻든지 오래 참음으로 자녀를 경책하고 경계하고 권면해야하는 소명 받은 자이며, 지금 이 순간 자녀를 위하여 나대신 그 소명을 대신할 사람은 없기 때문이다. 부모는 자녀의 마음을 다루는 성경적인 훈육을 하는 청지기로서의 사명을 깨달아야 한다. 하나님을 기쁘시게 하는 부모의 권위를 회복해야함을 깨달도록 하는 것이 기독교부모교육의 효과이다.⁴⁷⁾

2. 연구방법과 절차

1) 연구 참여자 선정 및 자료 수집과정

연구 참여자의 선정은 매우 신중하게 이루어져야 한다. 이들은 연구

45) Tripp, 『위기의 십대 기회의 십대』, 54.

46) 전형준, “청소년 자녀교육을 위한 기독교 상담학적 조명”, 한국복음주의상담학회, 『복음과 상담』 제14권(2010): 69.

47) 정희정, “성경적상담을 활용한 기독교 부모교육프로그램의 개발과 효과”(박사학위논문, 총신대학교 일반대학원, 2008), 110-113.

주제에 관련하여 자신의 온전한 경험이나 관련정보를 연구자에게 성실히 보고할 수 있어야 하므로 연구에 있어 매우 중요한 역할을 한다.⁴⁸⁾ 연구 참여자들은 본 연구자가 청소년지원센터로부터 의뢰받고 실시했던 이음부모교육프로그램을 6회 모두 출석 후 수료했다. 부모교육프로그램은 2014년 5월부터 11월 사이에 이뤄졌고 각자 다른 집단의 구성원이었다. 각각의 상담은 2014년 9월부터 2015년 3월 사이에 이루어졌으며, 개별 인터뷰는 일인당 2시간씩 2015년 5월 12일부터 16일 사이에 이뤄졌다. 상담 종료 후 3개월만의 만남이었다.

연구 참여자 모두 이전 개인상담 경험은 없다. 현재 10년 이상 신앙생활을 하고 있다. 자녀와의 갈등을 겪으면서 양육에 대한 불안이 고조된 상태에서 상담이 진행되었다. 상담을 통하여 어머니들은 자신과 가족 내 문제를 말씀 안에서 해결하여 더욱 성숙한 어른어머니가 될 수 있다는 소망을 품게 되었다. 자신보다 자녀를 더 큰 사랑으로 인도하시는 하나님에 대하여 깊이 깨달으며 자녀양육에 관해 불안하던 마음이 평안한 마음으로 변해갔다. 또한 자신의 죄악 된 동기를 깨닫고 말씀 안에서 성숙해 가기 위하여 말씀묵상, 가정예배 또는 성경공부를 하고 있다. 영적으로 성숙한 어른어머니가 되기 위하여 노력하며, 세 명의 참여자 모두의 일상에 괄목할만한 변화들이 있었음을 밝혔다. 모두 12-13회기의 상담을 마무리했기에 본 연구의 취지에 합당하다고 여겨 연구 참여자로 선정했다. 전화통화로 연구에 관하여 설명했고 인터뷰허락을 받고 나서 일정을 정해 만났다. 모든 상담과 인터뷰는 연구자가 근무하는 상담실에서 이뤄졌다. 연구 참여자들의 일반적인 특성은 다음 <표 1>과 같다.

48) 최옥채, 『사회복지사를 위한 질적 연구』 (서울: 신정, 2008), 67.

〈표 1〉 연구 참여자의 일반적인 특성

연구 참여자	참여자 #1	참여자 #2	참여자 #3
나이 (성별)	45세 (여)	43세 (여)	37세 (여)
신앙 연수	모태	10년 이상	모태
자녀의 형제순위와 학령	첫째아들(중1)	외딸(중3)	외아들(초1)

자료수집의 형태는 관찰을 포함한 기본적인 정보유형, 면접, 문서, 그리고 시청각 자료로 구분할 수 있다.⁴⁹⁾ 본 연구에서는 개인상담 일지, 인터뷰 녹취 또는 상세기록 그리고 면접관찰을 바탕으로 이뤄졌다. 참여자 #1은 녹취에 대한 불편을 표시했으므로 인터뷰 내용 중 의미 있는 내용을 되도록 상세 기술한 후 사용했다. 참여자 #2와 #3의 인터뷰 내용은 녹취하여 전사한 후 사용했다. 자료 분석을 하면서 궁금한 것은 메시지로 정보를 주고받았다.

2) 자료 분석의 방법

본 연구를 위하여 Stake(2005)가 말한 경계를 가진 체계(bounded system)내의 사례, 시간과 공간에 의해 경계를 가진⁵⁰⁾ 다중사례를 선택했다. 자료 분석방법으로 사례 내 주제 분석을 통하여 중심 주제를 찾고 하위 주제와 상위주제로 분류한 후, 사례 간 분석을 통하여 사례들에 걸쳐 있는 사례들의 의미에 대하여 주장이나 해석을 했다.⁵¹⁾

자료 분석을 위하여 상담 기록, 주고받은 메모, 인터뷰 녹취 또는 상세 기술한 메모, 그리고 면접관찰한 내용을 활용했다. 선택한 다중사례를 대상으로 수집된 자료를 분리하여 패턴을 만들고, 두 개 이상의 범주(주제)들 사이의 연관성을 찾아보았다. 그 후 분석내용 중에서 사례들 사

49) John W. Creswell, *Qualitative Inquiry and Research Design*, 조홍식 · 정선옥 · 김진숙 · 권지성 역, 『질적 연구방법론』(서울: 학지사, 2015), 193.

50) Creswell, 『질적 연구방법론』, 125.

51) Creswell, 『질적 연구방법론』, 129.

이의 유사성과 차이점을 살펴보았다.⁵²⁾

3) 연구의 윤리성과 엄격성

질적 연구에 있어 연구의 윤리는 연구자의 성실하고 진실한 태도에 의해 확보된다. 연구 참여자의 사적인 비밀을 보장하고 수집된 자료의 출처를 분명히 밝히는데 부단한 노력을 쏟아야 한다. 또한 연구 참여자로부터 얻은 자료를 거듭 확인하는 과정을 거친 후 자료로 활용해야 한다.⁵³⁾ 연구의 윤리성 확보를 위하여 연구에 대하여 설명했고, 개인정보 활용에 관하여 서면으로 제시했다. 이를 함께 읽으며 개인정보의 일부와 상담 자료이용에 관해 설명했고 본인서명을 받았다. 내용을 각색하여 본인임을 알 수 없도록 하겠다는 것과 원하지 않을 시에는 언제라도 자료 사용에 대한 철회를 요구할 수 있다는 점을 설명했다. 단 독자가 읽고 사례 개요를 알 수 있도록 나이와 성별, 전반적인 사례 개념은 사용할 수 있음을 참여자들이 이해했다. 보다 정확한 자료 확보를 위하여 불분명한 표현이나 상황에 대하여 추가질문을 하여 답을 얻었다.

본 연구의 신빙성을 확보받기 위하여 자료 분석 후 질적 연구방법론으로 박사학위를 받고 3년 이상 강의를 하고 있는 교수와 지도교수에게 연구 목적과 문제에 맞게 연구 방법론이 선정되었는지에 대한 점검을 받은 후 연구를 진행하였다. 이전가능성과 확실성을 확보받기 위하여 지도교수와 질적 연구방법론 교수, 성경적상담학을 공부한 동료와 박사과정에서 함께 공부하고 있는 다수 동료의 피드백도 수용하였다. 신뢰성을 위하여 자료수집과 분석의 과정을 여러 차례 비교 검토하여 일관된 진술을 기록했다.

다음은 성경적 상담을 받았던 세 명의 어머니들의 사례를 중심으로 양육불안에 대한 마음의 동기를 살펴본 후, 성경적 상담이 이들의 삶에

52) Creswell, 『질적 연구방법론』, 236.

53) 최옥채, 『사회복지사를 위한 질적 연구』 (서울: 신정, 2008), 75.

어떤 변화를 가져왔으며 지금까지 어떤 변화가 지속되는지, 그리고 무엇이 그 변화를 지속하는데 도움을 주었는지를 살펴보겠다.

3. 연구결과

연구 참여자들은 부모교육프로그램을 통하여 자신의 한계와 문제점을 깨달았고, 교육의 효과를 어느 정도 경험했다. 깨달은 점들은 첫째, 서로 상처를 주고받는 의사소통방식을 가지고 있으며 둘째, 성장기 자녀에 대한 이해가 부족하다고 깨달았다. 셋째, 개인의 원 가족과의 문제가 자녀와의 갈등에 영향을 미친다는 것을 인식했다. 넷째, 남편과의 불화 또는 경제적 어려움 등의 가족내외적인 스트레스가 자녀와의 관계에 영향을 미치고 있다. 다섯째, 가족 내 위계질서와 경계선이 모호했으며 부모의 권위는 건강하지 못했다는 것을 인정했다. 마지막으로 특히 어른스런 어머니의 역할을 감당하지 못하고 근심과 걱정을 하며 무기력하고 우울한 자신의 심정을 통찰했다.

“아이가 조용히 있는 모습만 보아도 내가 우울하고 기운이 빠졌어요. 그런데 부모교육을 받으면서 사춘기자녀의 특징 중 하나라는 것을 깨닫고 안심이 되었어요.”(연구 참여자 #1)

“매일 딸과 싸우고 내 말은 듣지도 않고 나는 그런 딸을 보면서 화가 나고 해 달라는 것은 다 해줬는데... 그런데 내가 내 주장만하고 있다는 것을 알았어요.”(연구 참여자 #2)

“아들은 괴물 같이 느껴지고 남편과 똑같이 나를 무시한다고 생각되어 매일 울었어요.”(연구 참여자 #3)

자녀는 학교생활에 잘 적응하지 못했고 어머니가 보기에 교우관계도 원만하지 못했으며 우울하거나 무기력했다. 스마트폰과 게임에 몰입하고 있으며 등교를 거부하기도 했다. 이러한 자녀의 모습을 보며, 어머니들은 우울하거나 무기력해졌고 양육불안을 느꼈다. 또 지치고 외로웠으

며, 자녀양육에 대한 자신감이 많이 결여된 상태였다. 그러나 짧은 부모 교육프로그램만으로 부족함을 느꼈다. 실제 적용에서의 한계를 보완하고 자신도 성장하고 변화되려는 열망을 가지고 상담에 임했다. 심리학적 배경의 부모교육프로그램은 문제를 이해하고 직시하는데 도움을 주었다. 그러나 기독교어머니로서의 영적인 마음의 문제를 바로 성찰하도록 돕는 데는 성경적상담의 도움이 필요했다. 25미터의 우물의 깊이를 알려 할 때 심리학적 도구는 6미터 깊이에 드리운 밧줄과 같다는 Powlison의 표현을 실감나게 했다. 왜냐하면 정말 중요한 것은 6미터 아래에서 일어나기 때문이다.⁵⁴⁾ 인간의 마음의 문제를 깊이 있게 다루기 위해서는 성경적 관점에서 마음의 동기를 반드시 다루어야 한다.

1) 사례 내 분석

(1) 연구 참여자 #1의 상황과 마음의 동기

현 상황: 모태신앙으로 착실한 신앙생활을 하고 있다. 함께 사는 친정 어머니와 온가족이 함께 예배에 참석한다. 남편은 열심히 노력하며 성공한 자영업자이다. 큰 아들은 초등학교까지는 순종적이었고 학업성적도 좋았다. 그러나 초등 5학년이 지나면서 성적은 곤두박질쳤다. 그런 아들을 보고만 있어도 어머니는 우울하고 무기력해지곤 했다. 꿈이 없는 아들의 미래에 대한 끊임없는 걱정으로 진이 빠져 지친 나날을 보냈다. 형편상 공부를 많이 하지 못한 부모와는 달리 아들은 좋은 대학을 나왔으면 하는 바람이 있다. 자신에게 ‘욱’ 하는 성격이 있으며 일관성 없이 아들을 대한다는 것을 깨닫고 상담을 결심했다.

어머니의 성장배경: 어머니는 어릴 때부터 착한 딸이라는 말을 들으며 뭐든지 잘해 내려 애썼으며 칭찬받으며 자랐다. 그러나 지금은 남의

54) D. Powlison, “설명수준 관점에 대한 성경적 상담 관점의 논평”, 김찬영 역, 『심리학과 기독교 어머니 관계인가』 (서울: 부흥과 개혁사, 2012), 126-127.

눈을 의식하며 칭찬받으려 애쓰는 자신의 그런 모습이 너무 싫다. 그리고 함께 사는 어머니에게 반항적인 언사를 쓰게 되며 어머니가 아직도 자신을 조정하려 한다고 생각했다.

어머니 마음의 동기: 내가 원하는 대로 아들이 자라 주기를 바라면서 내 마음 대로 아들의 삶을 조정하려 했다. 주변사람들의 눈을 의식하며 자신을 돋보일 수 있는 아들을 만들려고 노력했으며 인도하시는 하나님에 대한 믿음이 부족했다.

“자녀를 내 마음대로 키울 수 있다고 생각했었는데 하나님께서 키워 주신다는 것을 가슴으로 깨닫고 여유가 많이 생겼어요.”

(2) 연구 참여자 #2의 상황과 마음의 동기

상황: 10년 이상 교회를 다녔으며 나름 열심히 신앙생활을 했다고 생각하고 있다. 그러나 다년간의 경제적인 어려움과 여러 번의 유산을 겪으면서 남편과의 사이도 그다지 좋지 않으며 하나님은 자신을 사랑하지 않는다고 느꼈다. 온가족이 함께 교회에 가지만 예배 후 다투면서 집에 돌아오는 날이 많다. 그럴 때마다 남편은 “교회는 왜 다니니!”하며 핀잔을 줬다. 남편과 성향이 똑같은 중3 딸은 매일 “학교가기 싫어. 공부를 왜 해야 해?”냐고 엄마에게만 따진다. 엄마는 “학생이 당연히 학교를 잘 다녀야지 못된 말을 하냐.”며 구슬리거나 다그친다. 하지만 딸의 말과 태도는 엄마의 마음을 항상 불안하고 불편하게 했다. 해 줄 것을 다 해주며 키웠고 나름 괜찮은 엄마였다고 믿고 있었는데 어쩔 이렇게 엄마의 마음도 모르는지 도무지 이해 할 수가 없다. 요즘은 불임머리를 해달라고 조르고 있다. 안 된다고 말했지만 딸은 결국 자신이 원하는 것을 얻어내고야 말 것이라고 생각한다. 부모교육프로그램을 통하여 자신은 틀이 강하고 답답한 엄마라는 것을 깨닫고 상담을 시작했다.

어머니의 성장배경: 어머니는 막내딸로 부모님으로부터 칭찬과 귀움을 늘 받으며 자랐다. 그러나 서울에 있는 대학으로 진학하게 되어 오빠 집에서 살면서 자신은 더 이상 귀염 받는 존재가 아니라는 것을 깨달았다.

자신만을 예뻐하고 인정해 줄 것 같아 선택한 남편은 요즘 “너는 나를 괴롭히려 태어났니?” 라고 말하면서 아내의 요구를 무시할 때가 많아 속상했다. 시어른은 경제적으로 힘들 때면 둘째아들인 남편에게 당당히 도움을 요구했다. 남편이 그런 시부모의 요구를 다 들어주는 것을 볼 때마다 화가 나서 잔소리를 하곤 했다. 세대 간 가족의 경계가 명확하지 않으며 어머니와 딸의 위계질서가 혼란하며 어머니의 권위도 명확하지 않다.

어머니 마음의 동기: 철저히 자신의 관점은 옳다는 생각으로 딸을 통제하려고 끊임없는 잔소리를 늘어놓곤 했다. 성경에 대한 왜곡된 신념은 온 가족과 친지 사이의 불화를 만들며 드러나는 갈등을 불러왔고, 본인도 그들에 대한 분노로 힘들었다.

“나의 욕구가 나의 우상이었구나. 내가 생각하는 방식대로 돼야 한다고 믿었구나. 늘 귀염 받고 인정받고 칭찬 받는 말을 들으며 내가 사랑받기만 원했구나.”

(3) 연구 참여자 #3의 상황과 마음의 동기

상황: 가냘프고 마른 어머니이다. 모태신앙으로 매 주일 온 가족이 예배에 참석한다. 교회에서 아들의 반 교사로 봉사를 하는데 아들은 자기만 봐 달라며 못살게 굴었다. 남편도 교회봉사를 하느라 집안일을 제대로 하지 않는다는 불평했다. 그러나 교회에서 부탁하는 모든 봉사를 거절하지 못해 말곤 했다. 하나님의 일이니까 마땅히 남편이 호의적으로 이해해 줘야 한다고 생각하는데 남편은 자기가 원하는 대로 집안일을 해 달라고 큰소리쳤다. 더구나 초등 1학년 아들은 모든 일을 엄마가 같이 해주기를 원했다. 자신만의 시간이 전혀 없는 삶을 강요당하고 있다고 생각하며 매일 아들이 한 말과 행동 때문에 마음이 아파 방에 들어가 혼자 울곤 했다. 이제는 남편과 아들로부터 벗어나고 싶어 남편에게 이혼을 해 달라고 울면서 애원을 했다. 남편은 조금만 더 노력해 보자고 했는데 회복될 것 같지 않아 우울했다. 자신감을 회복하고 가정이 회복되기를 기대하며 상담을 시작했다. 지금도 친정 일에 얽혀 있으며 거절하지

못한다. 가족 간 친밀감이 약하고 아들과 남편에게 괴롭힘을 당하고 있다고 생각한다.

어머니의 성장배경: 아버지가 부흥강사 목사님이라 교회에서는 목사의 딸로 늘 반듯하게 살아야 한다고 생각하며 살았다. 아버지가 지방으로 다니는 동안 어머니가 가족의 경제를 책임지셨고 만딸인 참여자는 집안의 일을 도맡았었다. 그런 친정이 싫어 도망하듯 결혼을 택했다. 그러나 남편은 독불장군같이 자신의 뜻만을 따르라고 하므로 숨이 막히고 죽을 것 같았다.

어머니 마음의 동기: 자기사랑의 마음은 남편과 자녀에게 사랑을 베풀지 못하게 했다. 오직 자신이 누려야한다고 생각하는 만큼 되돌려 받지 못함에 대하여 분노하며 우울하고 무기력했다. 남의 눈을 의식하며 늘 반듯해 보이려고 애써 온 종교적 행위에서는 자유도 평안도 없었다. 하나님조차 멀리하고 싶었다.

“모든 것을 열심히 하려고 노력을 했지만 기쁨이 없었어요. 무조건 남들 눈에 잘 보이려 노력을 했는데 자유 함이 없는 신앙생활이었다는 것을 깨달았어요.”

(4) 성경적 상담을 통해 어떤 변화가 있었는가?

어머니들은 자신의 기준에 따라 자녀의 삶을 통제했으며 남의 눈을 의식하느라 하나님을 바라보지 못했음을 깨달았다. 자신의 생각과 원함을 따라 열심을 다했으나 원하는 대로 되지 않는 자녀의 상태를 직면했을 때 조급하고 우울했으며 무기력을 경험했다. 그러면서 자녀에게 사랑을 베풀고 바르게 훈육해야 하는 어머니로서의 책임을 저버렸다는 것을 알게 되었다. 그런 모든 행위가 하나님 앞에서 가치 없는 것이며, 이상승배의 한 모습이었음을 고백했다.

성경적 상담을 통하여 변화된 주요한 세 가지는 먼저, 자신은 하나님의 자녀로서 사랑받는 자라는 자아정체성 회복이다. 다음은 왜곡된 성경에 대한 인식을 새롭게 하면서 가족들 간의 관계 회복과 마지막으로 개

인의 영적성숙이다.

자아정체성 회복: 하나님의 자녀로서의 정체성, 역할자로서의 정체성
“머리로만 깨달았던 것을 가슴으로 깨달았어요. 내 뜻대로 사는 게 아
님을 알게 되었어요.”(참여자 #1)

“돕는 배필로서의 역할은 하지 않으면서 내가 원하는 것만 달라고 했
어요.”(참여자 #2)

“하나님이 나를 사랑하신다는 것을 알게 되면서 평안해졌어요. 이제
는 남편을 위해 기도해야한다는 것을 알고 기도하고 있어요.”(참여자
#3)

관계 회복: 가족과 이웃

“아들의 마음을 다루는 언어를 사용하려 노력해요. 그리고 기다려 줄
수 있어요. 친정어머니께도 감사하다는 마음을 전했어요.”(참여자 #1)

“노력하는 엄마의 모습을 보며 딸도 자신의 감정을 누르면서 하고 싶
은 이야기를 하니까 충돌이 많이 줄었어요. 요즘은 동아리활동에 열심이
어서 학교 그만둔다는 말은 아주 가끔 해요. 남편에게 힘들겠다는 말을
먼저 해 주고 제 의견을 말하면 남편도 화를 내지 않고 끝까지 들어 줘요.”(참여자 #2)

“아들이 학원버스를 내려 집으로 오고 놀이터에서 혼자 잘 놀다 와요.
무턱대고 떼쓰지 않고 가끔은 ‘엄마 내가 뭐 도와줄까’ 하고 물어요. 남
편에게 하트메시지를 날렸어요. 남편이 결혼한 지 9년 만에 처음이네!
하며 좋아하는 모습이 신기했어요. 아침에 배웅하러 현관까지 나가고 남
편은 포옹을 해 줘요. 어머! 썩스러워요.”(참여자 #3)

영적 성숙: 평안, 소명감당하기

“이웃보다 내가 낫다고 여겼는데 제 교만임을 깨달았어요. 그 분께 하
나님을 전하고 있어요.”(참여자 #1)

“이젠 아내로서 어머니로서 그 동안 무엇을 잘못했는지 알게 됐어요.
남편을 세워주고 존경해 줘야 한다는 것을 깨달았어요.”(참여자 #2)

“전에는 성경도 짜증나서 덮고 왜 읽어? 하나님 나 화났는데, 지쳤는데 왜 해요? 못해요. 나를 놔 주세요. 세상 적으로 그냥 살게 놔 주세요 라고 생각했는데 지금은 하나님의 사랑을 느껴요. 이런 하나님이 아니었네! 라고 깨달았고 위안을 많이 받았어요. ‘내가 힘들어요.’ 해도 되는 분이라는 것을 깨달았어요.”(참여자 #3)

하나님은 우리를 있는 모습 그대로 사랑하시는 분임을 깨달았다. 창세기 2-3장을 함께 나누면서 사단의 꾀에 속아 스스로 높아지려 했으며, 남의 눈을 의식하며 수치심과 죄책감에 사로 잡혀 있었던 것을 회개하였다. 그 동안 스스로 완전해질 수 있다는 착각 속에 자녀에게 수많은 비판과 지시를 하며 자식을 내 마음대로 조정하려 했음을 고백하고 회개했다. 그리고 하나님으로부터 청지기적 소명을 받은 귀한 어머니역할을 감당하려 힘쓰게 되었다. 하나님의 자녀라는 자아정체성의 회복은 곧 삶 속의 평안과 기쁨의 회복이었다.

자신이 해야 하는 책임영역과 하나님께 맡기고 기도해야 하는 부분을 구별하게 되었다. 어머니로서의 청지기적 사명을 깨달았고 관계에 유연성을 발휘하며 원활한 소통이 가능해졌다. 자녀는 하나님께 부여받은 각자의 소명을 따라 그들의 삶을 스스로 꾸려가야 한다는 것을 깨달으며 어머니로서 자녀에게 사랑을 베풀며 그들의 어리석음을 참아주고 용서해야 하는 역할에 최선을 다하고 있다. 자녀만 바라보며 조정하고 통제하는 대신 어머니자신을 위하여 공부를 하거나 직장 일에 전념할 수 있게 되었다. <표 2>는 사례 내 분석 결과로 마음의 동기와 변화 그리고 지금까지 지속되고 있는 변화를 정리했다.

〈표 2〉 사례 내 분석

질문	연구 참여자			하위주제	상위주제
	#1	#2	#3		
마음의 동기는 무엇인가?	믿음 없음 내 뜻대로 타인의식	자녀통제 나-중심적 판단	자기사랑 타인의식 말씀 왜곡	믿음 없음 왜곡된 자아정체성	나-중심 세계관
어떤 변화가 있었나?	자유 누림 남을 돕는 우선순위변화 언어의 변화 가정예배	말투 바꾸기 남편존경 말씀묵상 성경공부 자기개발	조급증 완화 과도한 책임감 벗기 남편에게 다가감	자유와 평안 언어변화 말씀중심 자기개발 남편과 소통	자아정체성 회복 관계회복: 하나 님과 가족 편안한 소통
지속되고 있는 변화는?	가정예배 말씀 가르치기 공감적 대화	말씀 묵상 매일 기도 공감적 대화	성경읽기 공감적 대화	가정예배 성경공부 묵상과 기도 공감적 대화	영적성숙 공감적 대화

(5) 지금까지 실천하고 있는 것은?

자신의 마음이 동기를 직시하고, 생각이 바뀌면서 말과 행동 및 양육 태도가 바뀌었다. 유기적으로 움직이는 가족 간의 관계가 회복되기 시작했다. 가족 간의 질서가 견고해 졌고, 부부관계가 편안해졌고, 자녀들과 더 많은 공감적 대화를 하게 되었다. 가장 큰 변화는 자녀에 대한 걱정과 불안함으로 노심초사하며 생각에 잡혀있던 것으로부터 자유로워졌다. 갈등상황에 어떻게 대처해야 하는지에 대한 지혜가 생기면서 어른스럽고 여유 있는 어머니로서의 역할을 감당할 수 있다. 그리고 예배와 신앙 훈련에 힘쓰고 있다.

“가정 예배를 일주에 서너 번 드려요. 함께 기도하고 말씀을 가르쳐요.”(참여자 #1)

“일주에 두세 번은 꼭 말씀을 좀 더 묵상하고 진지하게 생각하려 노력해요. 일대일 성경공부를 지금도 하고 있어요. 매일 기도하는 습관을 들이려 노력해요.”(참여자 #2)

“말씀을 한 줄이라도 읽고 외우려고 노력해요. 즐겁고 마음에 닿지 않으면 열 번이라도 읽어 봐요.”(참여자 #3)

상담이 끝난 후 변화가 멈춘 것이 아니라 3개월 후 만남에서도 영적 성장을 위한 노력을 계속하고 있다. 삶 속의 변화들은 크고 작은 갈등에 대처하는 지혜를 가지게 하였고, 여유를 누리게 했다. 다음은 사례 간 분석 결과이다. 사례 간 유사점과 차이점을 살펴보겠다.

2) 사례 간 분석결과

(1) 사례 간 유사점

어머니들은 자녀양육과 진로에 대한 불안으로 노심초사하며 우울하고 무기력함을 경험했다. 자녀들은 모두 학교 성적이 좋지 않았고, 우울하고 무기력했다. 부모교육프로그램에서 어머니들은 자신의 정서적 상태와 가치관, 그리고 양육방법과 태도에 대해 점검하는 기회가 되었다. 그러나 신앙적으로 구체적이고 개별화된 도움의 필요성을 느꼈다. 상담을 통하여 자신이 성숙해지고 자녀를 도울 수 있는 지혜를 얻고자 했다.

“내게 ‘욱’ 하는 성격이 있다는 것과 일관성 없이 아들을 대하고 있다는 것을 깨달았어요. 스마트폰과 게임에 몰두하는 아들을 부딪치지 않으면서 돕고 싶어요.”(참여자 #1)

“나는 괜찮은 엄마라고 생각해 왔는데 함께 교육받은 어머니들로부터 너무 보수적이고 강하다는 말을 듣고 나에 대해 좀 더 알고 싶어졌어요. 나는 딸과 소통하는 법을 잘 모르고 있나 봐요.”(참여자 #2)

“엄마노릇을 할 수 있는 힘도 없고, 하고 싶은 마음도 없는 나를 깨달았어요. 나도 엄마로서 더욱 씩씩하게 살고 싶다는 생각을 했어요.”(참여자 #3)

성경적 상담을 통하여 말씀의 의미를 다시금 깨닫고 하나님의 자녀로서 받고 있는 은혜에 감사했다. 그리고 자녀를 향한 하나님의 사랑과 뜻을 믿으며 노심초사하는 어머니가 아니라 자녀의 영적성장을 돕는 어머니역할에 힘쓰게 되었다. 이러한 어머니의 변화에 따라 자녀들도 새로운 반응을 시작했다. 자주 말씀을 묵상하고 기도하려한다. 그럼에도 불구하고

고 현실을 바라볼 때마다 자녀의 진로에 대한 막연한 불안에 휩싸이기도 하지만, 말씀 안에서 성령의 도움을 구하며 평안하고 안정된 어머니가 되기 위하여 노력해 나갈 힘을 얻었다.

(2) 사례 간 차이점

자신의 부모로부터 따뜻한 애착을 형성해 본 적이 없는 연구 참여자 #3은 자신의 아들과의 애착형성도 건강하지 못했고, 아들은 분리불안을 보이고 있었다. 다른 사람의 비난이나 평가에 예민하다보니 스스로 세운 높은 기준에 다다르려 애를 쓰다 기진해 버렸다. 어머니역할에 대한 부담감이 매우 컸고 결혼관계도 위기를 맞고 있었다. 주변 사람들에 대하여 과도한 책임감을 행사하며 역할을 감당하곤 했다. 하나님을 바라보기 보다는 다른 사람들의 평가나 말 속에서 자신의 가치를 찾고 있었다. 성경적 결혼관과 부모의 역할에 대하여 다시 깨닫고 새롭게 어머니와 아내 역할에 힘쓰고 있다.

“지쳤죠. 다 내려놓고 싶고 다 싫었죠. 아들은 내 말을 듣는 것이 하나도 없고 매일 싸움이고. 나에게는 자유가 없고 남편은 아이는 엄마가 키우고 가정도 엄마가 돌봐야 한다고 하는데 나는 할 수 없어요. 내가 살고 싶고 숨을 쉬고 싶어요. ~~ 만팔로서 잘해야 한다는 나의 완벽주의를 내려놓았고 용기가 생겼어요.”(참여자 #3)

연구 참여자 모두 말씀 안에서 말씀 묵상과 기도로 성장해 가고 있다. 참여자 #1은 규칙적으로 가정예배를 드리며 자녀와의 관계가 좋아졌다고 했다. 참여자 #2는 영적으로 성숙해가야 한다는 것을 알고 있는데, 생각만큼 빨리 변화되지 않는 자신의 모습을 볼 때 너무 괴롭다고 했다. 하지만 그런 자신을 볼 수 있다는 것도 성숙의 증거이다. 우리의 그런 연약함을 하나님께서는 아시고 돕고 계신다는 것과 우리가 날마다 그리스도의 분량만큼 성장해 갈 수 있도록 성령께서 돕는다는 것을 알고 소망을 가지도록 격려했다.

〈표 3〉 사례 간 분석

질문	사례 간 유사점	사례 간 차이점
성경적상담에서 깨달은 점은?	하나님의 은혜 성경적 가치관 부모로서의 정체성 구체적인 대화방법과 양육의 지혜	성경적 결혼관 아내의 역할 남편 이해하기
지속되는 변화는?	말씀 묵상과 기도	가정예배 성경공부 지속 자신의 일하기: 직장
현재 느끼고 있는 심리적 갈등은?	자녀진로에 대한 불안	자신의 모습에 대한 실망

4. 연구논의

본 연구를 통하여 먼저 양육불안의 형태를 살펴보았다. 그들은 우울하고 무기력했으며 어머니역할에 대한 자신감이 결여되어 있었다. 일관성 없이 자녀를 대했고 자녀와의 소통이 원만하지 않았다. 어머니의 기준을 따라 주지 않는 자녀에게 분노하면서 그들의 진로에 대한 불안한 마음으로 무기력해 갔다. 주변사람들의 판단이나 시선을 의식하며 외롭고 괴로웠다. 자녀는 어머니를 무시하거나 제 뜻대로 어머니를 조정하려 했다. 학교성적도 좋지 않고 미디어나 게임에 몰두하곤 했다. 이러한 모습은 여러 연구에서 보여주는 부모의 양육스트레스나 청소년기 자녀의 우울과 문제행동연구의 결과와 흡사하다.⁵⁵⁾

55) 최인숙, “성별에 따른 초기청소년의 우울에 어머니의 양육행동이 미치는 영향: 사회적 지지와 부정적 정서경험의 중재효과”, 135-160; 김기모 · 김현철, “청소년의 부모-자녀 간 의사소통과 SNS 중독이 관계에서 기본 심리 욕구의 매개 효과”, 한국청소년상담원, 「청소년상담연구」제21권 2호(2013): 477-495; 장은서 · 최연실, “초등학생이 지각한 어머니의 자녀에 대한 완벽주의가 사회불안에 미치는 영향: 자기 수용의 매개효과”, 373-394.

어머니들의 마음의 동기로는 나의 원함이 이뤄져야 한다고 믿는 나-중심 세계관과 하나님의 말씀중심이 아닌 왜곡된 가치관으로 세상을 바라보고 있었다. 하나님의 은혜 안에서 어머니의 청지기적 사명에 따라 사랑을 베푸는 넉넉한 어머니가 아닌 자녀로부터 사랑을 갈구하는 자기 사랑을 탐하고 있었다. 하나님에 대한 믿음 대신 자녀를 통제하거나 내 뜻대로 하려는 조급증과 과도한 책임감을 가지고 있었다. 그들은 자녀와의 갈등에서 자신의 뜻대로 되지 않았기 때문에 늘 불안했으며 하나님께 화가 나 있었다는 것을 고백했다.

상담을 통하여 하나님과의 깨어진 관계회복과 마음의 위상을 발견하게 된 것은 양육불안을 다루는 데 매우 중요한 출발점이었다는 것이 본 연구에서의 중요한 교훈이다. 연구 대상자들은 하나님의 은혜를 깨닫고 하나님의 자녀로서의 정체성을 재확인했다. 그리고 성경적 가치관을 나누며 아내 또는 어머니로서의 역할에 대한 확신과 감당해 나갈 힘을 얻었다. 자신이 책임져야 하는 영역을 깨닫고 하나님께 맡기고 기도해야 할 부분을 구분하게 되었다.

구체적인 대화방법과 자녀의 성장발달과정에 대한 이해는 자녀와의 갈등을 다루는데 실제적인 도움이 되었다. 마음의 동기를 먼저 다루어 어머니들이 영적성장을 시작한 후 실제적인 대화방법을 연습했을 때 변함없이 자녀를 다루어 나갈 수 있는 심력이 증가했다고 볼 수 있다. 심리학적 개념을 통하여 자녀와 가족 간의 역동성과 자신의 습관화된 행동의 원인을 어느 정도 파악했다. 그러나 상담을 하는데 결정적인 영향을 미친 것은 세부적인 각자의 경험에 대한 그들의 이야기였다.⁵⁶⁾ 이를 바탕으로 마음의 동기를 살펴보고 새롭게 성경적 기준을 견고히 하면서 회복은 시작되었다. 하나님에 대한 깊은 이해와 말씀에 대한 바른 이해를 도

56) D. Powlison, "통합적 관점에 대한 성경적 상담 관점의 논평", 김찬영 역, 『심리학과 기독교 어떤 관계인가』(서울: 부흥과 개혁사, 2012), 196-197.

와 부정적인 자아상을 벗고 하나님에 대한 신뢰를 회복하게 했다. 그리스도 안에서 자신의 정체성을 재확립하고 견고히 하는 상담과정이 어머니의 양육불안을 다루는데 도움을 주었다. 이것은 기독교적 세계관과 인간관으로 설계된 기독교부모교육프로그램이 하나님의 관점으로 자녀를 양육하도록 돕는데 효과적이었다는 연구 결과와 일치한다.⁵⁷⁾

상담 중에 여러 가지 과제⁵⁸⁾를 활용했고 이를 통하여 스스로 많은 것들을 터득해 나갔다. 자녀들도 어머니의 변화를 알아차리고 엄마가 변한 것 같다고 말해 주었다. 물론 자녀들의 학업이나 삶의 태도가 완전히 변한 것은 아니다. 하지만 긍정적으로 방향전환이 되고 있다는 것을 깨달으며 어머니들은 조급함을 내려놓았다. 상담종료 후에도 잘못된 습관으로 쉽게 되돌아가지 않고 변화를 유지할 수 있도록 도움이 된 것은 말씀 묵상과 기도 그리고 성경공부를 통한 지속적인 영적성숙이라 볼 수 있다.

본 연구의 결과를 고찰해 볼 때, 성경적 상담을 통한 어머니의 영적성숙은 양육불안을 줄이는데 효과적이었다. 아동기자녀의 어머니들을 위한 부모교육프로그램이나 집단상담의 활성화도 매우 중요하나, 그 이후에 어머니의 지속적인 영적성숙을 도와줄 수 있는 성경적상담을 적극 활용할 것을 주장한다. 왜냐하면 성경적상담은 양육불안을 호소하는 교회 안 가족들을 도울 수 있는 유용한 도구이기 때문이다. 성장기자녀의 발달과정과 특성에 대한 지식을 전달해 주는 것은 상담사가 감당해야 할 몫이다. 그러므로 성경적상담사는 성경적상담의 원리와 방법을 숙지함과 동시에 부모교육을 위한 지식을 함양하는 것이 매우 중요하다.

57) 김수정, “교회의 기독교 부모교육 프로그램이 청소년기 자녀를 둔 어머니의 자녀양육행동 및 부모역할만족도에 미치는 영향”, 28; 정희정, “성경적상담을 활용한 기독교 부모교육 프로그램의 개발과 효과”, 125.

58) 독서과제로 ‘위기의 십대 기회의 십대’ ‘영적 발달음’ ‘땅 끝의 아이들’ ‘파파기도’ ‘5가지 사랑의 언어’ ‘지친 완벽주의자를 위하여’ ‘여자의 일생에 가장 중요한 한 해’ 등이며 상황에 맞는 책을 읽고 나누었다.

III. 맺는 글

본 연구는 이음부모교육 프로그램을 수료한 세 명의 기독교 신앙을 가진 어머니들과의 성경적 상담일지와 추후에 이루어진 인터뷰를 바탕으로 한 질적 사례연구이다. 연구의 목적은 어머니들의 양육불안은 어떤 형태로 나타나는가? 어머니들의 양육불안에 대한 마음의 동기는 무엇인가? 그리고 성경적 상담을 통해 양육불안에 어떤 변화가 일어났으며 현재까지 변화를 지속시키는데 무엇이 도움이 되었는지 알아보는 것이다.

어머니들의 양육불안과 관계있는 요인들은 다음과 같다. 먼저 내외부적 양육스트레스는 양육불안을 높인다. 어머니의 원 가족과의 분화수준은 자신의 자녀와의 관계에 영향을 미친다. 분리불안이나 기타 심리적인 문제를 해결한 부모의 건강한 심신은 자녀의 장래 심신건강에 긍정적인 영향을 미친다. 자녀의 성장과정상 변화에 잘 적응하는 어머니는 자녀와의 갈등을 줄인다. 어머니의 완벽주의 성향과 자녀에 대한 높은 기대는 자녀를 우울과 무기력에 빠지도록 자극하며 그러한 자녀의 모습은 어머니들의 양육불안을 높인다. 성경적 관점에서 볼 때 어머니의 양육불안은 죄성으로 인한 잘못된 동기로부터 양육불안이 시작된다. 부적절한 말과 행동은 잘못된 동기로부터 시작된 어머니의 욕구와 갈망의 결과이다.

부모교육프로그램을 통하여 어머니들은 자녀들의 신체적정서적 발달과정상 자녀의 문제행동을 이해했다. 본 상담자가 부모교육프로그램을 진행하면서 어머니들과 신뢰관계가 형성되었으며 어느 정도의 정보수집이 사전에 이루어졌던 점은 상담을 진행함에 있어 긍정적인 효과를 가져왔다. 부모교육프로그램에 이어 성경적상담을 받은 3명의 연구 참여어머니들을 대상으로 한 본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 성경적상담은 어머니의 양육불안을 해소했으며, 어머니의 칭지 기적 사명자로서 역할을 감당할 수 있는 역량을 키우는데 매우 효과적이

었다. 또 자녀와의 갈등감소 및 가족 간의 관계회복과 개인의 영적성숙에도 매우 도움이 되었다. 둘째, 현재까지 지속되고 있는 말씀묵상과 경건생활은 자녀와의 갈등을 해소하며, 부모교육과 상담의 효과를 지속시키는데 많은 도움을 주었다. 영혼을 살리는 말을 쓰게 되었고 자녀의 말을 마음으로 들을 수 있게 되어 언쟁과 갈등이 많이 줄었다. 말씀묵상과 기도, 그리고 성경공부는 자연스럽게 죄악 된 반응을 하곤 하는 자신을 되돌아보는 훌륭한 장치가 되었다.

마지막으로, 효과적인 대화법 훈련과 자녀의 신체적 정서적 발달단계에 대한 교육적 상담은 자녀를 이해하고 편안한 관계를 유지하는데 도움이 되었다. 어머니와 자녀관계의 모든 것이 한 순간의 수정으로 달라지지 않는다. 그러므로 늘 말씀을 기준으로 생각하며 사려 깊은 어른 어머니가 되려는 노력은 계속되어야 한다. 성경적 가치관을 바탕으로 한 기독교부모교육 프로그램의 개발과 성경적상담의 활성화는 자녀를 양육하고 있는 기독교모들에게 많은 도움을 줄 것으로 기대한다.

본 연구의 제한점은 단 세 명의 사례로 살펴보았으므로 연구의 결과를 일반화하는 데는 무리가 있다는 것이다. 그럼에도 불구하고 부모교육 프로그램을 수료한 같은 조건의 기독교어머니들의 사례를 연구하여 부모교육프로그램 실시에 이은 성경적상담의 효과성을 살펴보았다는 점에서 본 연구의 의의를 찾을 수 있다. 후속연구에서는 더욱 다양한 어머니들의 사례를 다루어 아동기자녀를 둔 어머니들의 양육불안에 대한 성경적상담의 효과에 대한 질적 근거이론 연구를 제안한다. 더불어 Barlow(2011)의 연구에서처럼 6개월, 1년 후의 사후조사를 통하여 장기간에 지속되는 성경적상담의 효과를 살펴보는 것도 주요연구 과제라고 생각한다.

【 참고문헌 】

- 권은영·정현희. “초기청소년의 스트레스 변화유형에 따른 심리사회적 적응”. 한국청소년학회. 「청소년학연구」 제18권 6호(2011): 29-54.
- 김기모·김현철. “청소년의 부모-자녀간 의사소통과 SNS 중독이 관계에서 기본 심리 욕구의 매개 효과”. 한국청소년상담원. 「청소년상담연구」 제21권 2호(2013): 477-495.
- 김영근. “불안에 관한 기독교적 이해와 목회상담적 접근”. 성결심리상담소. 「성결심리상담」 제1권(2009): 9-32.
- 김수정. “교회의 기독교 부모교육 프로그램이 청소년기 자녀를 둔 어머니의 자녀양육행동 및 부모역할만족도에 미치는 영향”. 한국교회사회사업학회. 「교회사회사업」 제20권(2012): 7-36.
- 민숙영. “유치원 부모교육 내용과 방법에 대한 어머니의 요구도 연구”. 석사학위논문, 숙명여자대학교 교육대학원, 2005.
- 박진숙. “교회의 통전적 부모교육을 위한 프로그램 개발”. 한국복음주의기독교교육학회. 「복음과 교육」 제6권(2010): 133-163.
- 소수연·안지영·양대회·김경민. “초기 청소년의 변화에 대한 부모-자녀의 인식에 관한 연구”. 한국청소년상담원. 「청소년상담연구」 제22권 1호(2014): 247-279.
- 서주연·정남운. “청소년 자녀를 둔 어머니의 대상 신뢰가 자녀와의 분화에 미치는 영향에서 어머니의 분리불안과 문제형 의사소통의 매개효과”. 한국상담심리학회. 「한국상담심리학회지: 상담 및 심리치료」 제23권 2호(2011): 387-403.
- 안명희·신희수. “어머니의 심리적 통제가 초기 청소년 자녀의 우울에 미치는 영향: 매개효과를 중심으로”. 한국청소년학회. 「청소년학연구」 제19권 2호(2012, 2): 227-253.
- 안혜원·이재연. “청소년의 스트레스와 문제행동에 관한 부모애착 및 부모감독의 중재효과”. 한국아동학회. 「아동학회지」 제30권 1호(2009): 77-88.
- 옥경희·천영희. “가구소득에 따른 부부관계와 자녀가치 및 아버지의 양육참여가 영아기 어머니의 양육스트레스에 미치는 영향력 비교 연구”. 한

- 국아동학회. 「아동학회지」 제33권 1호(2012): 205-221.
- 이다미. “불안전 애착의 세대 간 전이를 경험한 어머니-자녀에 관한 사례연구: Bowen의 가족상담 이론을 중심으로”. 한국복음주의상담학회. 「복음과 상담」 제21권(2013): 222-254.
- 이성희 · 한희선. 『여성과 가족』. 서울: 파란마음, 2009.
- 이정순. “아버지의 양육참여와 어머니의 양육스트레스에 대한 연구”. 한국유아교육학회. 「유아교육연구」 제23권 3호(2003): 5-19.
- 이정운 · 최수미. “지각된 부모양육태도와 초기 청소년의 문제 행동: 자기조절의 매개효과”. 한국상담학회. 「상담학연구」 제12권 2호(2011): 635-650.
- 이현웅 · 곽윤정. “초기 청소년의 학교생활 및 삶에 대한 만족도에 미치는 영향 변인 연구”. 한국청소년학회. 「청소년학연구」 제18권 7호(2011, 7): 59-83.
- 장은서 · 최연실. “초등학생이 지각한 어머니의 자녀에 대한 완벽주의가 사회 불안에 미치는 영향: 자기수용의 매개효과”. 한국정서 · 행동장애아교육학회. 「정서 · 행동장애 연구」 제29권 1호(2013): 373-394.
- 전형준. “청소년 자녀교육을 위한 기독교 상담학적 조명”. 한국복음주의상담학회. 「복음과 상담」 제14권(2010): 37-73.
- 정희정. “성경적상담을 활용한 기독교 부모교육 프로그램의 개발과 효과”. 박사학위논문, 총신대학교 일반대학원, 2008.
- 최옥채. 『사회복지사를 위한 질적 연구』. 서울: 신정, 2008.
- 최인숙. “성별에 따른 초기청소년의 우울에 어머니의 양육행동이 미치는 영향: 사회적 지지와 부정적 정서경험의 중재효과”. 한국청소년학회. 「청소년학연구」 제19권 1호(2012, 1): 135-160.
- 한국청소년상담원. 『자녀와 함께 성장하는 부모 강사지침서』. 서울: 한국장애인 e-book 협회, 2006.
- 한은영. “초기 청소년의 공격성에 관한 중단연구”. 한국아동복지학회. 「한국아동복지학」 제48호(2014): 209-234.
- 황규명. 『성경적상담의 원리와 방법』. 서울: 바이블리더스, 2008.
- 황지영. “기독교부모교육의 새 패러다임에 관한 연구”. 한국복음주의기독교교육학회. 「복음과 교육」 제4권 (2007): 80-120.
- Barlow, J. & E. Coren. “Individual and Group Based Parenting Programmes for Improving Psychosocial Outcomes for Teenage Parents and their

- Children.” *Cochrane Database of Systematic Reviews* 3(2011): CD002964, DOI: 10.1002/ 14651858. CD002964. pub2.
- Barlow, J., N. Smailagic, N. Huband, V. Roloff, & C. Bennett C. “Group-Based Parent Training Programmes for Improving Parental Psychosocial Health.” *Cochrane Database of Systematic Reviews* 5(2014): CD002020, DOI: 10.1002/ 14651858. CD002020. pub4.
- Creswell, John W. *Qualitative Inquiry and Research Design*. 조홍식 · 정선욱 · 김진숙 · 권지성 역. 『질적 연구방법론』. 서울: 학지사, 2015.
- Johnson, Eric L, Ed. *Psychology & Christianity: Five Views*. 김찬영 역. 『심리학과 기독교 어떤 관계인가』. 서울: 부흥과 개혁사, 2012.
- Keller, Timothy J. *Counterfeit Gods*. 이미정 역. 『거짓 신들의 세상』. 서울: 베가북스, 2012.
- Kerr, M. E. & M. Bowen. *Family Evaluation*. 남순현 역. 『보웬의 가족치료 이론』. 서울: 학지사, 2005.
- Nichols, Michael P. *The Essentials of Family Therapy*. 김영애외 역. 『가족치료: 핵심개념과 실제적용』. 서울: 시그마, 2011.
- Powlison, David. *Seeing with New Eyes*. 김준 역. 『성경적 관점으로 본 상담과 사람』. 서울: 그리스, 2009.
- Tripp, Paul. *Age of Opportunity*. 황규명 역. 『위기의 십대 기회의 십대』. 서울: 디모데, 2002.
- Tripp, Paul. *Instruments in the Redeemer's Hands*. 황규명 역. 『치유와 회복의 동반자』. 서울: 디모데, 2005.
- Tripp, Paul. *War of Words*. 윤홍식 역. 『영혼을 살리는 말 영혼을 죽이는 말』. 서울: 디모데, 2005.
- Tripp, Paul & Timothy S. Lane. *Relationships*. 이명숙 역. 『관계가 주는 기쁨』. 서울: 미션월드라이브러리, 2009.
- Welch, Edward T. “Motives: Why Do I Do the Things I Do?” *The Journal of Biblical Counseling* 22, no.1(2003): 44-56.
- Winter, Richard. *Perfecting Ourselves to Death*. 김동규 역. 『지친 완벽주의자를 위하여』. 서울: 한국기독교학생회출판부, 2007.

【 Abstract 】

Qualitative Case Study of Mothers' Anxiety on Parenting based on Parenting Education and Christian Counseling

Soo Hee Lee

Chongshin University

The purpose of this study is to explore the effect of the Biblical Counseling on the anxiety levels of parenting mothers. The qualitative case study is based on counseling records and interviews of three Christian mothers who have completed the parenting program and have finished the Biblical Counseling three months prior to the qualitative research. In order to achieve the research goal, three questions are raised. In what form does anxiety of parenting appear in their life? What are their motives of the anxiety on parenting based on biblical view point? How and what have changed in their life by the Biblical Counseling, and did the changes last to this day?

The results of the study are as follows: first, Biblical Counseling solves the anxiety on parenting by reducing conflict, restoring the relationship between family members, and assisting in the spiritual growth of individuals. Secondly, when meditation of Bible, practice of devotion and praying are integrated into life, conflicts between parents and children lessened, and prolonged effect of counseling and parenting program. These practices help parents to reflect their own sinful reaction. Lastly, comfortable relationship with children can be built by educating parents with effective communication methods and nature of mental and physical development of child.

The results indicate that activated parenting program with the biblical view point and Biblical Counseling can support many parents in the church.

Key words: Biblical Counseling, parenting—education, motives, anxiety on parenting, qualitative case study