

# 미혼모 당사자 및 전문가 집단 인식개선을 위한 교육모델 개발 연구

-미혼모 당사자 인식개선 및 역량강화를 위한 교육 모델-





# 미혼모 당사자 및 전문가 집단 인식개선을 위한 교육모델 개발 연구

-미혼모 당사자 인식개선 및 역량강화를 위한 교육 모델-

2015. 6

연구자 : 성정현(협성대학교 사회복지학과)

김희주(협성대학교 사회복지학과)

박영미(한국미혼모지원네트워크)

자 문 : 이미정(한국여성정책연구원)





## 교육모델 요약

### ● 미혼모 당사자 대상 인식개선을 위한 교육모델(I)

교육명	미혼모의 편견에 대한 당사자 인식과 갈등의 이해			
교육목적	미혼모 당사자들이 가지고 있던 미혼모에 대한 고정관념과 편견, 부정적 인식을 확인하고, 이러한 인식이 어떻게 학습되고, 현실에서 반영되어지는지를 고찰함으로써 미혼모로서 자신과 다른 미혼모들에 대한 편견과 갈등을 긍정적인 방향으로 전환한다.			
교육목표	<p>미혼모에 대한 일반적인 사회적 인식을 이해하고, 자신이 가지고 있던 미혼모에 대한 고정관념과 편견들에 대해 확인한다.</p> <p>미혼모에 대한 편견과 부정적 시선들이 당사자에 대한 인식과 대인관계에 미치는 부정적인 영향과 갈등에 대해 이해한다.</p> <p>미혼모에 대한 긍정적인 인식과 이를 통해 차별과 편견으로 인한 갈등상황에 대한 대처방법들에 대해 학습한다.</p>			
교육방법	<p>강의</p> <p>영상자료 시청 (시간 배정에 따라 선택)</p> <p>토론</p> <p>역할극</p> <p>집단활동</p>			
교육평가	<p>교육목표의 성취 정도를 파악할 수 있는 조사도구를 활용한다.</p> <p>교육목표 관련 조사도구, 교육 만족도 설문지 등</p>			
교육주제	교육내용	교육목표	교육방법과 도구	시간
편견과 낙인에 대한 이론적 이해	<p>○ 편견과 스티그마 개념 이해</p> <p>- 편견을 구성하는 세가지 속성</p> <p>- 편견과 스티그마의 관계</p> <p>○ 자기-스티그마 개념 이해</p> <p>- 사회적 편견과 낙인이 개인에게 내재화되는 과정 및 영향</p> <p>○ 미혼모에 대한 사회적 고정관념 이해</p> <p>- 미혼모에 대한 차별기재: 한국의 가족주의와 이중적 성규범</p>	<p>편견과 스티그마에 대한 개념 및 원리 이해</p> <p>미혼모에 대한 편견의 근원을 이해</p>	강의 ppt	30분

	- 언론에서 강화되는 미혼모의 고정관념 이해			
미혼모에 대한 사회적 편견 및 낙인이 개인에게 내면화되는 원리 이해	○ 미혼모들의 편견과 차별 경험  ○ 미혼모 당사자에게 미치는 학습효과와 심리사회적 갈등	내면화된 미혼모에 대한 편견과 고정관념 해체	강의 ppt	15분
미혼모 당사자들의 긍정적인 인식전환에 대한 방법 학습	○ 인지행동훈련의 이해 - 개인의 정서와 행동에 부정적인 영향을 미치는 비합리적 신념들에 대한 이해 - 미혼모 당사자들의 내면에 자리 잡고 있는 부정적인 인식과 자기 개념을 이해하고 이에 대한 논박	합리적이고 긍정적인 신념체계 형성과 자존감 향상의 원리 이해	강의 ppt  조별활동	20분
편견과 차별로 인한 갈등상황에 대한 대처방법 학습	○ 편견 및 차별 상황에 대한 대처기법 학습과 실연 - 미혼모로써 경험하는 낙인과 차별의 상황을 설정하고 이에 대해 대처하는 방법들을 연습 - 미혼모에 대한 편견과 고정관념들을 각자 제시하고 이에 대한 자신의 경험과 이를 긍정적으로 전환하기 위한 방법 토론 - 미혼모로써 경험하는 낙인과 차별 상황 설정, 이에 대해 대처하는 방법 연습  ○ ‘당당하고 긍정적인 미혼모의 삶’을 위한 공동 선언문 및 미래 계획서 작성	미혼모에 대한 인식개선은 당사자 스스로의 인식전환과 수용에서 시작됨을 이해  자기수용과 건강하고 긍정적인 관계 회복을 위한 대처방법 학습	조별토론 또는 역할극 (차별에 대한 갈등상황 연습은 토론이나 역할극 중 선택)  조별활동	40분
교육정리 평가	○ 교육목표와 교육내용 요약 ○ 질의 응답 ○ 교육 성과에 대한 평가지 작성	미혼모가족에 대한 인식개선의 중요성 재확인	강의정리 평가 설문지	15분

● 미혼모 당사자 대상 인식개선을 위한 교육모델(II)

교육명	심리사회적 스트레스에 대한 효과적 대처와 부모효율성 훈련			
교육목적	미혼모로서 경험한 심리사회적 스트레스에 대한 적극적이고 긍정적인 대처방법을 학습하여 개인적 차원에서 자존감을 높이고, 대인관계 차원에서 의사소통 및 자기주장 역량을 강화한다.			
교육목표	<p>자신이 경험한 심리사회적 스트레스를 이해하고 자신의 대처방법을 확인한다.</p> <p>스트레스에 대처하는 효과적인 방법들을 학습하고 실연해봄으로써 정서적 환기를 경험하고 실제 장면에서 활용할 수 있는 대처방법의 목록을 확장한다.</p> <p>효과적인 부모역할방법을 학습하여 자존감 향상에 기여한다.</p>			
교육방법	강의 토론 모의학습, 집단활동			
교육평가	<p>교육목표의 성취 정도를 파악할 수 있는 조사도구를 활용한다.</p> <p>교육목표 관련 조사도구, 교육 만족도 설문지 등</p>			
교육주제	교육내용	교육목표	교육방법과 도구	시간
당사자 인식 개선과 역량 강화	<p>○ 미혼모들의 스트레스와 대처 이해</p> <p>-미혼로서 경험하는 심리사회적 스트레스</p> <p>-미혼모들이 활용하는 대처전략들</p> <p>○ 스트레스와 대처의 원리</p> <p>- 스트레스와 대처의 개념</p> <p>- 효과적인 대처방법의 효과</p> <p>○ 대처방법의 학습을 통한 역량 강화</p> <p>-대처방법의 실연을 통한 의사소통 및 자기주장 역량의 강화</p> <p>-자신과 타인에 대한 통제력 향상</p>	<p>스트레스에 대한 효과적인 대처전략 활용의 필요성과 효과성 학습</p> <p>실제 효과적인 대처전략을 학습함으로써 자신과 환경에 대한 통제력 향상과 자존감 향상</p>	<p>강의 ppt</p> <p>토론</p> <p>대인관계 역량 강화를 위한 대처기법 학습과 실연</p> <p>- 긴장이완 훈련, 역할극, 자기주장 훈련</p>	<p>120분</p> <p>강 의 40분</p> <p>스트레스 논의 40분</p> <p>역할극 40분</p>

	<p>○ 부모효율성훈련을 통한 자존감과 대인 관계 역량 강화</p> <p>-부모교육의 필요성과 효율성 강화 훈련방법 학습</p> <p>- 자존감과 부모자녀관계에 긍정적 영향을 미침으로써 전반적 역량 강화</p>	<p>부모효율성의 중요성을 인식하고 그 방법을 훈련함으로써 자존감 고 대인 관계 역량에 기여</p>	<p>강의 ppt</p> <p>조별활동 I-message, 역할극,</p>	<p>90분 ( 강의 30-40 분/ 토론 및 연습, 정리 50-60 분)</p>
<p>교육정리 평가</p>	<p>○ 교육목표와 교육내용 요약</p> <p>○ 질의 응답</p> <p>○ 교육 성과에 대한 평가지 작성</p>	<p>미혼모가족에 대한 인식개선의 중요성 재확인</p>	<p>강의정리 평가 설문지</p>	<p>15분</p>



## 1. 미혼모 당사자 인식개선을 위한 교육모델(I):

### “미혼모의 편견에 대한 당사자 인식과 갈등의 이해”

#### 가. 교육목적과 교육목표

미혼모 당사자들이 가지고 있던 미혼모에 대한 고정관념과 편견, 부정적 인식을 확인하고, 이러한 인식이 어떻게 학습되고, 현실에서 반영되어지는지를 고찰함으로써 미혼모로써 자신과 다른 미혼모들에 대한 편견과 갈등을 긍정적인 방향으로 전환한다. 이를 위한 구체적인 교육 목표는 다음과 같다.

- 미혼모에 대한 일반적인 사회적 인식을 이해하고, 자신이 가지고 있던 미혼모에 대한 고정관념과 편견들에 대해 확인한다.
- 미혼모에 대한 편견과 부정적 시선들이 당사자에 대한 인식과 대인관계에 미치는 부정적인 영향과 갈등에 대해 이해한다.
- 미혼모에 대한 긍정적인 인식과 이를 통해 차별과 편견으로 인한 갈등상황에 대한 대처 방법들에 대해 학습한다.

#### 나. 교육방법

##### 1) 강의

- 미혼모로서 경험하는 부정적인 인식과 편견들을 알아보고 이로 인해 발생하는 심리적, 대인관계적 갈등의 영향들을 교육한다. 또한 미혼모 당사자들의 긍정적인 인식전환의 필요성을 설명하고, 이를 통해 미혼모로써의 자기수용과 관계의 회복을 가져올 수 있음을 강의한다.

##### 2) 영상보기

- 미혼모 인식개선과 관련된 영상자료를 시청한다.

3) 토론 (토론 내용은 아래 예시 중 하나 이상을 선택함)

- 소그룹(5-6명)을 만들어 미혼모들이 경험하거나 가지고 있는 미혼모에 대한 편견과 고정관념들을 제시하고 이에 대한 자신의 경험과 이를 부정적 인식을 긍정적으로 전환하기 위한 방법들을 함께 토론할 수 있는 기회를 갖도록 한다.
- 또는 소그룹을 만들어 미혼모들이 경험하는 편견이나 차별 상황의 예를 제시하고 이에 대한 자신의 경험이나 생각, 차별에 대처하는 방법들을 함께 토론할 수 있는 기회를 갖도록 한다.
- 각 그룹에서 논의된 내용을 정리하여 발표하도록 함으로써 미혼모에 대한 인식개선은 당사자 스스로의 인식전환과 수용에서 시작됨을 이해하고, 자기수용과 건강하고 긍정적인 관계회복을 위한 대처방법들을 실천할 수 있도록 지지한다.

토론 사례 A (청소년 미혼모들을 교육대상으로 할 경우)

미혼모 A는 아버지와 어머니, 언니와 함께 평범하고 행복한 가정에서 생활하였다. 그러던 중 경제위기로 아버지의 사업이 기울면서 아버지와 어머니의 갈등이 생기기 시작했고, 싸우거나 다투는 경우가 많아졌다. 가게가 어려워지면서 전업주부였던 어머니는 늦은 시간까지 일을 하게 되었고, 아버지는 건설현장에서 일을 하면서 지방에 머무는 시간이 많아졌다. 이런 상황에서 고등학생인 언니가 야간자율학습으로 늦게 오면서 혼자 집에 머무는 시간이 많아졌고, 친구들과 어울려 PC방에 오랜 시간 머물다가 같은 학교 남자친구를 알게 되었다. 친구들과 어울려 술을 마시다가 잠이 들었는데, 몇 일 후 친구가 술이 취한 상태에서 남자친구에게 성폭행을 당하는 것으로 봤다고 했다. 그 일로 걱정하다 남자친구에게 얘기했지만 전화번호도 바꾸고 연락도 안되는 상태로 여러 달이 지나가다가 아버지가 임신 사실을 알게 되었고, 학교에서는 자퇴를 하라고 강요하여 미혼모시설로 오게 되었다. 현재 시설에서 아기를 출산하여 키우고 있지만, 학교로 돌아가서 나머지 학업을 마치고 싶은데 학교에서는 절대 돌아오지 말라고 한다. 학교를 계속 다니면 다른 친구들에게 악영향을 끼친다고 대안학교에서 학업을 마치라고 하는데, A는 학교로 돌아가 친구들과 함께 공부하고 싶은 마음에 지금 학교와 갈등 상태에 놓여 있다.

토론주제: 중학생인 A가 미혼모가 된 이유로 학교로 복귀하는 것을 거부하고 있다. 학교 선생님들은 다른 학생들에게 미칠 영향을 우려하여 학습권을 침해하고 있는데, 이에 대한 의견을 말해보시오.

토론 사례 B (성인 미혼모들을 교육대상으로 할 경우)

B씨는 임신한 사실을 모르고 지내다가 점점 배가 부르고 생리를 오랫동안 하지 않았다는 것을 알고 출산할 무렵 대학병원에 갔는데, 산부인과 전문의가 자신을 보고 막달이 되도록 임신한 사실도 몰랐냐며 자신을 한심하다는 듯이 대해 마음이 많이 상했다. 평소 생리주기가 불규칙하고 전에 불임진단을 한번 받은 적이 있기 때문에 임신했을 거라는 생각을 전혀 못했을 뿐인데 자신을 무책임하고 무지한 산모로 보는 의사의 태도에 기가 막혔지만 아무 말도 하지 못했다. 또한 출산 후에는 자신이 미혼모이고 무직이라는 이유로 병원 측에서 돈도 안내고 도망을 갈까봐 걱정하는 듯한 분위기에 불쾌하였지만 돈은 꼭 내고 퇴원 할테니 괜한 걱정하지 말라는 얘기밖에 할 수 없었다. 이후 병원 전문가들조차 미혼모에 대해 부정적인 시각을 가지고 있는데 다른 사람들은 더할 것이라는 생각에 밖에 나가면 미혼모라는 사실을 얘기하지 않겠다고 다짐했다. 그러나 A씨의 우울하고 불안한 감정은 더 심해서 혹시라도 이웃에서 아이 아빠는 어디 있냐고 물어보면 미혼모임을 들리게 될까봐 사람들과의 접촉도 피하게 되었다.

토론주제: 병원에서 B씨가 미혼모라는 이유로 B씨에게 심한 행동들을 하고 있다. 병원 전문가들의 태도를 통해 이들이 미혼모에 대해 가지고 있는 편견이 무엇인지를 토론 해 보고, 이러한 편견에 대해 반박하는 의견을 제시해 본다.

#### 4) 역할극

- 미혼모에 대한 고정관념에 도전하고, 새롭게 미혼모에 대해 정의하기 위한 활동
- 미혼모로써 경험하는 낙인과 차별의 상황을 설정하고 이에 대해 대처하는 방법들을 연습함
- 1단계: 4인(또는 5인) 1조를 구성한다. 각 조에 역할극 시나리오를 하나씩 준다.
- 2단계: 각 조원들은 함께 시나리오를 읽고, 그 중 두명이 상황을 연출하고 나머지는 관찰자가 된다.
- 3단계: 역할극이 끝나면 각 조원들은 그것에 대하여 토론한다. 관찰자들은 여기에서 나타난 고정관념에 맞서는데 어떤 접근법이 가장 좋았는지 이야기 한다.
- 4단계: 관찰자 역할을 했던 다른 사람들이 상황을 연출한다.
- 역할극을 통한 문제상황에 대한 토의주제는 다음과 같다.
  - 역할극을 진행한 사람은 각자의 역할에 대한 느낌이 어떠하였는가?
  - 고정관념에 맞서는데 어떤 기술들을 사용하였는가?(고정관념에 대처하는 기술들은 논리적으로 따져보기, 설득하기, 고정관념에 해당되지 않는 미혼모들의 예를 제시하기, 논쟁하기 등이 있음)
  - 편견을 가진 사람의 태도를 변화시키는데 어떤 기술을 가장 효과적이라고 생각하는가?

- 실제 생활에서 미혼모에 대한 편견에 직면, 도전해야 했던 적이 있었는가? 어떻게 하였는가?

#### 역할극 상황

1. 미혼모인 A씨는 결혼을 약속했던 남자친구사이에서 첫째 아이를 임신하였지만 이후 갑자기 남자친구가 결혼을 미루자고 하고 연락이 점차 뜸해지면서 결국 혼자서 출산을 하였다. 이후 남자친구로부터 아예 연락이 끊겼고 혼자 첫째를 키우고 살다가 일하는 직장에서 새로운 남자친구를 만나게 되었다. 새 남자친구는 자신이 미혼모임을 알면서도 결혼하기를 원했고, 이러한 남자친구에게 믿음이 생기고 아이에게 아빠가 가정을 만들어주고 싶었던 A씨는 어렵게 결혼을 결심하고 동거를 시작하였다. 이후 둘째를 임신하였으나 결혼을 심하게 반대하는 동거남의 어머니로 인해 A씨는 결혼을 포기하고 둘째를 홀로 출산, 현재 아이 둘을 키우며 살고 있다. 이후 둘째 아이 아빠와는 헤어졌지만 가끔씩 아이문제로 만나는 사이이다. 그런데 어느 날 미혼모 공동체 모임에 나갔다가 다른 미혼모인 B씨로부터 ‘아이 둘이 아빠가 다르다고 들었는데 어떻게 결혼도 안하고 아빠가 다른 아이를 둘이나 낳았어요? 그리고 지금도 아이 아빠랑 만난다면서 왜 미혼모라고하고 여기저기서 도움을 받아요?’라는 말을 듣고 심한 상처를 받았다.

2. B양은 고등학교 2학년 때 임신을 하게 되었는데 이후 부모님이 낙태를 강요하였으나 태아에 대한 죄책감으로 낙태가 아닌 출산을 결심하였다. 처음으로 정기검사를 위해 산부인과를 찾았으나 간호사로부터 ‘아이 낳을 거예요? 아이 낳고 입양 보내실거죠?’라는 질문을 받고 화가 났다. 그런데 진료를 받으러 들어간 진찰실에서 나이가 많은 의사선생님이 어린 학생이 정조관념도 없어서 임신을 하고 책임감도 없이 아이를 낳겠다고 한다는 얘기를 듣고 기가 막혔다.

#### 5) 조별활동

- ‘당당하고 긍정적인 미혼모의 삶’을 위한 공동 선언문 및 미래 계획서 쓰기
- 기존의 미혼모에 대한 고정관념들을 파악하고, 이에 대한 반박들을 하면서 미혼모에 대한 새로운 정의를 긍정적인 용어로 제시한다.
- 세상에 편견에 도전하고 긍정적인 미혼모의 이미지를 만들어가기 위한 미혼모로써의 다짐과 앞으로(5년 또는 10년 후)의 자신의 모습을 상상해 보고 미래의 나를 위한 계획을 세워보며 이를 조원들과 함께 토론했다.
- 토론을 통해 ‘당당하고 긍정적인 미혼모’가 되기 위한 조건들을 정리, 이를 선언문 형태로

작성한다. 또한 선언문에 나오는 미혼모의 삶을 위해 무엇을 준비하고, 어떠한 편견이나 차별에 대처해야 하며, 능력을 키워야 하는지 등을 담은 계획서를 작성한다.

#### 피그말리온 효과

그리스 신화에 나오는 피그말리온에 대한 이야기가 있습니다. 교육학 용어 중에도 이 신화에서 따온 '피그말리온 효과'라는 것이 있습니다. 교사가 어떤 학생을 '우수할 것이다'라는 기대로 가르치면 그 기대를 받은 학생은 다른 학생보다 더 우수하게 될 확률이 높다는 이론으로 자성적 예언이라고도 불립니다. 그것은 비단 학생에게만 국한되는 일이 아니라 모든 사람에게 일어나는 일입니다. 사람은 누군가가 나를 기대하고 있고, 높이 평가해주면 그것에 닮아 가는 특성이 있습니다. 무슨 일이든 기대한 만큼 이루어진다는 평범한 사실을 피그말리온의 신화를 생각하며 긍정적인 결과를 만들어 낼 수 있습니다.

#### 다. 과제분석

<표 1> 미혼모 당사자 인식개선을 위한 교육내용과 교육목표

범주	교육내용	교육목표	교수-학습
당사자 인식개선과 역량 강화	<ul style="list-style-type: none"> <li>미혼모에 대한 사회적 편견 및 낙인이 개인에게 내면화되는 원리 이해               <ul style="list-style-type: none"> <li>미혼모에 대한 사회적 고정관념 이해</li> <li>미혼모 당사자에게 미치는 학습효과와 심리사회적 갈등</li> </ul> </li> <li>미혼모 당사자들의 긍정적인 인식전환에 대한 방법 학습</li> <li>편견과 차별로 인한 갈등상황에 대한 대처방법 학습</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>내면화된 미혼모에 대한 편견과 고정관념 해체</li> <li>편견과 차별에 대한 갈등상황에 대처하는 전략들을 학습함으로써 자신과 대인관계에 대한 긍정적인 이해와 자신감 회복</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>강의</li> <li>토론</li> <li>긍정적인 자기 이해와 편견 및 차별 상황에 대한 대처기법 학습과 실연               <ul style="list-style-type: none"> <li>영상자료 시청, 공동선언문, 미래 계획서 작성 연습, 역할극</li> </ul> </li> </ul>

## 라. 교육내용

### 1) 미혼모에 대한 편견으로 가해지는 사회적 낙인

#### ① 편견(prejudice)과 사회적 스티그마(social stigma)의 개념

편견(prejudice)은 어떤 집단에 소속된 사람들을 단순히 그 집단에 속한다는 이유로 그들에 대해 부정적인 평가를 하는 것을 의미한다. 따라서 특정 집단에 속한 구성원은 그의 개인적인 특성이나 행동에 상관없이 단지 그 집단에 속한다는 이유로 다른 집단이나 주류사회로부터 편견, 즉 부정적인 평가를 받게 된다(이하영, 2007). 편견은 태도를 구성하는 세 가지 요소인 신념적 측면, 감정적 측면, 행동적 측면을 포함하는데 이 세 가지 측면들은 서로 연결되어 상호 영향을 미칠 수 있다.

편견의 신념적 측면을 고정관념(stereotype)이라고 하는데 이는 어떤 집단에 소속된 사람들의 특징에 대한 일반적이고 추상적인 지식을 지칭하는 것으로, 다시 말하면 단지 특정 집단에 속한다는 이유로 동일한 특징을 가지고 있다고 일반화시키는 것을 의미한다. 고정관념은 개인에게 유입되는 정보를 처리하는 방법에 강력한 영향력을 행사하고, 부정적인 감정과 태도를 구체적인 행동으로 실행시키는데 중요한 기능을 담당한다. 즉 어떠한 구체적 고정관념과 관련된 정보는 그렇지 않은 정보에 비해 빨리 처리되는 것이다. 고정관념은 잘 변하지 않고, 개인의 의도와 상관없이 의식에 떠올라 사람의 정신생활과 행동에 광범위하게 영향을 미치는 지각관념이다. 고정관념은 어느 사회나 항상 어느 정도 존재하며, 이러한 고정관념을 완전히 깨는 것은 매우 어렵다(전희옥, 2007).

또한 편견의 감정적 측면은 어떤 집단의 사람을 대하거나 생각할 때 경험하는 부정적 또는 적대적인 감정을 의미한다. 어떤 대상에 대한 편견적 태도는 부정적인 고정관념에 근거하기도 하지만 대상에 대한 비호감적 감정에 근거하기도 한다(이하영, 2007). 예를 들면 정신분열환자나, 동성애자, 인종적 소수자에 대한 편견은 그 사람이 속한 집단에 대한 신념(또는 고정관념)이 아니라 그 집단에 대한 감정적 호의성에 의해 더 큰 영향을 받는다는 것이다.

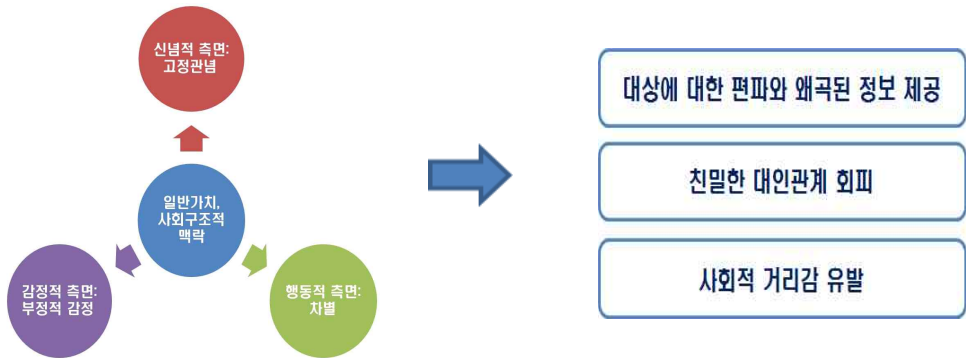
편견의 행동적 측면을 구성하는 차별(discrimination)은 고용이나 정치적 참여활동, 일상생활 등에서 특정집단의 사람들에게 심리적, 사회적 불이익을 주는 행동을 지칭한다(김혜숙,

1999). 차별은 대부분 강자가 약자에게, 다수집단이 소수집단에게 행하여진다(김희주·권종희·최형숙, 2012). 차별은 혐오나 배제, 분리 등과 같은 직접적인 행위로 이루어지기도 하나, 간접적으로도 이루어진다(이윤호·김대권, 2007). 간접적 차별은 겉으로는 중립적이거나 평등한 기준을 적용하는 것처럼 보이지만 결과적으로 특정 소수 집단에게는 불리한 결과를 주는 것을 의미한다. 차별은 특정한 사회적, 역사적 맥락 안에서 인종이나 성별, 신체적 특징, 사회적 지위 등 개인이나 집단이 갖는 고유한 특성에 의해 발현된다(박건, 2010). 한국 사회에서 행해지는 차별은 크게 ‘성별, 연령, 빈부, 신체적 특징’으로 구분할 수 있는데 성차별은 유교규범과 가족주의로 인한 권위주의와 관련 있으며 남녀차별, 고용상의 성차별, 미혼모, 여성 한부모 차별 등이 심각하게 나타나고 있다. 이외에도 노인, 청소년, 전과자, 성소수자, 빈곤층 등 다양한 집단에 대한 차별이 복합적 요인에 의해 나타나는 것이 우리나라의 현실이다.

고정관념	부정적 감정	차별
<ul style="list-style-type: none"> <li>· 신념적 측면</li> <li>· 집단의 소속된 사람들의 특징에 대한 일반화</li> <li>· 잘 변하지 않고, 정보처리와 행동에 강한 영향력</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 감정적 측면</li> <li>· 특정 집단의 사람을 대하거나 생각할 때 경험하는 부정적, 적대적인 감정 (예: 인종혐오주의)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 행동적 측면</li> <li>· 특정집단의 사람들에게 심리적, 사회적 불이익을 주는 행동</li> <li>· 성별, 연령, 빈부, 신체적 특징에 대한 차별</li> </ul>

<그림 1> 고정관념과 차별

편견의 세 가지 측면을 종합하여 보면, 고정관념이나 감정은 편견의 대상이 되는 사람들에 대한 정보 처리 과정이나 인간관계에 편파와 왜곡을 일으킬 수 있다. 즉 어떤 집단의 사람들을 평가할 때 그들과 관계된 고정관념과 일치하는 정보에 좀 더 주의를 기울이고 기억하도록 하며 이러한 고정관념을 지지하고 확인하는 방향으로 판단하게 된다. 또한 편견은 일상생활에서 편견이 되는 사람과의 친밀한 인간관계와 접촉을 회피하도록 만든다. 이로 인해 차별적 행동인 사회적 거리감을 유발시킬 수 있다(이하령, 2007).



<그림 4> 편견의 세 가지 측면과 결과

고정관념과 부정적 감정에 기초한 편견은 사회적 차별이라는 사회문제로 귀결되는데, 이때 편견과 차별을 경험하는 대상은 주류집단의 ‘구별짓기’에 의해 사회적으로 낙인화되어 스티그마(stigma)의 대상이 된다. 스티그마(stigma)라는 말은 고대 그리스어에서 처음 사용된 용어로 노예, 범죄자, 반역자와 같이 ‘정상적이지 않거나 도덕적 지위가 낮은 사람을 표시하기 위해 사람의 몸에 칼로 상처를 내거나 불로 태워서 표식(sign)을 남기는 것을 의미했다(Goffman, 1963). 현대에 와서는 스티그마를 어떤 행동이나 형태에 대한 사회적이고 부정적인 평가를 지칭하는 개념으로 사용되고 있다. Goffman(1963)은 사회적 스티그마의 개념을 손상된 사회 정체성(spoiled social identity)이라고 정의하였는데, 이는 사회적으로 일탈된 심각한 결함과 장애가 있는 사람들이 손상된 사회 정체성을 가지게 됨을 의미한다(강병철, 2011). 즉 사회적 스티그마를 인식하거나 경험한 사람들은 사회가 자신들에 대해 가지고 있는 가치절하적이고 부정적인 이미지와 신념을 자동적으로 내면화시켜 개인의 정체성뿐만 아니라 사회정체성에 대해 부정적으로 인식하게 되고 결과적으로 낮은 자아존중감과 높은 우울 수준, 낮은 삶의 만족도와 같은 부정적인 영향을 받게 된다.



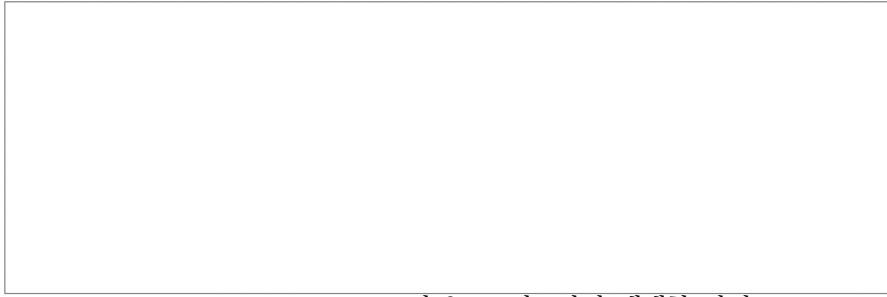
### 사회적 스티그마의 개념정리:

- 어떤 행동이나 형태에 대한 사회적이고 부정적인 평가
- 손상된 사회정체성라고도 함
- 가치절하적이고 부정적인 이미지와 신념을 자동적으로 내면화함
- 집단 낙인은 개인적 차원의 낙인보다 훨씬 더 심각한 결과를 초래

### ② 사회적 스티그마가 미치는 영향

일반적으로 사회에서 낙인화된 사람들은 지속적인 편견과 차별에 부딪치면서 이러한 편견이 타당하다고 생각하며 이를 내면화하는 과정에서 평가절하되고 손상된 자아를 갖게 되는데, 이것을 자기-낙인 또는 자기-스티그마(self-stigma)이라고 한다. 자기-낙인은 한 개인이 자신이 속한 집단에 대한 외부의 스티그마를 인식하는 것에서부터 시작한다. 사회적 낙인을 받는 집단의 구성원들은 이러한 낙인에 자기 낙인은 사회적 낙인을 경험한 개인이 자신의 정체성에 대한 부정적 평가를 내면화하고 그 결과 낮은 자존감을 갖게 되고, 평가절하된 자신의 사회정체성과 역할을 받아들이며, 새로운 과제나 역할을 해낼 수 있다는 자기 자신에 대한 신념과 기대가 낮아지면서 자신의 삶에 만족하지 못하게 만든다(이지수, 2011).

사회적 낙인이 개인에게 내재화되는 과정을 설명하는 많은 이론 중 수정된 낙인 이론(modified labeling theory)은 정신질환을 가진 사람들이 스티그마를 내재화하는 과정을 통해 자기-스티그마를 설명한다. 정신질환자들은 정신질환을 앓기 전에 이미 사회가 가지고 있는 정신질환에 대한 내재화된 부정적인 이미지를 사회화 과정을 통해 습득하고 있다고 설명한다(Link et al, 1989; 송승현, 2005 재인용). 따라서 정신질환을 가지고 있다고 진단이 내려지고 치료를 받기 시작하면 이들은 이미 자신이 가지고 있던 정신질환을 가진 사람에 대한 부정적인 이미지를 내재화하여 스스로 자기 스티그마를 가지게 된다는 것이다.



< 그림 3> 스티그마의 내재화 과정

스티그마는 한 집단에 대한 사회의 고정관념에 기초하여 외부 집단의 사람들이 그 집단에 대해 편견과 차별을 가지고 스티그마를 부여하는 것을 의미한다면 자기-스티그마는 자신이 스티그마를 받는 집단의 성원이기 때문에 스스로에 대해 부정적인 태도를 갖는 것을 말한다(송승현, 2005). 고정관념, 차별, 편견으로 인해 미혼모에게 가해지는 사회적 스티그마는 미혼모들에게 다양한 형태의 사회적 배제를 경험하게 하고, 이는 미혼모 자신에 대한 부정적인 인식 또는 낮은 자아존중감과 자기-스티그마(self-stigma)로 이어지며 결과적으로 미혼모들의 삶에서 심리, 사회적인 문제들을 발생시킨다. 이러한 편견과 사회적 낙인의 문제는 물질적, 사회적 문제만큼 미혼모들의 삶에 고통을 주기 때문에 이를 극복할 수 있는 방법들을 찾는 것이 중요하다. 따라서 미혼모 당사자들이 미혼모에 대한 편견과 사회적 낙인의 개념적 특성과 발생 기제들을 이해함으로써 미혼모라는 사회정체성을 긍정적으로 인식하고 수용할 수 있는 방안들을 고민해 볼 수 있다.

<표 2> 사회적 스티그마와 자기-스티그마

사회적 스티그마	자기-스티그마
<ul style="list-style-type: none"> <li>- 고정관념(stereotype): 한 집단에 대한 부정적인 신념 (e.g. 도덕적이지 못함, 자녀 양육 능력이 없음, 가난함)</li> <li>- 편견(prejudice): 신념에 대한 부정적 반응 (e.g. 동정, 무시)</li> <li>- 차별(discrimination): 편견에 대한 행동적 반응 (e.g. 낙태와 입양 강요, 취업 기회 제한, 사회적 지원 제한)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 고정관념: 자신에 대한 부정적인 신념 (e.g. 능력 없음)</li> <li>- 편견: 신념에 대한 동의, 부정적 감정 (e.g. 낮은 자아존중감, 자기효능감)</li> <li>- 차별: 편견에 대한 행동적 반응 (e.g. 직업을 추구하지 못함, 대인관계의 어려움)</li> </ul>

출처: Corrigan & Watson, 2002, p. 38; 송승현, 2005 재인용

사회적 스티그마는 개인의 자아 및 사회정체성을 훼손시키며, 자아존중감을 떨어뜨려 자기-스티그마를 발생시키지만 이를 잘 극복하고, 적응하여 만족스러운 삶을 살아가는 사람들도 존재한다. 따라서 편견으로 인한 사회적 스티그마를 안고 살아가는 미혼모들이 자기-스티그마가 아닌 높은 자존감과 삶에 대한 영향력을 가지고 살아갈 수 있는 전략과 방법들을 습득할 수 있도록 도와야 할 필요가 있다.

## 2) 한국의 미혼모에 대한 차별기재<sup>1)</sup>

한국사회에 개방적인 성문화가 수용되기 시작하면서 성인남녀의 혼전성관계에 대한 금기가 상당부분 완화되고 개인의 선택으로 인정, 수용하고 있지만 여전히 미혼모로서 임신과 출산을 경험하는 양육미혼모들에 대한 사회적 시선은 부정적이고, 낙태와 입양의 양자택일을 강요하며 이들의 모성적 권리를 부인함으로써 출산 후 자녀 양육을 포기하게 만드는 중요한 요인이 되고 있다(김희주 외, 2012). 이렇듯 한국사회에서 미혼모와 그 가족을 차별하고 억압하는 주요 기제로서 한국의 가족주의와 이중적 성규범을 지목하고 있다(김혜영, 2013). 가족주의는 가족을 어떤 가치보다 중요하게 여기며, 개인보다 가족을 우위에 두고 사회적 행동을 결정하는 태도를 말한다. 한국의 가족주의는 유교문화에 기초하고 있는데, 부계혈연에 기반한 가족범주만을 인정하기 때문에 미혼모 가족처럼 모계혈통을 기반으로 하는 가족은 제도 밖의 가족으로 간주되어 이들 가족은 부정되고 억압하고 있다. 강한 자녀중심적인 가족문화를 가지고 있음에도 불구하고, 한국의 대부분의 부모는 자녀가 미혼모가 되었을 경우 그 사실을 부정하고 싶어한다. 따라서 임신한 자녀의 출산을 막으려고 하거나 양육모가 되는 것을 저지하려는 개입을 시도하게 된다. 원가족의 이러한 모순적 태도는 미혼모에 대한 사회적 차별에 의해 더욱 견고해지고 있다.

처음에는 엄마가 돈 다 줄테니까 지우자고. 그런데 엄마도, 어릴 때 저희 언니를 낳아서. 그렇게, 그거는 엄마는 강요하지 않는다고 그랬었어요. 그래서 저는 키운다고 그러니까 엄마는 속상해하시고.(당사자-1)

---

1) 미혼모에 대한 차별기재에 대한 주요 내용은 김혜영(2013)의 연구를 참고하여 정리하였음.

여성의 혼전 성경험에 대한 이중적 태도는 미혼모의 사회적 차별을 정당화하는 기재로 작동한다. 과거에 비해 남녀의 성관계에 대한 사회적 수용성이 증가하고 있으나, 결혼이 전제되지 않은 상황에서의 임신과 출산은 여전히 바람직하지 못한 행위로 인식되고 있다. 특히 이러한 혼전임신에 대한 책임과 비난은 남성보다는 여성에게 온전히 전가되고 있다는 점이 문제라고 할 수 있다. 이는 가부장적 이데올로기 안에서 여성의 재생산권을 통제하는 남성에게 대한 비난이 아닌 여성의 성적 정결성을 문제 삼는 이중적인 성규범이 적용된 결과이기 때문이다. 한편 남성중심의 가부장적 가족주의와 여성의 성에 대한 사회의 이중적 태도에도 인해 결혼이라는 제도 밖에서 자녀를 출산, 양육하는 미혼모들은 점차 증가하고 있다. 이들은 홀로 출산과 자녀 양육을 감당하면서 모성에 기반한 부모-자녀관계를 구축하기 위해 주변화된 삶을 선택하여 살고 있다. 또한 개인화된 삶의 방식이 보편화되고, 일과 가족의 이중 부담 속에서 결혼과 출산을 유예하고자하는 여성들이 증가함에 따라 혼전 임신과 출산의 책임을 여성에게만 부과하던 사회의 이중적 성규범 또한 변화할 것을 기대된다.

임신한 걸 알고 저보고 지우라고 하는 거예요. 애기 낳기 한 10일 전부터 집 나갔었거든요. 애기 낳는 날, 양수 터진 날 전화해서 양수터졌다고 하나까 온 거예요. 와가지고 병원에서 애기 낳고 조리원 갔다가 집에 같이 왔거든요. 집에서 생활하다가 애기 낳고 한 달 정도였을 때가 설이었거든요. 그때 설에 친정 보내놓고 집 나갔어요.(당사자-7)

### 3) 미혼모에 대한 고정관념의 재생산

미혼모에 대한 고정관념은 사회적 맥락이나 이데올로기의 영향을 받기도 하지만 대부분 텔레비전 뉴스와 같은 매스 미디어의 영향이 클 수 있다. 사람들은 미혼모에 대한 직접적인 경험이 없어도 미디어를 통해 생산되는 미혼모에 대한 이미지를 통해 이들에 대한 특정한 생각, 즉 고정관념을 형성하게 된다. 김경희(2015)는 미혼모와 관련된 텔레비전 뉴스를 대상으로 뉴스의 형식과 내용들이 미혼모에 대한 고정관점을 재생산 또는 강화하는지를 분석하였다. 2000년대 초반과 2010년대 초반의 뉴스들을 보면 미혼모에 대한 언어적 표현이 크게 다르지 않음을 알 수 있다.

<표 3> 뉴스에서 미혼모를 지칭하는 언어적 표현

구분	2001-2005	2011-2013
행위적 묘사	가출한, 불량청소년, 철없이 저지른, 남자 친구 강요에, 원치 않은 임신	아기를 불법 거래하는, 영아를 유기한, 자신의 아이를 살해한, 원치 않은 임신, 성폭행 피해자
개인적 고통묘사	불안과 초조함 속에, 겪는 정신적 고통, 죄책감, 경제적 능력도 없는	심리적 고통에 시달리는, 절망, 고통의 터널, 혼자 감당해야 하는, 경제적 어려움
사회적 고통 묘사	편견과 빈곤과의 전쟁, 주위의 곱지 않은, 차가운 시선, 사회적 냉대와 질서 속에 살아가는, 감당해야 하는 설움, 사회의 관심 밖	그늘진 사람들, 명예, 사회적인 선입견, 주변의 시선, 냉대, 사회적 편견
이해적 묘사	생명 지킴이, 아픔을 겪으면서도 희망을 버리지 않는,	당당한, 낙천적인, 용기 있는 지, 똑부러지는 성격
성장적 묘사	불우한 가정	불우한 환경, 고아, 미혼모 어머니에게서 태어나 할머니에게서 키워져

출처: 김경희(2015) 뉴스구성관행과 고정관념의 재생산: 텔레비전 뉴스의 미혼모 보도 사례분석, 미디어, 젠더 & 문화. 30(1): 6-45.

이들 뉴스는 미혼모가 되면서 겪는 개인적, 사회적 고통들을 스토리로 담아내는 한편 미혼모가 되는 과정과 미혼모들이 저지르는 범죄행위들을 집중적으로 보도하고 있음을 알 수 있다. 이렇게 보도 된 뉴스들은 미혼모를 특정한 형태로 이미지화하고, 이러한 이미지들은 미혼모에 대한 고정관념을 강화하고 있음을 알 수 있다.

<표 4> 미혼모 뉴스에 나타난 프레임과 강화되는 고정관념

구분	미혼모 뉴스에 나타난 프레임	강화되는 고정관념
미혼모 문제아	10대 청소년들의 문란한 성의식과 행동 때문에 미혼모가 생겨난다는 논리	미혼모는 잘못된 성의식을 가지고 충동적으로 행동하는 사람
미혼모 범죄자	미혼모들이 아이를 낳아 유기/매매하거나, 살인/살인방조, 합법/불법 입양하는 범죄행위를 저지른다는 프레임	미혼모는 범죄를 저지를 가능성이 높은 집단

미혼모 피해자	남자에게 버림받은 사람, 성폭행의 피해자로 미혼모를 보여주는 프레임	미혼모는 무기력하고 비주체적인 여성
사회적 책임	미혼모가 안전하게 출산하고 아이를 키울 수 있는 환경을 마련할 수 있도록 사회적 지원을 확대해야 한다는 프레임	
주체적 미혼모	미혼모 스스로가 자신의 상황을 직시하면서 아 이를 혼자 당당하게 키워나가거나, 자신의 미 래를 스스로 준비해나간다는 프레임	

출처: 김경희(2015) 뉴스구성관행과 고정관념의 재생산: 텔레비전 뉴스의 미혼모 보도 사례분석, 미디어, 젠더 & 문화. 30(1): 6-45.

#### 4) 미혼모당사자들이 경험하는 사회적 편견

##### (1) 미혼모에 대한 고정관념과 부정적 감정 그리고 차별

미혼모들은 아기를 키우면서 자신들에 대한 사회적 인식의 단면을 지속적으로 재경험하였다. 특히 미혼모들이 자주 만나게 되는 병원, 주민센터, 어린이 집과 같은 공공기관의 사람들로부터 한국 사회 전반에 깊이 내재한 미혼모에 대한 고정관념과 편견들을 직접적으로 확인하였다. 이들이 부딪치는 미혼모에 대한 고정관념들은 ‘더러운 사람’, ‘사회악’, ‘정조관념 없는 사람’과 같은 이중적 성규범의 뒤편에서 파생되는 부정적 이미지들과 ‘무책임하고’, ‘엄마 될 자격이 없는’, ‘무능한’ 여성 등 이었다. 미혼모들은 본인들에 대해 단순히 ‘비혼의 상태에서 혼자서 아이를 키우는 엄마’ 정도로만 인식해주길 바라지만 정작 사회는 이들에 대해 여러 가지 부정적인 수식어를 연결하며 미혼모들에 대한 편견을 강화시키고 있었다.

나이가 지긋한 의사들은 미혼모를 돈이 있건 없건 더러운 애라고 봐요. (FGI 참여자 E)

산부인과 미혼모 전문의였는데 그분이 하는 말씀이 정조관념이 없어서 아이 가졌다는 식으로. 미혼 모라고 하면 남자가 너무 좋아서, 너무 많이 자서 임신했다는 식으로... (FGI 참여자 A)

제가 나이가 어리니까 입양을 보낼 줄 알았나봐요. 양육아니죠? 이러는거예요. 제가 양육을 하는지 애를 보내는지 알지도 못하면서... 나이가 어리다고 다 입양을 보내는건 아니잖아요. 상처받았어요. 뱃속에 있는 애가 들으면 얼마나... (당사자 12)

미혼모에 대한 사회적 평가는 부정적인 인식뿐만 아니라 이들을 적대시하고 무시하는 감정적 요소들도 자리 잡고 있었다. 특히 여러 가지 어려움 속에서도 어떻게든 자녀를 키우기 위해 고군분투하는 미혼모들에게 사람들은 무시와 경멸의 감정들을 주저 없이 드러내어 미혼모들은 회복되기 어려운 심리적인 상처를 받았다.

동사무소에서 막 모욕적인 말 많이 들었어요. 하나 가지고 부족했냐고 왜 애를 또 낳아가지고, 이러면서 수급자 인제 신청하려고 했더니, 되게 막... 막말도 하고 껌 씹으면서 서류 던지듯이 이렇게 주고. 그러니까. 좀 불결하단 식으로. 첫째 낳아서 그렇게 힘들어놓고 왜 둘째까지 낳아가지고 일 할 생각은 안하고. 수급자 되려고 하냐고 이런 식으로 이야기하고. 그냥 재수 없다는 식으로 계속 얘기했어요.(당사자 3)

미혼모가 그렇게 자랑스러운 일은 아니라고. 미혼모인 걸 부끄러운 줄 알라고. 미혼모가 세상에서 사회악이라고 그렇게 이야기해요. (당사자 11)

모자이크 처리해서 신문이나 인터넷 신문 이런데 올라간 적 되게 많았거든요. 그 때마다 댓글 이렇게 보잖아요. 그럼 너 같은 년이 왜 우리나라에 있냐. 막 이려고. 죽어버려라 창녀같은 년 이런게 다 써있어요. 좋은 말도 있긴 하지만 거의 대부분 안 좋은 말이에요.(당사-2)

미혼모에 대한 고정관념과 부정적 감정은 다양한 영역에서 차별로 연결되어 미혼모들을 사회적으로 배제시키고 있다. 특히 10대 미혼모는 학업중단을 경험함으로써 ‘신분과 지위의 박탈’ 또는 ‘학력사회로부터의 일방적인 배제’를 경험하고 있으며(이현주,송진아, 2011; Creighton et al, 2009), 미혼모와 그 자녀는 우리사회에서 방치되어 지속적으로 해외입양의 대상이 되어왔다(이미정, 2009). 양육미혼모도 노동시장 진입뿐만 아니라 고용의 질과 대우에 있어서도 차별을 겪고 있다(Polakow et al, 2001).

학교를 안다니고 애를 키우니까. 그냥, 너무 달라졌어요. 저한테 행동들, 태도들.....애기를 낳으니 까 그냥, 아무것도 아닌 애 취급하고(당사자-1)

혼자 아이를 키우겠다고 결정을 했을 때, 그게 뒷받침 될 만한 소셜 네트워크가 있어야 되는데 그게 없어요. 하나만 좋아져서 되는 게 아니라 의료보험제도, 국민건강보험제도, 사회보장제도, 이런 것들이 다 맞물려가지고 가는 거 같아요. 이런 정책들이 같이 가야지 인식도 변하는 거고... (전문가 2)

임신사실이 알려졌는데도 안 찢리고 계속 다니게 해줬다면 뭔가 희망이라도 보였을거 같아요 희망을 찾았겠지만 배가 부르기 시작하면서 이제 임신사실이 들통이 나고 그와 함께 찢리고(당사자-6)

- 청소년 미혼모는 학업중단으로 ‘신분과 지위의 박탈’ 또는 ‘학력사회로부터의 일방적인 배제’를 경험함
- 미혼모의 자녀는 해외입양의 대상이 되어왔음
- 노동시장에 참여하는 데 있어서도 진입뿐만 아니라 고용의 질에 있어서도 배제되는 차별 경험
- 개인의 다양한 삶의 선택을 인정하는 민주적 시민사회로의 이동을 인식하고, 개인 혹은 집단 간 차이를 다양성으로 수용하고 인정할 수 있는 포용력을 함양해야 할 시점에 이름

## (2) 사회적 스티그마로 인한 개인 내적·외적 갈등

미혼모에 대한 편견은 이들이 평생 지울 수 없는 주홍글씨, 즉 스티그마를 부여한다. 미혼모에 대한 사회적 스티그마는 이들의 삶을 평가절하하고 억압할 뿐만 아니라 타인과의 관계에도 부정적인 영향을 미친다. 특히 미혼들의 공동체 안에서도 같은 미혼모이지만 ‘나와 다른 상황에 있는 미혼모’에 대해 편견을 가지게 되고, 이로 인해 갈등적인 상호작용으로 대인관계의 문제를 경험하고 있었다. 이는 미혼모가 되기 이전부터 한국 사회의 미혼모에 대한 편견과 낙인이 당사자들에게도 내재화되어 미혼모가 된 후에도 이러한 고정관념과 편견으로부터 벗어나지 못했기 때문이다. 이에 대한 결과는 미혼모들에게 혹독한데 동병상련의 아픔을 공유하고 상호 지지해주어야 할 미혼모들로부터 편견으로 인해 원색적인 비난을 받거나 갈등에 놓이면서 타인에 대한 두려움으로 신뢰감을 형성하지 못하고 심지어 대인관계를 철회하기도 된다.

미혼모들끼리도 편견이 있어요. 아시잖아요. 왜 애가 둘일까 아빠가 다를까 아빠가 똑같은까 둘일까도. 왜 애가 셋이고 아빠가 다 다른가 이런거? 그리고 재는 애기 아빠랑 만나면서 왜 지가 미혼



모라 해?(당사자-6)

이제 내부의 암투, 그 여자들 간의 암투 그 임신부들간의 그 굉장히 심해서, (잠깐침묵) 뭐, 따돌림도 당했었고, 자존감이 이제 좀 어 관계적인 면 때문에 그런 임신부들 간의 그런 관계적인 면 때문에 좀 자존감이 그때도 그렇게 높은 편은 아니었던 것 같고요.(당사자-5)

대부분의 미혼모들은 예상치 못한 임신에 대한 불안감 외에도 기존에 이미 미혼모에 대해 가졌던 고정관념과 편견, 부정적 인식이 자신의 현실과 결합되면서 수치심과 낙담, 불안감을 경험하였다. 임신과 출산과정부터 지속적으로 주변인들과 사회로부터 미혼모에 대한 편견과 부정적인 메시지를 전달받고, 사회적 차별이나 배제 등 부당한 대우를 받으면서 미혼모들은 자신의 가치가 불인정되는 것처럼 느껴져 자존감이 낮아질 수밖에 없었다. 따라서 이들이 자존감을 회복하고 자신감을 갖도록 하기 위해서는 미혼모 당사자들이 편견을 극복하고 당당한 미혼모로써 살아갈 수 있도록 내부적 편견에 대한 인식 개선이 이루어져야 하며, 이를 위해 교육과 상담 등 다각적인 지원체계가 필요하다고 할 수 있다.

살면서 그때만큼 그니까 미혼모라는거 하고 원치 않은 임신 그리고 건강하지 않았던 몸 상태 정신 상태 그때가 자존감이 제일 낮았어요. 아무 생각 없이 임신했던 사실하나만으로도 그 순간부터 죽고 싶었어요. 제가 가지고 있었던 편견이 있었으니까 미혼모를 바라보는 미혼모라는 단어자체도 그때는 생각도 못했어요. 그냥 아 부도덕하다 저도 내심 속으로 생각하고 있었으니까 뭐 지탄받아 마땅한 그런 존재 그게 나 그러니깐(당사자-6)

괜히 쳐다보는 것 같고, 어 재 저런 애였어. 재수 없어 막 그렇게. 그런 시선이 느껴지니까 일 나갈 때도 모자 쓰고 다니고, 아예 얼굴 다 가리고 다녔어요. 눈만 보이게 이렇게. 마스크 끼고.(당사자-2)

## 6) 미혼모에 대한 내재된 편견 바꾸기

### (1) 인지행동훈련(Cognitive behavioral training)

인지행동훈련은 생각하고 정보를 처리하는 과정인 인지과정에 대한 이론적 개념과 행동주의와 사회학습이론에서 나온 개념들을 통합하여 적용한 치료방법이다. 인지행동훈련은 인간의 인

지활동은 행동에 영향을 미치는데 왜곡되거나 잘못된 인지활동이 있을 경우 이것은 모니터되고 변경될 수 있고, 이러한 인지적 변화를 통해 잘못된 행동들도 변화될 수 있다는 가정을 전제로 한다. 인지행동훈련의 대표적인 모델로 Albert Ellis의 합리정서행동모델이 있다. 이 모델은 인간의 문제는 외부적인 사건이 아니라 인간 스스로 만들어 낸 잘못된 또는 비합리적 신념에 의해 야기된다고 보고, 문제를 해결하기 위해서는 비합리적 신념체계를 규정하고 재구조화해야 함을 강조한다(엄명용·노충래·김용석, 2009). 인지행동훈련은 미혼모에 대한 외부적 편견과 스티그마로 인해 자신에 대한 부정적인 인식이 형성되고 이는 낮은 자아존중감과 자기효능감으로 이어져 우울과 불안과 같은 부정적인 정서를 가지고 있는 미혼모 당사자들에게 유용한 훈련모델이다. 즉 이들에게 고착된 부정적인 신념들을 파악하고 이를 수정함으로써 정서적 어려움과 대인관계의 문제들을 해결할 수 있도록 도울 수 있다.

## (2) 합리정서행동모델

합리정서행동모델에 의하면 인간은 아동기 동안 중요한 타인으로부터 비합리적 신념을 학습하게 된다. 학습된 비합리적 신념들은 부정적 감정이나 역기능적인 태도들에 영향을 미치는데 이러한 과정이 반복되면서 잘못된 정서와 행동이 고착될 수 있다. 따라서 개인의 문제는 어떠한 사건자체보다는 이를 인식하고 평가하는데 있어 부정적인 영향을 미치는 잘못된 신념체계에 있으며 이를 규명하고 변화시킴으로써 문제를 해결할 수 있다.

합리정서행동모델은 대부분의 정서장애의 주요 원인은 ‘비난’이라고 주장한다. 따라서 우울증과 같은 신경증이나 성격장애를 극복하기 위해서는 자신과 타인에 대한 비난을 줄이고, 자신의 불완전함에도 불구하고 수용하는 것을 배워야 함을 강조한다. 특히 미혼모들의 경우 어릴 때부터 들었던 미혼모에 대한 편견과 비난을 학습하면서 이들의 신념에도 미혼모에 대한 부정적인 인식이 자리잡고 있는 경우가 많은데, 미혼모가 되면서 자신이 이러한 편견의 대상이 되었다는 것에 당황하고 힘들어하면서 정서적인 어려움을 경험할 수 있다. 따라서 미혼모 당사자들에게 미혼모에 대한 잘못된 고정관념이나 편견들을 수정하는 훈련 외에도 합리정서행동모델에 기반한 인지행동 훈련을 통해 자신을 수용하고 인정하며 이를 통해 긍정적이고 당당한 정서와 태도를 가질 수 있도록 돕는다.

### (3) 비합리적 생각 바꾸기

인간의 정서를 힘들게 하는 비합리적 신념들을 대부분 ‘하지 않으면 안된다.’ ‘반드시 해야 한다.’ ‘당연히 해야 한다’와 같은 비현실적이고 절대적인 조건들을 내포한다. 따라서 개인이 혼란이나 우울함에 빠져 있을 때에는 개인의 내면에서 작동하는 잘못된 신념들이 존재하는지 주의 깊게 살펴봐야 한다. 아래의 비합리적 신념을 구성하는 주요 내용들을 살펴보고 개인의 내면에 어떠한 신념들이 자리잡고 있는지 확인함으로써 이후 부정적인 감정이나 역기능적인 행동에 이러한 신념들이 어떠한 영향을 미치는지를 연결시켜 생각해 볼 수 있다.

#### 내 안의 비합리적 신념들:

1. 나는 주위의 모든 사람으로부터 항상 사랑과 인정을 받아야 한다.
2. 가치가 있다고 여겨지기 위해서는 완벽하고 유능하며 성취적이어야만 한다.
3. 어떤 사람은 나쁘고 사악하며 악랄하다. 그러므로 그런 사람들은 반드시 비난과 처벌을 받아야 한다.
4. 일이 바라는 대로 되지 않는 것은 끔찍하고 파멸적이다.
5. 사람의 불행은 외부환경 때문이며 우리는 그 불행을 막을 수 없다.
6. 위험하거나 두려운 일이 일어날 가능성은 항상 있기 때문에 끊임없이 염려한다.
7. 인생의 어려움을 직면하거나 책임지기보다는 회피하는 것이 더 쉽다.
8. 과거의 경험이 현재 행동을 결정하며, 사람은 과거의 영향에서 벗어날 수 없다.
9. 행복은 찾아다니지 않고 끝없이 휴식함으로써 성취될 수 있다.
10. 사람은 자신이 경험하거나 느끼는 것을 통제할 수도 없으며 무기력하다.
11. 사람은 악하므로 결코 상처를 입어서는 안 된다.
12. 좋은 관계는 서로의 희생을 기초로 해서 상대방에게 주는 것이 중요하다.
13. 만약 사람들을 즐겁게 할 수 없다면, 사람들로부터 버림받거나 거부당할 수도 있다.
14. 사람들이 자신을 실망시켰을 때, 그것은 자신이 틀리거나 나쁘다는 것을 의미한다.
15. 완전한 사랑, 완전한 관계는 존재한다.
16. 사람은 행복한 인생을 누릴 권리가 있으므로 고통을 느껴서는 안 된다.
17. 인간으로서의 가치는 얼마나 많은 것을 성취하느냐에 달려 있다.
18. 화는 나쁘고 파괴적이다.
19. 이기적인 것은 나쁘다.

자신이 가지고 있는 비합리적인 신념 중 2-3개를 선택, 이에 대한 논박한다. 논박은 훈련받는 대상자가 그들의 비합리적인 신념에 도전하도록 도와주기 위해 과학적 방법을 적용하는 것으로 논박과정은 탐지, 반박, 변별의 3가지 요소로 구성된다.

① 대상자는 그들의 비합리적 신념들-절대적인 관념과 자기비하를 탐지하는 방법-을 배운다.

② 대상자는 논리적이고 경험적으로 질문하는 방법과 그들 자신에게 강력하게 논쟁해서 그것을 행하지 않는 방법을 배움으로 그들의 역기능적인 신념들을 반박한다.

③ 대상자는 합리적인(자기-원조적)신념과 비합리적인(자기-패배적)신념을 변별하는 것을 배운다.

- 조별활동: 비합리적 신념에 대해 논박하기

비합리적 신념의 내용 중 일부를 제시하고 이에 대해 참여자들이 논박하도록 유도, 자신에게 내재되어 있는 비합리적 신념들에 도전할 수 있도록 격려한다.

<예시>

1. 나는 지금 혼자서 아이를 키워야 하는데 어려움들이 너무 많아. 나는 이런 힘든 상황을 결코 극복할 수 없어.

⇒ 혼자서 아이를 키워야 하는 상황은 힘들고 어렵지만 현재의 상황을 좀 더 나은 방향으로 갈 수 있도록 내가 할 수 있는 가장 쉬운 일부터 찾아보자.

2. 나는 항상 행복해야만 하는데 지금 나의 상황은 절대 행복하지 않아.

⇒ 모든 사람이 항상 행복할 수는 없어. 그리고 행복은 상대적인 것이기 때문에 다른 사람과 비교해서 내가 행복하지 않다고 결론 내릴 수는 없어. 자세히 생각해보면 내가 생각하는 것만큼 지금 내 상황이 그렇게 비참하지는 않아.

## 2. 미혼모 당사자 인식개선을 위한 교육모델(II)

### “심리사회적 스트레스에 대한 효과적 대처와 부모효율성 훈련”

#### 가. 교육목적과 교육목표

미혼모로서 경험한 심리사회적 스트레스에 대한 적극적이고 긍정적인 대처방법을 학습하여 개인적 차원에서 자존감을 높이고, 대인관계 차원에서 의사소통 및 자기주장 역량을 강화한다. 이를 위한 구체적인 교육 목표는 다음과 같다.

- 자신이 경험한 심리사회적 스트레스를 이해하고 자신의 대처방법을 확인한다.
- 스트레스에 대처하는 효과적인 방법들을 학습하고 실연해봄으로써 정서적 환기를 경험하고 실제 장면에서 활용할 수 있는 대처방법의 목록을 확장한다.
- 효과적인 부모역할방법을 학습하여 자존감 향상에 기여한다.

#### 나. 교육방법

- 강의
- 토론
- 모의학습

#### 다. 과제분석

<표 5> 미혼모 당사자의 스트레스와 대처에 관한 교육내용과 교육목표

범주	교육내용	교육목표	교수-학습
당 사 자 인 식 개 선과 역 량 강화	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 미혼모들의 스트레스와 대처 이해</li> <li>-미혼모로서 경험하는 심리사회적 스트레스</li> <li>-미혼모들이 활용하는 대처전략들</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 스트레스에 대한 효과 적인 대처전략 활용의 필요성과 효과성 학습</li> <li>• 실제 효과적인 대처전</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 강의</li> <li>• 토론</li> <li>• 대인관계 역량 강화를 위한 대</li> </ul>

<ul style="list-style-type: none"> <li>• 스트레스와 대처의 원리</li> <li>- 스트레스와 대처의 개념</li> <li>- 효과적인 대처방법의 효과</li> <li>• 대처방법의 학습을 통한 역량 강화</li> <li>-대처방법의 실연을 통한 의사소통 및 자기 주장 역량의 강화</li> <li>-자신과 타인에 대한 통제력 향상</li> <li>• 부모효율성훈련을 통한 자존감과 대인 관계 역량 강화</li> <li>-부모교육의 필요성과 효율성 강화 훈련방법 학습</li> <li>- 자존감과 부모자녀관계에 긍정적 영향을 미침으로써 전반적 역량 강화</li> </ul>	<p>략을 학습함으로써 자신과 환경에 대한 통제력 향상과 자존감 향상</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 부모효율성의 중요성을 인식하고 그 방법을 훈련함으로써 자존감과 대인관계 역량에 기여</li> </ul>	<p>처기법 학습과 실연</p> <p>- I-message, 긴장 이완훈련, 역할극, 자기주장 훈련</p>
--	---	---

## 라. 교육내용

### 1) 스트레스(stress)와 대처(coping)

#### ① 스트레스와 대처의 개념

스트레스란 내·외적 자극으로 인해 내적 불안과 긴장을 경험하게 되는 것으로서, 미혼모는 출산을 전 후한 과정에서 심각한 심리사회적, 경제적 스트레스를 경험한다. 스트레스는 질병의 원인이 될 뿐만 아니라 질병의 과정과 결과에도 영향을 주기 때문에 신체적 심리적 건강과 관련이 있다(박용천·김광일, 2000). 특히 사회적 지지가 부족한 상황에서 임신상태에 있을 경우에는 그 영향이 더욱 부정적일 수 있다는 점에서 스트레스에 대한 적절하고 효율적인 대처는 매우 중요하다.

여기서 대처 혹은 대처전략은 외부적인 생활 긴장으로 인한 정서적인 디스트레스를 예방하고 통제하는데 사용되는 반응 혹은 기존에 형성된 반응양식에 대한 도전이나 위협이라고 생각되는 상황을 통제하려는 시도를 의미한다. 바꾸어 말하면, 대처는 새로운 상황의 요구를 충족시키려는 새로운 해결책인 것이다(성정현 1999). 대처전략을 활용하는 것이 반드시 적응적인

것은 아니다. 간혹 자신에게 익숙치 않은 방법 혹은 전략을 활용하거나 혹은 예측하지 못한 결과가 발생할 때에는 오히려 스트레스가 더 심해질 수도 있다. 하지만, 자신의 상황을 초과하는 특수한 내·외적 요구를 다스리기 위해 부단히 변화하는 인지적·행동적 노력을 포함하고 또 자신의 상황을 어떻게 받아들이는지와 연관된다는 점에서 대처는 자존감에도 영향을 미친다. 즉, 자아존중감이 높을수록 반사회적인 행동에 대한 충동 조절이 더 용이하고 스트레스를 건강하게 해소하는 경향이 있다(Mullen et al, 2013; Corte & Zucker, 2008; 김혜옥·구운정·박은아, 2015 재인용). 따라서 미혼모가 스트레스에 대한 효율적 대처방법을 활용하도록 돕는 것은 자존감에 긍정적으로 기여할 뿐만 아니라 심리적 복지감과 적응을 높이는 데에도 기여할 수 있다.

## ② 대처방법

대처방법은 보통 3~5개 유형으로 구분된다. Lazarus와 Folkman(1984)은 스트레스 상황에 따라 개인이 취하는 대처행동을 문제지향적인 대처와 저서적인 대처로 구분하였다. 이중 전자는 개인이 문제되는 행동을 변화시키거나 환경적인 조건을 변화시켜 스트레스의 근원에 영향을 미치려는 노력을 의미하고, 후자는 스트레스와 관련된 대상에게 감정표출을 통해 스트레스를 해소하거나 혹은 스트레스로 초래되는 정서 상태를 통제하려는 노력을 의미한다(성정현, 1993 재인용). 즉, 해로운 환경 조건을 바꾸거나 개선하는 것, 부정적인 사건이나 현실을 견디거나 이에 적응하는 것, 긍정적인 자기상을 유지하는 것, 정서적 평형을 유지하는 것, 그리고 타인과 만족스러운 관계를 유지하는 것 등을 예로 들 수 있다(박지영·이창식, 2013 재인용).

한편, 엔들러와 파커(Endler & Parker, 1990)는 과업중심, 정서중심, 회피중심 대처로 구분하였는데, 이중 과업중심 대처는 심리적 기능을 높여 스트레스 상황에 적응하도록 돕는 반면, 정서중심 대처와 회피중심 대처는 심리적 부적응과 건강악화 등과 관련이 있는 것으로 보고되고 있다(박용천·김광일, 2000 재인용).

#### 개념 정리

- 과업중심 대처-업무를 중심에 두고 상황을 조정하거나 대안적인 해결책을 만드는 전략
- 정서중심 대처- 사람을 중심에 두고 스트레스원에 의해 유발된 감정을 조절하기 위해 노력하는 전략
- 회피중심 대처-자신을 스트레스 상황에서 분리하여 거리를 두고자 하는 전략

킬만과 톰스(Kilmann & Thomas, 1975)는 협력적인 것과 주장적인 것을 기준으로 협동(collaboration), 수용(accommodation), 경쟁(competition), 회피(avoidance), 타협(compromise)로 구분하였다. 이와 같은 학자들의 구분을 공통적 특징을 중심으로 재분류하면 다음과 같다(한주리·김인영, 2011).

#### 개념 정리

- 협력·협동·통합 방식-갈등 당사자가 상호작용을 통해 각자 갖고 있는 욕구를 공동으로 추구하는 방법
- 회피 방식-과업중심 대처-업무를 중심에 두고 상황을 조정하거나 대안적인 해결책을 만드는 전략
- 경쟁·지배·강압 방식- 강압적 압력을 행사하여 갈등에 대처하는 방식
- 수용·순응 방식-자신의 욕구를 포기하고 상대방의 욕구를 충족시켜주는 대처 방식
- 타협-갈등 당사자들 간의 대립된 욕구 중 부분적 양보를 통해 갈등을 해결하는 방식

이상을 종합해보면, 대처전략은 크게 적극적인 대처와 소극적인 대처로 구분할 수 있다. 이 중 적극적인 대처는 상황을 변화시키려는 것으로, 문제중심적인 대처, 장기적인 대처, 사회적 활동, 독립성 등이 포함된다. 그리고 소극적 대처는 정서중심적인 대처와 단기적 대처로서, 상황에 대한 반응에 초점이 있는 방식이라 할 수 있다.

#### ③ 대처의 효과

스트레스에 대한 대처는 개인적 자원이나 역량을 초과하는 것으로 평가되는 내외적 요구를 다스리기 위한 인지적, 행동적 요구나 해로운 환경 조건을 바꾸거나 개선하는 것, 부정적인 사



건이나 현실을 견디거나 적응하는 것, 긍정적 자기상을 유지하고 정서적 평형을 유지하는 것, 그리고 타인과 만족스런 관계를 유지하는 것을 포함한다(Lazarus & Folkman, 1984; 박지영·이창식, 2013 재인용). 환언하면, 적절하고 효과적인 대처는 통제력과 자아상의 개선, 정서적 균형, 신뢰 등 긍정적 측면을 수반한다.

또 적극적인 대처방식은 과거와 미래, 현재에 대한 만족감을 의미하는 심리적 복지감을 높이고 희망과도 긍정적인 관계를 보이는 반면, 소극적이고 회피적인 대처방식은 소외감과 좌절 경험, 사회관계 단절, 역할 상실 등으로 구성된 부정적 복지감과 관련이 있다(이경선·손정락, 2010; 박지영·이창식, 2013). 따라서 적절하고 적극적인 방식의 접근대처를 활용하도록 돕는 것은 스트레스원에 직면했을 때에 대처전략을 더 많이 만들어내고, 또 심리적 복지감을 높이는 데 기여하는 효과를 기대해볼 수 있다.

한편, 적극적인 대처는 자존감의 고양에도 영향을 미친다. 특히 대처방법의 실연을 통해 의사소통 및 자기주장 방법을 학습하고 훈련함으로써 정서적 카타르시스를 경험하고 실제 상황에서 예행연습 한 대처전략을 활용함으로써 자존감과 대인관계 역량에 긍정적 효과를 미치게 된다. 이는 곧 자신과 타인에 대한 통제력이 향상되는 것을 의미하는 것이자 대처의 긍정적 효과라 할 수 있다.

## 2) 미혼모당사자들이 경험하는 심리사회적 스트레스와 대처

### (1) 심리사회적 스트레스<sup>2)</sup>

#### ① 우울·슬픔·배신감과 불신

미혼모 당사자들 중 대부분은 데이트 기간 중 원치 않은 임신으로 인해 심리적으로나 사회적으로 어려운 상황에 놓이고 있다. 임신을 전·후하여 아기 아빠와 헤어지거나 혹은 아기아빠가 임신을 수용하지 않을 경우, 그리고 아기 아빠와 연락이 단절된 경우는 우울과 불안, 배신감을 느끼며, 가족과 지인들이 임신에 대해 거부적인 태도를 보일 경우는 죄책감과 수치심을 경험하기도 한다. 특히 미혼모 당사자가 미혼모에 대한 고정관념을 갖고 있는 경우는 더욱 그러하다.

애 아빠랑 헤어지고 나서 2년 동안 정신적으로 많이 힘들었거든요. 저도 이게 정말, 화병이고 이게

---

2) 인용문은 본 교육모델 개발을 위해 면접에 참가한 미혼모 당사자들의 면접 내용을 인용한 것으로 구체적 내용은 최종 보고서에 수록됨

정말 우울증이라는 거를 애 아빠랑 헤어지고 나서, 살다보니까 원하지도 않은 갑작스런 이별, 그리고 사고, 모든 게 다 짝 다 뒤엎어지는 경험을 처음 한 거죠. 큰 애 때는(당사자-2)

헤어졌는데 몇 달 뒤에 딴, 그 때 진짜 제 정신이 아니였거든요. 내 아는 사람이 너무 충격 받아서. 자살시도도 3번 해봤었거든요 그 당시에. 3번하고 정신과 치료도 했었고 받고 이따가 이제 겨우 사람처럼 2달 뒤에 사람처럼 살고 있는데(당사자-7)

미혼모들이 가장 오랫동안 힘들어하는 정서중 하나는 배신감과 불신이다. 결혼을 약속하고 아기를 가진 경우이든 혹은 데이트 기간 중 예기치 않게 임신한 것이든, 아기아빠들이 임신과 출산을 거부하고 연락을 두절하는 사례는 비일비재하다. 이런 경우 미혼모는 임신사실에 대한 충격에 친밀한 관계에서의 배신감까지 느끼면서 대인관계에 대한 신뢰감을 상실하게 된다. 즉, 누군가를 믿지 못하게 되는 것이다.

믿었던 사람한테 배신당한 거라서, 그런 부분은 아직도 슬퍼요. 저한테 좀 숙제예요(당사자-2)

대인관계에서의 신뢰는 심리적 복지감과 사회적 적응에 있어 매우 중요한 요인이다. 불신과 불수용, 그리고 ‘용서하지 못함’은 심리정서적 안녕과 사회적 적응에 부정적 영향을 미칠 뿐만 아니라 그와 같은 상황에 놓인 자신에 대한 평가와 관련된 문제이며 심각한 경우 문제의 소재를 자신에게 돌려 자존감의 저하와 자의식의 손상을 초래할 수 있다. 그러므로 미혼모의 자존감을 높이기 위해서는 배신감을 떨쳐 버리고 대인관계에서 신뢰를 회복하도록 도와야 한다. 이것은 곧 잃어버린 대인관계에 대한 통제력을 회복하는 길이기도 하다.

애 아빠와 관련해서 자존감이 낮은 경우도 정말 많은거 같아요. 내가 그렇게 가치 없는 존재, 내가 그렇게 사랑했던 사람한테 배신 당할 정도로 내가 그렇게 좀 떨어지는 여자였나? 그런 생각도 하게 되는거 같았었고(당사자-5)

애 아빠랑 헤어지고 나서 2년 동안 정신적으로 많이 힘들었거든요. 저도 이게 정말, 합병이고 이게 정말 우울증이라는 거를 애 아빠랑 헤어지고 나서, 살다보니까 원하지도 않은 갑작스런 이별, 그리고 사고, 모든 게 다 짝 다 뒤엎어지는 경험을 처음 한 거죠. 큰 애 때는(당사자-2)

살면서 그때만큼 그니까 미혼모라는 거 하고 원치 않은 임신 그리고 건강하지 않았던 몸상태 정신상태 그때가 자존감이 제일 낮았어요....아무 생각 없이 임신했던 사실하나만으로도 그 순간부터 죽

고 싶었어요.(당사자-6)

## ② 임신의 불수용과 거부로 인한 스트레스

이와 같이 심각한 정서적 어려움에 덧붙여, 주변에서 아기를 낙태를 권유하거나 출산 후 입양을 보낼 것을 강요할 경우, 미혼모는 심각한 생명윤리와 죄책감의 문제에 직면하게 된다. 임신사실로 인해 심리적, 정신적 충격을 받은 상태에서 당장 짧은 시간 내에 태아의 생명우선과 낙태 여부를 결정해야 하는 상황에 놓인 것이다. 특히 낙태에 대한 주변의 압박감을 경험하는 상황에서 생명우선권에 대해 확고한 입장을 갖지 못한 미혼모들은 낙태문제로 갈등하는 자신의 모습에 대해 수치심과 죄의식을 경험하기도 한다. 이 수치심은 ‘피임에 대해 알고 있으면서도 피임을 하지 않았다는 것’과 ‘스스로에게 가졌던 기대감에 대한 타격과 그로 인해 자존감이 상처를 받는 것’과 관련이 있다(최원영, 2002).

처음에는 엄마가 돈 다 대줄테니까 지우자고. 그런데 엄마도, 어릴 때 저희 언니를 낳아서. 그렇게, 그거는 엄마는 강요하지 않는다고 그랬었어요. 그래서 저는 키운다고 그러니까 엄마는 속상해하시고.(당사자-1)

미혼모 대부분은 임신사실을 인지하는 순간부터 결혼제도 밖의 성을 불인정하는 사회규범과의 갈등을 경험하면서 최대한 빠른 시일 내에 낙태를 하지만, 임신중기에 이르거나 혹은 생명우선론의 입장을 확고히 한 경우는 낙태 혹은 출산 후 입양을 종용하는 부모님 집을 나와 주거를 전전하거나 아기아빠의 집 혹은 시설로 주거지를 옮겨 아기를 출산할 때까지 머물게 된다. 자녀를 출산하여 양육 미혼모가 된 어머니들 중 확고한 생명우선론에 근거하여 자녀를 출산하는 경우가 얼마나 되는지는 명확하지 않다. 그러나 출산 이후에는 자신들이 ‘아기를 지킨 엄마들’이라는 인식은 확고해지는 경향이 있다. 비록 처음부터 생명우선론이 확고한 것은 아니라 할지라도 자녀를 낳아 키우고 자녀가 커가는 것을 보면서 생명의 소중함을 좀 더 확고하게 갖게 되는 것이다. 이럴 때 간혹 낙태에 대해 갈등했던 자신에 대해 수치심과 죄의식을 느낀다 할지라도 현재 이들이 ‘아기를 지킨 엄마들’인 것은 분명하다는 점에서 존중받아 마땅할 것이다.

아무 생각 없이 임신했단 사실하나만으로도 그 순간부터 죽고 싶었어요...제가 가지고 있었던 편견

이 있었으니까 미혼모를 바라보는 미혼모라는 단어자체도 그때는 생각도 못 했어요 그냥 아 부모 덕하다 저도 내심 속으로 생각하고 있었으니까 뭐 지탄받아 마땅한 그런 존재 그게 나 그러니까(당사자-6)

이모네 집에. 첫째 낳고 저희 엄마가 친엄마가 입양 보내라고 막 이래가지고요. 못 보내겠다고 했는데 막내 이모는 이혼하시고 딸 아들 키우고 계셨거든요. 이모한테 전화가 와서 진짜 너 혼자 키울 수 있냐고 그래서 이모가 데리고 와가지고 이모네 집에서 생활하다가(당사자-3)

### ③ 경제적 스트레스

미혼모들은 공통적으로 극심한 경제적 어려움에 봉착하고 있다. 임신 이후 가족의 지지를 전혀 받지 못하는 상황이기 때문에 어린 미혼모들은 학교를 그만두고 집을 나오기도 하며, 또 다른 미혼모들은 고시원이나 자취방에서 출산에 임박할 때까지 아르바이트나 파트타임 일을 하며 생활을 이어간다. 하지만, 임신 8개월에 접어들 때에는 대부분 임신 사실이 드러나 직장을 더 이상 다닐 수 없게 되거나 용돈이 끊기면서 심각한 경제적 어려움을 겪게 된다. 심지어 핸드폰 비용을 지불할 수 없을 정도로 극단적 상황에 이르기 때문에 긴급지원이나 시설 정보 등에 접근하는 것조차 어려울 정도이다.

임신사실이 알려졌는데도 안 찢리고 계속 다니게 해줬다면 뭔가 희망이라도 보였을거 같아요 희망을 찾았겠지만 배가 부르기 시작하면서 이제 임신사실이 들통이 나고 그와 함께 찢리고(당사자-6)

너무 힘들어서 한 4월 달인가 5월 달에는 돈이 진짜 한 개도 없어가지고 애기아빠한테 돈 좀 달라고 연락하니까 죽어도 못 준다는 거예요. 그 때 도시가스가 끊겨서 애기 커피포트에 물 데워서 목욕까지 시켰거든요. 그래도 4월이라 하면 물도 춥잖아요. 애기는. 나는 뭐 찬물에 씻거나 안 씻어도 괜찮는데 애기는 씻겨야 되니까 커피포트에 물을 한 5번씩 데워서 목욕시키는데 너무 비참한 거예요(당사자-7)

### ④ 미혼모에 대한 낙인감과 고정관념으로 인한 스트레스

미혼모는 혼외출산에 대한 사회적 인식으로 모욕감과 수치심을 경험한다. 이런 정서는 미혼모당사자가 대부분 과거에 미혼모에 대해 ‘함부로 처신한 사람’, ‘피임도 제대로 못한 사람’이라는 부정적 인식을 갖고 있었던 것과도 관련이 있다. 즉, 자신이 그와 같은 인식의 당사자가 되었기 때문에 미혼모에 대한 부정적 인식에 대해 적절히 대처하지 못하고 위축되는 경향이

있는 상황에서 직장이나 대인관계에서 임신사실이 노출되고 비자발적으로 직장을 그만두게 될 때 자신감과 자존감의 저하를 경험한다. 게다가 산전산후기간 동안 의료진이나 주민센터 공무원 등 관련 전문가들과의 면접에서 차별적 대우를 경험함으로써 모욕감을 경험하기도 한다. 이런 경험은 심리정서적 스트레스와 사회적 관계에서의 소극적이고 위축된 태도 혹은 철회를 초래할 수 있다는 점에서 매우 부정적이라 할 수 있다.

..제가 가지고 있었던 편견이 있었으니까 미혼모를 바라보는 미혼모라는 단어자체도 그때는 생각도 못 했어요 그냥 아 부도덕하다 저도 내심 속으로 생각하고 있었으니까 뭐 지탄받아 마땅한 그런 존재 그게 나 그러니깐(당사자-6)

동사무소에서 막 모욕적인 말 많이 들었어요. 하나 가지고 부족했냐고 왜 애를 또 낳아가지고, 이러면서 수급자 인제 신청하려고 했더니, 되게 막... 막말도 하고 껌 씹으면서 서류 던지듯이 이렇게 주고. 그러니까. 좀 불결하단 식으로. 첫째 낳아서 그렇게 힘들어놓고 왜 둘째까지 낳아가지고 일 할 생각은 안하고. 수급자 되려고 하냐고 이런 식으로 이야기하고. 뭐. 뭐라고 했지. 그냥 재수 없다는 식으로 계속 얘기했어요.(당사자-3)

산부인과 미혼모 전문의였는데 그분이 하는 말씀이 정조관념이 없어서 아이 가졌다는 식으로. 미혼 모라고 하면 남자가 너무 좋아서, 너무 많이 자서 임신했다는 식으로... 자기가 산부인과 하면서 미혼모가 세상에서 사회악이라고 그렇게 이야기해요. (FGI 참여자 A)

대학병원에 갔는데 제가 무직이다. 전문대다, 남편이 없다. 이러니까 병원비를 안내고 도망칠 것 같은 그런 느낌을 풍기더라고요. 미혼모들이 병원비 안내고 도망가는 경우가 있으니까 이해는 하면서도 불쾌감은 들었죠. (FGI 참여자 E)

사람을 이상하게 쳐다보더라고요. 막 위아래로 쳐다보고 그래서 왜 그렇게다보냐 그러다가 싸움이 붙은 거예요. 내가 수급자라고 얘기해서 그랬나라는 이런 생각이 들었고 그래서 나중에는 공무원이랑 대판 싸웠어요. 9급 공무원이 감투야 뭐야하고, 당신네들 뭐 잘나서 여기 앉아 있는데 뭐 그런 식으로 이야길 했죠. 싸우고 나중에는 사과를 받았어요. (당사자 15)--주민센터

## (2) 대처

### ① 소극적인 대처전략의 활용

임신사실을 인지한 이후부터 출산하고 또 자녀를 양육하는 현 시점에 이르기까지 미혼모들

은 여러 가지 심각한 스트레스에 직면한다. 그리고 이런 복합적인 문제에 압도당하여 때로 우울과 슬픔, 분노 등을 공격성이나 자살충동과 같은 외현화된 행동으로 표출하거나 혹은 대인관계의 철회 등과 같은 내적 지향을 보이기도 한다.

미혼모들이 심각한 디스트레스 상황에 놓일 때 적절하고 효과적인 대처 전략을 동원하는 것은 심리정서적 스트레스를 완화하는데 매우 도움이 된다. 그리고 자신의 심리정서적 스트레스를 스스로 잘 관리하는 경우 자존감을 느끼고 자신감을 가질 수 있으며, 스트레스에 대한 대처의 목록을 확장하는 데에도 도움이 된다. 하지만, 많은 미혼모들이 심각한 스트레스 상황에서 적극적인 대처전략 보다는 소극적이고 회피적인 전략들을 활용하는 경향이 있다.

되게 많이 울었어요. 그래서 이모가 가서 따진다고 하셨는데 하지 말라고 했어요. 떨어질까봐(당사자-3).

사람 만나는 것도 싫은 거예요 이제. 외출도 안하고 협회 오는 거 말고는 없었거든요. 애기랑 둘이 공원에 산책가고 동네에 아는 삶이 많이 없으니까 애기랑 둘이 시간 보내는 게 거의 다였거든요. 사람도 많이 만나고 적극적으로 활동을 해야지 잡생각이 없어질 것 아니에요. 사생활이 없으니까(당사자-7)

제가 술을 좀 많이 좋아해요 어렸을 때부터 술을 좀 좋아했기 때문에 그냥 집에서도 아들 밥 주고 소주 한 병씩 먹고 자요. 그니까 애가 술 먹는 걸 싫어해요 자꾸 먹으니까, 그리고 지가 잘못된 거를 그때 화가 더 나는 거예요. 그래서 많이 혼냈어요..... 때리면 안 되는데 다른 방법을 찾지를 못하니까 때렸어요 때렸는데 최근 들어서는 때리는 것도 힘들어요(당사자-9).

위에서 제시된 미혼모들의 사례는 스트레스에 직면하였을 때 술을 마시거나 대인관계를 단절하는 등 단기적이고 소극적이며, 정서지향적인 전략을 활용하고 있음을 보여주고 있다. 심각하게는 술을 마시고 분노를 자녀에게 표출하기도 하는데 이것은 정서를 통제하지 못하는 부정적 사례의 한 예이다. 이런 양상은 스트레스에 직면했을 때 소극적이고 회피적인 대처전략을 활용하고 이로 인해 자녀에 대한 미안함과 죄의식을 느껴 다시 자녀에게 과도한 애착을 표현하는 방식으로 반복될 수 있고, 이 경우 자녀와 불안정한 애착을 형성할 수 있다는 점에서 우려된다 할 수 있다.

## ② 다양한 대처전략의 활용

미혼모들 중에는 경제적 어려움을 극복하기 위해 사회복지자원이나 정보를 알아보고 또 사회단체나 자조모임에 참여하여 사회적 지지망을 확대해나가기도 한다. 또 미혼모에 대한 부정적 인식에 부딪혔던 경험에 비추어 대인관계를 형성할 때에는 자신이 미혼모라는 사실을 밝히지 않고 서로 신뢰가 쌓이고 어느 정도 관계를 형성하여 오로지 자신을 있는 그대로 봐줄 수 있을 때 자신의 상황을 밝히는 전략을 활용하기도 하였다.

진짜 내가 고립이 됐더라면 우울증에 걸리고 그랬을 텐데, 그것도 도움이 되네요. 생각해보니까. 제가 미혼모 커뮤니티에 안 들어왔으면, 정말 고립도 되고, 힘들었을 거 같아요. 사회에서 약자잖아요. 사회적, 핸디캡이 있는 사람이니까, 근데 똑같은 사람들끼리 모임으로서 모이니까, 아, 동병상련도 느끼고(당사자-5)

처음부터 사람들에게 ‘혼자 애기 키워요’라고 말을 하면, 저는 되게 안 좋더라고요. 그러니까 어떤 면에서 안 좋으냐면, 저라는 사람을 있는 그대로, 그러니까 재 좋았는데 좋은 그대로 보는 게 아니라, 혼자서 키운다 하면 저에 대해서 다 알아보기도 전에 선입견 가지고 잘라 버리는 거예요. 대인관계 전력이 좀 다른 게, 한 반년이나 일 년 정도는 제가 어떤 환경에 있고, 어떻게 혼자 애 키우는지 오픈을 안 해요(당사자-2).

많은 미혼모들이 시간이 경과하면서 대인관계에서 적절한 통제력을 행사하고 또 긍정적인 상호작용을 이어가고 있다. 하지만, 여전히 일부 전문가들과의 상호작용에서는 ‘더러운 사람’, ‘사회악’, ‘정조관념 없는 사람’과 같은 모욕적인 말들을 듣거나 낙태나 입양을 권유당하는 경우가 있으며, 불친절하고 권위적인 태도에 직면하기도 하였다. 이때 미혼모들은 부당한 대우와 차별적 태도의 문제점을 지적하거나 항의하기 보다는 ‘신문고 민원’이나 ‘국가인권위원회 신고’ 등을 통해 문제를 제기하는 형식으로 대처하였다. 이와 같은 대처방식은 문제점을 해결하고자 하는 동기를 실천에 옮기고 또 해당기관의 제재조치를 통해 문제해결의 효과를 거둘 수 있는 장점이 있다. 그러나 부당한 대우를 받은 당사자가 상대방으로부터 직접 사과를 받거나 혹은 부당성을 전달한 것은 아니기 때문에 그 상처가 완화되는 것은 아니며, 전문가들의 인식 개선 효과를 기대하기도 어려운 한계가 있다. 따라서 좀 더 적극적이고 접근적인 대처전략을 활용할 필요가 있다.

한부모가 그렇게 자랑스러운 일은 아니라고. 미혼모인 걸 부끄러운 줄 알라고. (당사자 11)

애기 낳을 때 좀 다른 병원 가서 애기 예정일 알려고 전화했는데 애기 지우려고 오신거 아니냐고 해서 끊고. (FGI 참여자 K)

한부모 시설 알아보려고 공무원한테 상담을 갔는데 담당 공무원이 애 낳으려고 휴가를 가서 일주일 일을 기다리래요. 그러면서 그 공무원이 나한테 나라에서 해주는 것 줬으면 됐지. 한부모 지원 돈 주면 되지 무슨 시설까지 들어간다고 따라다니면서 귀찮게 하냐고. 제가 아이 키우면서 다른 사람들이 30년간 겪을 수모를 다 격더라구요. (FGI 참여자 A)

### ③ 자존감의 고양과 대인관계 역량의 강화

적극적 대처를 활용하는 것은 자존감과 대인관계 역량의 강화라는 긍정적 효과를 낼 수 있다. 미혼모들의 경우 어린 시절의 경험과 함께 임신과 출산, 양육과정에서 겪은 여러 가지 부정적 경험 때문에 자존감의 저하를 경험하지만, 자녀를 양육하고 자신의 가계를 스스로 감당 해가는 자신을 재인식하면서 자존감이 고양되는 경험을 하기도 한다. 이런 긍정적 경험에는 부모교육과 상담, 그리고 주변의 지지와 소속감 등이 영향을 미치는데 이것은 삶에 대한 적극적 대처가 반영된 것이라 할 수 있다.

미혼모들은 자존감이 고양되면서 대인관계 역량도 강화되는 모습을 보였다. 아기를 지키고 혼자서 키워낸다는 사실에 대한 자부심으로 자신의 상황을 숨기지 않으며, 자신에게 부당한 대우를 하는 경우 이에 대처하거나 혹은 통제할 수 있는 힘이 생긴 것이다. 미혼모로서 살아오면서 습득한 지혜로서 상황에 따라 자신의 상황을 적절히 노출하여 대인관계에서 선입견으로 부당한 대우를 받는 것을 미리 예방할 줄 아는 대처전략을 활용하는 것 또한 가능해졌다. 심지어 부당하거나 부적절한 언사에 대해서는 해당관청에 민원을 내어 사과를 받고 교정하도록 할 정도로 적극적인 태도를 취하기도 하면서 자존감을 지키고 대인관계를 통제하는 능력을 키워가고 있는 것으로 나타났다.

### 3) 적극적 대처전략의 학습을 위한 방법들

#### (1) 강의



교수(teaching)에서 가장 많이 사용되는 강의법은 교수자가 중심이 되어 피교수자에게 지식을 전달하는 방법이다. 강의법은 단기간에 많은 내용을 학습하게 하거나 교수자의 지식과 정보를 전달하는데 유용하지만, 학습자의 개성이나 능력을 고려하지 않으며 추상적 개념을 전달하기 때문에 학습효과가 크지 않은 단점이 있다(남궁용권 외, 2005; 김도기, 2008).

- 본 교육모델에서는 미혼모당사자들이 경험하는 다양한 스트레스와 대처방법을 알아보고, 적극적이고 효과적인 대처방법을 전달함으로써 자존감과 대인관계 역량을 강화하는데 긍정적 영향을 미치도록 한다. 강의법을 통해 전달하고자 하는 구체적인 지식과 정보는 교육내용에서 다루도록 한다.

## (2) 토론

토의 혹은 토론은 공동의 관심사가 되는 특정 문제에 대하여 가장 바람직한 방안을 구하기 위해 여러 사람이 자신의 의견을 말하고 듣는 대화 형태의 활동으로 학습효과를 높이는데 유용한 방법이다(이창덕 외, 2000). 교수자가 전달하고자 하는 내용과 관련된 주제를 학습자가 함께 토론하여 그 입장을 전달하기 때문에 교수자와 학습자간 의사소통이 가능하고, 또 교수자의 의도가 잘 전달되었는지를 파악할 수 있다는 점에서 장점이 있다(김도기, 2008). 따라서 강의법과 함께 활용되는 경우가 많다.

- 5인 정도로 구성된 모둠을 만들어 미혼모들이 경험하는 심리사회적 상황의 예(2-3개)를 제시하고 이에 대한 자신의 경험과 이를 극복하기 위한 대처방법을 함께 토론할 수 있는 기회를 갖도록 한다.

- 각 모둠에서 논의된 내용을 스트레스-인지와 정서-대처의 순으로 정리하여 발표하도록 함으로써 미혼모로서 겪은 스트레스 경험이 보편성을 띤다는 점을 인식하도록 하고, 다양한 대처방법이 있음을 학습함으로써 대처목록을 확대하도록 한다.

### 토론 사례

1. A씨는 미혼한부모로서 국민기초생활보호대상자의 자격요건이 가능한지 알아보기 위해 주민센터

담당공무원을 만났다. 그런데 공무원에게 ‘하나 가지고 부족했냐고 왜 애를 또 낳아가지고’ 라는 모욕적인 말 많이 들었다. 그리고 수급자 신청을 하려고 하니 막말도 하고, 껌 씹으면서 서류 던지듯이 이렇 주어 마음이 상했다. 공무원은 ‘첫째 낳아서 그렇게 힘들어놓고 왜 둘째까지 낳아가지고 일할 생각은 안하고, 수급자 되려고 하나’고 이야기하면서 불결하고 재수 없다는 식으로 계속 얘기를 하여 마음이 상한 채 돌아왔다. 집에서 생각해보니 너무 억울하고 어찌하지 못하면 합병에 걸릴 것 같았지만, 아무것도 하지 못하고 울고 말았다.

A씨가 경험한 스트레스가 무엇인지 서로 얘기해 봅시다

A씨가 경험한 스트레스 때문에 A씨가 자신에 대해, 사회에 대해, 공무원에 대해, 그리고 미래에 대해 갖게 된 생각은 무엇일지 생각해 봅시다

A씨가 이 스트레스에 대처한 방식은 무엇이며, 지금이라면 어떻게 하는 것이 좋을지 생각해 봅시다.

2. B는 아기를 갖고 출산할 즈음에 대학병원에 갔는데, 산부인과 전문의로부터 ‘정조관념이 없어서 아이를 가졌고, 남자가 너무 좋아서, 너무 많이 자서 임신했다고, 자기가 산부인과 하면서 미혼모가 세상에서 사회악’이라고 하는 얘기를 고스란히 들었다. 진료를 위해 갔는데, 어이없이 그런 얘기를 듣다보니 기가막혔지만, 아무말도 하지 못했다. 출산할 때에는 무직이고, 학력은 전문대이고 남편이 없다고 하니까 나를 병원비를 안내고 도망칠 것 같은 그런 느낌을 풍겼다. 미혼모들이 병원비 안내고 도망가는 경우가 있으니까 이해는 하면서도 불쾌감이 들었다. 하지만, 병원에 있는 내내 아무 말도 하지 못하고 몇 일 있다가 퇴원을 했지만, 이 의사에 대한 경험은 아직까지도 잊혀지지 않는다. 전문가라는 사람들이 대부분 이럴 것 같다는 생각에 가능하면 미혼모라는 걸 알리지 말아야겠다고 생각했다.

B씨가 경험한 스트레스가 무엇인지 서로 얘기해봅시다

B씨가 경험한 스트레스 때문에 A씨가 자신에 대해, 사회에 대해, 공무원에 대해, 그리고 미래에 대해 갖게 된 생각은 무엇일지 생각해 봅시다

B씨가 이 스트레스에 대처한 방식은 무엇이며, 지금이라면 어떻게 하는 것이 좋을지 생각해봅시다.

### (3) 모의학습: 대인관계 역량 강화를 위한 대처기법 학습과 실연

모의학습은 실제 상황을 모의적으로 만들어 마치 학습자들이 문제를 해결해보는 방법이다. 이 교수법은 강의나 토론을 통해 습득한 지식과 정보를 실제 적용해봄으로써 학습된 내용을 실천할 수 있도록 하는데 유용한 방법이다(김연자, 2005). 대인관계에서의 어려움을 겪는 경우

나 자신의 의사를 표현하는데 어려움이 있는 경우 자기주장을 할 수 있도록 돕는 상황적 모의 학습을 통해 도움을 줄 수 있다. ex) 역할극, 긴장이완훈련, 자기주장훈련

① 역할놀이(role-play): 모의학습 혹은 역할극은 실제 시계속의 다양한 언어적 상황을 교육의 현장 속으로 재구조화하여 실연하는 활동으로 학습자들이 목표를 달성하기 위해 상호작용하는 행위에 초점을 맞추는 교수학습 방법이다(최진호, 2011). 미혼모에 대한 인식개선 및 미혼모 자녀와의 긍정적 상호작용을 위해 학부모로서 미혼모와 ‘별반 다르지 않게, 평범하게’ 학부모상담을 하는 상황을 역할극을 통해 실연해보도록 함으로써 참가자들이 인식개선에 동참하는 것을 몸으로 체험하도록 하는 효과를 거둘 수도 있다. 그러므로 역할극의 원리를 참가자들에게 교육하고, 대인과의 관계에서 경험한 심리사회적 어려움의 사례를 제시한 후, 의사소통 및 자기주장의 문제점을 당사자들이 함께 확인하고 적절하고 효과적인 대처방법의 학습 및 실연을 통해 실제 상황에서 적절히 대처할 수 있도록 한다.

#### 4) 자기주장 훈련(Self-Assertiveness Training)

##### (1) 개념

자기주장은 상대방의 권리를 침해하지 않는 범위 내에서 자신이 나타내고자 하는 바를 상대방에게 나타내는 행동을 의미한다. 이것은 대인 관계에서 적절하게 자신의 생각과 감을 표현하는 것을 허용하고 지지하는 환경에 노출하고 강화를 받아 형성되는 일종의 학습결과로, 상대방의 인권과 인격을 존중하면서 상대방에게 자신의 생각, 의견, 느낌 등을 마음속에 있는 그대로 말할 수 있도록 도와주는 일종의 교육프로그램이다(변창진·김성희, 1980; 배경희·김정숙, 2005 재인용).

<표 6> 소극적 행동과 주장행동, 공격적 행동의 특징

	소극적 행동	주장행동	공격행동
행동의 특징 들	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자신의 욕구, 권리를 표현하지 못함</li> <li>· 정서적으로 정직하지 못하고 간접적으로 표현함</li> <li>· 타인에게 인간적 권리를 침해하도록 허용함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 자신의 욕구, 권리를 표현함.</li> <li>· 정서적으로 정직하고 직접적으로 표현함</li> <li>· 인간적 권리를 유지하나 타인의 권리를 침해하지 않음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 타인을 희생하여 욕구, 권리 표현</li> <li>· 정서적으로 정직하나 누군가를 희생하도록 표현</li> <li>· 부적절한 적의의 과잉 반응 및 타인을 멸시하거나 창피를 줌</li> </ul>
행동 후 느끼는 감정	· 불안, 자기에 대한 실망과 뒤늦은 분노	· 좋은 감정, 확신감	· 당당한 우울감, 분노
타인이 느끼는 감정	· 안달, 초조, 동정, 연민	· 존경	· 분노, 복수심
결과	· 바라는 목표 불성취	· 목표 성취	· 타인을 희생하여 목표 성취

출처: 한혜진. 2002. p. 6

## (2) 자기주장훈련 방법

자기주장행동은 자신의 생각과 느낌을 적절히 표현하도록 학습된 행위이기 때문에 자기주장을 잘 하도록 하는 훈련 프로그램 역시 인지행동주의나 행동주의에 근거한다. 구체적으로 자기주장훈련 방법도 행동적인 방법과 인지적 방법, 정서적 방법으로 구분된다(신상문, 1993; 한혜진, 2002 재인용).

### - 행동적 주장훈련

자기주장을 하는데 있어 부적절성의 원인이 행동적 측면에 있는 경우 그 원인을 감소시키는 데 주안점을 둔 훈련방법이다. 여기에는 구체적으로 자기주장을 하는 방법을 학습하는 방법, 시범의 관찰(Observation of Modeling), 역할연기(Role-Playing), 코칭(Coachong), 행동연습(Behavior Rehearsal), 훈련자나 집단 구성원간의 피드백(Feedback), 행동과제나 목록의 제시 등이 포함된다.

- 인지적 주장훈련

이것은 자기주장을 방해하는 인지적 원인을 발견하여 대처하는데 주안점을 두는 방법으로 상담자와 내담자간의 신뢰관계를 중요하게 생각한다. 양자 간의 협력적 관계와 신뢰관계를 바탕으로 내담자가 가지고 있는 비합리적인 사고, 왜곡된 사고의 변화를 시도할 수 있기 때문이다. 여기서는 자기소개, 별명 짓기 등의 방법과 합리적 정서적 상담이론에 근거한 상담기법들이 활용될 수 있다.

- 정서적 주장훈련

불안과 두려움은 자기주장을 방해하는 주된 요소이다. 정서적 주장훈련에서는 이와 같은 불안과 두려움의 정서를 완화시키기 위해 이완훈련(Relaxation Training), 자기진술(Self-Statement), 상호억제(Reciprocal Inhibition)의 기법을 활용하여 자신감을 갖도록 하는데 주안점을 둔다.

각각의 훈련방법이 공통적으로 포함하는 요소들은 다음과 같다.

- ① 상대방의 말을 경청한다.
- ② 예의를 지킨다.
- ③ 상대방을 공감적으로 이해하려고 노력한다.
- ④ 이유를 설명한다.
- ⑤ 타협안을 제시한다.
- ⑥ 책임 소재 전달방법의 하나로서 나 메시지법(I-Message)을 활용한다.
- ⑦ 말하고자 하는 바를 표현해본다.
- ⑧ 정직하게 표현한다.
- ⑨ 상대방에게 직접 표현한다.

집단 속에서 경청과 공감, 타협, 자기주장 등과 같은 대인관계 기술을 학습하게 되는 자기주장훈련은 상대방의 권리를 침해하지 않고 자신의 생각이나 의견을 솔직하게 표현할 수 있도록 하는 사회기술 훈련이므로, 대인관계에서 소외감, 피해의식, 대중공포, 고독감을 경험하는 사람

들에게 효과적이다. 또 내담자의 자기노출을 유도하는 유용한 상담기법으로서 불안 수준이 높은 사람들에게 특히 효과적이며, 자신의 생각을 상대방에게 솔직하게 표현할 수 있는 방법과 기술을 익히게 함으로써 대인관계를 향상시키는데 도움이 된다(권성민 외, 2003). 이 외에도 지지적이고 수용적인 분위기에서 진행되므로 불쾌한 감정이나 분노를 제대로 표현하지 못하거나 거절을 잘 하지 못하는 사람, 애정이나 호감을 잘 표현하지 못하는 사람들이 자신의 감정과 생각을 표현하도록 하는데 효과적이다(이장호, 1990, 한혜진, 2002 재인용). 마지막으로 자기주장은 분노표출을 억제하고 분노를 표현하는 방법을 개선시키는 데에도 도움이 된다. 즉, 자기주장적으로 말하거나 나-메시지를 활용하는 것, 정당하게 대처하는 것 등은 분노를 좀 더 바람직하게 표현하도록 함으로써 정신건강을 향상시키는데 기여한다(고영인, 1994; 이경선·손정락, 2010 재인용).

## 5) 자존감과 대인관계 역량 강화를 위한 부모교육과 부모효율성훈련

### (1) 부모교육의 개념과 유형

부모교육은 부모의 자녀에 대한 이해와 지식을 증진시켜서 사고와 감정, 행동에 있어 기존의 방법을 검토해보도록 하고, 또 자녀를 양육하는 새로운 방법을 습득하도록 돕는 다양한 교육적 경험을 의미한다(예사현, 2004). 또 부모교육은 자녀의 양육과 교육을 담당하는 부모들이 역할과 기능을 보다 효과적으로 수행할 수 있도록 자질과 소양을 높이기 위해 제공되는 교육을 의미한다(안경자, 2005).

해머와 터너(Hammer & Turner)에 따르면, 부모교육은 대부분의 사람들이 부모가 되는 반면, 부모기에 대한 교육이 가정에서는 거의 이루어지지 않는 점, 그리고 성공적으로 부모역할을 수행할 수 있도록 돕는 지침이 부족하고 또 효과적인 부모역할은 아동 초기의 발달에 특히 중요하지만, 부모역할 하기가 어려우며 부모들은 도움을 받기를 원한다는 점 때문에 필요하다(이영아, 2008).

이런 부모교육을 위한 방법중 하나로 활용되는 것이 부모훈련(parenting education)이다. 때로 부모참여(parent participation), 부모개입(parent involvement), 혹은 부모지지(parent support), 부모역할하기(parenting) 등과 혼용하여 사용되기도 하지만, 보통은 부모역할에 대

한 교육과 훈련을 포괄하는 부모교육훈련 혹은 부모역할훈련을 많이 활용하고 있다. 여기서는 부모역할훈련을 활용하도록 한다.

부모역할훈련은 일반적으로 부모효율성훈련(PET)과 체계적 부모역할훈련(STEP), 적극적 부모역할훈련(APT) 프로그램으로 나뉘는데 이중 가장 많이 활용되는 것은 적극적 부모역할훈련 프로그램과 부모효율성훈련이다. 이중 APT는 아들러(Adler)의 개인심리학 이론과 고든(Gordon)의 의사소통기술, 드레이커스(Dreikurs)의 민주적 자녀양육이론에 근거하여 팝킨(Popkin, 1983)이 만 2세부터 12세 아동을 위한 Active Parenting Today:APT와 10대 자녀를 위한 Active Parenting Teens:AP/T가 있다. APT는 적극적 부모가 됨, 자녀행동 이해, 민주적 가정, 용기를 북돋아주기, 자심감 불어넣기, 책임감 기르기, 협동심 기르기의 7개 영역으로 구성되어있다. 프로그램은 약 6-8주간 진행되며, 교재와 비디오테이프, 핸드북, 평가, 지도교사 지침서 등의 교수자료를 비디오시청이나 집단토의, 강의, 기록, 실제연습 등의 교수방법을 활용하여 참가자들에게 적용한다. 각 회기별 하위목표 혹은 내용은 다르지만, 학습체계는 내용 읽기-질문기록-토의-비디오시청-역할놀이-활용적용-피드백과 격려-실생활 적용의 8단계로 이루어져있다.

한편 부모효율성훈련(PET)는 정신분석이론과 아동심리 및 발달이론, 그리고 의사소통이론에 근거하여 원만한 부모자녀관계 및 의사소통기술을 향상시키는데 목표를 두고 있다. 주로 반영적 경청과 나-메시지법 무승부법을 학습하고 훈련하는 내용으로 구성된 이 프로그램은 약 8주간 교재를 활용하여 강의 혹은 모델링 하는 방식으로 진행된다(안경자, 2005). PET는 모호하고 추상적인 충고가 아니라 자녀를 대할 는 보다 구체적이고 효율적인 방법을 제공하고 있다는 점에서 특징적이라는 평가를 받고 있다(이영아, 2008).

구체적으로 PET는 자녀를 대할 때 부모의 태도와 행동의 일관성과 문제를 소유한 사람이 부모인지 혹은 자녀인지를 파악하고 또 해결할 사람을 구분하는 원칙에 근거하여 직면기술이나 돕는 기술들을 활용한다. 즉, 의사소통 능력을 향상시키기 위해, 상담과 직면, 문제해결기술 등을 교육한다. 여기에는 경청과 나-전달법, 무승부법이 해당된다.

수용할 수 있는 행동		->아이가 해결해야 할 문제
	문제가 아님	
수용할 수 없는 행동		->부모가 해결해야 할 문제

<그림 4> PET 문제를 해결할 사람을 구분하는 원칙

출처: 이영아, 2008

## (2) 부모교육훈련 방법: 역할놀이를 통한 PET 방법의 활용

역할놀이는 어떤 가장적인 역할을 수행하게 하여 문제시되는 태도나 행동을 병화시키는 것으로서 문제해결을 위한 사고를 촉진하고 상호의사소통을 유도하며, 부모로 하여금 유아의 견해를 경험하게 하는 효과가 있다. 또 다른 사람의 위치에서 감정이입을 해봄으로써 실제 상황에서 잘 수행할 수 있도록 한다. 따라서 의사소통기술을 증진시키고, 양육태도를 변화시키며, 자존감의 향상에도 기여한다.<sup>3)</sup> 따라서 역할놀이를 활용하여 PET 방법인 경청과 나-전달법, 무승부법을 훈련하는 방안을 면 활용해볼 필요가 있다.

### ① 경청

경청은 말하는 사람의 이야기를 비판이나 판단 없이 있는 그대로 수용하고 또 그 사람의 감정을 진심으로 이해하려는 태도를 갖고 의사소통에 임하는 것을 말한다. 적극적 경청은 부정적 감정을 두려워하지 않도록 돕고, 자녀가 스스로 문제를 해결할 수 있도록 할 뿐만 아니라 자녀도 부모의 생각과 견해를 잘 경청하도록 하는 효과가 있다. 이런 경청을 하기 위해서는 먼저 자녀가 말하는 것을 듣고 싶어 하고, 의사소통하는 동안 자녀가 말하는 문제에 대한 진심어린 태도와 수용, 그리고 어머니 자신의 감정조절 및 문제해결 능력에 대한 자신감이 있어야 한다.

3) 자존감은 가정요인, 성공과 실패의 경험, 정서적 요인, 인지적 요인 등의 영향을 받는다. 이중 가정요인은 자존감에 가장 큰 영향을 주는 것으로, 부모의 태도와 출생순위가 중요하다. 여기서 부모의 태도는 무조건적인 애정, 수용, 건전하고 일관된 훈육방법, 일정한 규칙, 대화와 토론 기회 등이 중요하다(임미숙, 1998; 안경자, 2005 재인용).

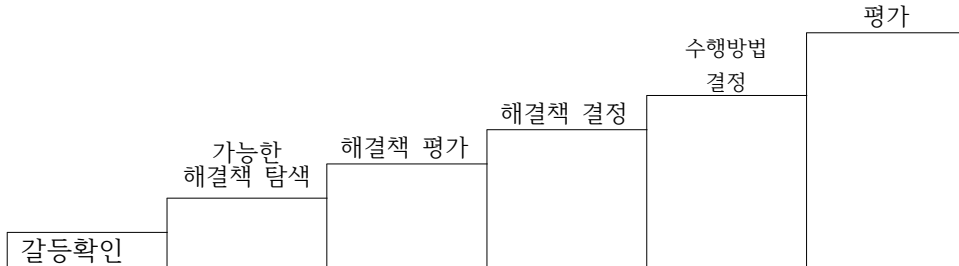


## ② 나-전달법

이것은 자녀에게 부모의 생각을 일방적으로 전달하거나 혹은 지시하는 것이 아니라 부모 자신의 감정상태를 전달하는 방법이다. 즉 자녀의 행동을 판단하는 것이 아니라 그 행동이 부모에게 어떤 영향을 미쳤는지를 전달하는 것이다. 따라서 문제의 소유자가 부모일 때 이 방법을 활용하는 것이 효과적이다.

## ③ 무승부법

경청이나 나-전달법과 다르게 부모와 자녀간에 요구에 대한 갈등상황이 발생할 때에는 갈등을 효과적으로 피하기 위해 활용하는 방법이다. 문제에 대한 해결책이 누군가는 지고 또 누군가는 이기는 것이 아니라 문제를 확인하는 단계부터 최종 문제해결 및 평가단계까지 함께 하는 것이다. 이것은 갈등해결에 자녀가 참여하고 또 스스로 문제해결을 함으로써 사고능력을 향상시키는 효과가 있을 뿐만 아니라 부모의 권위 행사나 자녀와의 힘겨루기를 피할 수 있다는 점에서 장점이 있다.



<그림 5> 무승부법의 적용 단계 출처: 이영아, 2008

## 참고문헌

- 강병철. 2011. 사회적 낙인인식이 성소수자의 삶의 만족도에 미치는 영향. 사회복지연구. 42(2): 381-417.
- 공미혜·이진숙·성정현. 2010. 여성복지론. 신정.
- 김경희(2015) 뉴스구성관행과 고정관념의 재생산: 텔레비전 뉴스의 미혼모 보도 사례분석. 미디어, 젠더 & 문화. 30(1): 6-45.
- 김도기. 2008. 교실친화적 교사 양성의 내용과 방법. 교원교육. 24(3): 16-29.
- 김연자. 2005. 모의학습을 활용한 중등 경제교육이 경제적 사고력 신장에 미치는 효과. 연세대 학교 석사학위논문.
- 김혜숙. 1999. 집단범주에 대한 고정관념, 감정과 편견. 한국심리학회지: 사회 및 성격. 13(1): 1-33.
- 김혜영. 2013. 미혼모에 대한 사회적 차별과 배제: 차별의 기제와 특징을 중심으로. 젠더와 문화. 6(1): 7-41.
- 김희주·권종희·최형숙. 2012. 양육미혼모들의 차별경험에 관한 질적사례연구. 한국가족복지학. 36: 121-155.
- 남궁용권·김남금·김노연. 2005. 알기 쉬운 교육학개론. 양서원.
- 박건. 2010. 차별 이해 지평의 확장을 위한 연구. 민주주의와 인권. 10(1): 255-292.
- 박지영·이창식. 2011. 여성결혼이민자의 스트레스 대처와 심리적 복지감과의 관계에서 희망의 매개효과. 디지털정책연구. 11(1): 405-412.
- 부록
- 성정현. 1999. 이혼여성의 적응에 관한 연구 : 성역할태도를 중심으로. 한국가족복지학. 4:93-116.
- 송승현. 2005. 정신질환자의 자기-스티그마와 그 극복 경험에 관한 탐색적 연구. 서울대학교 석사학위논문.
- 엄명용·노충래·김용석. 2009. 사회복지실천기술의 이해. 학지사.
- 이경선·손정락. 2010. 자기 주장훈련이 대학생의 분노억제와 분노표출의 감소에 미치는 영향. 사회과학연구. 34(2): 115-130.
- 이윤호·김대권. 2007. 전과자들의 사회적 차별에 관한 연구. 사회과학연구. 13(2): 27-60.
- 이지수. 2011. 차별경험과 자기 낙인이 장애인의 삶의 만족도에 미치는 영향. 사회과학연구.

27(1): 277-299.

이하령. 2007. 인종에 대한 사회적 편견 연구: 고정관념, 감정과 사회적 거리감 관계를 중심으로. 한양대학교 석사학위논문.

전희옥. 2007. 사회과교육에서 고정관념 문제 교육. 사회과교육연구. 14(3): 113-137.

조용래. 2013. 가정폭력 피해여성들의 외상 후 부정적 인지와 대처전략이 외상 후 스트레스증상과 정서증상에 미치는 효과. 인지행동치료. 13(3): 445-467.

조인수·박정식. 장애학생의 자기결정 능력 강화를 위한 자기주장훈련과 효율적 의사소통 기술지도 방략. 특수교육저널: 이론과 실천. 7(2): 327-349.

최원영. 2003. 낙태경험을 통해 본 '미혼 여성의 섹슈얼리티(sexuality) 인식 변화에 관한 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.

Corrigan & Watson, 2002, The paradox of self-stigma and mental illness. Clinical Psychology—Science and Practice. 9: 35-53.

Goffman, 1963. Stigma: Notes on the management of spoiled identity. Englewood Cliff, NJ: Prentice-Hall.

Link, B., Cullen, F., Struening, E., Shrout, P., & Dohrenwend, B. 1989. A modified labeling theory approach to mental disorders: An empirical assessment. American Sociological Review. 54: 400-423.

## 부록

### 1. 미혼모 당사자 대상 인식개선을 위한 교육모델(I) - 교육자료




## 2. 미혼모 당사자 대상 인식개선을 위한 교육모델(II)-교육자료