

가정위탁 부모 양육스트레스 완화를 위한 부모코칭프로그램 개발을 위한 탐색적 연구*

도미향* · 김응자*** · 김경미****

본 연구의 목적은 원가정에서 보호 및 양육되지 못하는 아동을 대상으로 원가정으로 돌아가기 전까지 보호하고 양육하는 위탁부모의 양육스트레스를 완화할 수 있도록 지원하고, 위탁부모가 아동의 성장과 발달을 지원할 수 있도록 부모코치로서의 역량을 강화하는 부모코칭프로그램을 개발하는 것이다.

본 프로그램은 첫째, 자녀양육을 넘어 아동의 성장과 발달을 지원할 수 있는 부모코치로의 패러다임 전환을 통해 위탁부모의 역량을 강화한다. 둘째, 부모역할의 기본 바탕이 되는 아동발달특성과 양육에서 발생할 수 있는 양육스트레스를 이해하고 다양한 대안을 모색할 수 있도록 한다. 셋째, 아동의 성장을 지원할 수 있도록 코칭기법을 활용한 의사소통방법을 익힐 수 있도록 한다. 넷째, 아동과 위탁부모의 성격적 특성을 파악하여 아동과 위탁부모의 성격강점을 활용한 부모역할을 통해 아동이 건강한 성장과 발달을 이룰 수 있도록 4단계로 나누어 총 8회기를 16시간으로 진행하도록 구성하였다. 교육의 효과를 극대화하기 위해 이론과 실습, 공유, 피드백 등으로 위탁부모의 실제적인 어려움과 고민을 풀어내고, 위탁부모에 맞춰진 대안을 탐색할 수 있도록 함으로써 위탁부모의 역량을 강화하여 아동이 위탁가정에서 건강한 생활을 통해 원가정으로 복귀 이후에도 건강함을 유지할 수 있도록 하는데 의의가 있다.

주제어 : 가정위탁, 양육스트레스, 부모코칭프로그램

논문 투고일 : 2020. 10. 19. 최종심사일 : 2020. 11. 30. 게재확정일 : 2020. 12. 11.

* 본 연구는 아동권리보장원 전문가정위탁부모 표준운영매뉴얼의 일부 내용을 수정 보완한 것임

** 남서울대학교 대학원 코칭학과 교수, 국제코치연맹(ICF) 한국지부 회장

*** 남서울대학교 대학원 코칭학과 교수

**** 경기과학기술대학교 아동영어보육과 외래강사

Corresponding author: Kim, Eung Ja, Dept. of Child welfare, Namseoul University, Daehak-Ro Seonghwan-eup, Choongnam, Korea, E-mail: eungja21@nsu.ac.kr

I. 서론

아동은 발달 특성상 누군가에 의해 돌봄을 받지 않으면 생존과 성장에 심각한 어려움을 초래할 수 있는 ‘의존’의 발달 특성을 갖고 있기 때문에 가정이라는 울타리 안에서 양육되어야 한다. 이에 가정은 아동을 위험으로부터 보호해주어야 하며, 아동이 생존할 수 있는 영양과 환경을 제공해주고, 앞으로 살아갈 사회를 배울 수 있는 장을 만들어 주어야 한다. 특히 부모는 이러한 역할에 있어 사회적, 법적 책임과 의무가 있는 존재이다.

그러나 이렇게 아동의 생존과 발달에 매우 중요한 부모와 가정이 오늘날 다양한 이유로 흔들리고 해체되고 있다. 부모의 사망, 이혼, 가출, 수감, 경제적 이유 등으로 가족의 형태가 변형되거나 가족이 붕괴되어 가족의 기능이 약화되고 이로 인해 아동은 가정에서 보호 받을 수 없는 상황이 발생하고 있다(전미란, 2018). 따라서 이러한 가정의 해체 속에서 누군가는 아동에게 부모의 역할을 대신 해주어야만 하는데 가정위탁제도는 이러한 역할을 할 수 있도록 국가적 차원에서 유형화시킨 공적 사회복지서비스 중 하나이다.

가정위탁보호는 친가정에서 아동을 양육할 수 없는 경우 위탁가정을 통해 일정기간 아동을 보호하고 양육함으로써 원가정과 비슷한 환경을 제공하고, 친부모의 양육능력이 회복되면 원가정으로의 복귀를 목적으로 시행되었다(박정영 2010; 박나래, 2018). 우리나라에서는 가정위탁보호를 2000년도에 시범사업으로 시작하였으며, 2005년 아동복지법 개정을 통해 가정위탁에 대한 법적 근거가 마련되었다(전미란, 2018).

아동복지법에서 제시하고 있는 가정위탁이란 보호대상아동의 보호를 위하여 성범죄, 가정폭력, 아동학대, 정신질환 등의 전력이 없으며 아동복지법이 정하는 기준에 적합한 가정에 보호대상아동을 일정기간 위탁하는 것을 의미한다(아동복지법 제3조 6호). 즉 친부모가 일시적 또는 장기적으로 아동을 양육할 수 없거나 양육하기에 부적절할 때 아동을 일정기간 동안 지정된 대리가정의 부모가 양육 역할에 대한 책임과 의무를 대리한다. 그러기에 가정위탁의 부모는 양육의 책임과 의무 속에서 보람과 기쁨을 누리기도 하지만 때로는 부모 역할에 대한 양육 스트레스 상황을 경험하게 된다. 특히 가정위탁 부모의 경우 낯선 아동에 대한 이해와 적응은 물론 양육에 대한 부담이 일반 부모보다 더 큰 양육스트레스로 다가올 수 있다.

양육스트레스란 부모역할에서 느끼는 특정한 스트레스 유형으로 자녀의 양육으로 인해 부모가 인지하는 곤란 정도나 부담을 뜻하며(Abidin, 1992), 일상생활에서 자녀양육과 연관되

어 일어나는 일들로 부모가 불편함을 느끼는 정도라고 정의할 수 있다(Crnic & Greenberg, 1990). 또한 양육스트레스는 가족 체계가 직면하는 발달과정 속에서 어느 정도 예상되는 스트레스라고 하였으며(고성혜, 1994), 부모들은 자녀양육으로 인해 경제적 부담과 신체적 피로감을 느끼고 자신의 정체감을 유지하는데 불만을 느끼며 생활이 자유롭지 못하다는 점에 심리적 부담감을 느낄 수 있다(Abiddin, 1990). 이러한 양육스트레스는 부모자신의 삶의 질을 결정할 뿐 만 아니라 자녀에 대한 양육 태도로 이어져 유아의 건강한 성장 발달에 많은 부정적 영향을 미치게 된다. 그러므로 자녀 양육에 참여하는 부모들은 부모의 양육스트레스를 감소시켜주고 자녀 양육에 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 다양한 지원체계와 도움이 절대적으로 필요하다(김소영, 2008). 특히 위탁부모의 스트레스 정도는 위탁아동의 외현화 문제에 영향을 끼치는 것으로도 보고되고 있으며(박나래, 2018; 아동권리보장원, 2020), 이는 양육스트레스가 높을수록 자녀에 대해 강압적이고 거부적인 양육행동을 보이기 때문이라 할 수 있다(신숙재, 1997; 유우영·최진아·이숙, 1998; 안지영, 2002; 조영숙, 2008). 다시 말해 양육스트레스는 위탁부모들의 심신을 어렵게 만들며 양육태도에 영향을 미치게 되고 이는 고스란히 위탁아동에게 전달될 수 있다는 것이다.

위탁아동들은 대부분 친가정에서 부모의 이혼, 별거, 가출, 사망, 학대, 가정폭력 노출 등의 부정적인 사건을 경험한 아동들이다. 이전 친가정에서 심각한 외상적 경험은 위탁가정에서 적응의 어려움과 정서·행동 문제로 연결될 가능성이 높으며(정혜선·김진숙, 2004; 정익중·김경민, 2009; 윤주희, 2018), 이들은 원가족과의 분리 경험에서 발생하는 부정적 감정을 다루는 동시에 낯선 환경에 대처해야 하는 이중적인 어려움을 겪어야 한다(최영, 2007; 허남순, 2008; 정익중 외, 2009; 강현아·노충래·전종설·정익중, 2012), 이러한 어려움은 위탁아동에게도 스트레스로 연결되며 이로 인해 일반가정의 아동에 비해 다양한 발달상의 어려움을 나타내는 경향을 보인다(노충래·김미영·박은미·강현아·신혜령, 2008; 허남순, 2008). 이는 위탁부모에게 또 다른 양육스트레스로 작용되고 다시 양육태도에 영향을 미치는 악순환의 상호적인 관계에 놓이게 된다. 그러므로 위탁아동의 건강한 발달을 위해서는 위탁부모의 스트레스 상태를 되돌려 안정적이고 편안한 상태로 되돌릴 수 있는 방안 모색이 절실히 필요하다. 또한 위탁부모는 현재 자신의 양육태도에 영향을 미칠 수 있는 양육스트레스를 점검하고, 건강한 상태로 되돌림으로써 위탁아동의 건강한 발달을 지원해줄 수 있는 본연의 부모역할에 충실해야 한다.

오늘날 부모로서 자녀를 단순히 양육하는 것을 넘어 자녀의 잠재력을 이끌고 건강한 성장이 일어날 수 있도록 부모역량을 강화해주는 부모코칭이 대안으로 대두되고 있다(도미향, 2019). 코칭은 부모가 자신의 역량을 길러 자녀와의 갈등상황에 능동적으로 대처할 수 있도록

록 도와 자녀와의 관계에서 코치의 역할을 할 수 있도록 지원하는 것이다(김미옥, 2011). 또한 부모가 자기이해와 현실점검을 바탕으로 부모로서 강점을 발견하고, 자율적으로 바람직한 부모역할에 대한 목표를 설정하여 실천함으로써 자녀와의 관계에서 발생하는 갈등에 바람직한 코치역할을 할 수 있도록 돕는 것이다(김찬미, 2017; 이인숙, 2017). 이러한 코칭을 활용한 프로그램 실시가 부모의 분노, 양육스트레스 및 부모효능감 등 다양한 관점에서 긍정적인 효과를 보인다는 것은 이미 선행연구를 통해 검증되고 있다(김미옥, 2011; 최경화·홍상욱, 2016; 이희영·김문정, 2018; 홍민형·박혜원, 2018). 또한 부모코칭프로그램은 일반 강의식 부모교육에 비해 어머니의 양육효능감, 양육스트레스, 양육지식 습득, 가정 내 어머니의 정서표현에 더 효과적인 것으로 나타났다고 보고되고 있다(이소희 외, 2013; 최성애 외, 2016).

부모코칭프로그램에서는 코칭을 통해 부모가 자신의 현재 상황을 있는 그대로 인식하고 수용함으로써 건강한 부모의 모습을 갖추도록 돕는 과정으로 이러한 과정을 통해 부모로서 자신감을 갖고, 아동과 상호작용하는데 필요한 코칭기술을 습득함으로써 부모 역할을 효과적으로 할 수 있도록 지원함은 물론, 아동의 성공과 성장을 통하여 부모 역할을 완성할 수 있도록 도와주기(주현주, 2017; 도미향, 2019) 때문에 양육에 지쳐 있는 부모의 삶을 격려하고 부모들에게 동기를 부여하게 하여 스스로 성장하도록 도울 수 있다. 이는 궁극적으로 부모 자신뿐만 아니라 아동의 성장을 도와 더 행복한 가정을 경험할 수 있도록 함으로 위탁부모 뿐만 아니라 위탁아동에게도 긍정적 영향을 미치게 된다. 또한 이러한 과정은 다시 위탁부모의 양육스트레스를 감소하는 선순환의 고리를 갖게 된다.

따라서 본 연구에서는 위탁가정 부모가 양육 상황에서 코칭과 코칭기술을 활용하여 코치로서의 부모역할을 통해 위탁아동의 건강한 발달을 도움으로써 위탁부모의 양육스트레스를 조절하고, 아동의 발달특성과 성격강점을 파악하여 아동의 개별적 특성에 맞춰진 양육을 지원할 때 부모로서의 성격강점을 활용 할 수 있도록 부모코칭프로그램을 구성함으로써 위탁부모와 아동이 동반성장 할 수 있도록 하여 위탁아동이 원가정으로 복귀해서도 건강한 발달이 이루어질 수 있는 선순환의 구조를 형성할 수 있도록 돕고자 한다. 이에 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 가정위탁 부모의 양육스트레스 완화를 위한 부모코칭프로그램의 구성절차와 개발내용은 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 가정위탁보호

가정위탁보호(foster care)는 아동복지서비스의 하나로써 친부모가 일시적 또는 장기적으로 아동을 양육할 수 없거나 양육하기에 부적절할 때 어떤 계획된 기간 주어지는 대리가정에 의한 보호서비스를 의미한다.

우리나라 아동보호정책은 유엔아동권리협약의 정신에 기초하여 ‘선 가정 후 시설보호’로 변화되었으며, 2005년 아동복지법 개정으로 가정위탁에 대한 법적 근거를 마련하면서 적극적으로 가정위탁사업이 전개되었다. 아동복지법 제2조에 의하면 가정위탁보호는 보호를 필요로 하는 아동을 보호하기에 적합한 가정에 일정기간 위탁하는 것으로, 대상으로는 18세 미만의 아동이며 시·군·구에서 부모의 질병, 가출, 실직, 수감, 사망 그 밖의 사유로 인하여 보호가 필요하다고 인정한 아동과 아동학대로 인하여 격리 보호가 필요한 아동을 의미한다.

가정위탁보호는 일시적이고 단기적으로 아동들이 그들의 가족 혹은 대안의 가정으로 돌아갈 수 있을 때까지 지속되며, 보호대상아동을 ‘가정적인 분위기’에서 성장할 수 있도록 하는데 그 목적을 두고 있다(오정수·정익중, 2017). 따라서 위탁가정의 선정에 있어서 가장 중요한 일은 아동에게 행복의 기회를 얻도록 가정에 위탁해 주는 일이므로, 가정의 정서적인 힘, 양육 동기, 구성원의 상호작용에 대한 적절한 사정을 통해 신중한 결정을 원칙으로 하고 있다(오정수·정익중, 2017). 또한 보호대상아동의 보호를 위하여 성범죄, 가정폭력, 아동학대, 정신질환 등의 전력이 없으며 아동복지법이 정하는 기준에 적합한 가정에 보호대상 아동을 일정기간 위탁하는 것을 의미하며(아동복지법 제3조 6호). 입양, 시설보호, 그룹홈 등과 함께 가정 외 보호에 포함된다.

우리나라에서의 가정위탁의 유형은 대리양육 가정위탁, 친인척 가정위탁, 일반 가정위탁 세 가지로 구분되며 그 내용은 다음 <표 1>과 같다.

<표 1> 가정위탁 유형

가정위탁 유형	내용
대리양육 가정위탁	부모를 제외한 부양의무자인 조부모에 의한 대리양육 가정위탁
친인척 가정위탁	조부모를 제외한 친인척에 의한 친인척 가정위탁
일반 가정위탁	혈연관계가 없는 일반인에 의한 일반 가정위탁

가정위탁의 경험은 위탁아동에게는 친가족과의 분리, 친숙한 환경과의 분리 등으로 충격인 변화를 주고, 위탁아동과 위탁부모 모두에게 새로운 부모자녀관계에 재적응해야 하는 부담을 준다. 이러한 상황에서 특히, 위탁부모는 아동의 적응은 물론 건강한 발달에 큰 영향을 주는 요인이다. 따라서 가정위탁보호 서비스에서 부모의 역할이 매우 중요하다는 것을 알 수 있다.

2. 양육 스트레스

부모역할을 수행하면서 경험하게 되는 일상적인 스트레스를 양육스트레스라고 한다(Abidin, 1990). 양육스트레스는 부모역할에서 느끼는 특정한 스트레스 유형으로 자녀의 양육으로 인해 부모가 인지하는 곤란 정도나 부담을 뜻하며(Abidin, 1992), 일상생활에서 자녀 양육과 연관되어 일어나는 일들로 부모가 불편함을 느끼는 정도라고 정의하였다(Crnic & Greenberg, 1990). 양육스트레스는 양육에 대한 자신감과 양육효능감을 잃게 하고, 부모로서 요구되는 역할과 책임에 대한 부정적이고 회피적인 반응으로 부모와 자녀 간 상호작용에 부적절한 영향을 주어 양육행동 및 자녀의 긍정적인 발달을 방해하는 요인이 된다(Alschuler, Albert W, 2003; Nerenberg & Gewirtz, 2017). 특히 가정위탁의 부모의 경우 아동에 대한 이해와 적응은 물론 양육에 대한 부담은 일반 부모보다 더 큰 양육스트레스로 다가올 수 있다.

이처럼 부모의 양육스트레스는 부모는 물론 아동에게도 영향을 미치게 된다. 양육스트레스가 미치는 역기능적 영향을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 어머니 자신의 고통요인이 되는 양육스트레스는 자기효능감 및 주관적 안녕감에 부정적인 영향을 미쳐서 어머니 자신의 긍정적 및 한계설정 양육행동에 영향을 미친다(박희진·문혁준, 2012; 박주영, 2014). 둘째, 양육스트레스는 전반적으로 자녀의 행동변화에 어머니가 부정적인 정서를 갖게 되어 자녀를 더 까다롭게 지각하고, 발달에 부정적인 영향을 미친다(임호찬, 2008; 최미경 외, 2013; 오정운, 2016). 그리고 부모의 양육행동에 영향을 주어서 자녀의 행동문제에 직접적인 훈육, 의도적 통제 등의 부정적 영향으로 역기능적인 과잉 훈육 등 강압적 훈육과 같은 양육행동을 보이며(박진아, 2011; 노보람 외, 2016). 이로 인해 어머니의 양육스트레스는 아동의 스트레스, 성공적인 애착관계 형성, 정서지능에도 영향을 주게 된다(엄세진, 2014). 셋째, 양육스트레스가 유아의 까다로운 기질에 영향을 미치게 된다. 반응이 까다로운 기질의 유아는 양육자를 지치게 함으로 많은 양육스트레스를 증가시키고 유아의 문제행동 정도가 높게 된다. 따라서

자녀의 기질로 인한 양육스트레스가 높을수록 자녀에 대한 관심과 흥미, 어머니의 불안 및 좌절감에 직접적인 영향을 주게 된다(김미연, 2012; 김성화, 2017). 이러한 상황에서 경험하게 되는 위탁부모의 스트레스 반응은 위탁아동에 대한 양육 부담으로 작용하여 아동과의 상호작용 등에 부정적인 영향을 끼치는 것으로 나타났다(안지영, 2001; 장현갑·강성균, 2002).

Abidin(1995)은 양육스트레스를 세 가지 요인으로 설명하였으며 다음 세 요인들이 서로 영향을 주고받음으로서 양육스트레스가 유발된다고 하였다(Crnic & Greenberg 1990; 최풍호, 2004; 이경숙 외, 2008). 첫째, 부모가 부모로서의 역할을 하면서 겪는 스트레스인 ‘부모의 고통’, 둘째, 아동이 기대에 부응하지 못한다고 생각하는 부모와 부모에게 긍정적 피드백을 주지 않는 아동과의 상호작용인 ‘부모-아동 역기능적 상호작용’, 셋째, 부모가 다루기 어려운 아동의 행동을 측정하는 ‘까다로운 아동’ 이 세가지 요인을 양육스트레스 유발요인으로 제시하였다.

위탁부모의 스트레스에 대한 부적절한 대처방식은 부모 스스로 다양한 부정적 정서를 경험하게 되며, 이때 위탁부모가 스트레스에 민감하게 반응하는 경우, 위탁아동에게 명령이나 비난을 하게 되어 아동에게 정서·행동상 영향을 끼칠 수 있다(Abidin, 1990). 즉, 양육스트레스는 부모와 아동 모두에게 영향을 미치며 이는 다시 서로에게 부정적 영향을 미치게 되고 부정적 행동을 강화하는 요인으로 적용되는 것을 알 수 있다.

3. 부모코칭

1) 코칭의 개념과 철학

코칭은 한 개인이나 그룹을 현재 있는 지점에서 그들이 바라는 더 유능하고 만족스러운 지점까지 나아가도록 인도하는 기술이자 행위이며(Collins, 2004), 매일멋진 삶을 위한 사랑과 지혜의 대화시스템이며(이소희, 2008) 개인의 자아실현을 지지하는(support)하는 시스템이라 하였다(價本英剛, 1999). 즉, ‘고객이 스스로 자신의 잠재력을 발견하고 스스로 목표를 정하고 정한 목표를 성취할 수 있도록 격려하고 지지하는 커뮤니케이션의 과정’이라고 볼 수 있다(도미향, 2005; 최순덕, 2011). 이렇듯 코칭은 개인의 내면에 있는 잠재력을 최대한 이끌어 원하는 성취를 이룰 수 있도록 함으로써 성장과 행복을 지원하는 과정이라고 정리할 수 있다.

코칭의 공통적인 핵심요소는 개인, 조직, 잠재력, 지지, 개발, 성과(결과), 스스로 자아실현, 대화기술, 대화시스템, 협력, 동반 관계, 리더십 등이며 코칭에 대하여 학자마다 코칭에 대한 다양한 정의를 통합하여 정리해 보면, 코칭이 긍정적 접근방법(positive approach)이라는 사실에 대해서는 공통적인 견해를 보이고 있다(조성진, 2009; Daniel., Flett. Nash., 2010).

이러한 코칭은 코칭 철학에 기반하고 있으며, 코칭 철학은 코칭을 하기 전에 전제조건이 되는 태도(마음가짐)나 사고방식, 사물에 대한 관점을 말한다. 먼저 코칭은 인간의 보다 나은 행복한 삶을 위해 기여하고 있다고 보고 있으며, 이는 코칭이 인간을 위한 인본주의적 이론을 바탕으로 하고 있음을 알 수 있다.

코칭의 철학은 기본적으로 인본주의 심리학을 바탕으로 크게 세 가지로 정의한다. 코칭의 철학을 정리하면 모든 사람 내면에는 무한한 가능성이 있다는 믿음과 그 사람이 지닌 문제의 해답은 그 사람의 내부에 있다는 믿음에서 시작된다. 코치의 생각으로 코치이의 가치를 제한하거나 한정 짓는 것이 아니라 코치이의 무한한 가능성과 잠재력을 믿는 것이다. 코치가 답을 주거나 가르치려 노력하는 것이 아니라, 코치이가 스스로 답을 찾을 수 있도록 옆에서 동반자 역할을 하는 것이 코칭의 기본 철학이다. ICF(International Coach Federation)의 코칭철학은 모든 인간은 창의적이고, 문제를 스스로 해결할 수 있는 충분한 능력을 가지고 있는 온전한 존재라고 믿는 것이다. 그리고 코칭역량은 코칭을 수행함에 있어서 성공적으로 발전하고 성장하도록 도움을 주는 것에 영향을 미치는 가치, 태도, 지식, 기술 등의 내재적 특성이 결합된 행동을 의미한다고 할 수 있다(McLean et al., 2015)

따라서 코칭은 단순히 코칭 프로세스를 따르고 스킬을 적용하는 방법론만을 의미하는 것이 아니며, 인간에 대한 믿음과 신뢰를 기반으로 하고 있다는 것을 코칭철학에서 분명히 파악할 수 있다(이소희 외, 2016). 코칭을 하기 위해서는 코칭철학을 기반으로 한 코치로서의 마인드를 갖추는 것이 우선되어야 한다.

2) 부모코칭기술

위탁부모와 위탁아동은 위탁가정이라는 환경 속에서 다양한 경험들을 하게 된다. 이러한 경험은 위탁아동의 발달에 기초가 되고 나아가 성인기까지 영향을 주기도 한다. 그러므로 위탁부모가 아동을 양육하는 역할을 수행하면서 아동에 대한 이해와 아동발달 과정에 대한 지식을 습득할 필요가 있으며, 위탁부모들로 하여금 자신들의 습관적인 양육방법을 재검토하고, 자녀 양육의 새로운 방법을 습득하도록 도와주는 다양한 교육적 경험이 제공되어야

할 필요가 있다(이경주·도미향, 2011).

부모 코칭은 코칭기법을 가지고 자녀와 부모의 성장을 위해 시도하는 것으로, 부모코칭은 부모가 부모역할을 잘 수행하여 자녀가 행복하고 자녀의 발달적 욕구를 고려하고, 자녀가 가진 잠재력을 성장하게 하는 부모가 당면한 과제를 효과적으로 지원할 수 있는 커뮤니케이션 시스템이다(김응자, 2013; 이미선, 2014; 이소희, 2014). 이는 자신의 강점과 잠재력을 인지하고 그를 바탕으로 부모의 역할을 잘 할 수 있도록 역량을 강화하여, 자녀와의 갈등상황 속에서 적극적으로 대처할 수 있도록 돕고, 자녀와 의 관계에서 코치의 역할을 수행하도록 지원하는 것이다.

따라서 부모코칭은 부모가 자신의 현재 상황을 있는 그대로 인식하고 수용함으로써 건강한 부모의 모습을 갖추도록 돕는 과정으로 부모로서 자신감을 갖고, 아동과 상호 작용할 수 있는 코칭기술을 습득함으로써 부모 역할을 효과적으로 하고, 아동의 성공과 성장을 통하여 부모 역할을 완성할 수 있도록 도와주는 대화를 의미한다. 또한 궁극적으로 부모코칭은 부모 자신뿐만 아니라 아동의 성장을 도움으로써 더 좋은 부모, 더 행복한 가정으로의 변화를 돕는 풍요로운 삶의 기술이라 할 수 있다.

특히 현대사회는 극심한 변화를 경험하고 있으며, 사회적 안정성과 아동의 안녕을 실현하기 위해 효과적인 인간관계 기술이 필요하며 지속적인 변화에 적응할 수 있는 자기계발 및 역량강화, 창의성이 필요하다. 이는 위탁 부모-자녀 관계에서도 적용되며 현대사회는 부모에게 더 복잡한 대인기술을 요구하고 있기 때문에, 부모와 아동의 협력이 더욱 필요하다(도미향, 2016). 이러한 사회적 변화 속에서 부모코칭은 위탁부모가 아동의 잠재력을 발견하고, 아동 스스로 목표를 정하고, 목표를 성취하도록 격려하고 지지하는 커뮤니케이션의 과정으로(이종숙, 2008; 도미향 외, 2011) 현대사회 부모-자녀 관계에 매우 필요한 대화체계라 할 수 있다. 부모 코칭은 자녀가 본래부터 지닌 가능성과 잠재적인 능력을 최대한 발휘할 수 있게 부모가 관심을 가지고 지켜보면서 뒷받침해 주고, 질문과 경청 등 코칭기술을 통해 자녀 스스로 깨닫게 해줌으로써 해결방안을 찾고, 자발적인 행동을 장려할 수 있도록 도와주는 커뮤니케이션이기 때문이다. 즉, 부모코칭은 부모의 내면적 변화와 성장을 통해 부모의 역할 성숙과 부모의 양육효능감에 긍정적 영향을 미치며 어머니의 상호작용 행동에 효과가 있음을 알 수 있다. 또한 부모코칭역량은 건강하고 행복하면서도 사회가 요구하는 자녀들을 기를 수 있는 바람직한 부모 역량(이혜영, 2011; 정계숙·견주연, 2014)과 코치로서 역할을 성공적으로 수행하기 위해 필요한 지식, 기술, 태도 및 가치 등의 내재적 특성과 이를 바탕으로 드러나는 행동(이미옥·도미향, 2016)인 코칭역량이 함께 공존하는 역량을 말한다. 그러므로 부

모코칭은 부모의 코칭기술, 코칭지식의 인지적 차원과 부모자신의 자기수용, 자기인식, 자녀에 대한 공감감을 바탕으로 기대되는 부모의 긍정적인 역할이며, 이는 부모가 자녀에게 무엇을 가르치는 것이 아닌, 자녀 스스로 생각하고 그 대안을 찾을 수 있도록 조력하는 지원시스템이라고 할 수 있다(이혜원, 2006; 도미향·박은경, 2019).

부모코칭과 관련한 선행연구를 살펴보면 어머니의 코칭역량이 유아의 행복감에 미치는 영향(신은연·김미애, 2018), 부모의 코칭역량이 유아의 리더십에 미치는 영향(홍은영·도미향, 2017) 등이 있으며, 부모코칭프로그램과 관련한 연구를 살펴보면 유아기 부모의 코칭적 접근을 통한 인성교육 프로그램 연구(조경희, 2018), 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육역량강화 부모코칭 프로그램 개발을 위한 탐색(박성의·도미향, 2017) 등에 관한 연구가 있으며 이러한 연구는 부모의 양육역량 강화를 위해 코칭 접근이 유용함을 시사하고 있다.

부모코칭에서는 코칭의 각 세션에서 다양한 기술을 사용하게 되는데, 이때 사용되는 기술을 부모코칭기술이라고 한다. 부모코칭기술은 코칭을 더욱 효과적이며 효율적으로 이끄는 데 도움을 주며 대화를 더욱 코칭대화답게 만드는 기술이다. 부모코칭에서는 코칭철학에 기반한 코칭기술을 활용하여 부모역할을 효과적으로 수행하도록 지원하는 대화기술을 제공할 수 있으며, 이는 부모가 ‘경청하기, 질문하기, 중립하기, 인정하기’를 통한 코칭기술로 부모 스스로 양육역량 문제를 발견하고, 부모 스스로 해답을 찾고, 행동변화에 초점을 둔다(도미향 외, 2011). 부모코칭의 기술을 정리하면 아래와 같다.

첫째, 경청기술은 코칭에서 기본기술이 되는 중요한 기술이다. 코칭은 커뮤니케이션을 통해 사람을 성장시키는 것이므로 경청이 우선되지 않으면 고객에게 초점이 맞춰지지 않은 상황에서 코칭이 진행되는 것이기 때문에 코칭의 성과를 기대하기 어렵다. 그러므로 경청을 통해 아동의 언어적, 비언어적인 내용과 맥락, 의도를 파악하여 핵심 주제를 이끌어 내는 것이 성공적인 코칭으로 이끈다고 할 수 있다. 특히 연령이 어린 아동의 경우 언어 발달단계에 있으므로 자신의 생각과 마음을 언어로 표현하는 것에 한계가 있으므로 부모코칭은 아동의 언어적 표현보다 비언어적표현을 빠르게 파악할 수 있는 경청능력을 높여야 한다. 경청의 궁극적인 목표는 아동으로 하여금 자신의 내면 깊은 곳에 있는 자신을 표현하도록 돕는 것이라 할 수 있다.

둘째, 코칭의 핵심기술인 질문기술은 상대의 잠재력을 최대한 이끌어 가능성으로 연결하여 원하는 해답을 찾을 수 있도록 하는 기술이다. 훌륭한 부모코칭은 아동이 잘 자라도록 도와주고 가르치는 것보다 아동이 자신의 원하는 삶을 계획하고 행동으로 옮겨 성장하면서 아동 스스로 자신의 행복을 찾을 수 있도록 아동에게 초점이 맞춰진 질문을 하는 것이다.

셋째, 피드백기술은 아동이 더 나은 성장과 발달이 일어날 수 있도록 지원하는 기술로 아동의 부정적인 행동을 바람직한 행동으로 변화하고 발전할 수 있도록 돕기도 하지만 일반적으로 앞으로 나아가는데 있어 정체되어 나아가지 못하는 것을 뚫어주는 역할을 한다. 이때 잘못된 행동을 지적, 비난, 평가하거나, 부모가 원하는 행동을 하도록 이끄는 것을 배제한 중립언어를 사용하여 행동의 변화를 이끈다.

넷째, 인정하기 기술은 현재 긍정적인 요소를 지속하도록 하는 것을 포함하여 아동이 노력하고, 기여하고, 배움이 일어난 것에 과정보다 결과까지를 인정하고 축하해주는 것이다. 무엇보다 인정하기의 핵심은 아동의 존재를 있는 그대로 인정하는 것이다. 이와 같이 코칭기술은 구체적인 행동기술을 의미하며 다양한 코칭기술을 적시에 활용하면 코칭에 긍정적인 영향을 미치게 되어 더 효과적인 코칭을 가능하게 한다.

III. 가정위탁부모의 양육스트레스 완화를 위한 부모코칭 프로그램 개발

1. 부모코칭 프로그램의 구성방향

1) 프로그램의 설계 및 목표

본 프로그램은 위탁양육 상황에서 위탁부모로서 자신의 능력을 긍정적으로 인식하고 부모-아동 간의 관계에서 효과적으로 대처하며, 아동의 긍정적인 변화에 영향을 미치고자 위탁양육 상황에서 발생하는 스트레스를 알고 대처할 수 있는 능력을 함양시킴으로써 양육스트레스 완화에 도움을 주기 위한 목적으로 구성되었다.

2) 프로그램 구성 방안

본 프로그램은 가정위탁 부모의 양육스트레스 해소라는 극소의 목표를 넘어 부모로서 위탁아동의 성장과 발달을 돕고 가정위탁 부모로서 스스로의 성장가능성을 높이고자 하는 데 목표를 두고 있다. 이에 부모로서 자신에 대한 이해와 위탁아동의 발달특성을 이해하고 발달과업을 성취해 건강한 성인으로 성장할 수 있도록 도울 수 있는 기반을 마련하고, 양육 상황에서 발생하는 스트레스를 이해하고 이를 해소하기 위한 긍정적 상호작용으로 코칭을 활용하여 부모코치로서의 역할을 할 수 있도록 프로그램을 구성하였다.

본 프로그램에서는 부모코칭의 기초, 위탁아동발달과 양육스트레스, 위탁부모-아동 의사소통, 부모코치로의 성장 4단계로 구성하여 교육의 효과를 극대화하기 위해 이론과 실습, 공유, 피드백 등으로 위탁부모가 자신의 실제 사례를 통해 공감받고 해답을 찾을 수 있도록 활동중심으로 다음과 같이 구성하였다.

첫째, 본 연구의 원활한 진행을 위해 총 9회기로, 1회기에 2시간씩 총 18시간 프로그램을 구성하였다. 이와 같이 구성을 한 근거는 코칭이 몸에 체화되기 위해서는 일정 기간 동안에 걸쳐 학습이 이루어지고 실천이 필요하지만 대상자 특성상 너무 장기간 이루어지는 것은 아동을 돌봐야 하는 위탁부모의 입장에서 심리적 부담이 매우 클 것으로 판단하여 적절한 기간과 시간을 고려하여 구성하였다.

둘째, 위탁부모의 스트레스 감소를 위한 프로그램임을 감안하여 실습내용이 주로 위탁부모-아동 간 코칭 상황을 주제로 구성하였다. 본 연구가 양육스트레스 감소에 대한 변화를 보기 위한 것이므로 부모의 관심 사항인 양육스트레스 상황에 대해 활동이 이루어지게 하였다.

셋째, 매 회기마다 실제사례 및 기법을 실습함으로써 단순한 이론전달식 교육이 아니라 일상에서 코칭을 적용하고 자연스럽게 실행될 수 있도록 구성하며, 대상자들의 프로그램 참여에 대한 효율성을 높일 수 있도록 구성한다. 또한 더불어 프로그램에 대한 흥미를 증대시킨다.

넷째, 코칭 프로그램을 통해 위탁부모는 물론 위탁아동과 위탁가족 모두와 주변에 변화를 가져올 수 있는 부모코치로서의 역량을 강화한다. 프로그램 전 회기동안 부모 스스로가 자신의 잠재력을 발견할 수 있도록 위탁양육과정에서 일어날 수 있는 코칭을 주제로 한 실천 과제를 포함하며, 양육에 대한 긍정마인드를 가질 수 있도록 구성하였다.

2. 부모코칭 프로그램의 구성

가정위탁 부모 양육스트레스 완화 코칭프로그램의 단계별 구성은 부모코칭의 기초(1~2회기), 위탁아동발달과 양육스트레스(3~4회기), 위탁부모-아동 의사소통(5~6회기), 부모코치로의 성장(7~8회기)로 총 4단계로 구성하였다.

1) 부모코칭의 기초

부모코칭의 기초 단계는 1회기에서 2회기까지이며 참여자간 친밀감을 높임으로써 내면의 깊은 속마음을 표현할 수 있는 환경을 조성하고, 부모코치로서의 부모역할이 가능하도록 코칭의 개념과 코칭을 위한 환경, 코치로의 패러다임 전환을 통해 코칭철학을 기반으로 부모코치로 성장할 수 있는 마인드를 형성하는 단계이다.

2) 위탁아동발달과 양육스트레스

위탁아동발달과 양육스트레스 단계는 3회기에서 4회기까지이며 먼저 위탁아동의 발달단계별 특성과 발달과업을 위탁부모가 이해하고 아동의 건강한 발달을 지원할 수 있는 부모의 역할을 인지할 수 있도록 한다. 또한 부모로서 양육가치관과 양육태도를 점검하여 부모로서 현재 행동하고 있는 양육태도를 인식할 수 있도록 함으로써 변화와 발전의 가능성을 찾고, 부모역할에서 발생할 수 있는 양육스트레스가 아동의 발달적 특성에 의한 것인지, 부모 자신에게서 기인하는 것인지를 분리할 수 있도록 도움으로써 이를 해소할 수 있는 다양한 대안을 모색할 수 있는 내용으로 이루어졌다. 또한 위탁부모의 양육스트레스가 아동의 건강한 발달에 영향을 미칠 수 있는 중요한 요인임을 인지할 수 있도록 도움으로써 긍정적이고 실제적인 방법을 찾을 수 있도록 하였다.

3) 위탁부모-아동 의사소통

위탁부모-아동 의사소통 단계는 5회기에서 6회기이며 코칭대화모델과 코칭기술을 익히고 활용하여 긍정적 상호작용이 이루어질 수 있도록 한다. 위탁부모는 레포형성기술을 통해 위탁아동과 만나는 순간부터 부모자녀 관계의 애착을 형성할 수 있도록 하며, 코칭기술과 코칭

대화모델을 통해 아동의 마음을 읽어주고, 아동의 잠재력과 긍정성을 이끌어 위탁가정에서 편안하게 생활할 수 있도록 함으로써 위탁부모의 사랑과 노력이 긍정적 성과가 이루어 행복한 생활이 가능하도록 한다.

4) 부모코치로의 성장

부모코치로의 성장단계는 7회기에서 8회로 위탁아동과 부모의 성격검사를 통해 다름을 인정하고 부모역할에 있어서의 성격강점과 아동의 성격강점을 찾아 강점중심 상호작용을 할 수 있도록 함으로써 위탁부모는 코치로서 부모역할에 자신감을 갖고, 아동이 성인으로 성장하는데 있어 자신의 긍정성을 받아들이고, 강점에 맞는 미래를 선택할 수 있는 기회를 제공 함으로써 아동에게 터닝포인트를 만들어주는 부모역할을 할 수 있도록 한다. 또한 위탁부모로서의 사명과 비전을 공고히 하여 의식의 상위레벨에서 환경과 역할에서 오는 스트레스를 조절할 수 있도록 돕는다.

이를 위한 전문위탁부모 양육스트레스 완화 코칭 프로그램의 구성 및 내용 <표 1>과 같다.

<표 1> 가정위탁부모 양육스트레스 완화 코칭 프로그램의 구성 및 내용

회기	목차		내 용	목표	소요 시간
1	부모 코칭 의 기초	부모코칭의 이해	1. 오리엔테이션 2. 프로그램 소개 3. 부모코칭의 이해	본 프로그램의 목적과 목표를 명확히 하고, 참여자간 친밀감을 형성할 수 있도록 하며, 부모코칭의 개념과 부모코칭의 필요성을 인식할 수 있도록 한다.	2
2		부모코칭의 환경	1. 부모코칭의 철학 2. 부모코칭의 패러다임 3. 부모코칭의 환경구성	부모코칭 철학을 기반으로 기존 부모역할의 패러다임을 변화하여 부모코치로서의 기초를 형성하고, NLP패러형성기술을 활용한 부모자녀관계의 신뢰감 형성을 통한 부모코칭환경을 구성한다.	2
3	위탁 아동 발달 과 양육 스트레스	위탁 아동의 이해	1. 발달단계와 아동이해 2. 발달단계별 발달과업 3. 발달단계별 부모역할	부모코칭 대상자로서 영아기, 유아기, 아동기, 청소년기의 발달단계별 특성과 발달과업을 이해하고 각 단계별 발달과업 성취를 돕는 부모역할을 알 수 있다.	2
4		양육스트레스 극복	1. 부모의 양육태도 2. 양육스트레스 이해 3. 양육스트레스 관리	위탁부모의 양육태도를 점검하고, 양육스트레스 정의와 요인을 명확히 알고 양육스트레스와 아동의 건강한 발달과의 관계를 이해하여 긍정의 상호작용 방법을 모색한다.	2

5	위탁 부모 - 아동 의사 소통	부모 코칭 기술1	1. 위탁부모의 의사소통 2. 코칭대화모델 3. 코칭기술 : 경청	위탁부모의 의사소통유형을 파악하고, 새로운 대화방법으로 코칭대화모델을 습득하여 새로운 의사소통 틀을 형성할 수 있도록 돕고, 코칭대화가 원활히 이루어질 수 있도록 코칭기본 기술인 경청 기술을 습득한다.	2
6		부모 코칭 기술2	1. 코칭기술 : 질문 2. 코칭기술 : 피드백 3. 코칭기술 : 인정축하	상호작용에서 아동의 잠재력과 가능성을 이끄는 질문과 피드백, 인정축하기술을 습득한다.	2
7	부모 코치 로의 성장	부모 코치 되기	1. 부모코칭 스타일 2. 성격 강점 찾기 3. 부모-아동 맞춤형코칭	부모코치 자신과 아동을 객관적으로 바라보고 있는 그대로 수용할 수 있도록 부모코칭 스타일을 찾고, 부모와 아동의 성격강점을 찾아 부모자녀 맞춤형 코칭대화가 이루어질 수 있도록 함으로써 양육과 상호작용에 대한 스트레스를 최소화할 수 있도록 한다.	2
8		코칭 하기	1. 부모코치의 대화 2. 부모코치의 사명 3. 마무리	코칭기술과 모델을 활용한 코칭대화를 연습하고, 부모코치로서의 사명을 다짐하여 위탁부모 자신은 물론 아동의 건강한 발달을 돕는 부모코치로서 사명을 선언한다.	2

V. 결론

위탁아동은 친가정으로 부터 분리되어 새로운 위탁가정에서 적응해야 하는 과제를 안고 있다. 위탁아동의 적응과정에 위탁부모는 핵심적인 역할을 하며 아동의 이후의 삶에 긍정적, 부정적 영향을 미친다. 이러한 상황에서 위탁부모 역시 낯선 아동과의 만남과 아동에 대한 양육자로서의 역할은 보람과 함께 어려움으로 다가올 수 있으며, 이는 양육스트레스로 작용될 수 있다. 많은 선행연구를 통해 양육스트레스는 아동에게 매우 부정적인 영향을 준다는 것을 알 수 있다. 따라서 본 연구의 목적은 전문위탁부모의 양육스트레스 완화를 위한 코칭 프로그램을 구성하여 위탁부모는 물론 위탁아동의 건강한 발달과 성숙을 지원하는 것이다.

우리나라의 경우 시설보호아동의 비율이 전체 보호대상아동 중 40%를 넘고 혈연이 아닌 일반위탁보호는 7~8%로 10% 미만에 머무르고 있으며(김형태 외, 2018), 특히 학대, 방임,

장애 등 특별한 보살핌이 필요한 아동이 지속적으로 증가하고 있는 상황에서도 위탁부모 발굴과 제도적 지원은 여전히 미흡한 상태이다. 그럼에도 아동복지 관련 많은 연구들이 아동의 건강한 발달을 위해서는 시설이 아닌 가정과 같은 환경을 제공하여야 하며 온전한 부모역할이 필요하다는 것을 강조하고 있다.

이러한 상황에서 도움이 필요한 아동을 위해 위탁가정을 제공하고 위탁부모의 역할을 하는 사람들이 있다. 이들을 ‘위탁부모’라하며 그들에게 사회는 부모의 역할을 요구한다. 그러나 정작 그들이 낳은 아동과의 관계에서 그리고 양육에서 경험하는 어려움에는 아직도 사회적, 제도적 많은 지원이 이뤄지고 있지 않다. 특히 양육 상황에서 발생하는 양육스트레스는 위탁부모는 물론 아동까지도 위협하게 만들 수 있다.

따라서 위탁부모는 부모로서 자신을 돌아 볼 수 있는 기회를 제공하고, 위탁 대상인 아동에 대한 이해와 양육 상황에서 발생할 수 있는 다양한 스트레스 요인과 감소 방안을 모색하고 이를 위한 예방적 차원에서 위탁부모-아동 간의 건강한 의사소통을 실시할 수 있어야 한다.

이러한 맥락에서 본 연구는 위탁부모 스트레스 완화를 위한 코칭 프로그램을 구성하였다. 이는 부모를 코칭하여 긍정적 행동지원을 실시한 결과 어머니의 양육스트레스가 감소되고 부모 효능감은 증진되었으며(김사라형선, 2011, 조정연·신윤희, 2019) 코칭이 어머니의 스트레스를 줄이면서 양육효능감을 높여 자녀를 이해하고, 자녀와의 상호작용을 보다 반응적으로 하는데 도움을 주며, 문제행동의 원인과 대처기술을 증진시킨다는 선행연구들(한선희·박승호, 2015; Pottie & Ingram, 2008)을 기반으로 하였다.

그러나 본 프로그램이 위탁부모의 스트레스 완화를 돕는 프로그램으로 역할을 다하기 위해서는 보다 구체화할 수 있는 워크숍 등 실제적 프로그램 운영이 이루어져야하며 프로그램의 효과검증을 통해 프로그램을 재분석하고, 환류하여 수정 보완하는 작업이 필요하다.

따라서 장기적으로 본 연구에서 개발된 프로그램이 위탁부모의 양육스트레스 완화에 도움을 주는데 효과적인지에 관한 타당화, 효과성 검정이 필요하다. 그럼에도 본 연구는 위탁부모에게 적용 가능한 양육스트레스 코칭프로그램을 제공함으로써 위탁부모의 건강과 아동의 건강한 발달을 지원하고 긍정적 관계를 통해 아동복지를 실천하는데 있어 예방프로그램으로 코칭프로그램의 기본방향을 제시하였다는데 연구의 의의가 있다고 할 수 있다.

참 고 문 헌

- 강현아·노충래·전종철·정익중(2012). 가정외보호 청소년의 부정적 사건 경험이 우울 및 불안에 미치는 영향과 보호요인의 조절효과. 청소년학연구, 19(3), 193-222 .
- 고성혜(1994). 어머니가 지각한 양육 스트레스에 관한 연구. 한국청소년연구, 18.
- 김미연(2012). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스, 우울감과 어머니 효능감과의 관계. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김미옥(2011). 부모코칭 프로그램이 부모의 분노, 양육스트레스 및 부모효능감에 미치는 효과. 경성대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김민정(2009). 위탁부모 양육행동이 위탁보호 아동의 심리적 적응에 미치는 영향. 한국가족복지학, 14(3), 97-110.
- 김사라형선(2011). 어머니의 양육효능감과 공감 증진 및 양육스트레스 감소를 위한 자녀양육코칭 프로그램의 개발과 효과. 한국가정관리학회지, 29(5), 141-152.
- 김성화(2017). 유아문제행동 코칭프로그램이 어머니의 양육스트레스와 유아의 문제행동에 미치는 영향. 정서·행동장애연구, 33(1), 179-198.
- 김소영 (2008). 유아기 자녀를 둔 부모의 양육 스트레스와 부모교육 요구와의 관계. 충남대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김영주(2013). 다차원적 완벽주의가 양육스트레스에 미치는 영향 : 유아기 자녀를 둔 어머니를 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김응자(2013). 부모코칭프로그램 개발을 위한 어머니의 성격유형에 따른 양육스트레스에 관한 탐색연구. 코칭연구, 6(2), 131-153.
- 김찬미 (2017). 온맘부모교육 코칭프로그램이 초등학교 고학년 자녀를 둔 어머니의 불안, 갈등대처방식 및 기본심리 욕구만족에 미치는 효과. 경성대학교 석사학위논문.
- 김진경(2011). 위탁아동의 심리적 성장환경과 양육환경이 불안에 미치는 영향. 제주대학교 교육대학원 2011 국내석사학위논문.
- 김진숙·이근무(2005). 위탁아동의 양육계약해지에 대한 질적사례연구. 한국가족복지학, 1(15), 41-74.
- 김형태·이수천(2018). 가정 외 보호아동의 적응에 미치는 교사의 영향: 가정위탁, 그룹홈, 양육시설 아동을 중심으로. 한국보건복지학회, 20(4), 55-79.
- 김혜선(2004). 조손가족 조부모의 양육태도와 양육스트레스가 손자녀 적응에 미치는 영향 연구. 한국아동복지학, 18, 85-117.
- 노보람·은선민·이강아·김은영(2016). 부모의 양육스트레스 및 양육행동과 유아기 자녀의 부적 또래 상호작용의 구조관계: 자기효과와 상대방효과를 중심으로. 인간발달연구, 23(4), 155-179.
- 노충래·김미영·박은미·강현아·신혜령(2008). 발달단계 및 위탁형태에 따른 가정위탁보호아동의 심리적 적응에 관한 연구. 정신보건과 사회사업, 28, 238-264.
- 도미향(2015). 한국코칭학회 전문코치 2급과정 워크숍 자료집.

- 도미향(2016). 아동학대 예방을 위한 부모인성 코칭 프로그램 개발. *코칭연구*, 9(2), 81-102.
- 도미향(2017). 한국코칭학회 전문 코치 자격 과정 매뉴얼.
- 도미향·정미현·김응자(2011). 성격과 코칭의 이해. 서울: 신정.
- 도미향·한민아·허윤경(2020). 아동기 부모의 코칭역량 척도 개발. *코칭연구*, 13(5), 53-78.
- 도미향·박은경(2019). 청소년 부모의 코칭 역량 척도 개발 연구. *코칭연구*, 12(2), 5-25.
- 박경미(2014). 어머니 양육스트레스의 결정요인에 관한 연구. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 박나래(2018). 가정위탁부모 양육태도와 위탁아동 발달산물의 변화유형과 상호영향관계. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 박성의·도미향(2017) 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육역량강화 부모코칭 프로그램 개발을 위한 탐색. *코칭연구*, 10(3), 51-72.
- 박주영(2014). 유아기 자녀를 둔 어머니의 스트레스가 주관적 안녕감에 미치는 영향 : 적극적 대처와 낙관성의 매개효과를 중심으로. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박진아(2011). 유아기 어머니의 양육스트레스, 모·자의 심리적응 및 모-자녀관계 관련 연구. *놀이치료연구*, 15(1), 43-56.
- 박희진·문혁준(2012). 어머니의 양육죄책감 및 양육스트레스가 양육태도에 미치는 영향 : 종일제 어린이집을 이용하는 어머니를 대상으로. *한국보육지원학회지*, 8(2), 121-137.
- 세이프 더 칠드런(2019). 전문가가정위탁 보호 활성화 연구 보고서. 2019. 04. 22.
- 신숙재(1997). 어머니의 양육스트레스, 사회적 지원과 부모효능감이 양육행동에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 신은연·김미애(2018) 어머니의 코칭역량이 유아의 행복감에 미치는 영향=유아의 자율성 조절효과를 중심으로. *어린이미디어연구*, 2018(6), 417-445.
- 아동권리보장원(2020). 전문가가정위탁부모 표준운영매뉴얼.
- 안지영(2001). 2-3 세 자녀를 둔 어머니의 양육 신념, 효능감 및 스트레스가 양육 행동에 미치는 영향. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 양심영(2003). 가정위탁서비스의 보호형태별 특성과 위탁아동의 적응에 관한 요인. *대한가정학회지*, 41(5), 131-148.
- 엄세진(2014). 영아를 둔 어머니의 자기효능감과 양육스트레스 간의 관계에 대한 양육스타일의 매개효과. *방과후아동지도연구*, 11(1), 1-12.
- 오정수·정익중(2017). 아동복지론. 제3판. 서울: 학지사.
- 오정윤(2016). 빈곤이 유아의 문제행동에 미치는 영향 : 보육서비스 질 만족도와 양육스트레스의 매개효과를 중심으로. 숙명여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 유우영·최진아·이숙(1998). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육스트레스와 사회적지지. *한국가정관리학회지*, 16(1), 51-61.
- 윤주희(2018). 성인의 성격 요인이 스트레스 및 스트레스 대처방식에 미치는 영향. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이경숙·정경미·박진아·김혜진(2008). 한국형 부모 양육스트레스 척도의 타당화 연구. *한국심리학회 학술대*

- 회 자료집, 2008(1), 558-559.
- 이경주·도미향(2011). 유아 성폭력 예방 코칭프로그램이 성지식과 성폭력 대처능력에 미치는 영향. 부모교육 연구, 8(1), 45-67.
- 이미선(2014). 부모코칭 프로그램이 아버지의 부모효능감과 자녀 상호작용에 미치는 효과. 남서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 이미옥·도미향(2016). 부모의 코칭역량이 유아 행복감에 미치는 영향. 한국가족복지학, 21(3), 523-540.
- 이새현(2015). 어머니의 양육스트레스와 자녀의 부정정서 표현에 대한 반응과의 관계 : 정서조절곤란을 매개로. 카톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 이소희(2008). 멋진 응원, 코칭. 서울: 신정출판사.
- 이소희·송금자·김경미·박현정(2013). 6Y Coachinh 프로그램의 구성과 효과성 확인 연구(1). 코칭연구, 6(1), 5-30.
- 이소희·김경미·박현정(2016). TREASURE Talk 코칭모델을 활용한 유아기 교사-어머니의 상호작용 교육·훈련 효과. 코칭연구, 9(2), 5-28.
- 이소희(2014). TREASURE Talk 코칭 모델 개발(1). 코칭연구, 7(1) 5-35.
- 이인숙(2017). 온맘부모교육 코칭프로그램이 청소년기 자녀를 둔 아버지의 갈등 대처방식과 부모자녀관계 만족도에 미치는 효과. 경성대학교 석사학위논문.
- 이종숙(2008). 예비 보육교사의 보육실습 스트레스와 대처방안. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이혜영(2011). 가정위탁부모의 양육태도와 위탁아동의 심리사회적 적응이 가정위탁보호 지속에 미치는 영향. 성공회대학교 대학원 석사논문.
- 이혜원(2006). 아동권리와 아동복지. 서울: 집문당.
- 이희영·김문정 (2018). REBT 기반 부모교육 프로그램이 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스 감소와 양육효능감 증진에 미치는 효과. 수산해양교육연구, 30(3), 896-906.
- 임호찬(2008). 부모양육태도 검사. 서울: Mindpress.
- 장현갑·강성균(2002). 스트레스와 정신건강. 서울: 학지사.
- 전미란(2018). 보호필요아동의 보호체계로서 가정위탁보호제도의 발전방안 : 가정위탁지원센터 현황을 중심으로. 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 정계숙·견주연(2014). 유아기 자녀를 둔 다문화가정 어머니의 부모 역량에 관한 질적 연구. 유아교육 학논집, 18(2), 395-419.
- 정익중·강현아·장혜림(2019). 전문가정위탁 보호 활성화 연구. 서울 : 세이브더칠드런코리아, 2019.
- 정익중·김경민(2009). 가정위탁보호아동의 심리사회적 적응: 위탁아동패널자료를 중심으로. 가정위탁보호 아동의 심리사회적 적응과정에 대한 패널연구 보고서. 97.
- 정혜선·김진숙(2004). 위탁아동의 가정위탁에 관한 경험 연구. 한국가족복지학, 9(2), 115-134.
- 조경희(2018). 유아기 부모의 코칭적 접근을 통한 인성교육프로그램 연구. 영유아보육교육연구, 1(2), 27-46.
- 조성진(2009). 코칭이 자기효능감, 성과 및 가족관계에 미치는 영향과 이에 대한 감성지능의 조절효과. 충남대학교 대학원 박사학위논문.

- 조영숙(2007). 어머니의 양육스트레스, 양육효능감, 양육행동과 유아의 자기조절능력간의 관련성탐색. 성균관대학교 대학원 박사학위논문.
- 조정연·신윤희(2019). 어머니 코칭을 통한 긍정적 행동지원이 자폐스펙트럼장애 자녀의 이식행동과 어머니의 양육스트레스와 효능감에 미치는 변화. *정서행동장애연구*, 35(3), 367-386.
- 주현주(2017). 위탁모의 의사소통 유형이 아동의 유능감에 미치는 영향에 관한 연구. 목원대학교 대학원 석사학위논문.
- 최경화·홍상옥(2016). 감정코칭 부모교육프로그램이 발달장애아동 어머니의 심리적 안녕감과 양육스트레스에 미치는 효과. *한국가정관리학회 학술발표대회 자료집*, 255-255.
- 최미경·도현심·김민정·신나나(2013). 부모공동양육 및 어머니의 양육스트레스와 유아의 불안 및 과잉행동간의 관계. *한국가정관리학회지*, 31(2), 25-39.
- 최성애·조벽·존 가트맨(2016). 내 아이를 위한 감정코칭. 서울: 한국경제신문.
- 최순덕(2011). 부모코칭프로그램 개발을 위한 어머니의 성격유형에 따른 양육스트레스에 관한 탐색연구. *코칭연구*, 6(2), 131-153.
- 최영(2007). 위탁아동이 인지한 사회적지지와 심리사회적 적응. *한국아동복지학*, 24, 61-90.
- 최종호(2004). 중학생의 MMTIC 성격유형 및 스트레스 수준에 따른 스트레스 대처방식의 차이. 공주대학교 대학원 석사학위논문.
- 한선훈·박승호(2015). 자폐성 장애아동을 둔 어머니의 양육효능감 증진 프로그램 개발을 위한 예비연구. *자폐성장장애연구*, 15(1), 87-120.
- 허남순(2008). 일반가정에 위탁된 아동들의 문제행동 및 이에 영향을 주는 요인에 대한 연구. *정신보건과 사회사업*, 29, 207-233.
- 홍민형·박혜원(2018). 교류분석을 적용한 부모교육프로그램이 모의 양육스트레스와 영유아의 초기 사회적 의사소통기술에 미치는 영향. *한국아동학회 학술발표논문집*, 222-223.
- 홍은영·도미향(2017). 부모의 코칭역량이 유아의 리더십에 미치는 영향. *코칭연구*, 10(1), 5-24.
- Abidin, R. R. (1995). *Parenting Stress Index: Professional Manual*(3 ed.). Odessa, F. L.: Psychological Assessment Resources.
- Abidin, R. R.(1990). *Parenting stress index : Professional manual*(3rd ed). Odessa : Psychologically assessment resources.
- Abidin, R. R.(1992). The determinants of parenting behavior. *Journal of clinical child psychology*, 21(4), 407-412.
- Alschuler, Albert W. (2003) "The Changing Purposes of Criminal Punishment: A Retrospective on the past Century and Some Thoughts about the Next," *University of Chicago Law Review*: 70(1), Article 1.
- Cmic, K. A., & Greenberg, M. T.(1990). *Minor parenting stress with young Children Child Development* 61, 1628-1637.
- Daniel A. Hughes(1997). *Facilitating Developmental Attachment*, Jason Aronson INC.
- Daniel Randles., Gordon. L., Flett., Kyle. A. Nash., Ian D. McGregor. Paul L. Hewittb.(2010). *Dimensions*

of perfectionism, behavioral inhibition, and rumination. *Personality and Individual Differences*. 49(2), 83-87.

Nerenberg, Laura Supkoff Gewirtz, Abigail(2017). Promoting children's resilience by strengthening parenting practices in families under extreme stress: The Parent Management Training-Oregon model.

價本英剛(1999). 마법의 코칭. 황소연 역. 경기: 새로운 제안.

Abstract

An Exploratory Study on the Development of Parent Coaching Program for the Mitigation of Foster Parents' Parenting Stresses

Do, Mi Hyang* · Kim, Eung Ja** · Kim, kyoung mi***

The purpose of this study is to support children who cannot be protected and nurtured in the original family to alleviate the parenting stress of foster parents who protect and nurture them before returning to the original family, and foster parents support the growth and development of children. It is to develop a parent coaching program that strengthens the capacity as a parent coach so that it can be done.

First, this program reinforces foster parents' capacity through a paradigm shift to parent coaches that can support the growth and development of children beyond child rearing. Second, it is designed to understand the characteristics of child development, which are the basic basis of the parental role, and the parenting stress that may arise from parenting, and to seek various alternatives. Third, learn communication methods using coaching techniques to support children's growth. Fourth, to understand the personality characteristics of the child and foster parent and to take advantage of the personality strengths of the child and foster parent, the child is divided into four stages so that the child can achieve healthy growth and development, and a total of eight sessions are conducted for 16 hours. Configured. In order to maximize the effectiveness of education, the foster parent's practical difficulties and concerns are solved through theory, practice, sharing, and feedback, and the foster parent's capacity is strengthened by allowing the foster parent to explore alternatives tailored to the foster parent. It is meaningful to maintain a healthy life even after returning to the original family through a healthy life at home.

Key Words : foster parents, stress, parent coaching program

* Professor, Department of Coaching, Graduate School, Namseoul University, Chairman, Korea Chapter of the International Coach Federation(ICF).

** Professor, Graduate School Department of Coaching, Namseoul University

*** Outpatient Professor Department. of Early Childhood English Education & Child care, Gyeonggi University of Science Technology