

회복탄력성이 높은 한부모 가정 어머니의 자녀양육 경험에 대한 현상학적 연구

A Phenomenological Study on Child-Rearing Experiences of Single Mothers with High Resilience

류금란(Geumran Ryu)¹ <https://orcid.org/0000-0002-8493-1827> 최은실(Eunsil Choi)^{1*} <https://orcid.org/0000-0003-3019-4224>

¹Department of Family and Housing Studies, Yeungnam University

<Abstract>

The purpose of this study was to understand the characteristics of resilience that appeared in the child rearing process and the lives of single mothers who had high resilience. Ten single mothers participated in in-depth interviews. By applying Giorgi's phenomenological research method, we analyzed the situational structure which described the unique and individual characteristics of each participant and the general structure which integrated whole characteristics. As a result of analysis, the child rearing experience of the participants was drawn into a total of nine components and 22 sub-components. The components appeared as 'select children with a broken heart,' 'take responsibility for living by overcoming tough reality,' 'take care of oneself,' 'look at life with positive eyes,' 'ruminate on unforgettable memories with children,' 'emphasize, communicate, and exchange help,' 'teach children so that they can heal wounded hearts and push through life,' 'rely on the power of religion,' and 'balance between solidarity and separation.' This study is significant in that it shed a deep light on the child rearing experiences of single mothers with high resilience from the inner perspective, and closely identified how mother's resilience appeared in the child rearing process through the phenomenological research method.

▲주제어(Keywords): 한부모 가정 어머니(single mother), 자녀양육(child rearing), 회복탄력성(resilience), 현상학적 연구(phenomenological study)

I. 서론

사람들은 대부분 일생에 적어도 한 번은 심각한 역경의 시간을 겪는다(Ozer, Best, Lipsey, & Weiss, 2003). 배우자와의 사별, 이혼, 미혼모가 되는 것과 같은 생애 위기적 상황은 가정을 해체시킴으로써 부모와 자녀 모두에게 역경을 경험하게 하는 중대 사건이라 할 수 있다. 물론 이혼의 경우 최근 사회적으로 용인되고 보편화된 경험으로 인식될지라도 성인에게 가장 고통스러운 경험 중의 하나

이며(Hetherington & Kelly, 2002), 한부모가 되어 자녀를 책임지는 삶은 많은 스트레스에 노출되기 쉽다.

우리나라는 산업사회의 가속화로 인해 물질만능주의, 개인주의, 편의주의의 가치관이 팽배해짐에 따라 사별보다는 이혼이나 별거, 미혼부모의 증가로 인한 한부모 가정이 많아지고 있다(노영희, 김상인, 2016; 이정빈, 2013). 또한, 한부모 가정의 51.6%는 어머니와 자녀로 구성된 모자(母子) 가정으로(여성가족부, 2018) 홀로 자녀를 양육하고 있는 어머니들이 절반이상을 차지하고 있는 실정이다.

• 본 논문은 제1저자의 박사학위논문을 축약한 것이며, 2019년 춘계공동학술대회 포스터 발표를 수정·보완한 것임

* Corresponding Author: Eunsil Choi, Department of Family and Housing Studies, Yeungnam University, 280, Daehak-ro, Gyeongsan-si, Gyeongsangbuk-do, 38541, Korea, Tel: +82-53-810-2861, E-mail: echoi@yu.ac.kr

최근 우리나라는 한부모 가정이 하나의 보편적 가정의 형태로 정착되고 있으나(문성희, 이대균, 2011), 한부모 가정 어머니들은 여전히 배우자의 부재로 인한 사회적 낙인과 배제를 경험하고 있다(황은숙, 2011). 특히, 한부모 가정 어머니들은 사별의 경우보다 이혼한 경우 성격이 좋지 않거나 결함이 있어서 한부모 가정이 되었다는 부정적 편견을 더 많이 겪는다(김혜선, 김은하, 2010). 이러한 사회적 편견은 한부모 가정 어머니로 하여금 가족이나 직장, 주변 사람들과의 지지관계를 약화시키고 외로움, 우울, 불안 등과 같은 부정적 정서를 갖게 한다. 또한, 자녀양육과 경제적 부양에 대한 이중부담으로 자립적인 삶이 어려운 것은 타문화권의 한부모 가정 어머니들과 유사하나(Nieuwenhuis & Maldonado, 2018), 우리나라 한부모 가정 어머니들은 무엇보다 자녀교육비에 대한 지출 부담과 격차를 크게 느껴(성정현, 2017) 자녀에게 부모 역할을 다하지 못하고 있다는 죄책감을 많이 갖는다. 이러한 한부모 가정 어머니들의 양상은 사회적, 심리적, 경제적인 어려움 속에서 안정을 찾고 '한부모 가정'이라는 새로운 가족에 재적응하여 자녀를 행복하게 양육할 수 있도록 관심과 지원이 지속되어야 함을 시사한다.

가족 구성원의 상실과 가족의 해체는 한부모 가정 어머니뿐 아니라 자녀들에게도 삶의 중심세계가 분리되고 경제적인 어려움을 불러일으키는 사건이기도 하다(Stadelmann, Perren, Groeben, & von Klitzing, 2010). 한부모 가정 자녀의 적응과 심리적 안정에 있어 중요한 영향을 주는 것은 부모 자신이 먼저 적응하는 것이기에(Amato, 2005), 자녀 양육에서 그 어떤 요인보다 어머니가 가지고 있는 심리적 건강성을 우선적으로 다루는 것이 필요하다(Luthar & Ciciolla, 2015). 따라서, 한부모 가정 어머니들이 위기와 어려움을 겪음에도 자녀 양육자로서의 역할을 성공적으로 해낼 수 있도록 돕는 것은 급변하는 현대 사회에서 한부모 가정의 성장을 위해 매우 중요한 이슈라 하겠다.

이에 한부모 가정 어머니들이 많은 스트레스에 노출될지라도 이를 잘 극복하여 효과적으로 자녀를 양육하도록 하는 힘이 무엇인지 고찰해 볼 필요가 있다. 최근 긍정심리학에서는 힘겨운 생활 사건이나 상처를 경험하고도 삶에서 더 적응을 잘하는 사람들에게는 그들이 가지고 있는 고유한 특성이 있음이 밝혀졌다(Block & Kremen, 1996). Bonanno (2004)는 삶의 역경을 경험하는 모든 사람들이 반드시 부정적인 정서를 갖는 것은 아니며, 어떤 사람들은 중대한 위기를 경험하고도 심각한 스트레스나 우울을 겪지 않고 오히려 이러한 경험을 긍정적으로 해석하고 받아들인다고 하였다. 유성경, 홍세희와 최보운(2004)은 열악한 외적 상태에서도 인간을 행복하게 하는 내적 요인이 있으며, 오히

려 역경을 겪음에도 불구하고 이것을 극복하는 과정에서 강인해지고 더 성장하게 하는 특성이 있다고 하였다. 이러한 개인의 강점과 특성을 잘 표현하고 있는 개념이 최근 연구되어지고 있는 회복탄력성(resilience)이다.

회복탄력성은 실패나 어려움이 없는 상태가 아니라 온갖 역경과 어려움을 극복하여 이전의 상태로 회복할 수 있는 힘을 말한다(김주환, 2011; 최성애, 2014). 개인이 역경을 경험하더라도 성공적으로 적응하여 심리적, 생물학적, 영적 균형을 회복하고 성장하도록 하는 것이 회복탄력성이다(정영은, 채정호, 2010). 또한, 회복탄력성은 개인과 환경 간에 역동적인 상호작용을 통해 발달하기도 하고 증진시킬 수 있는 것으로 변화 가능한 능력이다(고경희, 2017; 임그린, 2017). 이처럼 회복탄력성은 학습과 노력을 통해 누구나 획득할 수 있는 행동 혹은 사고이므로(Wicks, Hjern, Gunnell, Lewis, & Dalman, 2005), 개인에게 회복탄력성을 증진시키는 것은 역경을 견뎌내는 능력을 강화시키는 것이라 할 수 있다(Wright, Masten, & Narayan, 2013). 그러므로 생애 위기 사건을 경험하고 많은 어려움에 노출되는 한부모 가정 어머니들에게 있어 이러한 회복탄력성은 무엇보다 필요하다. 또한, 회복탄력성은 교육이나 훈련을 통해 강화될 수 있으므로 한부모 가정 어머니들이 회복탄력성을 교육이나 훈련을 통해 적극적으로 학습한다면 자녀의 올바른 성장에 도움이 될 것이다.

한편, 한부모 가정 어머니의 자녀양육에 대한 선행연구들을 살펴보면 한부모 가정의 빈곤이 자녀에 미치는 영향이나 자녀의 발달과 적응 문제, 자녀의 적응에 영향을 주는 위험 요인과 보호요인에 대한 연구, 한부모 가정 자녀의 적응에 긍정적 영향을 미치는 요인에 대한 연구 등으로 이루어졌다(남현주, 윤형식, 이태영, 신채영, 이동훈, 2013). 한부모 가정의 자녀가 일반 가정과 다른 가족 구조적 취약성에 놓여 있다는 것을 중심으로 기존의 연구들은 자녀의 성장과 적응에 미치는 부정적 영향에 초점을 맞추어 온 것이 많다.

그러나 한부모 가정에 대한 선행연구들 중에는 국내·외 삶의 환경이나 상황이 동일하지 않음에도 많은 어려움 속에서 자녀가 잘 적응하거나 긍정적인 특성을 보인다는 연구들이 많이 있었다. 구체적으로 살펴보면, 한부모 가정 자녀들은 양부모 가정과 비교하여 가정 내 적응 수준에 큰 차이가 없으며, 학교적응이나 정신건강에 정상적인 발달을 보인다는 연구결과들이 있었다(남영옥, 2010; 이경은, 이주리, 2008; Amato & Keith, 1991). 또한, 우울, 불안 등과 같은 정서적인 문제 수준이 오히려 낮다는 연구결과도 있었다(박찬인, 양정빈, 2010). 이혼 가정 한부모 자녀의 경우, 이혼 직후 심각한 문제를 보였으나 시간이 지남에 따라 소수의 자녀들을 제외하고 대다수는 훌륭하게 성장하였

다(Hetherington & Kelly, 2002; Walsh, 2006). 한부모 가정의 자녀가 부모를 보호하고 돌봐주었던 경험이 책임감과 타인 배려와 같은 긍정적인 능력을 학습하게 된다는 보고도 있었다(유순화, 2010). 이는 자녀들이 한부모 가정이라는 새로운 가족에 잘 적응하고 있음을 보여주는 것이며, 어려운 환경적 요인이 있더라도 이를 극복하게 하는 요인이 있음을 말해주는 것이다.

한부모 가정 자녀의 긍정적 발달과 적응은 양육자와 밀접한 관련이 있다. Masten(2014)은 심각한 스트레스와 고난을 겪더라도 따뜻하고 잘 기능하는 부모가 자녀의 건강한 발달을 촉진시키고, 부적응으로부터 자녀를 보호한다고 하였다. 한부모가 심각한 고통을 경험했어도 자녀와 안정적인 관계를 유지하면 자녀의 성장에 긍정적인 영향을 준다(Harvey & Fine, 2004). 또한, 역경과 어려움이라는 외부 요인에 영향을 받을지라도 한부모가 가지고 있는 내부 자원이 자녀양육 과정에서 자녀를 보호하고 긍정적인 역할을 한다(박찬인, 양정빈, 2010; Carver, Scheier, & Segerstrom, 2010). 한부모 가정 자녀의 적응과 성장은 환경적인 요인에 의한 것보다 양육자의 건강한 심리적 특성과 신념, 가치관이 중요한 것이다(Bronfenbrenner, 2005). 즉, 자녀를 양육함에 있어 한부모 가정 어머니의 회복탄력성은 당면한 어려움을 긍정적인 관점으로 인식하게 하고, 위기나 역경을 극복하여 어머니 자신과 자녀 모두에게 성장과 적응을 만들어 낼 수 있는 중요한 요인이라 하겠다(Taylor & Conger, 2017).

이러한 맥락에서 최근 한부모 가정 어머니와 관련된 연구들도 점차 한부모 가정 어머니가 갖는 강점이나 긍정적인 측면을 살펴보는 관점으로 변화되고 있다. 한부모 가정 어머니의 실태와 지원체계에 관한 연구(김유심, 2008)나 한부모 가정 어머니의 어려움에 대한 연구(김혜선, 김은하, 2010; 성미애, 진미정, 2009) 등 이전 선행연구들에서는 한부모 가정의 취약성이나 부적응, 어려움 등 부정적인 것에 초점을 맞추었다면, 점점 한부모 가정 어머니의 심리적 건강과 관련된 변인에 관한 연구(김행섭, 2010), 한부모 가정 어머니의 강점과 대처전략과 관련된 연구(김경순, 2010; 천혜정, 임유미, 2007), 여성 한부모의 강점자원이나 행복경험에 대한 연구(김지혜, 김희주, 2018; 백은영, 이명우, 2018) 등 강점, 행복, 심리적 건강성의 향상에 초점을 둔 연구 경향이 나타나고 있다. 이러한 연구 동향은 한부모 가정 어머니가 갖는 긍정요인과 보호요인을 찾고자 하는 관점이 중요함을 말해주는 것이다.

이처럼 한부모 가정에서 어머니의 긍정적인 특성, 즉 회복탄력성이 중요함에도 불구하고 기존의 한부모 가정 어머니의 자녀양육 경험에 대한 연구들은 다음과 같은 한계를

가진다.

첫째, 한부모 가정으로 위기를 겪거나 삶의 어려움을 경험할지라도 회복탄력성이 높은 어머니들은 어떻게 자녀를 양육하고 있으며, 자녀양육 과정에서 어떠한 특성을 가지는지에 대해 직접적으로 살펴본 국내연구는 없다. 국외 연구 또한 드물어 한부모 가정 어머니의 회복탄력성 요인을 분석하거나(Kjellstrand & Harper, 2012), 한부모 가정 어머니의 심리적 건강성을 증진시켜 효과적인 자녀양육에 영향을 주는 회복탄력성 모델을 제시한 연구(Taylor & Conger, 2017) 등이 있다. 국내연구들은 양부모 가정 어머니를 대상으로 회복탄력성이 자녀양육에 어떠한 영향을 주는지에 대한 연구들이나 유아나 성인을 대상으로 탄력성의 효과를 입증한 연구들(고혜진, 2005; 오현경, 2009; 유선영, 2016; 이미혜, 2011; 이정원, 이근매, 2016; 이종화, 2012; 이지현, 2012; 최윤지, 박인전, 2017)이 대부분이다. 또한, 유아나 아동, 청소년의 회복탄력성에 대한 연구들(강부자, 김은혜, 노충래, 2012; 기경희, 2014; 김정민, 2017; 김현숙, 2016; 김현숙, 서운, 2017)이 주를 이루고 있거나, 유사한 개념인 가족탄력성에 대한 것(박주연, 2011; 천혜정, 임유미, 2007; 현은민, 2008)이 대부분이다.

둘째, 최근 한부모 가정 어머니의 어려움과 자녀양육 경험이 어떠한지 내부자적 관점에서 바라보고 그 경험의 의미를 밝히고자 질적 분석 방법으로 진행된 연구들(강영심, 천성문, 2014; 김혜선, 김은하, 2010; 문성희, 이대균, 2011; 박현정, 이기연, 2015; 한정원, 2014)이 늘어나고 있으나, 자녀양육 경험의 본질이 무엇이며 한부모 가정 어머니의 회복탄력성이 자녀양육에서 어떻게 나타나고 있는지 차별성을 두고 탐색한 질적 연구는 거의 없다. 다만, 회복탄력성의 관점에서 북한 여성 이탈주민의 탈북경험을 사례연구방법으로 분석하거나(박다정, 2017), 부모상실감을 경험한 한부모 가정 아동을 대상으로 회복탄력성을 밝히거나(기경희, 2014), 부모사별 청소년의 적응에 대한 탄력성의 효과를 본 양적연구(차유림, 2012) 정도가 있다.

따라서, 본 연구는 한부모 가정으로 많은 어려움과 스트레스에 노출될지라도 실제 회복탄력성이 높은 어머니들은 자녀양육 과정에서 어떠한 경험을 하고 있으며, 그 경험의 본질이 무엇인지 밝히고자 한다. 여러 어려움 속에서도 자녀양육 과정에서 어떤 특성이 한부모 가정 어머니들을 끈기있게 버티게 하고, 부정적인 영향으로부터 보호해주었는지를 내부자적 관점에서 면밀하게 들여다보고 체계화 시킬 필요가 있다. 이러한 연구결과를 얻기 위해서는 회복탄력성이 높은 한부모 가정 어머니들의 자녀양육 경험을 단순히 지표나 수량화를 통해 살펴보는 양적 연구도 물론 중요하지만, 그 결과로만 자녀양육 경험이라는

현상의 본질을 이해하고 밝히는 것은 한계가 있다고 본다. 양적 연구는 수치화된 결과를 통해서 특정 경향성을 예측하는 데는 도움을 줄 수 있을지언정, 어떠한 경험의 풍부한 맥락이나 그 현상 자체를 이해하기에는 부족함이 있기 때문이다.

이에 본 연구는 회복탄력성이 높은 한부모 가정 어머니들의 자녀양육 경험을 개개인의 언어로 '있는 그대로' 현상을 기술하고, '무엇'을 경험하고 '어떻게' 경험하는지 밝히고자 Giorgi의 현상학적 연구방법을 적용하였다. 회복탄력성이 높은 한부모 가정 어머니들의 자녀양육 경험을 개별적인 요소들로 도출하고 각 요소들 간의 관계를 통합하여 공통된 본질을 찾아내고자 하는 것이다. 현상학적 연구는 연구 참여자들의 삶에 함께 들어가 그들의 관점에서 그들의 생생한 언어를 통해 경험의 본질을 살펴볼 수 있게 해준다. 또한, 현상학적 연구는 인간이 처한 상황 속에서 그 경험을 이해하기 위한 총체적 접근으로(신경림, 조명옥, 양진향, 2004), 연구자는 한부모 가정이라는 환경 속에서 어머니들의 삶 전체에 녹아있는 현상으로서의 자녀양육 경험을 이해하고자 한다.

본 연구는 한부모 가정에서 회복탄력성이 높은 어머니들의 자녀양육 경험의 특성과 그 본질을 밝힘으로써, 한부모 가정 어머니를 위한 부모교육이나 상담 및 가족 지원 프로그램 개발에 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

본 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 한부모 가정에서 회복탄력성이 높은 어머니의 자녀양육 경험은 어떠한가?

둘째, 자녀양육과정에서 나타나는 한부모 가정 어머니의 회복탄력성은 어떤 모습인가?

II. 연구방법

1. 현상학적 연구방법

현상학(phenomenology)은 20세기 초 독일의 철학자 Husserl에 의해 창시된 후 Heidegger, Gadamer 등에 의해 발전되었다. Husserl은 '사태 자체에로'라는 구호를 주장하여 편견, 독단, 전제 등 모든 이론적인 편견으로부터 벗어나 그 경험 세계로부터 새로운 이해를 추구하는 것을 원칙으로 삼았다(이남인, 2007). 현상학의 가장 중요한 특징은 '현상학적 환원'의 태도인데, Giorgi(2004)는 Husserl의 현상학을 계승해 심리학적 통찰을 강조하여 기술적 현상학을 제시하였다. 인간의 경험을 들여다보는데 가장 중요한 것은 기술(description)이며, 해석은 2차적인 것으로 해석 이전에 연구 참여자가 '바로 거기에 있음'을 먼저 본

후 있는 그대로의 경험을 기술하자는 입장이다.

Giorgi의 현상학적 연구방법은 상황적 구조 기술에서 연구 참여자 개인의 독특성을 자세히 설명해 주고, 전체 연구 참여자의 경험은 일반적 구조 기술에서 통합한다는 것이 특징이다. 또한, 연구대상의 본질적인 의미를 나타내는 현상을 기술하고 이러한 기술에 대한 심층연구를 통해 살아있는 경험의 의미를 구체적으로 밝히는 데 초점을 두고 있다(이남인, 2015). 즉, 연구 참여자의 의식 속에 존재하는 것, 그 자체에 초점을 맞추어 연구자의 현상학적 환원의 태도를 유지하고, 자유로운 상상과 변형을 통해 연구 참여자가 가지고 있는 경험의 본질을 기술하는 것이 Giorgi의 현상학적 연구방법이라 하겠다.

2. 연구 참여자

본 연구에서는 의도적 표집(purposeful sampling)방법을 활용하였다. 또한, 연구 참여자가 포착되기 어려운 상황에서는 눈덩이 표집(snowball sampling)방법을 활용하여 연구참여자를 선정하였다. Dukes(1984)는 현상학에서 한 현상에 대하여 3~10명의 참여자를 연구하는 것을 권장하고 있다. 이를 근거로 본 연구에서는 10명의 연구 참여자를 선정하였다.

연구 참여자 선정기준은 다음과 같다.

첫째, 한부모가 된 후 자녀와 동거하면서 직접 자녀를 양육하고 있는 어머니로 하였다.

둘째, 한부모가 된 후 자녀를 양육한 기간이 2년 이상인 지난 어머니로 한정하였다. 이는 자녀와의 양육경험이 연구의 기본 전제가 되므로 최소 2년 이상의 양육기간이 확보될 필요가 있으며, 한부모 가정을 성립하여 최소 2년 정도 지나면 어머니와 자녀의 적응수준이 비교적 순조로워지기 때문이다(Hetherington, 1992).

셋째, 한부모 가정 어머니가 만 22세 이상의 성인 자녀나 만 6세 미만의 유아 자녀만을 양육하고 있는 경우는 참여자 선정에서 제외시켰다. 유아나 성인 자녀가 있더라도 자녀의 연령이 만 6세에서 18세 미만의 자녀를 1명 이상 양육하고 있는 어머니로 하였다. 자녀의 연령을 학령기와 청소년기로 초점을 맞춘 것은 자녀가 학령기로 접어들면서 부모 역할의 부담이 늘어남에 따라 다각적인 부모 역할이 필요한 시기이기 때문이다.

넷째, 한국형 회복탄력성 검사지(KRQ-53)를 실시하여 그 총점이 한국인 성인 평균점수인 195점을 초과한 어머니로 선정하였다. 회복탄력성 검사의 총점이 195점보다 낮은 점수를 보인 어머니들에게는 전화나 이 메일을 통해 어떠한 요인이 강점이며 어떤 점의 보완이 필요한지 자세히 사

후 피드백하였으며, 검사 전에 미리 회복탄력성 점수가 높을 경우에만 심층면담의 대상자가 됨을 명시하였다.

다섯째, 본 연구의 필요성을 안내받고 공감하여 그 경험을 공유하는 것에 자발적으로 동의한 어머니로 하였다.

연구 참여자의 사회 인구학적 특성은 <표 1>과 같다.

3. 자료수집 방법

연구자는 참여자가 자신의 경험을 충분히 진술하고 이를 심층적으로 반영할 수 있도록 반 구조화된 개방형 질문지를 구성하였다. 심층면담을 위한 최종 질문은 한부모 가정 어머니의 자녀양육 경험을 탐색하는 것에 초점을 맞추어 ‘어머니는 자녀를 어떻게 양육하고 있습니까?’, ‘어머니와 자녀의 관계는 어떠합니까?’, ‘자녀양육에 있어 어머니의 강점은 무엇입니까?’ 등과 같은 12개의 문항으로 구성하였다. Seidman(2009)은 질적 연구를 위해 심층면담의 절차와 구조를 제시하였는데, 본 연구자도 이를 참고하여 면담 흐름표를 작성하였으며 연구주제에 초점을 맞추고자 노력하였다.

예비조사는 2018년 4월 모자원에 거주하고 있는 참여자 1명과 일반 거주지에 살고 있는 참여자 1명에 대해 각각 2시간에 걸쳐 진행하였다. 연구자는 거주지에 따라 자녀양육 경험에 차이가 있는지를 확인하고자 하였으며, 연구자가 가지고 있는 선 이해를 없애고 연구자의 선입견이 무엇인지 반성하는 기회로 삼았다. 최종 연구 참여자 10명에 대한 심층면담은 2018년 7월부터 11월까지 5개월 동안 이루어졌다. 면담 장소는 참여자 거주 지역에서 가까운 커피전문점이나 모자원 상담실에서 이루어졌다. 참여자별로

1~2회 면담이 진행되었으며, 1회 면담시간은 평균 2시간에서 2시간 30분 정도의 시간이 소요되었다.

면담이 종료된 후에도 참여자에게 전화나 이메일을 통해 연구자가 더 명확하게 알고자 하는 사항을 추가로 보완하였다. 연구자는 면담과정에서 참여자에게 드러나는 비언어적인 표현들이나 태도 등을 관찰하여 따로 메모하면서 이후 자료수집에 활용하였으며, 자료가 포화될 때까지 수집하였다. 또한, 심층면담에서 작성한 기록 일지와 분석에 필요한 자료를 정리한 연구 노트, 회복탄력성 검사 결과지, 자녀양육 경험 질문지 등을 보조 자료로 활용하였다. 모든 면담에서 진술한 내용은 참여자의 동의하에 녹음되었고, 분석을 위해서 면담내용은 모두 축어록으로 작성하였다. 작성된 축어록은 A4 용지 11포인트로 하여 모두 206페이지 분량이었다.

연구 참여자들의 사적인 정보를 보호하기 위해 전사된 축어록 파일은 사례번호를 붙여 이니셜로 부호화하여 보관하였으며, 연구자만이 식별할 수 있도록 개인 노트북에 저장한 후, 이를 인쇄하여 자료분석에 이용하였다.

4. 자료분석 방법

연구자는 심층면담을 통해 수집된 자료를 Giorgi의 현상학적 연구방법에 따라 4단계로 분석하였다.

첫째, 현상학적 환원의 태도 내에서 ‘전체적인 맥락을 인식하는 단계’이다. 연구자는 녹음한 자료 듣기를 여러 번 반복하였고 이를 문서화하여 출력한 것을 처음부터 끝까지 통독하고 다시 정독하는 방식으로 수차례 읽으며 연구 참여자들의 자녀양육 경험에 대한 전체 맥락을 파악하였다.

표 1 연구 참여자의 사회 인구학적 특성

참여자	연령	학력	직업	자녀연령 및 성별	사유 및 기간	거주형태	수급여부	KRQ총점
1	46	고졸	자활	22세/남 14세/여	이혼/10년	임대	해당	231
2	47	전문대졸	생산직	12세/남	이혼/5년	월세	아님	197
3	42	중졸	아르바이트	19세/여	미혼모/18년	모자원	해당	199
4	43	대졸	판매직	18세/여	이혼/15년	월세	아님	199
5	40	고졸	생산직	15세/남 9세/여	이혼/10년	모자원	해당	204
6	45	고졸	자활	18세/여	이혼/10년	임대	해당	208
7	45	고졸	자활	21세/남 17세/여	이혼/10년	임대	해당	213
8	44	전문대졸	없음	11세/여	미혼모/8년	임대	해당	214
9	38	고졸	없음	17세/여 10세/여 8세/여	이혼/5년	모자원	해당	204
10	48	대졸	아르바이트	16세/남	이혼/7년	임대	해당	200

둘째, ‘의미단위를 구분하는 단계’이다. 연구자는 참여자의 진술에서 연구 주제를 의미하는 문장에 밑줄을 긋고 의미 간에 전이(transition)가 일어나거나 명백하게 차별된 진술 내용이 있는 부분에 사선(/)을 그으면서 의미단위를 구분하였다. 그리고 각각의 의미단위에 고유번호를 부여하는 방식으로 진행하였다. 이 단계에서 10명의 연구 참여자에게 314개의 의미단위를 도출할 수 있었다.

셋째, 도출된 의미단위를 ‘학문적 용어로 전환’하는 단계이다. 두 번째 단계에서 도출된 314개의 의미단위 중에서 중복되거나 구조를 이루는 맥락에서 벗어난 것으로 여겨지는 의미단위들을 제외시켜 최종 103개의 의미단위가 분석에 사용되었다.

넷째, 전환된 의미단위들을 연구하고자 하는 현상에 대한 ‘일반적 구조로 통합’하는 단계이다. 이 과정에서 최종적으로 9개의 구성요소와 22개의 하위구성요소들이 도출되었다. 연구자는 Giorgi의 분석방법의 특성에 따라 먼저 도출된 구성요소별로 각 참여자들 개개인의 독특하고 구체적인 경험을 상황적 구조로 기술하였고, 다음으로 이를 통합하여 얻어진 참여자들의 공통적인 경험을 일반적 구조로 제시하였다.

5. 연구의 엄격성 및 윤리적 고려

본 연구에서는 Guba와 Lincoln(1981)이 제안한 평가 기준을 바탕으로 연구 과정의 엄밀성을 확보하였다.

첫째, 사실적 가치(true value)는 양적 연구의 내적 타당도에 해당하는 것이다. 연구자는 지속적인 상상적 변형을 통해서 본 연구의 사실적 가치를 높였으며, 연구결과가 원래 연구 참여자들의 진술과 일치하는지를 계속하여 확인하였다. 또한, 연구자는 사실적 가치를 확보하기 위하여 지도교수와 현상학적 연구방법으로 다수의 연구를 하고 있는 박사학위 소지자 1명의 지속적인 검토를 받았다.

둘째, 적용성(applicability)은 연구의 결과가 보편타당하도록 적용이 가능한가에 대한 평가를 말한다. 연구자는 자녀양육 경험을 언어로 표현할 수 있는 10명의 연구 참여자를 선정하여 심층면담을 통해 자료분석을 하고자 더 이상 새로운 의미의 자료가 나오지 않을 때까지 자료를 충분히 확보하였다.

셋째, 일관성(consistency)은 연구가 비슷한 상황이나 맥락에서 반복이 되었을 때 그 연구결과가 거의 같을 것인가를 말한다. 연구자는 구성요소와 하위구성요소가 어느 정도 도출되었을 때 박사과정 동료들의 검토를 수용하였고, 지도교수와 함께 질적 연구에 대한 풍부한 역량을 가지고 있는 전문가 1인에게 지속적으로 연구결과와 과정에 대한

객관적인 평가와 조언을 받았다.

넷째, 중립성(neutrality)은 양적 연구에서 객관성에 해당하는 것으로 연구과정이 연구결과에서 모든 편견으로부터 자유롭게 해방되는 것을 말한다(신경림 외, 2004). 연구자는 중립성을 유지하기 위하여 현상학적 환원과 판단중지의 태도를 가지고자 의식적으로 노력하면서 연구 현상에 대한 가정과 선 이해를 ‘괄호치기’하고자 하였다. 분석 과정 전반에 대해서도 지도교수로부터 주기적인 검토를 받아 객관성을 유지하려고 노력하였다.

끝으로, 연구자는 심층면담이 이루어지기 전에 기관생명윤리심사위원회(IRB 2018-01-003-002)의 심의를 받아 연구 참여자에 대한 윤리적 문제를 사전에 예방하고 보호하였다.

표 2 연구 참여자 경험의 상황적 구조

구성요소	하위구성요소
깊은 상처를 안고 자녀를 선택하다	1) 파국으로 치닫는 관계의 끝 2) 오로지 자녀만을 선택함 3) 친구, 가족과 단절되거나 폐를 끼침
고된 현실을 견디고 생계를 책임지다	1) 아빠에 대한 상처를 가진 자녀 2) ‘아빠 없는 아이’로 낙인 됨 3) 생계를 책임지는 가장이 된 나 4) 혼자 남겨진 자녀
자기 자신을 돌보다	1) 스트레스를 조절함 2) 성장의 기회를 가짐
긍정의 눈으로 삶을 바라보다	1) 미래에 대해 낙관적임 2) 현재의 일상에 만족함 3) 어려움을 이기는 용기
자녀와의 잊지 못할 기억을 되새기다	1) 한없이 미안했던 순간을 기억함 2) 더없이 고마웠던 순간을 기억함
공감하고 소통하여 도움을 주고받다	1) 자녀의 입장에서 공감함 2) 타인에게 감사한 마음으로 소통함 3) 봉사함으로 자녀에게 본보기가 됨
자녀의 마음을 치유하고 삶을 헤쳐 나가게 가르치다	1) 자녀의 문제를 수용하고 대처함 2) 생활훈련과 경제관념을 가르침
신앙의 힘을 의지하다	1) 기도함으로 걱정을 덜어냄
결속과 분리의 균형을 이루다	1) 자녀와 깊은 유대감을 가짐 2) 자립심이 생긴 자녀를 믿음

III. 연구결과

1. 연구 참여자 경험의 상황적 구조

1) 깊은 상처를 안고 자녀를 선택하다

(1) 파국으로 치닫는 관계의 끝

참여자들은 한부모가 되기 전 남편 혹은 동거남과 함께 지내온 삶을 ‘잡은 외박’, ‘거짓과 도박’, ‘폭력과 폭언’, ‘무능력과 자녀방임’, ‘알코올 중독’과 같은 상처로 표현하였

다. 이는 단위로 일어나는 것이 아니라 지속적으로 혹은 여러 사건이 동시에 일어나면서 그들과의 관계가 견잡을 수 없는 파국으로 치닫는 것을 경험하였다. 참여자들은 이혼을 결심하고 진행하는 과정 그리고 미혼모가 되는 과정에서 육체적, 정신적 고통을 겪었으며, 켜켜이 쌓여있는 상처는 참여자들 가슴 속에 고스란히 남아있는 아픔이었다.

그 ○○아빠가 노름도 했고 워낙 집에 잘 안 들어오고 우리 시어머니도 같이 사셨는데 자꾸 남편한테 '내가 밖에 나가서 바람을 피운다, ○○가 니 자식이 아니다'는 의심을 하고 이렇게 이야기하셨더라고요. 진짜 답답하고 집에 들어가면 공황장애 비슷하게 숨이 안 쉬어졌어요. 더 이상은 같이 있을 수 없었죠. (참여자 2)

과거에 가정이 있었던 거예요. 가정이 있었는데 이혼도 하지 않고... 나는 이제 그런 걸 몰랐던 상태고. 그리고 저를 만났는데 저는 그냥 당연히 그냥 뭐... 총각이겠구나 이런 생각에 결혼할 생각을 가졌는데, 아이 출생 신고 할 때 알았어요. 몇 번 같이 살려고도 했지만 잘 안되더라고요. (참여자 3)

아이 아빠가 알코올 중독 같은 게... 1년 5일 정도 빼고는 거의 술을 먹었으니깐... 그걸 또 집에서 먹어요. 늘 시비를 걸었죠. (참여자 6)

교통사고로 많이 다쳐서 1년 3개월을 병원에 입원해있었는데, 애들 아빠가 양육을 많이 회피하고 거의 방치되는 수준이 되어 가지고... 점점 안 좋아지고, 3개월쯤 되서 어린이집에서 학교에서 아동학대로 신고를 하겠다는 수준이 될 정도로... 애한테 행패를 부리고, 술 먹고 운전해 사고까지 내고... 이 사람은 안 되겠다 싶은 생각이 들대요. (참여자 9)

(2) 오로지 자녀만을 선택함

참여자들은 한부모가 되기 전부터 자녀에 대한 애정이 많은 편이었다. 참여자들은 한부모로 살겠다고 결심하면서 자녀를 빼앗기지 않기 위해 투쟁이라도 하듯 자녀양육에 대한 분명한 의지를 보였다. 더욱이 남편이 알코올 중독이 있거나 폭력적인 행동을 일삼는 경우 자녀양육에 대한 의지가 더욱 강했다. 참여자들은 남편이나 동거남이 자녀를 키우겠다고든 아니든 그 의사에 상관없이 자신이 자녀를 끝

까지 책임진다는 확신이 강했다. 자신의 처지가 어떻게 간에 그 순간은 누구의 설득이나 동조에 흔들리지 않고, 오로지 자녀만을 생각하며 '내 새끼'라는 강렬한 인식만이 존재하였다.

처음에는 어린 마음에 이걸 어떻게 해야 하나, 미혼모가 된다는 것을 애가 어떻게 받아들일까 그런 생각에 좀 속상하기는 했는데... 내가 열심히 살아가면 되겠지. 오로지 그냥 자식을 보고... 이렇게도 살아왔는데 혼자 아이 키우는 것 못할까... 그런 생각이 확 들게 되더라고요. '내 아이'라는 그런 생각이 들었어요. (참여자 3)

친정에서 니가 어떻게 혼자 키우냐고 그냥 아빠 주라고, 죽이 되든지 밥이 되든지 지가 알아서 키우게 하라고 했죠. 솔직히 얘기 해가지고 아빠한테 주면 폭력이 그대로 대물림될 것 같아서... 가정폭력 그대로 이어질 것 같아서, 죽어도 내가 한다고... 내 자식이니까 내가 키운다. (참여자 8)

제가 그랬죠. 애 아빠랑 헤어질 때 다른 거는 다 필요 없다, 애만 내가 키울 수 있도록 해달라고 그랬죠. 그랬더니만 애 아빠도 그 당시에는 자기도 힘들었으니깐 그렇게 하자고 하더라고요. 그래서 양육권도 제가 가져왔고 친권도 가져왔죠. (참여자 10)

(3) 친구, 가족과 단절되거나 폐를 끼침

참여자들은 한부모가 된 후 기존의 친구들과 연락을 하지 않거나 가족으로부터 단절되는 경험을 하였다. 자신의 처지를 알리고 싶지 않아 멀어지게 되었고, 휘둘러치는 상황에서 만날 수 있는 시간조차 허락되지 않았다. 참여자들 중에는 마땅히 살 곳이 없어 친인니 집에 얹혀살거나, 친구에게 돈을 빌려 겨우 거주지를 마련하기도 하였다. 어쩔 수 없이 전 남편의 빚을 친정에서 대신 갚아주거나 생활비를 받아쓰게 되면서 주변에 폐를 끼치는 것 같았지만, 막막한 현실 앞에서 다른 방법이 없자 이를 받아들이고 살아내야 했다.

이전에 알던 친구들과 마음은 잘 지내고 싶지만 내가 미혼모가 되었다는 것을 속여가면서 봐야하니까 심적인 부담감이 싫어서 멀어지게 되었죠. (참여자 3)

아버지가 도와주셨으면 좋았을 건데 끝까지 외면을... 그니깐 집안 창피하다는 표현도 하였고. 오냐오냐 잘 키워 놔는데 발도 못 붙이게 했어요. (중략) 제가 또 그친 친구는 없어요. 다 잃었어요. (참여자 4)

이혼하고는 나와서 주머니에 십만원 가지고 언니한테 빌붙어있었죠. 그렇게 살다가 그때 주인이 집을 팔았다고 이사를 나가라고 하셔서 언니랑 찢어진 거예요. (중략) 돈이 없다보니까 막막한 상태에서 친구에게 보증금 이백만원을 겨우 빌렸죠. (참여자 6)

친정아버지가 남편이 사업할 때 쓴 사채를 결국 다 갚아주셨죠. (중략) 또 오빠가 이혼하고 처음에 좀 한참 힘들어하고 그럴 때 생활비를 한 달에 백만 원씩 통장에 주더라고요. 우리 애한테는 뭘 사라 그러고 봉투에 돈을 이십만원도 주고 막 그래 해요. 피해를 주는 것 같고 미안해도 어쩔 수 없었죠. (참여자 10)

2) 고된 현실을 견디고 생계를 책임지다

(1) 아빠에 대한 상처를 가진 자녀

참여자들은 자녀를 키우면서 자녀가 아빠로부터 받았던 상처를 표현하며 아빠를 증오하거나 원망하는 것을 보아야 했다. 아빠의 존재를 경험해보지 못했던 자녀는 아빠의 부재 그 자체로 인해 상처를 받기도 하였다. 힘들었던 결혼 생활과 미혼모가 되는 과정의 아픔은 자신만 견디면 되는 것이지만, 자녀가 겪는 아픔은 대신해 줄 수 없는 것이므로 더욱 가슴이 아팠다. 참여자들은 자녀에게 아빠의 부재를 채워줄 수 없는 현실을 받아들여야 했다.

○○가 친구들이 아빠가 용돈을 준다고 하면 괜히 비교도 되고 그런가 봐요. “나는 아예 내 인생에는 아버지가 없다”고 말하는데 표정이 어두워지는 것 같아 마음이 아팠죠. (참여자 3)

남편이 ○○가 외박을 했다고 많이 미워했어요. 술을 먹다보면 인사불성이 되다보니까 자기 마음대로 안 되면 폭력성이 가해지다 보니 ○○이 기억에 아빠는 괴물이라고 하는 거죠. (참여자 6)

나한테 “엄마, 아빠가 다시 살자고 하면 절대로 같이 살자고 그러지 말라”고 하더라고요. 아빠가

싫대요. 아이 아빠가 저하고 헤어지고 나서 요즘은 핸드폰에 사진 이런 쪽에 보면 다 볼 수 있잖아요. 애 아빠는 애가 보지 말아야 할 부분까지... 여자가 하나 있었는데 봐요. 같이 찍은 사진을 막 올려놓고 자랑삼아 막 사진을 올려놓고 하니깐 애가 거기에 충격을 좀 많이 받은 것 같아요. (참여자 10)

(2) ‘아빠 없는 아이’로 낙인 됨

참여자들은 자녀가 ‘아빠 없는 아이’로 낙인되어 친구들에게 놀림을 받아 힘들어하는 것을 보았고, 학교에서도 한부모 가정이라는 사실이 알려질까 두려워하는 모습을 보았다. 참여자들은 아빠가 없다는 것이 결점이 있는 가정이거나 평범하지 않는 가정으로 인식되어 자녀를 부정적으로 보지는 않을까 걱정되었다. 참여자들은 한부모 가정이라는 사실을 받아들이면서도 자녀가 상처를 받는 상황이 오지는 않을까 신경이 쓰였다.

학교에서도 어버이날에 부모님한테 편지 쓰기를 하면 항상 엄마 아빠 이렇게 같이 쓰거든요. 친구들에게 말하기 싫은가 봐요. 예전에 친구들이 집에 와서 아빠가 없냐는 식으로 약간 놀리듯이 물어본 적이 있었어요. 그러니 자기가 내 눈치를 쓰으 보더니 “아빠” 그러면서 머뭇거리더라고요. 자기는 아빠가 없는 애라는 걸 친구들이 아는 게 창피한가 봐요. (참여자 2)

애들이 이제 모자원에 산다고 얘기를 하니까 다른 친구들이 놀림거리로 삼았어요. 뭐 아빠 없이 자랐다 이런 식으로 그랬나 봐요. 우리 애들이 중학교 1학년 때 “엄마 아빠하고 같이 찍은 사진 없냐”고 해서 찾아서 사진을 쫓더니 가져가더라고요. 친구들이 나 아빠 없다고, 아빠 없어서 그런데 가서 산다고. (참여자 7)

친구들과 혹 다툼이 있을 때 혹시라도 아빠 없이 한부모 가정인 것이 놀림 받거나 그런 부분에서 애가 또 아파하지 않을까... 그걸로 인해서 친구들이 또 그렇게 할 수도 있잖아요. (참여자 8)

(3) 생계를 책임지는 가장이 된 나

자녀를 키우면서 생계를 이끌어야 하는 것은 양부모 가정에서도 매우 버겁고 자기희생을 전제로 해야 하는 것이다. 참여자들은 자발적으로 자녀를 선택함과 동시에 가장

으로서의 책임이 자동적으로 부여되었다. 참여자들 대부분은 기초수급지원을 받고 있어 경제적 도움을 받는 것이 다행이라고 생각하였지만, 부족한 교육비와 생활비를 충당하기 위해 또 다른 일을 병행하고 있었다. 자활이나 아르바이트를 하고 있는 참여자들이나 일을 하고 있지 않는 참여자라도 생계를 책임지는 가장으로서의 역할은 피할 수 없는 현실이자 어려움이었다.

남편이 없으니까, 모든 한부모 엄마들은 양육하면서 돈을 벌어야 하고... 정책이 바뀌면서 그나마 약간 수당을 못 받게 되니까 돈이 더 부족해졌죠. 일을 늦게까지 하면 돈을 더 벌어들였는데 이게 막히면 어떻게 해야 할지 걱정이죠. (참여자 5)

이혼하고는 나와서 아무리 정부에 지원을 받는다 해도 그게 제한적이잖아요. 그러다 보니까 처음에 뭐 배운 게 없다 보니까 몸으로 하는 전단지들 했어요. 지금은 내가 몇 시간을 근무하는 대신에 자녀 교육이라든지 복지혜택은 받지만 급여는 얼마 안 되고, 생계비를 따져보면 못해도 팔십 만원은 있어야 둘이 사는데, 할 수 있는 일이라고는 자본도 안 들고 몸이 자산이다 보니까 자활센터에서 3시쯤 마쳐서 전단지 일을 하고 나서 빠르면 9시, 어떨 때는 10시가 넘는 거예요. (참여자 6)

제가 한부모 가정이 되고 허리수술에 당뇨, 고혈압, 몸이 좀 안 좋아가지고... 처음에는 제가 학원에서 애들 가르치는 일을 했었어요. 하다가 그때는 뭐 제가 벌어가지고 수입이 있었으니까 그걸로 생활을 했었는데, 지금은 제가 몸이 조금 안 좋아 가지고 쉬고 있는 중이거든요. 지금은 한부모 가정이고 몸이 안 좋다는 걸 나라에 끊어 놓으니까 기초생활수급비 그게 조금 나오더라고요. 그래서 그걸로 근근이... (참여자 10)

(4) 혼자 남겨진 자녀

참여자들은 자녀를 키우는 것이 자신의 몫임을 당연히 받아들이고 한부모가 되었지만, 막상 같이 있어주지 못하는 상황에 다다르자 생존의 위협과 자녀양육 사이에서 죄책감을 느꼈으며, 무엇에 우선순위를 두어야 할지 갈등을 겪었다. 자녀가 어릴수록, 자녀를 돌봐줄 다른 사람이나 형제가 없는 경우, 참여자들은 돌봄과 일을 병행하는데 고군분투하지만 자녀를 혼자 두는 것이 내내 마음에 걸렸다.

참여자들은 저녁이 되면 자녀가 집에서 혼자 음식을 먹거나, 엄마가 오기를 기다렸던 삶을 회상하면서 가슴이 미어지는 경험을 눈물로 토로하였다.

제가 이전에는 새벽 6시부터 일을 해서 굉장히 일찍 새벽에 나갔거든요. 그러면 ○○가 되게 어두운 길 무서워해요. 그래서 새벽에 제가 나가다 나서 무서워서 잠을 못 잘 때가 있어요. 깰까봐 조심해서 나가죠. 또 겨울에는 7시 20분쯤 오면 캄캄하잖아요. 빌라에 불이 켜져도 ○○는 무서운가 봐요. 그래서 자기는 집에 들어와서 뭐 사 먹고 싶어도 못나가요. (참여자 2)

어린이집에서 6시까지 봐주면 제가 퇴근시간이 늦다보니까 아이 홀로 원룸에서 문 닫아 놓고 이렇게 컸던 거예요. 지금도 애가 그게 트라우마가 있어요. 지금도 집에 혼자 있어도 문이 잠겼나 안 잠겼나 확인을 한다고 해요. 원룸에서 자녀를 키운다는 거 쉽지 않았거든요. 일요일 날도 저는 일 때문에 나갔어야 하는 상황인데 아이가 집에 혼자서 컸죠. 그런 거 생각하면 가슴 아프죠. (참여자 4)

형제가 없잖아요. ○○이가 의지할 곳이... 형제가 있으면 둘이 어울려 노는 데 그런 것도 없고 하니깐... 초등학교 때는 내가 일을 가고 7시에 들어오면 혼자 집에 와서 저녁을 해결할 때도 있고, 어떨 때는 밥도 안 먹고 나를 기다릴 때도 있고 그런 거예요. (참여자 10)

3) 자기 자신을 돌보다

(1) 스트레스를 조절함

참여자들은 자녀를 돌봄에 있어 어머니와 아버지의 역할이 이중으로 부여되고 생계와 양육을 동시에 해내야 하므로 일상적 스트레스가 발생하는 것은 당연한 것이었다. 참여자들은 자녀와 살면서 찾아오는 스트레스를 극복하고 조절하기 위해 자신만의 해결 방식을 찾아 사용하고 있었다. 참여자들은 스트레스를 자기 스스로 통제할 수 있는 것이라고 생각하였다. 자신에게 스트레스를 조절할 수 있는 힘이 있다고 믿고 있었으며, 자녀를 양육함에 있어 무엇보다 참여자 자신을 돌보고 재충전하는 것이 중요하다는 것을 알고 있었다.

저는 행복은 자기가 만들어가는 것을 아니까, 제

가 만들려고 하죠. 저는 기분이 꿀꿀하면 운동을 하려고 하죠. 하고 나니깐 생각보다 스트레스가 많이 풀리고 기분이 막 업이 되요. 여자들끼리 많이 수다도 떨고요. 그러면 딸에게 대화가 부드러워지는 걸 느껴요. (참여자 3)

애들하고 있다 보니 스트레스가 이만큼 잦어요. 일하러 가려고 나와서 '그래 나는 행복해' 이러면서 눈꼬리를 내리고 웃으면서 '나는 지금 행복해' 하고 어금니는 깨물고 있지만요. 그러면 '아이들이 없었으면 어떻게 살았나'라고 다시 생각하게 되죠. (참여자 4)

애한테 무슨 일이 생기면 좌절이 와요. 근데 제 자신을 찾아가다 보니까 내 자신한테 비난하는 걸 안하려고 되게 노력하거든요. 자존감 떨어질 때도 있죠. 그러면 강의, 강연을 들어요. (중략) 엄마로서 죄책감이 들면 저 자신에게 계속 질문을 해요. '아, 가슴 아프지, 근데 어떻게 할래. 애는 계속 커 가는데 내가 지금 뭐 해줄 수 있지?' 하며 저한테 질문해요. 컴퓨터에서 상담 받으면서 제가 훈련을 한 거죠. 그러면 기분이 나아져요. (참여자 9)

(2) 성장의 기회를 가짐

참여자들은 자녀에게 어머니로서의 역할을 하면서도 한 여성으로서 자기 계발을 하거나 더 나은 직업적 성공을 위해 노력하고 있었다. 참여자들은 관심분야를 전공하고자 대학에 진학하거나 자격증을 취득하는 등 자신의 성장을 위해 시간과 돈을 투자하는 삶을 살고 있었다. 자녀를 양육하는데 있어 참여자 자신에게 무엇이 필요한지 관심을 가졌고, 어머니인 자신이 먼저 행복해야 자녀에게도 도움이 됨을 자연스럽게 인식하고 있었다.

정말 저는 내 자신을 정말 사랑하거든요. 내 안에 남자도 있고 정말 그래요. 아무거나 하지는 않지만 제가 필요하다 싶으면 해요. 특히나 넉넉하지 않기 때문에 마음먹었을 때 아니면... '나를 더 다져야 되겠다'는 이런 생각이 들어서, 그래서 장례지도자와 같은 자격증을 딴 것도 있고요. 관심 있는 자격증을 더 따려고 해요. (참여자 1)

도전정신이랑 자신감이 다른 사람들보다 강하고 저 자신에게 투자를 해요. 저는 계속 공부를 했

거든요. 보석 주얼리 디자인 코디네이터 세미나, 해외도 많이 다녔어요. 내가 이쁠 때 누구에게 의지를 하지 않기 위해서 보험만큼은 탄탄하게 들어 났고요. (참여자 4)

내가 스킨십을 좋아하고 누군가를 만져주고 개선시켜주고 이런 것을 하고 싶은 마음이 있으니까, 제대로 배워서 해주면 좋겠다 싶어 대학에 진학해 피부미용을 배우고 있죠. 전문직을 갖고 싶어서요. (참여자 9)

4) 긍정의 눈으로 삶을 바라보다

(1) 미래에 대해 낙관적임

참여자들은 자녀와 함께 맞이할 미래에 좋은 일이 생길 것이라고 믿고 있었다. 참여자들은 다가올 앞날을 희망적으로 보고 있기 때문에 현실의 어려움이 있더라도 이에 압도되지 않았다. 참여자들은 미래에 대한 기대를 이루기 위해 현실에 처한 상황이 불편하거나 더 나아지지 않고 있어도 견디어 냈고, 비현실적인 욕심을 내지 않았다. 또한, 참여자들은 행복하고 재미있는 미래가 될 것이라고 표현하였으며, 자녀와의 관계가 좋기 때문에 미래에는 더 좋은 것이 올 것이라고 생각하였다.

큰 욕심은 없고요. ○○이 웃는 모습 보면서 평범하게 큰 걱정 없이 살 것 같아요. 여태까지 제가 살아온 과정이 너무 힘들다보니깐 "설마 더 있겠나!" 그런 농담도 할 수 있는 여유로움이 생겨서. 앞으로 내 인생도 좋은 쪽으로 융화가 되지 않을까... (참여자 3)

돈이 많아서 행복한 것 같지도 않고 건강하다고 행복한 것 같지도 않아요. 저는 아이하고 관계가 좋으니 앞으로도 지금처럼 행복할 것 같아요. (참여자 8)

피부미용으로 성공해가지고 제가 피부 관리실 원장이 되거나 내 솜을 하는 것이 희망이에요. 기회가 되면 후학양성도 하고 싶고... 애들과 막 얘기를 하다보면 엄마가 원장님하면 거기서 자기도 일할 거라고 하고 기대가 되죠. (참여자 9)

(2) 현재의 일상에 만족함

참여자들은 현재의 삶을 표현할 때 '즐거워요', '즐거워요', '만족해요'와 같은 말을 사용하고 있었다. 또한, 평범하고

당연하다고 지나칠 수 있는 일상생활의 사건들을 만족스러워 하였다. 참여자들은 자신이 바라는 것과 현실에 있는 자신이 어느 정도 일치하고 있다고 생각하였다. 참여자들은 자녀와 함께 살기 위해 경제적 부양을 하고 있는 것이 힘들기도 하지만, 일할 수 있다는 자체에 대하여 긍정적인 의미를 부여하였고, 자녀와 살며 갖는 소소한 일상에 대하여 즐거움과 기쁨을 느끼고 있었다.

전 일이 즐거워요. 공장일이 몸은 힘든데 한 개 한 개 완성되는 게 재밌어요. 어떤 일이든지 하면 된다는 자신감이 있어요. 자녀랑 살려면 솔직히 식당일도 할 수 있는 거구요. 저는 어떤 일을 해도 즐거워요. (참여자 2)

하루 종일 땀별에 서 있거든요. 제 직장이 병원 주차장이라 즐거워서 오시는 분들이 없잖아요. 욕을 막 하는 고객도 있고 그렇거든요. 근데 저는 직장생활도 즐거워요. 아무리 힘들어도 모든 건 즐겨야 된다고 생각해요. 내년에 애랑 나가서 살려면 돈도 벌어야 하니까 일이 있어서 다행이구요. 같이 일하는 언니들이 힘들다고 하면 제가 즐기라고 하죠. (참여자 3)

소소하게 그냥 생일이거나 무슨 날이 되면 손 편지도 적어주고 “엄마 고마워요. 감사해요. 사랑해요.” 뭐 그런 것들... 병원에 있지 않고 걸어 다니는 것, 애들이 갈 수는 있는 아동센터랑 공부방이 있다는 게 만족스럽죠. (참여자 9)

내 사는 삶에 큰 불만이 없으니까... 지금은 몸이 좀 좋지 않지만 내가 더 힘들지 않고, 남한테 꾸러 가지 않고 자녀랑 이렇게 사는 삶이 그냥 저는 만족하는 편이에요. (참여자 10)

(3) 어려움을 이기는 용기

참여자들에게 있어 상처와 고통은 단순히 부정적인 경험에 머무르게 하는 것이 아니라 어려움을 이겨내며 살아갈 수 있도록 용기를 갖게 했다. 참여자들은 자녀를 양육하지 않고 혼자 살았거나, 어머니로서의 역할을 하고 있지 않았다면 오히려 자신에게 불리한 환경이었을 것이라고 생각하였다. 참여자들은 자녀에게 부끄럽지 않은 삶을 살아가고자 애썼고, 아무리 힘들어도 포기하지 않았으며, 어떤 일이 닥쳐도 두려워하지 않는다고 하였다. 참여자들이 이렇게 용기를 갖게 된 것은 자녀의 존재 때문이라 하였으며 자녀

를 삶의 버팀목, 원동력이라 명명하고 있었다.

웬만하면 ○○가 있으니까 잘 안 쓰러지려고 스스로 노력을 하죠. 진짜 힘들어 죽겠다 이런 생각이 들 때도 내가 없으면 애가 어떻게 될까 이 생각을 하고요. 내가 책임져야 하니까. ○○가 버팀목이 되었죠. 이게 살아갈 용기인 것 같아요. (참여자 2)

만약에 혼자였다면 내 멋대로 살 수 있었겠지만 내가 자식을 키우는 엄마이다 보니까 주위에서 유혹이 와도 이상한 데, 뭐 그런 곳에서 돈을 벌거나 하지 않았어요. 내가 흐트러지면 ○○이도 흐트러지니까 내가 기둥이 되어주고 지지가 되어야 하니까. 무슨 일이든 좀 용감해지고 두렵지 않았던 게 ○○이가 큰 원동력이 된 것 같아요. (참여자 6)

애가 없었으면 제가 지금까지 어떤 삶을 살고 있을지도 모르겠다고, 죽고 싶은 적도 있었지만 ○○이 때문에 내가 다시 다잡고 일어난 것 같고 ○○이 때문에 다시 용기를 내서 살아야겠다는 생각이 들죠. (참여자 10)

5) 자녀와의 잊지 못할 기억을 되새기다

(1) 한없이 미안했던 순간을 기억함

참여자들은 자녀를 양육하는 과정에서 자녀에 대한 미안했던 경험을 가슴에 깊이 새기고 있었다. 미안했던 마음은 참여자에게 있어 자녀의 존재를 더욱 소중하게 느끼게 해주었고, 자녀를 함부로 대하지 않게 해주는 장치가 되기도 하였다. 참여자들은 자녀에게 어떤 이유를 막론하고 아빠가 없는 가정, 넉넉하지 못한 경제사정을 경험하게 하는 것 자체를 미안함의 가장 큰 이유라고 생각하였다.

넉넉하게 못 키웠다는 것, 조금 더 채워주고 싶은 게 엄마의 욕심이니까. 제가 부족한 돈으로 애들을 키웠기 때문에 사실 못 해줬다는 것이 한쪽에 늘 있잖아요. 학원도 애들은 다녀본 적이 없고, 어떨 때는 예쁜 옷도 사주고 싶고 한테 맨날 오천 원짜리 이렇게 사줬고..... 생일날 어디 가서 뭐 엄마가 파티해주는, 그런 것들을 못해주었죠. (참여자 1)

○○가 이런 얘기를 하더라고요. “엄마 나는 불

쌍해”, “네가 뭐가 불쌍해” 하니까 자기가 아빠가 없어서 불쌍하던 식으로 얘기하더라고요. 학교에서도 자기는 아빠가 없으니까 그렇고... “엄마 난 아빠 한 사람만 구해주면 안돼?”라고 얘기한 적도 있고요. 그런 거 보면 애가 가없기도 하고, 외로움을 좀 많이 타거든요. 나만 생각하고 이혼했나 하는 생각이 들어 미안하죠. (참여자 2)

남들 할 수 있는 평범한 가정에서 못 키워준 그런 것이 제일 미안하죠. 여기서 3년 살면 나가야 하는데 집을 어떻게 할지 애가 걱정을 하고 있더라고요. (중략) 중학교 때 말다툼하는데 “엄마 따라 내가 친구들 다 버리고 와가지고 내가 얼마나 힘들었는데, 엄마는 내 마음 아느냐”고 처음 눈물 흘리며 그런 적이 있어요. 그리고 얼마 안 되서 바로 참더라고요. 그런 게 많이 미안하죠. (참여자 3)

(2) 더없이 고마웠던 순간을 기억함

참여자들은 자녀를 양육하면서 자녀에게 고마웠던 순간을 기억하고 있었다. 참여자들은 자녀의 행동에 감동을 받았던 순간이나 가슴을 울렸던 순간을 문득 문득 떠올리고 있었고, 마치 그것을 아플 때마다 꺼내어 먹는 비상약처럼 삶의 치유제로 사용하고 있었다. 자녀에 대한 고마움을 가슴에 각인시켜 놓고 잊지 않고 살아가고 있었다. 참여자들은 자녀에게 고마웠던 경험을 생각해 내어 삶에서 어려움을 견디고, 이겨낼 수 있는 자원으로 사용하였다.

공장생활을 할 때 잔업을 하면 늦었어요. 그때마다 초등학교생이었던 ○○이한테 전화를 하면 “엄마 괜찮아. 하고 와. TV보고 있으면 괜찮아요”라고 항상 괜찮다고 했거든요. 한 날은 집에서 한참 먼 곳에 통근버스가 섰던 밤에 안개비 같은 게 내렸어요. (중략) 제가 언제 울지 알고... 애가 우산을... 어머, 그것을 보는데 제가 그때 울컥한 거예요. 너무 고마워서 만감이 교차할 하는데, 제가 잘 살아야겠다고 제 모습을 반성할 수 있는 그런 계기를 많이 준 애거든요. (참여자 1).

예전에 2학년 때 마트 갔다가 자기가 원하는 장난감이 있었는데 제가 그걸 안 사줬거든요. 근데 애가 막 화내고 걸어가다가 골목길에 고등학생들 키 큰 형들이 우르르 나오니까 앞에서 걸어가다가 자기가 막 저를 지키면서 기다리는 거예요. 그러다가 형들 가니까 자기가 뭐라 하면서 걸어

가더라고요 ○○머리에 박혀서 지는 엄마를 지켜줘야겠다고 생각하는 거 같더라고요. 고마워서 감동받았죠. (참여자 2)

한번은 처음에 이혼해서 언니 집에 딱 들어와서 ○○이 초등학교 2학년 겨울방학 시작해서 나온 거니까요. 12월 달부터 저도 전단지 일을 처음 해보는 일이다 보니까 무거운 걸 지고 1000장 2000장 그거를 다 소진할 때까지 다녀야 되니... 한번은 일을 마치고 집에 돌아가는데 견지를 못 하겠는 거예요. 그래서 ○○이한테 전화를 해서 “○○아, 엄마가 지금 집에 가는데 엄마가 너무 힘들어. 밥 좀 차려줄래?” 그러니깐 “알았어”라고 했고 갔더니 ○○이가 밥을 차려 줬더라고요. 그때 너무 고마워서 눈물이 나더라고요. (참여자 6)

6) 공감하고 소통하여 도움을 주고받다

(1) 자녀의 입장에서 공감함

참여자들은 지금까지 자신을 믿고 따라와 준 자녀의 마음을 헤아리면서 자녀가 주변에서 좋지 않은 평가를 받을 때도 남과 비교하지 않았다. 부모의 이혼을 경험하며 혼란스러워 하는 자녀에게 재차 설명하여 주는 것을 당연한 것으로 받아 들였다. 참여자들은 자녀가 마음을 다치거나 상처 받는 것에 대하여 지나치게 확대해석 하지 않았고, 축소하여 빨리 상처를 싸매려 하지도 않았다. 자녀가 느끼는 감정을 그대로 존중하면서 공감하고자 노력하였고, 비난하기보다는 설명해주고 이해시키는 대화를 하고 있었다.

자녀가 친구들 사이에서 소통이 잘 안될 때가 있어요. 속상해하면 이해해줘요. 혹시 잘못해도 그럴 수 있을 때라고 생각하고 애가 몰라서 못하는 경우가 더 많다고 봐요. 그래서 비난을 덜 하고 이해시키죠. 이 사람 입장도 보고 저 사람 입장도 볼 수 있게끔 설명을 많이 해줬던 거 같아요. (참여자 1)

자녀를 공감해주고 다독여주죠. 친구들이랑 부딪힐 때는 “억울하겠다”라고 해줘요. 한편으로는 “친구입장에서 ○○이에게 어떻게 해줬으면 좋겠어?” 그렇게 물었어요. (중략) 제가 잘못했을 때는 “엄마가 미안해, 엄마도 엄마가 처음이다 보니까 실수도 하고 근데 엄마도 노력할게, 고칠게” 그렇게 하니까 “엄마 괜찮아. 이해할 수 있어”라고 하

거든요. (참여자 8)

애들이 어리니까 아빠가 없어지는 것이 자기들 잘못이라고 생각해서 “아니다. 너희들 잘못이 아니고 엄마랑 아빠랑 여러 가지 말을 많이 해봤는데 도저히 힘들어서 엄마가 너희를 키우기로 했다” 그렇게 얘기를 해줘요. 물을 때마다 반복적으로 좋게 계속 설명해 주죠. (중략) 저번에 감정코칭인가 이런 교육을 자꾸 듣다 보니까 “아 그래, 네가 지금 힘들었지”이런 마음을 읽어주는 단어들을 하려고 노력하죠. (참여자 9)

(2) 타인에게 감사한 마음으로 소통함

소통은 타인과 진지하게 관계를 맺고 이를 오래도록 유지하는 것이 중요하다. 참여자들은 한부모가 되기 전에 알고 지냈던 사람들과 관계가 끊기거나 멀리했던 경험이 있음에도 불구하고 현재 주변에 있는 사람들과 긍정적인 소통의 경험을 하고 있었다. 자신과 연결되어 있다는 느낌으로 가까이 지냈으며, 자녀양육에 도움을 주는 사람들이 곁에 있음을 감사하고 있었다. 타인에게 감사하면서 소통하고 사는 삶은 자녀양육에 있어 힘이 되고 있었다.

주변에서 제 옷도 그렇고, 딸내미 옷이 작아서 안 입는다고 그러면 저는 말만 떨어져도 그 자체가 그 마음이 너무 감사하거든요. 야채 같은 것도 그렇고 옷 같은 것들도 정말 제 형편에 살 수 없는 것들도 저에게 오니까 너무 감사한 거죠. (참여자 1)

제 주변에 이렇게 좋은 분들이 많이 계시고 하나 하나 안 좋은 사람이 없어요. 옛날에 같이 다니던 직장동료인데 언니들이 애 키우는 데 굉장한 힘이 되어서 나라면 어떻게 할까 생각을 하게 되죠. 서로 형제처럼 지내고 저도 솔직하게 사람을 대하죠. (참여자 3)

직장에서 만난 사모님이 저를 딸처럼 생각해주시면서 오랫동안 연락을 하고, 얼마 전에도 자기네 딸이 경주로 휴가 간다고 우리 딸도 데리고 가서 저는 일만 보고 너무 감사하죠. (참여자 4)

(3) 봉사함으로 자녀에게 본보기가 됨

봉사란 남을 위하여 힘쓰고 애쓰는 일로서, 세상으로 시선을 확장하여 사회 혹은 공동체라는 맥락 안에서 자신을

보게 되는 활동이다. 봉사는 세상과 소통하고 세상을 알아가는 참여자들의 생활방식이었다. 봉사활동을 오랜 시간 해왔던 참여자들은 자신이 타인에게 도움을 주는 존재가 됨으로 보람을 느끼고 있었고, 자녀와 함께 봉사활동을 하거나 자녀에게 좋은 영향을 끼치게 됨으로 좋은 어른의 본보기가 되어 주는 삶을 살았다.

월급 칠팔십 만원 받으면서 돈을 조금 따로 떼서 제가 봉사를 많이 다녔는데 십년이 넘었어요. 장애인 쪽 아니면 노인 쪽이거든요. 장애인들과 소통이 진짜 잘 되요. 우리 애들을 데리고 다녔고, 초등학교 때부터 친구들까지 데리고 다녔죠. 지금도 모이라고 하면 한 번에 꼭 모여서 같이 가요. (참여자 1)

지금 오랫동안 여성장애인 연대 쪽에서 아는 분 이랑 동료상담을 해주고 있고요. 미술치료도 했거든요. 이야기치료도 하고 현실치료도 하고... 집단상담도 하면서 봉사도 하고 도와주고 있어요. 그래서인지 어떤 경우에 딸이 저에게 “엄마, 나에게 이야기 해주니까 기분도 안 나쁘고, 엄마가 계속 그렇게 해주면 좋겠어”라고 그러더라고요. 제가 상담을 하는데 오히려 자녀에게 상담을 받는 것 같았죠. (참여자 8)

7) 자녀의 마음을 치유하고 삶을 헤쳐 나가게 가르치다

(1) 자녀의 문제를 수용하고 대처함

참여자들이 자녀를 홀로 키우며 가장 힘들었던 경험은 자녀가 문제행동을 보이는 것이었다. 참여자들은 학교에서 자녀가 적응하지 못한다는 이야기가 들려오거나 심리적인 문제를 보이면 막막하고 가슴이 내려앉았다. 그러나 자녀에게 불안했을 환경이나 양육자로서의 자신이 무엇이 부족했는지 되돌아보고 성찰하였다. 참여자들은 자녀에게 보이는 문제들이 마음속에서 비롯된 것이라고 직감하여 이를 이해하고 수용하였다. 어릴 때부터 혼자 지내며 외로웠을 자녀를 깊이 이해했고, 갑작스러운 이사와 스트레스 상황이 몰려오면서 자녀가 겪었을 삶의 고단함을 있는 그대로 이해하는데 주력하였다. 문제를 누구의 탓으로 돌리기보다는 적극적으로 상담과 치료를 하였고, 보다 나은 환경을 만들어주고자 노력하였다.

아이가 아직까지 손을 물어뜯어요. 피가 나는데도... 정서불안이죠. 몇 번이나 상담도 하고 치료를 했어요. 어렸을 때 제가 일을 하니까 골방에

혼자 지내고... 애가 얼마나 외로웠겠어요. (중략)
중학교 때 왕따를 당한 거예요. 애 지갑만 계속
털어가는 한 애가 있었어요. 그래 가지고 안 되
겠다 싶어가지고 고등학교 진학하면서 바로 제가
전학을 시켰는데, 환경을 바꾸어주니까 애가 안
정을 찾더라고요. 지금은 애가 자퇴하고 검정고
시 준비해요. 아이의 인생이니 받아들였어요. 애가
지금까지 참아주었잖아요. (참여자 4)

○○이가 ADHD에 척추 측만증을 앓고 있거든
요. 초등학교 4학년 때 담임 선생님이 학년 초에
상담을 하잖아요. 봤는데 선생님께서 그 ○○이
가 너무 산만하다고, 죽고 싶다는 말을 한다고
한번 상담을 받아 보시라고. 그래서 복지관에 상
담하시는 선생님이 있더라구요. 거기 선생님께서
약물병행까지 하라고 했어요. ○○이 혼자 있는
시간이 너무 많다 보니깐 친구들이랑 소통하는
방법이라든지 제가 그런 걸 가르쳐주지 못 했더
라고요. 그때부터 ○○이가 마치고 오는 시간에
는 집에 있기 위해 같이 있어 주려고 새벽에 신
문 돌리는 일로 바꿨어요. ○○이가 조금씩 안정
적이게 되었죠. (참여자 6)

둘째가 전학 오고 또래하고 유대가 잘 되지 못하
고, 집에서 학교에서도 막 놀기 시작하면 감당
이 안돼요. 아이 잘못이 아니라 제가 병원에 있
고 이혼하고 여기오고 스트레스 때문에 아이가
그랬던 것 같아요. 머리카락을 심하게 뽑아가지
고 상담도 받으러 가고 병원도 가고 그랬죠. (참
여자 9)

(2) 생활훈련과 경제관념을 가르침

참여자들은 가정을 유지하기 위해서 자녀와 협력하여 살
아야 함을 인지하고 자신만의 양육방식과 가치관을 확립하
여 상생(相生)하고자 애썼다. 자녀가 현실을 직시하고 적응
해야하기에 누구에게 의존하지 않고 스스로 해결해야 함을
강조하였다. 자녀가 스스로 해내도록 생활에 필요한 습관
을 가르쳤고 어린 시절부터 가정에 돈이 얼마나 필요한지,
어떻게 돈을 쓰고 절약해야 하는지 등 경제관념을 갖도록
하였다. 이를 위해 자녀와 솔직하게 의사소통을 하였고, 돈
의 소중함을 알도록 참여자들이 어떻게 일하고 있는지 직
접 체험하게 하였다.

그러니깐 경제개념을 심어주려고 제가 초등학교

때부터 전기세가 나오면 우리 생활비가 얼마인데
전기세가 얼마가 나와서 이렇다고 이야기했고,
제가 은행가서 송금을 할 때 애를 데리고 갔었어
요. 그러면서 제가 애를 데리고 “이거 봐, 계좌
번호 이렇게 누르는 거야” 이러면서 가르쳐주니
깐 애도 따라하고요. 초등학교 때부터 실내화는
자기가 다 빨았어요. 맨날 시키렇게 물에서 건져
오지만 잘했다고 하고 일주일동안 자기가 또 신
도록 해요. 그게 맞다고 생각했어요. 자기 것은
하던 애들이 하잖아요. (참여자 1)

“뭐든 니 스스로 해야 한다”라고 이야기했고, 저
는 조금 교육방식이 남다른 게... 초등학교 때는
주말에 데리고 와서 엄마가 어떻게 일을 하고 있
는지 이런 거를 많이 배웠죠. 그니깐 엄마가 어
떤 식으로 힘들게 일을 하고 어떻게 해서 이 자
리까지 왔다는 것을... 다른 애들 보면 부모님이
그렇게 힘들게 해서 했다는 거를 모르잖아요. 근
데 우리 애는 아는 거죠. (참여자 4)

자기가 한 행동에는 책임을 진다. 선택권은 엄마
한테 있는 것이 아니고 애들한테 있어요. 엄마는
그냥 조언만 해주는 것이고 대신 이렇고 이런 방
법이 있다고만 해주고 결정은 자기가 하도록 했
어요. 고등학교도 자기가 선택했기 때문에 탄 사
람 핑계를 대지 않는 거죠. (참여자 7)

8) 신앙의 힘을 의지하다

(1) 기도함으로 걱정을 덜어냄

참여자들은 힘든 상황이 찾아오면 신앙을 의지하여 자신
과 자녀를 위하여 초월적 존재에게 기도하였다. 자신에게
닥친 어려움은 신앙적인 관점에서 극복할 수 있을 정도의
것일 뿐이라고 생각하였다. 또한, 참여자들은 자신이 초월
적인 존재 안에 있음을 의식하면서 바른 생활을 하고자 애
썼고, 자녀와 함께 교회를 다니며 신앙을 공유하기도 하였
다. 교회에서 좋은 사람들을 만나서 자녀양육에 대한 공감
대를 형성하였다.

제가 교회를 다니니깐 애들한테도 하나님 보시기
에도 부끄럽지 않은 삶을 살아야겠다는... 신앙생
활을 하니까 내가 하는 말처럼 걱정이 생겨도 내
가 바뀌어져서 다운되거나 안 좋은 생각을 하지
않고 좋게 생각했어요. 세상 악으로부터 애들을
보호해 달라고 기도했죠. 저는 그저 기도만 할

뿐이지 믿는 거죠. (중략) 자녀가 학교에서 조금 따돌림 같은 것을 당했을 때 교회에서 비슷한 또래 애를 둔 엄마들... 자녀가 교회를 다니고 그러니까 같은 공감대를 많이 찾을 수 있었어요. (참여자 1)

제가 장애가 있다 보니 자녀를 낳을 때 병원에서 비상이었어요. 자궁수축이 안 되어 파열될까봐... 계속 기도를 했었죠. 아기만 잘 나오게 해달라고. (중략) 아이도 하나님을 믿고 있으니까 애가 어렵거나 힘들거나 그러면 기도를 하고 있더라고요. “엄마, 나 하나님한테 기도했더니 바로 이루어졌어!”라고 하더라고요. 그런 모습 보면 너무 이쁘고 다행이죠. (참여자 8)

신앙적 관점인데 그냥 넘지 못할 산을... 그런 고난은 허락 안 하시는 것 같아요. 어떻게 해도 내가 넘어갈 수 있는 만큼의 고난을 주시지 그 이상은 안 주시는 거... 그러니 또 넘어가고 넘어가죠. 그게 넘어갔는지 기어갔는지, 굴러갔는지 모르겠는데 어떻게든 안 죽고 왔더라고요. 힘든 일이 있으면 폰에 있는 찬양을 듣고 기도하면서 이겨내죠. (참여자 9)

9) 결속과 분리의 균형을 이루다

(1) 자녀와 깊은 유대감을 가짐

가족의 응집력이란 가족 구성원이 다른 구성원들과 연결되어 있는 정도를 말한다. 참여자들이 이러한 응집력을 경험하게 된 것은 한부모 가정이 된 후 고통과 적응의 과정을 반복하며 서로를 돌도 없는 가족으로 인식하기 때문이었다. 참여자들은 자녀와 정서적으로 결속되어 있음을 강하게 느끼며 살아가고 있었다.

남들이 봤을 때는 ‘아, 그런 대화도 나누나’하는 이럴 정도로요. 청소년기 되면 자기 방에 들어가서 안 나온다고 그러는데, 우리는 앉으면 두 시간씩 이야기한다고 하니깐. 아이가 저를 열심히 살고 최선을 다하고 긍정적인 엄마라고 해주니까... “엄마가 돈이 없어서 너희 하고 싶은 것은 못해주지 않았냐?”고 하니깐 자녀가 “그건 어쩔 수 없는 환경이지 않냐”고 하더라고요. (참여자 1)

○○도 저를 굉장히 편하게 대해요. 제가 보기도 친구 같고요. ○○는 엄마가 슬퍼하는 게 싫

은지 제가 슬픈 표정으로 있으면 “왜 그래?”하고 물어봐요. 왜 슬프냐고... 제가 ○○한테 한번 씩 행복한지 물어보거든요. 일하고 오면 안아주고 와서 안마도 해주고 그래요. (참여자 2)

애들이 아침에 일어나면 “엄마 사랑해”하면서 서로 안기고 스킨십을 나누거든요. 서로서로 그러면서 충전하는 것 같아요. 기대고 의지하고 산다는 게... ‘이 애들이 내 새끼지’하면서 깊은 정이가게 되는 거죠. (참여자 9)

(2) 자립심이 생긴 자녀를 믿음

한부모 가정이 된 후 자녀의 적응과 긍정적인 변화는 긴 기다림을 필요로 한다. 참여자들은 한부모 가정이 되어 현실적 고통과 어려움에 직면하였으나 자녀도 함께 성장하였음을 경험하였다. 자녀들은 자립하고자 하는 의지가 강하였으며 일상생활에서 스스로 하는 것이 많아졌다고 표현하였다. 이는 자녀를 자신과 동일시하지 않으며 적절히 분리하고자 했던 참여자들의 노력의 결과였다. 자녀에 대한 연민을 가지고 있었지만 자녀에게 지나친 간섭을 하지 않았고, 자녀에게 심리적으로 의존하기 보다는 서로 독립적인 관계를 유지하면서 자립심이 강해진 자녀를 자랑스럽게 생각하였다.

자립심이 강하지 않을까요? 지금도 보면 제가 새벽에 나가니까 ○○가 스스로 일어나서 세수하고 옷 갈아입고 아침 먹고 학교에 가거든요. 스스로 뭔가 할 수 있고 지각도 안하고 스스로 챙겨서 나가고 이러니까... 다른 엄마들이 놀라서 그러더라고요. 자기들은 깨워서 겨우 일어나는 데 혼자 어떻게 일어나느냐고. ○○는 2학년 때부터 스스로 일어났어요. (참여자 2)

자립심이 많이 길러지는 것 같아요. 자기 혼자 스스로 하려고 하는 게 조금 많이 길러지는 것 같아요. 특별히 학원 안 다녀도 혼자 문제집 풀고 하니깐... 담임 선생님이 학교에서 학교생활 너무 잘한다고... (참여자 8)

혼자 좀 자립심이 길러지는 것 같아요. 생각하는 것도요. 혼자 결정해야 하는 게 나이가 커갈수록 ‘아, 내가 이렇게 해야하겠구나, 엄마한테 칭찬을 듣겠구나’라고 생각하는 게 조금 뭐라 해야하나... 저 혼자 결정해야 하는 능력도 좀 달라지는 것

같고요. 저도 애를 믿으니까 입 땄게 없다고 할
까. (참여자 10)

2. 연구 참여자 경험의 일반적 구조

참여자들은 어려움을 극복하고 긍정적인 적응을 돕는 회복탄력성을 발휘하여 자녀양육을 하고 있었다. 이는 자녀양육 과정에서 개인내적 특성, 관계적 특성, 행동적 특성, 영적 특성으로 나타났다.

첫째, 개인내적 특성을 보인 참여자들은 생계부담과 양육의 이중 부담에 고된 자신을 돌보아 주고 있었다. 자녀양육 과정에서 한계가 찾아올 때는 스트레스를 조절하기 위해 강연 듣기, 운동 등 나름대로의 고유한 해결방식을 사용하였다. 또한, 참여자들은 앞으로 좋은 일이 생길 것이라 기대하며 다가올 미래에 대해 낙관적으로 바라보았다. 뿐만 아니라 평범하다고 여겨 그저 지나칠 수 있는 현재의 일상에 대해 만족감을 가지고 있었다. 참여자들은 자녀를 양육하지 않고 혼자 살았거나 어머니로서의 역할을 생각하지 않았다면 오히려 자신에게 불리한 환경이었을 것이라고 하였으며, 어떤 어려움이 와도 이길 수 있는 용기를 가지고 살고 있었다.

둘째, 관계적 특성을 보인 참여자들은 삶에서 자녀에게 미안하고 고마웠던 순간을 기억하고 되새기면서 자녀를 소중하고 특별한 존재로 생각하였다. 참여자들은 공감하고 소통함으로써 사람들과 도움을 주고받으며 살았으며, 자녀의 입장에서 공감하는 삶을 살고 있었다. 참여자들은 타인에게 감사하는 마음을 가지며 긍정적인 소통을 하고 있었다.

셋째, 행동적 특성을 보인 참여자들은 자녀에게 학교 부적응, 가출, 우울과 같은 문제가 나타나면 자녀가 경험한 양육환경의 어려움과 어머니로서 자신이 무엇이 부족했는지 되돌아보고 문제를 있는 그대로 받아들였다. 또한, 상담기관과 병원을 통해 자녀의 마음을 치료하는 가하면, 자녀와 함께 저녁시간을 보내거나 학교 전학을 통해 환경을 변화시켜 주는 등 적극적으로 대처하여 문제를 해결하였다. 참여자들은 자녀를 삶을 함께 살아가야 하는 협력자로 인식하고 자녀의 자립을 위해 일찍이 생활훈련과 경제관념을 가르쳤다.

넷째, 영적 특성을 보인 참여자들은 자녀에 대한 불안과 어려움이 생기면 신앙의 힘으로 걱정을 이겨내었다. 자신과 자녀를 위해 함께 기도하였고, 자신에게 닥친 어려움은 신앙으로 이겨낼 수 있을 정도의 것일 뿐이라고 믿었다. 그리고 자녀와 함께 신앙을 공유하였고, 그곳에서 자녀에 대한 공감대를 형성하며 위로를 받기도 했다.

참여자들은 한부모가 되는 과정에서 깊은 상처와 어려움을 겪었으나 이처럼 자신이 가지고 있는 회복탄력성을 발휘하게 되면서 자녀와 함께 온전한 가족이 되어감을 경험하였다. 참여자들은 자녀와 정서적인 결속을 이루었고 자녀와 자신을 적절히 분리하여 살고 있었다. 참여자와 자녀는 서로를 친밀하게 대하였고, 격의 없는 대화를 주고받았으며, 깊은 유대관계를 경험하고 있었다. 또한, 참여자들은 자립심이 생긴 자녀를 믿어 스스로 공부하거나 참여자의 도움 없이 일어나 등교하는 자녀를 자랑스럽게 생각하였고, 자녀의 진로 선택과 결정을 존중하고 인정해주는 삶을 살고 있었다.

이상을 종합하여 본 연구에서는 회복탄력성이 높은 한부모 가정 어머니들의 자녀양육 경험의 본질을 '상처와 고된 현실 속에서 회복탄력성을 발휘하여 자녀와 함께 온전한 가족이 되어가는 삶'으로 정립하였다. 이는 <그림 1>과 같다.

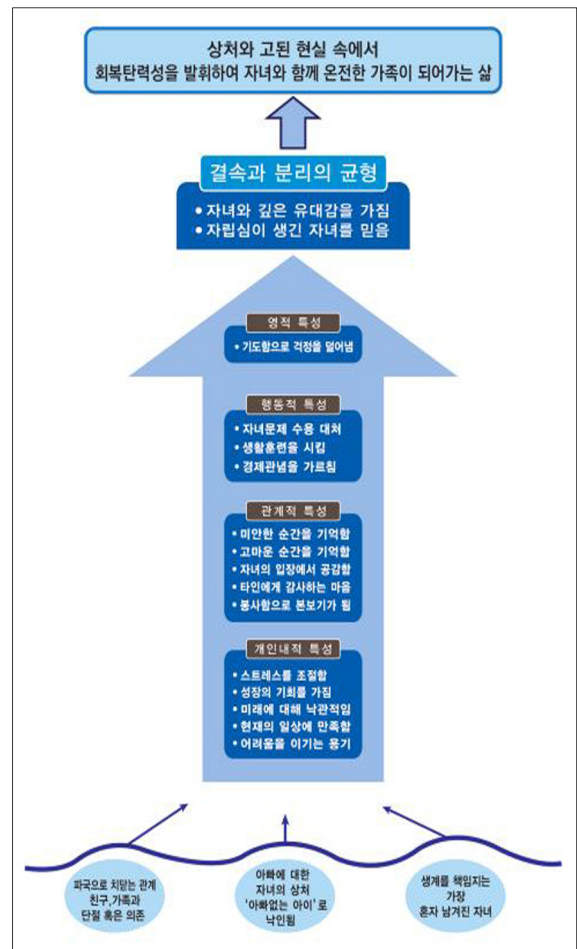


그림 1 연구 참여자 경험의 일반적 구조

IV. 결론 및 논의

본 연구는 한부모 가정에서 회복탄력성이 높은 어머니들이 인식하고 있는 경험을 통해 이들에게 나타나는 자녀양육 경험의 본질과 의미를 밝히고자 하였다. 이를 위해 대구지역에 거주하고 만 6세에서 18세 미만 자녀를 한명 이상 양육하고 있는 한부모 가정 어머니를 대상으로 심층면담을 실시하였다. 이들은 김주환(2011)이 개발한 회복탄력성 검사를 시행하여 그 총점이 성인 평균 점수인 195점을 초과한 한부모 가정 어머니 10명이었다. 심층면담한 자료를 Giorgo의 현상학적 연구방법으로 분석한 결과, 9개의 구성요소와 22개의 하위구성요소들이 도출되었다.

본 연구의 결과를 바탕으로 한부모 가정 어머니에 대한 구체적인 논의는 다음과 같다.

첫째, 참여자들은 자녀양육에 대한 강한 의지를 가지고 있었지만 생계부양과 양육자로서의 이중역할이 시작됨으로 경제적 부담과 심적 고통이 가중됨을 경험하고 있었다. 이는 한부모 가정 어머니를 대상으로 한 선행연구에서 자주 나타나는 주제이다(김혜선, 김은하, 2010; 성미애, 진미정, 2009; 신희정, 2013; Maldonado & Nieuwenhuis, 2015). 본 연구에서 상이한 점은 생계를 위한 경제활동과 자녀양육 간의 갈등이 생길 경우 자녀양육을 우선시하기보다(손서희, 2013), 경제활동을 선택하는 경우가 더 많았다는 것이다. 이는 교육비 충당과 자립을 이루어 자녀에게 좋은 환경을 제공하기 위한 참여자들의 의지를 담고 있는 것이라 볼 수 있다. 참여자들이 경제활동을 중요시했던 이유는 자녀에게 빈곤을 물려주기를 원치 않는 것으로, 자녀에게 경제적 혜택을 주는 어머니 역할이 더 절실하였음을 시사하는 것이라 하겠다.

또한, 참여자들은 자녀양육의 의지를 가지고 이혼과 미혼모를 선택하였지만 관계 단절, 사회적 편견, 한부모에 대한 낙인, 생계비 부담 등 고통스럽고 부정적인 경험이 많았다. 이에 한부모 가정이 형성되는 초기에는 어머니가 먼저 한부모 가정을 헤쳐낸 가족으로 생각하지 않고 새로운 가족형태로 재인식하도록 한부모로서의 자긍심을 높여주는 상담 개입이 필요하다. 아울러, 한부모 가정 어머니들이 생계를 위한 경제적 활동에 치중하고 있더라도 자녀양육에 대한 심적 부담이 크므로 어머니의 심신이 소진되지 않도록 스트레스 관리에 대한 부모교육과 심리적 서비스가 요구된다. 일과 가정의 양립을 위해 이른 아침이나 늦은 시간까지 자녀를 안전하게 보호하고 돌봐주는 제도적 시스템이 정착되는 것도 중요한 과제라 할 수 있다.

둘째, 참여자들은 많은 상처와 고된 현실의 어려움을 겪었음에도 불구하고 자녀양육에 긍정적인 영향을 주는 개인

내적, 관계적, 행동적, 영적 특성을 보이고 있었다. 이는 자녀양육 과정에서 참여자들의 회복탄력성이 발현되고 있음을 나타내는 것이다.

참여자들의 개인내적 특성은 자기 자신을 돌보고 긍정적인 관점으로 삶을 바라보는 것이다. 참여자들이 자신을 돌보는 경험은 스트레스를 조절하고 자기 성장의 기회를 갖는 것이었다. 참여자들은 문제 상황에 좌절하지 않고 스스로 자신의 삶을 주도하는 모습을 보여주고 있었는데(김경순, 이미숙, 2009), 회복탄력성과 유사한 개념인 자아탄력성이 높은 여성이 스트레스에 대한 적응력이 뛰어나고 위기도 잘 활용한다는 김지연(2011)의 연구와 맥을 같이 하는 것이다.

참여자들은 자녀양육을 우선으로 하면서도 본인에게 시간과 돈을 투자를 하거나 자기 발전을 위해 배우고 공부하는 삶을 살고 있었다. 이는 김지혜와 김희주(2018)의 연구 결과에서 한부모 가정 어머니들이 자신의 강점을 찾아 자립을 위해 전문 자격증을 취득하거나 고등교육을 받는다는 것과 맥을 같이 하고 있는 것이다. 본 연구 참여자들이 대부분 기초수급자였다는 점에서 경제적 자립이 되지 않았음에도 불구하고 자신에 대한 관심과 성장을 추구한 점은 어려움 속에서도 끊임없이 도전하고 극복하고자 하는 특징을 잘 보여주고 있어 참여자들의 회복탄력성이 발현되고 있다고 해석할 수 있다.

또한, 참여자들이 긍정적인 관점으로 삶을 바라보는 개인내적 특성은 자녀와 함께 할 미래를 낙관적으로 보고, 현재의 일상에 만족하며, 어려움을 이기는 용기를 보이는 것이었다. 김주환(2011)은 이를 긍정성이라고 명명하여 회복탄력성의 여러 요소 중에서도 다른 요인들을 상승시키는 핵심적인 요인이라 하였다. 임세와와 박주혜(2018)의 연구에서 한부모 가정 어머니가 자녀양육에서 어려움을 극복한 성공요인을 긍정적이고 낙관적인 성향이라고 한 것은 본 연구결과와 일맥상통하는 것이다. 또한, 김주환(2011)은 행복의 기본이 되는 것이 만족감이라고 하였는데 참여자들의 경험은 이혼 여성 한부모의 행복 경험 연구에서 욕심 없이 지금처럼 살아가는 것을 행복이라 여기고 현재의 삶에 만족한다는 결과(백은영, 이명우, 2018)와 일치한다. 참여자들이 갖는 용기는 환경적인 난관이 있음에도 불구하고 목표를 성취하고자 하는 성격적인 강점으로(권석만, 2008), 부정적인 상황이 있더라도 삶에서 당연히 함께 할 수 있는 것으로 인식하고(노치경, 홍혜영, 2016), 두려움을 통제한다(이상일, 2015).

이처럼 자녀양육에서 보이는 참여자들의 개인내적 특징을 살펴볼 때, 한부모 가정 어머니들이 자녀양육을 잘 수행하기 위해서는 한 여성으로서의 자신도 인정해주는 것이

필요함을 알 수 있다. 한부모 가정 어머니가 자녀를 양육하면서도 교육을 더 받거나 취업을 위한 자격증을 취득하는 것과 같이 자신의 성장을 위해 자기 계발을 할 수 있도록 다각적으로 지원하는 방안도 필요하다. 또한, 한부모 가정 어머니들이 부정적인 상황에 노출될지라도 긍정적인 관점으로 삶을 인식하는 것이 자녀양육에 도움이 됨을 알리고, 부정적인 상황을 회피하는 것이 아니라 같은 상황이라도 어떻게 해석하느냐가 중요함을 한부모 가정 어머니들을 위한 상담개입에서 강조할 필요가 있다.

참여자들의 관계적 특성은 자녀와의 잊지 못할 기억을 되새기고, 공감하고 소통하여 도움을 주고받는 것이다. 참여자들은 삶에서 자녀에게 미안하고 고마웠던 순간을 기억하고 이를 되새기면서 자녀에 대한 애정을 확인하고 좋은 관계를 유지하는데 사용하고 있었다. 자녀에 대한 미안함은 한부모 가정 어머니를 대상으로 한 질적 연구에서 많이 보고되고 있다. 한부모 가정이 된 후 자녀를 돌봐주는 곳이 없어 자녀가 혼자 집에 남겨졌고(손서희, 2013), 일을 병행해야 했으므로 자녀와 함께 시간을 보내지 못하였으며(박윤미, 장연집, 2009; 성정현, 2017), 자녀가 아빠의 존재를 그리워하기도 하였다(서현석, 진미정, 도유록, 2014; 양민옥, 2012). 또한, 고마움은 특정한 상황이나 특정한 사람 그리고 그 행동의 가치를 인식한 후 느끼는 긍정적인 정서인데(김주현, 임정하, 2016) 참여자들은 자녀에게 도움을 받은 순간을 재차 기억해내고, 자녀에 대한 고마움에 부합하고자 하는 삶을 살고자 하였다. 이는 삶에서 중요하게 여기는 인생의 터닝 포인트 경험에 대한 의미 부여가 심리적 안녕감을 높인다는 연구(Tavernier & Willoughby, 2012)와도 맞닿아 있다.

그리고 참여자들은 자녀의 입장에서 공감하고, 타인에게 감사하는 마음으로 소통하였으며, 봉사활동을 통해 자녀에게 본보기가 되어주고 있었다. 김주환(2011)은 이를 대인관계 능력이라 하여 타인과 소통을 주고받는 힘으로, 타인의 마음이 어떤 상태에 있는지 신속하게 파악하고 깊이 공감하여 관계를 유지하는 힘이라 하였다. 신우열, 김민규와 김주환(2009)도 회복탄력성의 요인 중 하나로 공감능력을 언급한 것과도 맥을 같이 한다. 나아가 참여자들은 타인과의 감사하는 마음으로 소통하고 있었는데, 손서희(2013)는 이혼 후 한부모 가정 어머니가 지각하는 사회적 지지가 많을수록 부모역할에 대한 부담감이 낮아진다고 하였고, 사회적 지지망을 확보한 한부모 가정 어머니들이 정서적 안정감을 갖게 된다는 연구(성정현, 2017)는 타인과의 지지관계가 중요함을 보여주고 있는 것이다.

뿐만 아니라 참여자들은 봉사활동을 통해 타인에게 도움을 주는 삶으로 자녀에게 본보기가 되고 있었다. 대인관계

에서 타인을 보살피는 것은 긍정적인 정서에 의해서 이루어진다(권석만, 2008). 중년 여성의 삶의 질을 높이는 요인으로 봉사활동이 포함되어 있음(정신섭, 장혜진, 2015)은 참여자들이 봉사활동을 통해 타인과의 지지관계를 확보하여 긍정적인 삶을 살아가는 회복탄력적 특성임을 말해주는 것이다.

이처럼 자녀양육에서 나타나는 참여자들의 관계적 특징을 살펴볼 때, 한부모 가정 어머니들에게 자녀를 공감하는 소통방식을 습득하게 하고, 자녀와의 관계가 악화되었음을 호소할 때 자녀에게 미안하고 고마웠던 경험을 구체적으로 떠올려 관계를 회복하도록 개입하는 것이 필요하다. 또한, 한부모 가정 어머니들에게 자조모임에 참석하거나 자녀와 함께 봉사활동에 참여하도록 지원하는 방안도 모색할 필요가 있다.

참여자들의 행동적 특성은 자녀에게 문제행동이 나타날 경우 이를 수용하고 자녀의 마음을 치유하는데 적극적으로 대처하는 것이며, 자녀에게 생활훈련을 시키고 경제관념을 가르치는 것이다. 참여자들은 자녀의 문제행동에 대해 이해하고자 노력하였고 환경을 바꾸어 주거나, 어머니로서의 자신이 무엇이 부족한지 반성하는 등 적극적으로 대처하고 있었다. 이는 한부모 가정에서 그 부모가 수용적인 태도로 양육한다고 인식하는 자녀들이 삶에서 오는 스트레스를 견디어 적응상 어려움이 완화되었다는 연구(Wolichik, Wilcox, Tein, & Sandler, 2000)와 맥을 같이 하는 것이다. 자녀의 외현화 문제행동을 감소시키는데 어머니의 수용적 태도가 중요하다는 박지현과 이동혁(2016)의 연구결과도 같은 맥락이라 할 수 있다. 성정현(2017)의 연구에서도 한부모 가정 어머니들이 자녀의 마음을 이해하고자 심리치료와 관련된 교육을 이수하거나 자녀의 문제를 돕기 위해 상담센터를 찾아가기도 하였다는 것과 같은 맥락이다.

또한, 참여자들은 스스로 학습하도록 습관을 들이고, 가정의 경제사정이 어떠한지 자녀와 상의하였으며, 무엇이든 혼자 해낼 수 있도록 훈련시키고 있었다. 유순희(2012)의 연구에서는 자녀에게 집안을 정리정돈하거나 귀가 시간을 지키게 하는 등 가족 간의 지켜야 할 행동규칙이나 약속이 정해져 있었는데, 자녀에게 생활훈련을 시키고 있다는 점에서 본 연구결과 맥을 같이 한다고 할 수 있다. 자녀에게 유아기부터 경제생활과 관련해 기본적인 생활습관을 갖도록 모델링하여주는 것이 어머니의 중요한 역할이라고 한 연구(김숙자, 김현정, 이미진, 변선주, 2010)도 참여자들의 자녀교육과 유사하다.

이처럼 자녀양육에서 나타나는 참여자들의 행동적 특징을 볼 때, 자녀에게 문제 행동이 발생 할 경우 한부모 가정 어머니들이 문제 자체를 부정적으로 인식하지 않고 그

대로 수용하여 자녀의 마음을 이해하는 데 초점을 맞추는 것이 중요함을 알 수 있다. 자녀에게 문제의 원인을 찾기보다 양육자로서 변화해야 할 점이 무엇이 있는지 성찰할 수 있도록 돕는 것이 필요하다. 아울러 한부모 가정 어머니가 생활에 필요한 삶의 기술을 자녀에게 가르치고 경제관념을 갖도록 하는 것은 자녀로 하여금 독립적인 삶을 살아가게 하는 교육으로서 부모교육 시 포함될 영역이라 하겠다.

참여자들의 영적 특성은 자녀를 양육함에 있어 신앙의 힘을 의지하는 것이다. 종교를 의지하게 되었다는 결과들은 한부모의 자녀양육과 자립 경험을 연구한 질적 연구(김지혜, 김희주, 2018; 임경택, 2014; 장영실, 2017)에서 자주 드러나는 주제이다. 백은영과 이명우(2018)는 신앙적 믿음을 행복의 내적 자원이라고 하였으며, 김경순과 이미숙(2009)의 연구에서도 이혼을 극복하는 과정에서 종교와 신앙생활이 도움이 되었음이 확인되었다. 정영은과 채정호(2010)는 회복탄력성을 구성하는 요인들 중 스트레스에 대한 생물학적, 심리적 요인뿐 아니라 영적 요인도 중요함을 언급하였으며, 유사한 맥락에서 Walsh(2006)는 종교와 영성이 가족 레질리언스를 위한 치료자원이 된다고 하였다.

이처럼 자녀양육에서 나타나는 참여자들의 영적 특징을 볼 때, 한부모 가정 어머니들이 당면한 문제와 어려움을 극복하는데 있어 자녀와 함께 종교 활동에 참여하거나 신앙을 공유하는 것이 긍정적인 자원으로 작용됨으로 영적인 영역도 한부모 가정을 위한 지원에서 고려되어야 할 필요가 있음을 알 수 있다.

이상에서 살펴본 것과 같이 참여자들은 한부모가 되는 과정에서 깊은 상처를 경험하고 여러 가지 어려움을 겪음에도 불구하고 회복탄력성을 발휘하여 자녀를 양육하고 있었으며, 이는 자녀양육 과정에서 긍정적인 요인으로 작용하고 있었다.

참여자들은 개인내적, 관계적, 행동적, 영적 특성을 가지고 성장하여 자녀와 깊은 유대감으로 결속되는 동시에 자립심이 생긴 자녀를 믿고 적절히 분리하여 생활하는 삶으로 이어졌다. 부모의 이혼 전후 자녀가 겪는 고통을 보면서 한부모는 이전보다 자녀에게 더 적극적인 관심을 보여 지지적인 관계를 형성하고(김혜숙, 2012), 자녀들은 가족 결속력이 증진되고 부모에 대한 이해력이 증진되었다는 주소희(2015)의 연구도 비슷한 맥락이라 할 수 있다. 한부모 가정 어머니와 자녀 간의 정서적 결속은 가족 응집력이라 할 수 있는데, 이는 자녀양육에 긍정적인 요인으로 작용하는 것이다(홍예지, 이순형, 2017). 아울러 참여자들은 자녀가 자립심이 강해져 독립적으로 행동하고 결정하는 힘이 있음을 믿었고, 자녀의 일에 관여하기보다는 스스로 해내

도록 맡겼다. 주소희(2015)의 연구에서 자녀들이 이혼이라는 외상을 극복하는 과정에서 강인하여졌다는 결과와 맥을 같이 하는 것이다. 또한, 서현, 조다혜와 박미자(2018)는 자녀가 스스로 원하는 것을 선택하고 상황을 주도하게 하는 것이 자녀의 행복과 관련된 것임을 언급하고 있다.

이처럼 참여자들이 자녀와 갖는 유대감과 자녀의 자립 경험은 한부모 가정으로 적응하는 동안 자녀와 긍정적인 상호작용을 거치면서 온전한 가족으로 성장하는 경험이라 할 수 있다. 가족의 형태보다 가정 안에서 어머니와 자녀가 어떠한 관계를 맺고 있는가가 중요하며, 어머니의 회복탄력성은 자신 뿐 아니라 자녀에 대한 인식을 긍정적으로 바꾸어 주어 자녀와 결속됨과 동시에 적절한 분리에도 영향을 주고 있음을 말해주는 것이다.

한부모 가정에서 회복탄력성이 높은 어머니들은 한부모가 됨을 자발적으로 선택하여 새로운 가족으로 성장하는 과정에서 깊은 상처와 고된 현실적 어려움을 경험하였고, 자녀를 양육하는 삶이 곧 참여자들의 삶이었으며, 자녀와 더불어 온전한 가족이 되어가는 삶으로 나타났다. 특히, 한부모 가정 어머니의 회복탄력성은 단순히 한 순간의 위기나 어려움을 극복하는 능력이 아니라 가족이라는 맥락 속에서 어머니 자신의 성장과 함께 자녀양육에 긍정적으로 기여하고 있었다.

본 연구의 한계점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 본 연구는 연구 참여자를 이혼이나 미혼모가 됨으로 한부모가 된 어머니들로만 표집되었다는 점에서 제한점을 가진다. 이로 인해 한부모가 된 기간, 자녀의 연령과 시기 등에 따라 자녀양육 경험과 회복탄력성에 차이가 있을 것으로 생각되나, 이러한 사회 인구학적 특성이 어머니들의 회복탄력성에 미치는 영향에 대해서 살펴볼지 못한 한계를 가진다. 또한, 10명의 연구 참여자들의 경험을 분석한 질적 연구로서, 일반적인 집단을 대표한다고 보기 어려워 연구 결과를 일반화하기에는 무리가 있다. 차후 연구에서는 이혼과 미혼모, 사별, 별거와 같은 이유로 한부모 가정이 된 어머니들로 연구 참여자를 세분화하여 자녀양육 경험을 살펴보고 이를 통합한다면, 한부모 가정 어머니 전체에 대한 상담 개입 자료를 도출하는데 도움이 될 것이다. 마지막으로, 연구 참여자 선정 시 회복탄력성이 높다는 기준점을 찾기 위해 김주환(2011)의 한국형 회복탄력성 검사를 시행한 후 총점을 산출하여 평균점수 이상인 어머니만 선별하였다. 후속 연구에서는 이와 같이 단편적인 선별 방법이 아닌, 어머니들의 자녀를 양육 행동을 관찰함으로써 실제 회복탄력성이 어떻게 나타나고 있는지 연구자가 직접 파악하는 것도 의미가 있을 것이다.

그러나 이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 한부모

가정 어머니들이 경험한 여러 가지 어려움과 함께 회복탄력성의 관점에서 한부모 가정 어머니가 갖는 긍정적인 경험을 다루었다는 점에서 의의를 갖는다. 또한, 현상학적 연구방법을 통해 연구자가 한부모 가정 어머니의 관점으로 자녀양육 경험을 생생하고 면밀하게 들여다봄으로써 그 본질을 제시하였다는 데 의의가 있다.

그러므로 본 연구는 한부모 가정이 당면한 어려움을 긍정적인 관점으로 인식하고 새로운 가족으로 재정립함에 있어 어머니의 회복탄력성 증진에 초점을 둔 상담 개입이나 가족 상담 프로그램을 개발하는 데 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

참고문헌

- 강부자, 김은혜, 노충래(2012). 한부모 가정의 부모양육태도가 중학생의 학교생활 적응에 미치는 영향: 자아존중감과 자아탄력성의 매개효과 및 부자-모자가정의 비교. *학교사회복지*, 23(23), 29-50.
- 강영심, 천성문(2014). 사춘기 자녀를 둔 한부모가정 어머니의 자녀양육 스트레스 경험에 관한 현상학적 연구. *재활심리연구*, 21(3), 601-625.
- 고경희(2017). **중년기 남녀의 적응유연성에 관한 개념도 연구**. 성신여자대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 고혜진(2005). **양육스트레스와 양육태도의 관계에 미치는 자아탄력성의 중재효과 및 매개효과**. 숙명여자대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 권석만(2008). **긍정심리학: 행복의 과학적 탐구**. 서울: 학지사.
- 기경희(2014). **부모상실감을 경험한 아동의 회복탄력성 분석**. 서울교육대학교 교육전문대학원 석사학위논문.
- 김경순(2010). **이혼여성 한부모 가족의 가족레질리언스 부모의 심리적 안녕 및 모-자녀관계에 미치는 영향: 모자보호시설 입소자 중심으로**. 가톨릭대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김경순, 이미숙(2009). 이혼한 여성 한부모가족의 가족레질리언스 연구: 모자보호시설 입소자를 중심으로. *한국가정관리학회지*, 27(1), 89-106.
- 김숙자, 김현정, 이미진, 변선주(2010). 유아 경제 교육에 대한 어머니의 인식분석-국가고시 유치원 교육과정에 기초한 경험학습 중심의 공동체적 유아 경제 교육 프로그램 모형 개발 연구를 위한 기초 연구Ⅳ. *아동교육학회지*, 14(6), 101-132.
- 김유심(2008). **빈곤층 여성한부모의 생활사건 스트레스와 우울에 관한 대처자원 연구: 영적안녕감, 가족자원의 조절효과 검증**. 연세대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김정민(2017). 이혼 가정 청소년의 우울과 외로움-부모와 또래에 대한 애착 및 탄력성을 중심으로. *사회과학논총*, 16, 3-19.
- 김주현, 임정하(2016). 부모의 감사성향이 청소년의 감사성향에 미치는 영향: 성별을 중심으로. *인간발달연구*, 23(4), 19-37.
- 김주환(2011). **회복탄력성**. 경기: 위즈덤하우스.
- 김지연(2011). **마음챙김과 긍정적 정서가 자아탄력성에 미치는 영향**. 영남대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김지혜, 김희주(2018). 여성 한부모의 자립경험과 강점 자원에 대한 연구: 사별, 이혼미혼모 가족 비교를 중심으로. *사회복지연구*, 49(4), 159-193.
- 김행섭(2010). **여성한부모의 양육 스트레스와 우울과의 관계: 성인애착과 가족탄력성 및 실존적 영성의 매개효과**. 경북대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 김현숙(2016). 한부모 가정의 사회자본이 청소년의 자아탄력성을 매개로 학교적응에 미치는 영향: 성별, 한부모 기간, 교급에 따른 차이. *학교사회복지*, 35, 275-302.
- 김현숙, 서윤(2017). 지역아동센터 서비스의 도움 정도가 아동의 행복감에 미치는 영향: 자아존중감과 자아탄력성의 매개효과 및 한부모와 양부모 자녀의 다집단 분석. *청소년복지연구*, 19(4), 1-12. <http://dx.doi.org/10.19034/KAYW.2017.19.4.01>
- 김혜선, 김은하(2010). 이혼한 여성 한부모 어머니의 경험: 삶의 위기에서 시작된 경험들. *위기관리논집*, 6(1), 219-241.
- 김혜숙(2012). 한국이혼가정 청소년사례 연구. *한국교육문재연구*, 30(4), 117-135.
- 남영옥(2010). 이혼가정 자녀와 양부모가정 자녀의 학교적응 비교연구. *한국청소년연구*, 21(3), 219-243.
- 남현주, 윤형식, 이태영, 신채영, 이동훈(2013). 한부모 가정 청소년 자녀의 발달과 적응에 관한 최근 연구동향 고찰. *한국심리학회지: 여성*, 18(1), 129-168.
- 노영희, 김상인(2016). 한부모의 자녀양육어려움, 고용지위, 사회적 지지가 우울에 미치는 영향: 한부모의 성별 차이를 중심으로. *가족과 가족치료*, 24(2), 167-185.
- 노치경, 홍혜영(2016). 회복탄력성이 역경 후 성장에 이르는 과정에서 정서인식명확성, 의도적 반추와 문제중심대처의 매개효과. *상담학연구*, 17(6), 1-20.
- 문성희, 이대균(2011). 한부모 가정에서 부모와 자녀가 겪는 어려움 그리고 바람. *열린유아교육연구*, 16(3), 313-335.
- 박다정(2017). **여성 북한 이탈 주민의 탈북 경험에 관한 사**

- 레연구: 회복탄력성을 중심으로.** 성균관대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 박윤미, 장연집(2009). 가정폭력으로 이혼한 여성의 한부모 체험연구. *심리치료: 다학제적 접근*, 9(1), 1-25.
- 박주연(2011). **가족탄력성과 사회적 지지가 한부모와 청소년기 자녀의 심리적 복지에 미치는 영향.** 전남대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 박지현, 이동혁(2016). 어머니의 양육행동 결정요인, 어머니의 양육행동과 청소년문제행동간의 관계: 일반청소년과 비행청소년집단 비교. *청소년학연구*, 23(6), 201-231. <http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2016.06.23.6.201>
- 박찬인, 양정빈(2010). 여성 한부모 가정 아동의 부적응 행동에 영향을 미치는 요인. *부모교육연구*, 7(2), 41-65.
- 박현정, 이기연(2015). 저소득 한부모 자녀의 삶과 발달진략에 관한 질적 연구. *사회과학연구논총*, 31(2), 105-139.
- 백은영, 이명우(2018). 이혼을 선택한 여성 한부모의 행복 경험. *재활심리연구*, 25(2), 299-325.
- 서현, 조다혜, 박미자(2018). 자녀의 행복과 부모역할에 대한 탐색. *유아교육연구*, 38(2), 205-232. <http://dx.doi.org/10.18023/kjece.2018.38.2.008>
- 서현석, 진미정, 도유록(2014). 한부모 가족의 '학부모 참여'실태와 자녀교육의 어려움에 관한 연구-한부모 가족 어머니를 대상으로-. *학습자중심교과교육연구*, 14(2), 181-201.
- 성미애, 진미정(2009). 빈곤 한부모 여성의 부모권 보장과 일·가족 양립. *가족과 문화*, 21(3), 1-28.
- 성정현(2017). 이혼한 여성 한부모의 자립경험. *한국콘텐츠학회*, 17(5), 137-152.
- 손서희(2013). 이혼한 여성 한부모의 홀로서기 경험. *한국가정관리학회지*, 31(2), 59-75. <http://dx.doi.org/10.7466//JKHMA.2013.31.2.059>
- 신경림, 조명옥, 양진향(2004). **질적연구방법론.** 서울: 이화여자대학교 출판부.
- 신우열, 김민규, 김주환(2009). 회복탄력성 검사 지수의 개발 및 타당도 검증. *한국청소년연구*, 20(4), 105-131.
- 신희정(2013). 한부모 여성가장의 건강권 지원 체험에 대한 질적 연구. *한국콘텐츠학회논문지*, 13(7), 311-321. <http://dx.doi.org/10.5392/JKCA.2013.13.07.311>
- 양민옥(2012). **초등학생 자녀를 둔 미혼양육모의 양육경험에 관한 연구.** 숭실대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 여성가족부(2018). **한부모 가족실태 조사.**
- 오현경(2009). **부모의 자아탄력성과 유아의 일상적 스트레스 및 대처행동 유형 연구.** 숙명여자대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 유선영(2016). 이주자 부모 스트레스에 영향을 미치는 요인에 관한 연구-이주자 부모의 적응유연성을 중심으로. *가족과 가족치료*, 24(2), 227-248.
- 유성경, 홍세희, 최보윤(2004). 가정의 위험요소와 적응의 관계에서 자아탄력성, 애착, 실존적 영성의 매개 효과 검증. *교육심리연구*, 18(1), 393-408.
- 유순화(2010). 청소년의 부모화 경험과 안녕감 간의 관계. *청소년학연구*, 17(10), 233-252.
- 유순희(2012). **이혼 여성 한부모 가족의 가족 레질리언스에 대한 질적 분석.** 울산대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 이경은, 이주리(2008). 한부모 가정 자녀의 자아존중감 발달에 관한 연구: 양부모 가정과의 비교를 중심으로. *인간발달연구*, 15(2), 1-16.
- 이남인(2007). **현상학과 해석학.** 서울: 서울대학교 출판부.
- 이남인(2015). 특집논문: 자기의식의 현상학-자기의식의 정적 현상학과 발생적 현상학을 중심으로-. *철학논집*, 41, 9-43. <http://dx.doi.org/10.17325/sgjp.2015.41.9>
- 이미혜(2011). 어머니-자녀 애착 및 어머니의 자아탄력성과 유아의 적응과의 관계. *열린부모교육연구*, 3(1), 65-80.
- 이상일(2015). 성 토마스의 '용기'에 관한 연구. *철학논총*, 82, 399-422.
- 이정빈(2013). 한부모 여성의 부모역할 경험. *한국심리학회지: 여성*, 18(4), 499-532.
- 이정원, 이근매(2016). 유아기 자녀를 둔 어머니의 자아탄력성 회복을 위한 콜라주 집단 미술치료프로그램의 효과. *미술치료연구*, 23(6), 1693-1718.
- 이중화(2012). **ADHD 아동의 학교적응 인과모형에 관한 연구: 어머니 탄력성의 조절효과를 중심으로.** 숭실대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 이지현(2012). **만 5세 유아의 회복탄력성과 부모의 회복탄력성의 경향 및 관계.** 이화여자대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 임경택(2015). **이혼 남성의 자녀양육 경험 연구.** 백석대학교 기독교전문대학원 박사학위논문.
- 임그린(2017). **정서중심 회복탄력성 그룹코칭 프로그램 효과성 연구.** 광운대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 임세와, 박주혜(2018). 한부모의 자녀양육 경험에 관한 질적연구: 역량접근에 기반하여. *열린부모교육연구*, 10(3), 1-28.
- 장영실(2017). **발달장애 아동을 둔 여성 한부모의 양육경험.** 중앙대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 정신섭, 장혜진(2015). 중년여성의 자원봉사활동이 자아존중감을 매개로 삶의 질에 미치는 영향. *사회복지경영연구*, 2(2), 61-81.

- 정영은, 채정호(2010). 역경 극복의 새로운 개념, 리질리언스(Resilience)의 평가 척도. *신경정신의학*, 49(1), 50-57.
- 주소희(2015). 이혼가정 자녀의 부모이혼 경험과 외상 후 성장에 관한 연구. *한국가족복지학*, 49, 97-131.
- 차유림(2012). **부모사별 청소년의 적응에 관한 연구: 적응 유연성 관점으로**. 서울대학교 일반대학원 박사학위 논문.
- 천혜정, 임유미(2007). 모자보호시설에 거주하는 이혼여성 한부모 가족의 가족탄력성이 가족적응에 미치는 영향. *가족과 문화*, 19(3), 123-146.
- 최성애(2014). **회복탄력성**. 서울: 해냄 출판사.
- 최윤지, 박인전(2017). 어머니의 공동체 의식 및 회복탄력성과 유아의 배려행동 간의 상관연구. *열린유아교육연구*, 22(3), 99-126. <http://dx.doi.org/10.20437/KOAECE22-3-05>
- 한정원(2014). 한부모가족지원사업의 효과성 연구: 한부모가족 심층면접을 중심으로. *여성학연구*, 24(2), 159-195.
- 현은민(2008). 스트레스와 가족탄력성이 여성 한부모 가족의 적응에 미치는 효과 연구. *한국가족복지학*, 13(4), 59-84.
- 홍예지, 이순형(2017). 유아기 자녀를 둔 어머니의 양육 스트레스, 가족 응집성 및 가족 유연성의 관계: 아버지의 양육 분담의 조절효과. *육아정책연구*, 11(1), 105-125.
- 황은숙(2012). 한부모가정의 생활실태와 지원확대 방안연구. *한국한부모가정학*, 5(1), 59-78
- Amato, P. R. (2005). The impact of family formation change on the cognitive, social, and emotional well-being of the next generation. *The Future of Children*, 75-96. <https://doi.org/10.1353/foc.2005.0012>
- Amato, P. R., & Keith, B. (1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110(1), 26-46. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.110.1.26>
- Block, J., & Kremen, A. M. (1996). IQ and ego-resilience: conceptual and empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 349-361. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.2.349>
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma, and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events?. *American Psychologist*, 59(1), 20-28. <https://doi.org/10.1037/0003-066x.59.1.20>
- Bronfenbrenner, U. (2005). *Making human beings human: Bioecological perspectives on human development*. Thousand Oaks, CA: Sage publication.
- Carver C. S., Scheier M. F., & Segerstrom S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30(7), 879-889. <https://doi.org/10.1016/j.cpr.2010.01.006>
- Dukes, S. (1984). Phenomenological methodology in the human sciences. *Journal of Religion and Health*, 23(3), 197-203. <https://doi.org/10.1007/bf00990785>
- Giorgi, A. (2004). *Qualitative research methodology*. Advanced Workshop on the descriptive phenomenological method. Seoul: Ewha Womans University.
- Guba, E. G., & Lincoln, Y. S. (1981). *Effective evaluation: Improving the usefulness of evaluation results through responsive and naturalistic approaches*. San Francisco: Jossey-Bass. <https://doi.org/10.1177/109821408200300406>
- Harvey, J. H., & Fine, M. A. (2004). *Children of divorce: Stories of loss and growth*. New York: Psychology Press. <https://doi.org/10.4324/9780203848913>
- Hetherington, E. M. (1992). I. Coping with marital transitions: A family systems perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 57(2/3), 1-14. <https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1992.tb00300.x>
- Hetherington, E. M., & Kelly, J. (2002). *For better or of for worse: Divorce reconsidered*. New York: Norton.
- Kjellstrand, E. E., & Harper, M. (2012). Yes, she can: An examination of resiliency factors in middle- and upperincome single mothers. *Journal of Divorce & Remarriage*, 53, 311-327. <https://doi.org/10.1080/10502556.2012.671677>
- Luthar, S. S., & Ciciolla, L. (2015). Who mothers mommy? Factors that contribute to mothers' well-being. *Developmental Psychology*, 51(12), 1812-1823. <https://doi.org/10.1037/dev0000051>
- Maldonado, L. C., & Nieuwenhuis, R. (2015). Family policies and single parent poverty in 18 OECD countries, 1978-2008. *Community, Work & Family*, 18(4), 395-415. <https://doi.org/10.1080/13668803.2015.1080661>
- Masten, A. S. (2014). *Ordinary magic: Resilience in development*. New York: The Guilford Press. <https://doi.org/10.1037//0003-066x.56.3.227>

- Nieuwenhuis, R., & Maldonado, N. C. (2018). *The triple bind of single-parent families*. Policy Press. <https://doi.org/10.2307/j.ctt2204rvq.7>
- Ozer, E. J., Best, S. R., Lipsey, T. L., & Weiss, D. S. (2003). Predictors of posttraumatic stress disorder and symptoms in adults: A meta analysis. *Psychological Bulletin*, 129(1), 52-73. <https://doi.org/10.1037//0033-2909.129.1.52>
- Seidman, I. (2009). *Interviewing as qualitative research: A guide for researchers in education and the social science*. Teachers College Press. 박혜준, 이승연 공역(2009). 질적 연구 방법으로서의 면담. 서울: 학지사.
- Stadelmann, S. S., Perren, S., Groeben, M., & von Klitzing, K. (2010). Parental separation and children's behavioral/emotional problems: The impact of parental representations and family conflict. *Family Process*, 49(1), 92-108. <https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2010.01310.x>
- Tavernier, R., & Willoughby, T. (2012). Adolescent turning points: The association between meaning-making and psychological well-being. *Developmental Psychology*, 48(4), 1058-1068. <https://doi.org/10.1037/a0026326>
- Taylor, Z. E., & Conger, R. D. (2017). Promoting strengths and resilience in single-mother families. *Child Development*, 88(2), 350-358. <https://doi.org/10.1111/cdev.12741>
- Walsh, F. (2006). *Strengthening family resilience (2nd ed)*. New York: The Guilford Press. <https://doi.org/10.1177/1066480707308007>
- Wicks, S., Hjern, A., Gunnell, D., Lewis, G., & Dalman, C. (2005). Social adversity in childhood and the risk of developing psychosis: a national cohort study. *American Journal of Psychiatry*, 162(9), 1652-1657. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.162.9.1652>
- Wolichik, S. A., Wilcox, K. L., Tein, J. Y., & Sandler, I. N. (2000). Maternal acceptance and consistency of discipline as buffers of divorce stressors on children's psychological adjustment problems. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 28(1), 87-102.
- Wright, M. O. D., Masten, A. S., & Narayan, A. J. (2013). *Resilience processes in development: Four waves of research on positive adaptation in the context of adversity*. In S. Goldstein & R. B. Brooks (Eds.), *The Handbook of Resilienc in Children*, 15-37. https://doi.org/10.1007/978-1-4614-3661-4_2

Received: January 2. 2020

Revised: February 17. 2020

Accepted: March 4. 2020