

이혼이 자녀에 미치는 영향과 심리치료적 접근 방법

채 규 만

성신여자 대학교 심리학과

최근에 이혼율이 급격히 증가하면서 이로인한 당사자들 뿐아니고 자녀들이 당하는 어려움은 심각하다. 즉 이혼자녀들을 상대로한 연구에 의하면 자녀들의 자존심, 학업성취도, 정서반응, 정체성 등에 부정적인 영향을 주고, 특히 청소년의 비행을 증가시키는 원인이 되고 있다. 이혼이 자녀에게 미치는 영향은 이혼 부모들의 갈등이 심한 정도, 정신 병리동과, 아동의 성, 나이, 심리적인 성숙도, 아동의 타고난 성격등에 따라 달라 질 수 있다. 이혼 자녀들을 위한 심리적인 접근 방법은 이혼이 자녀에게 미치는 영향을 최소화하고 이혼후의 변화된 환경에 적응 하기위한 기술을 습득하는데 초점이 주어진다. 심리치료의 진행은 부부의 이혼 진행 단계에 따라 융통성있게 실행되어야 하고, 아동을 상대로한 개인심리치료, 가족치료, 부부 치료, 학교에서의 집단 교육, 집단치료등을 들 수 있다.

개 요

우리나라의 이혼율을 연구한 자료에 의하면, 인구 천명당 이혼한 남녀 쌍의 수가 0.88명 (1952년), 0.11명 (1951년), 0.11명 (1953년)으로 6.25 전쟁 동안은 크게 변화가 없었으나 (이태영, 1987), 1990년도에는 1.13명으로 전후 약 10배의 이혼 증가율을 보이고 있다 (통계청, 1991). 그러나, 이혼한 인구 중에서 연령

에 따른 이혼율을 보면, 남자의 경우 30-34세가 29.3%로 가장 높았고, 여자의 경우 25-29세가 30.4%로 가장 높았으며, 남자는 대체로 30-40세, 여자는 25-35세가 이혼한 사람들의 약 50% 정도를 차지하고 있다 (김정옥, 1993). 이러한 자료에 따르면, 부모가 대체로 동거기간의 5-10년 사이에 이혼을 가장 많이 하며, 이때 약 50%의 자녀가 10살 미만이라고 추정할 수 있다.

1990년 한해, 전국에서 이혼한 부부는 모두 57,645쌍으로 이는 1980년의 20,348명보다 두배 이상의 증가율을 보이고 있으며, 이들 가정의 56.6%가 두명 이상의 자녀를 두고 있는 것으로 나타났다. 최근 한 연구에 의하면, 우리나라의 경우 부모의 이혼 후 자녀들이 아버지와 동거하는 경우가 55%, 어머니와는 31.6%, 기타 친척이나 조부모와는 13.4%로 나타났는데 (정현숙, 1993), 이러한 추세는 85%의 자녀들이 어머니와 동거하는 미국의 경우와 대조적이다. 또한, 미국 통계에 의하면, 1980-1990년에 태어난 자녀들의 약 60%가 이혼으로 인해 편모가정에서 살았을 것이라는 보고가 있다 (Teegartin, 1994).

한 가정이 이혼으로 끝나면, 이로 인한 경제적 손실, 주거의 변동, 가사 책임이나 가정 역할의 재조정, 주의의 부정적인 시선에 대한 대처, 가능한 자원의 재구성 및 활용, 재혼할 경우 부모와 자녀간의 새로운 가족관계 형성 등 여러 차원에 걸친 다양한 문제들이 발생한다. 특히, 발달심리학자들은 1960년대부터 이혼이 자녀들에게 커다란 스트레스로 작용한다는 사실에 주목하고, 이혼이 자녀들의 사회적, 정서적, 또는 지적인 발달에 미치는 단기적, 장기적인 영향에 대해서 꾸준한 연구들을 수행해왔다 (Shaffer, 1996). 본 연구에서는 이혼이 아동들에게 미치는 영향에 관해서 기존의 연구와 임상 경험을 통해 알아 보고, 이러한 아동들을 위한 심리치료적 접근방법을 제시하겠다.

1. 이혼이 자녀에게 미치는 영향

우리나라에서는 이혼한 부모의 자녀를 상대로 이혼이 미치는 영향에 대한 연구가 구체적으로 실행되지 못했다. 이에 주로 미국에서 행해진 연구 자료들을 분석해 보면, 부모들의 이혼은 자녀들의 자존심, 학업 성취도, 정서반응, 아동들의 사회성, 청소년 문제행동, 등에 영향을 준다.

1. 자존심 (Self-Esteem)

이혼이 자녀들의 자존심에 미치는 영향은 대체로 부정적이지만 항상 부정적인 것만은 아니다. 본인의 임상 경험에 의하면, 부모가 계속 싸우다가 자녀들도 원해서 이혼한 경우에는 오히려 긍정적인 태도를 보인다. 또한, 부모가 재혼을 해서 새로운 의붓아버지, 어머니와 긍정적이고 애정적인 관계를 유지하는 경우에도 이전에 비해서 아동들의 자신감이 증진되고 높은 자존심을 가지는 예가 많았다. 그러나, 부모가 이혼을 하고 재혼하지 않은 경우에는 정상적인 가정에 자라난 자녀들에 비해서 이혼 직후 1-3년간은 더 낮은 자존심을 가지고 있었다 (Parish & Dostal, 1980). 하지만, 이러한 아동들을 장기적으로 관찰한 결과에 의하면, 자신에 대해 긍정적인 태도를 보인다는 보고도 있다 (Parish & Wigle, 1985).

아직도 이혼에 대한 사회의 부정적인 태도가 강하며, 부모가 서로 앙숙이 되다시피해서 헤어지고, 자녀들이 친부모를 마음대로 만나지 못하게 하는 한국의 상황을 고려한다면, 이혼이 자녀들의 자존심에 미치는 영향은 부정적이고 장기적이다.

2. 학업 성취도

일반적으로 부모와 정상적인 가정에서 자라고 있는 아동들은 이혼한 가정에서 자라고 있는 아동들에 비해 학업성취도나 성취도가 저조한 것으로 평가되었다 (Allison & Fustrstenburg, 1989). 그러나, 부모의 학력이나 성과 같은 중간변인을 통제하면, 장기적인 면에서 아동의 학업성취에 부정적인 영향은 없는 것으로 나타났다. 그렇지만, 아동들이 부모의 이혼 후 친부모와의 관계가 원만하지 못하다던가 계속되는 갈등에 휩싸여 스트레스와 긴장관계에 빠지고 정서적인 면에서 안정이 안되면, 아동들은 심리적인 에너지가 분산되어 공부에 전념할 수 없기 때문에 학업성취가 떨어지게 된다.

3. 정서 반응

부모의 이혼에 대한 아동의 정서적인 반응은 다양하다. 부모가 이혼했을 때 보이는 아동들의 정서적인 반응들을 종합하면 다음과 같다.

1) 거절감 및 분노감

아동들은 우선 믿었던 부모님한테 거절당했다는 생각에 배신감이 깊어지면서 부모님들에 대한 강한 분노감을 느낀다 (Wallerstein & Kelly, 1980). 특히, 자녀들이 청소년일 경우에는 부모들이 성인으로서 자신들의 문제를 해결하지 못하고 자신들의 이익을 위해서 자녀들을 버린다고 생각하기에 이로인한 부모들에게 좌절감과, 많은 배신감, 분노감을 표출하면서 청소년 비행울 포함한 많은 부정적인 행동을 보인다.

2) 두려움과 공포감

아동의 나이가 어린 경우에는 이혼이라는 개념을 잘 알지 못한다. 이 때문에 아이들의 입장에서는 어느날 갑자기 한쪽 부모가 자신들과 같이 살지 않거나 아예 사라져 버리기에 궁금증에 빠지게 된다. 그러나, 6-7살 정도의 아동은 "부모가 나를 버리면 어떻하나?, 나를 누가 돌보아 줄 것인가?" 하는 염려 때문에 두려움에 빠지고 비현실적인 공포감까지 느낀다. 실제로 본인의 상담 사례에는 이혼 후 아버지가 아이를 맡아 기르다가 힘이 들어 어느날 이모집에 놀러 가자고 한 후 아침에 아이도 모르게 그 집에 버려두고 말도 없이 사라진 경우가 있었다. 이후 그 아동은 보호자에 대한 불신과 아울러 밀폐된 공간에 있으면 숨이 답답하고 터질 것 같은 공포감을 느꼈고, 자신을 돌보는 모든 사람이 자신을 버릴 것이라는 두려움도 느꼈다. 또한, 한쪽의 부모가 같이 살지 않기 때문에 부모와 같이 보내는 시간이 적어 외로움을 느끼는 아동들도 많았다.

3) 수치심 및 죄책감

부모가 이혼하겠다고 어린 자녀들에게 알려주면, 아동들은 정상적인 아동들의 가족과 다르다는 느낌 때문에 수치심을 느낀다. 또한 자녀들이 평소에 부모의 말을 잘 안들었거나 자신들의 문제로 부모들이 자주 다투었을 경우, 자녀들은 자신들 때문에 부모가 이혼한다는 생각으로 죄의식과 수치심을 느끼고, 우울해하는 경우가 많다. 이런 이유로 부모는 부모 자신들의 문제 때문에 서로 어울릴 수 없어 헤어지기로 결정했다는 것을 자녀들에게 강조하여야 한다. 특히, 아동은 친구들

이 자신의 부모가 이혼한 사실을 알까봐 두려워하고 수치심을 느끼며 친구들을 기피하기도 하는데, 부모는 우리나라에서도 이혼한 가정이 늘어 나고 있다는 현실을 자녀들에게 알려주고, 이혼 때문에 자신들이 다른 아이들과 다르지 않다는 것을 주지시켜야 한다. 또한 이혼은, 하지만 부모가 자녀들을 버린 것은 아니라는 것도 강조해 주어야 한다.

4) 충성심 및 정체성의 갈등

부모가 이혼하는 과정에서 서로 감정적인 갈등이 심했거나, 서로에게 상처를 많이 주었을 경우는 부모들이 서로 앙숙이 되다시피해서 헤어진다. 이들은 서로 이혼 후에도 상대방에 대한 적개심을 자녀를 통해서 표현하려고 하며, 자녀들에게 이혼의 책임이 아버지 또는 어머니에게 있다는 것을 강조하면서 상대방을 비난하거나 헐뜯는다. 이 경우 자녀들은 부모의 중간에 끼여있어 어느 부모에게 충성해야 할 것인가에 대한 갈등을 겪게 된다. 특히, 부모가 필요한 아동의 입장에서 어느 한쪽 부모를 선택하라는 것은 매우 심한 갈등을 낳게 한다. 또한, 부모들이 서로 상대방을 비난하면, 아동들은 자신들의 성역할 모델로 삼아야 할 대상에 대해 부정적인 이미지를 갖게 되고, 이에 자아의 정체성에도 많은 문제를 일으키게 된다.

5) 소속감의 갈등

우리나라는 아직도 부계 중심의 사회이기에 이혼 후 아버지와 동거하는 자녀가 어머니와 동거하는 자녀에 비해 비교적 자신의 가족 혈통에 대한 소속감을 잘 유지하고 있다. 그러나, 어머니와 동거하거

나 어머니가 재가하였을 경우, 자녀들은 새아버지와 친숙한 관계를 가지면서 자신의 가문에 대한 소속감에 혼동을 느끼게 된다. 특히, 이혼 후에도 부모들의 갈등이 계속되어 자녀들이 아버지 쪽의 가족과 접촉할 수 없다면 자녀들은 어느쪽 가문에 속해야 할까에 대한 심리적 갈등을 겪는다. 그렇다고 이것이 어머니와의 접촉 없이 아버지와 함께 사는 자녀들이 더 적응력이 있다는 것을 의미하지는 않는다. 이혼 자녀들에게는 지나친 혈통주의 보다는 자녀가 어떠한 조건에 있을 때 가장 잘 적응 할 수 있느냐에 초점을 두어야 한다.

6) 비행

이혼한 가정의 자녀들을 상대로 한 연구들에 의하면, 일반적으로 남아들이 여아들에 비해서 사회적으로 더 부정적인 행동을 보인다고 한다(Block, Block & Gjerde, 1986; 1988). 자녀들의 비행은 이혼 전 갈등이 심화되어 부모의 이혼이 임박하였다고 느끼면 더 심해지는데, 이는 자녀들이 부모들에게 "어머니 아버지 문제로 싸우지 말고 내 문제를 해결하기 위해 서로 협력하고 가정을 지켜 주시오" 하는 간접 메시지를 부모에게 보내기 위한 것이라 한다(Haley, 1980). 이외에도 자녀들이 비행을 보이는 이유는 남아들이 가깝게 느꼈던 아버지와 헤어져 살 경우 같이 보내는 시간이 상대적으로 적고 성역할 모델이 가까이 없기에 느끼는 좌절감 때문이라 한다(Lamb, 1981). 또 다른 연구에서는 여아와 남아들 모두 좌절감을 느끼지만, 여아들은 그 좌절감을 내적으로(covert) 나타내는 반면, 남아들은 외

적으로(overt) 표현하는 경향이 있기에 더 많이 비행에 가담한다고 한다(Allison & Furstenberg, 1989).

본인의 상담 경험에 의하면, 대체로 남녀 모두 비행에 가담하는 경우가 많았으며, 한 여아는 부모들의 이혼 10여년 후에도 친부모들을 합치게 할 목적으로 양쪽 부모들에게 계속해서 말썽을 부린 경우가 있었다. 이 경우에는 양쪽의 친부모들이 상담을 통해서 서로 다시 화합할 수 없다는 것을 재삼 분명히 했을때야 비로소 여아의 비행이 중지될 수 있었다.

II. 이혼후 자녀들의 적응에 영향을 주는 요인들

다음으로 이혼 자녀들의 적응변인을 살펴보면, 부모 관련 요인들, 아동 관련 요인들, 부모와 아동과의 상호관련 요인들로 구분해 볼 수 있다.

1. 부모 관련 요인들

1) 갈등의 심한 정도

이혼 전후에 부모들의 갈등이 심하면, 이것이 아이들의 심리적 적응에 부정적인 영향을 미쳐 이혼자녀들의 적응 문제를 가져온다고 한다(Hertherington, 1979). 부모들이 이혼후에도 심한 적개심이나 증오심을 갖는 경우는 어떤 의미에서 심리적 또는 정서적인 이혼이 완결되지 않았다는 증표이다. 사랑했던 부부들이 어떤 이유로든지 이혼을 하게 되면 적어도 친구관계라도 유지하면서 자녀를 위해서 서로 협동을 하여야 한다. 그러나, 그렇지

못하고 이혼 후에도 부모간의 갈등이 계속되면 자녀들은 불안해하고 특히 학교생활에 어려움을 느낀다.

2) 부모의 정신병리

부모들이 정신병적 문제가 있다던가, 알콜중독, 도박, 아내구타, 가출 등의 개인 문제가 심각할수록 대체로 이혼 후에도 자녀들이 적응에 어려워하였다. 한편, 아버지가 알콜중독이면서 부인을 구타하였을 경우에는 이혼으로 폭력적인 아버지와 분리될 수 있기에 이혼이 오히려 긍정적인 효과를 가져다 줄 수 있다. 그러나, 어느 한쪽이라도 부모가 심한 정신적인 병력을 앓고 있을 때, 이혼 후 그렇지 않은 부모와 살고 있는 자녀들에 비해서는 적응하는데 더 어려움이 많았다.

3) 부모 자신들의 이혼에 대한 적응정도

부모 자신들이 이혼 후 후유증에서 빨리 적응하면 자녀들의 적응도 빨라지고 곧 안정된다(Shaffer, 1996). 즉, 부모가 이혼을 기정 사실로 받아들이고 새로운 상대를 찾아 결혼한다든지, 본인 자신들의 사회적인 지지집단을 통해 정상적인 사회 생활을 영위하면 안정적인 부모의 삶 속에서 자녀들도 안정된 생활을 해나갈 수 있게 된다.

2. 아동 관련 요인들

1) 아동의 성

위에서도 밝혔듯이 대체로 미국의 경우에는 대부분 어머니가 친권을 가지기 때문에 아버지와 떨어져 살아야 하는 남아

들의 적응이 더욱 어렵다고 한다. 한편, 한국에서는 아버지가 대부분 친권을 가지기 때문에 남아들이 아버지와 떨어져 사는 데서 오는 어려움보다는 어머니의 따뜻한 사랑을 받지 못하는 데에서 오는 어려움이 크다고 하겠다. 한국의 부모 교육방식을 보면, 아직도 어머니들의 남아 선호 태도 때문에 어머니와 남아가 심리적으로 밀착관계를 유지하고 있는데, 이혼으로 인해 그러한 관계가 끊어졌을 때 그 부정적인 영향은 크다 할 수 있겠다.

2) 아동의 나이 및 심리적 성숙도

본인의 임상 경험에 의하면, 대체로 아동의 나이가 6-세 정도의 학령기 전 후에 속하는 경우, 아동들은 부모들의 이혼한 이유가 자신들이 부모 말을 잘 안들었기 때문이라고 부모의 이혼을 개인화 해서 받아들이기에 이혼의 부정적인 영향이 더 컸다. 이에 비해 청소년기의 자녀들은 부모의 이혼 문제를 어느 정도는 객관적으로 볼 수 있고, 적응할 수 있는 능력도 어린 아이에 비해 더 발달되어 있기에 어린 아동들보다 비교적 잘 적응하였다.

3) 아동의 타고난 성격

아동의 타고난 성격 중 삶의 예기치 못한 변화에 적응하기 어려워하는 아이들은 그렇지 못한 아동에 비해서 부모의 이혼에 따른 삶의 적응에 더 어려움을 보인다. 또한, 같은 자녀들이라도 어떤 자녀들은 부모의 이혼에 잘 적응하는 반면 어떤 자녀들은 유별나게 어려움을 보이기도 한다.

3. 부모와 아동과의 상호관련 요인들

1) 이혼 부모의 양육방식 차이

이혼 후 편모는 대체적으로 자신의 자녀들에게 엄하게 대하는 경향이 있고, 반면 편부는 자녀의 환심을 사기 위해 자녀들에게 물질적인 공세를 하는 등 다소 허용적이다(Shaffer, 1996). 특히, 한국의 편모들은 자녀를 아버지없이 버릇없게 키웠다는 주위의 비난을 받지 않기 위해 부부가 같이 살 때 보다 더 엄하게 키우는 경향이 있다. 또한, 편모로서 자녀들을 훈계하는 역할과, 애정을 베푸는 역할을 동시에 하다보면 자녀들 눈에는 편모가 엄하고 정이 없게 느껴질 수도 있다. 한편, 이혼한 부모들이 서로 지나치게 다른 방식으로 자녀들을 기를 때, 자녀들은 혼돈되기 쉽고 자신들이 유리한 방향으로 어머니한테는 아버지가 나쁘다고, 아버지한테는 어머니가 나쁘다고 하면서 부모를 조정하려는 경향이 있으므로 부모의 양육방식을 최소한이라도 일정하게 할 필요가 있다.

2) 친권 소유자

서구에서도 자녀는 아버지의 소유라고 해서 부부가 이혼할 경우, 아버지가 친권을 갖는 것이 통례로 되어왔었지만, 미국 제도하에서는 이혼을 했을 때 아동의 발달에 어머니의 따뜻한 보호가 필요하며 정서발달에도 아동과 관계 맺는 대상이 동일한 것이 바람직하다는 주장(Fairbairn, 1952)을 받아들여 아동들의 복지를 위해서 거의 90%의 경우 어머니가 자녀와 동거할 수 있도록 해주고 생계비는 아버지

가 부담하도록 한다. 즉, 이혼한 부모는 공동 양육권을 행사한다. 본인의 임상 경험에서도 자녀들은 이혼한 부모와 계속적인 접촉을 원하고 있었고, 어느 한쪽 부모와 관계가 단절될 때 자녀들이 우울해하고 문제를 일으키는 경우가 더 많았다. 우리나라에서는 부모가 이혼할 경우 친권자인 부모와 애착관계를 가지게 하기 위해 비친권자와의 접촉을 금하거나 제한하는데, 이에 따른 부작용이 많이 있었음을 임상 장면에서 볼 수 있었다. 그러나, 공동양육권과 한쪽 부모가 양육권을 갖는 것 중에서 어느 것이 아동들의 적응에 더 좋을지는 연구를 해보아야 할 것이다.

3) 부모의 재혼과 의붓 부모와의 관계

미국의 경우, 이혼 후 3-5년 사이에 75%의 이혼부부들이 재혼하게 된다. 어머니가 재혼을 하게 되면, 재정적인 면에서나 부부사이에 안정이 이루어지지만, 의붓 부모나 형제들과 서로 적응해야 한다는 새로운 과제를 안게 된다(Hetherington, 1989). 또한, 부모들이 재혼할 경우, 여아보다는 남아들의 자존심이 더 높아지고, 정서적으로도 더 안정적이고, 분노의 감정을 덜 느낀다는 연구가 있다(Zaslow, 1989). 이는 대체로 여아들이 남아들보다 어머니와 밀착관계를 유지하고 있어 의붓 아버지에 대해 덜 개방적이기 때문에 일어나는 현상이라고 한다(Hetherington, 1989). 부모들이 재혼한 경우, 의붓 부모가 자녀들에게 아무리 잘 해 주려고 해도 결혼 초기에는 친부모의 사랑과 관심을 새로운 어머니나 아버지에게 빼앗길까봐

경계하고 배척한다. 재혼한 부모들이 이 시기에 어떻게 참을성과 이해심을 가지고 자녀들을 대하느냐가 이혼 자녀들의 적응에 많은 영향을 준다.

4) 사회적인 지지도

부모가 이혼을 했을 때, 주위의 친척들이나 친구들이 얼마나 긍정적, 정서적으로 지지해 주는가가 이혼부부뿐 아니라 자녀들이 적응하는 데에도 지대한 영향을 준다. 특히, 이혼모들이 친정이나 친구들한테서 단순히 동정심이 아닌 수용성과 정서적인 지지를 받는 것은 다시금 안정된 생활을 시작하는데 절대적인 도움이 된다.

III. 이혼이 아동의 적응에 미치는 장기적 영향

이혼이 자녀들에 미치는 장기적인 영향은 긍정적 혹은 부정적이라고 쉽게 단정할 수 없다. 왜냐하면, 개인적, 가정적, 환경적인 여러 변수들이 작용하기 때문이다. 일반적으로는 이혼한 가정에서 자란 아동들이 정상적이고 행복한 가정에서 자라고 있는 아동들에 비해 문제가 더 많다고 보고된다. 그러나, 이혼은 했지만 부부간의 갈등이 없이 화평스럽게 살고 있는 자녀들은 이혼하지는 않았지만 계속해서 많은 갈등속에 있는 부모와 함께 사는 자녀들보다 여러면에서 더 낫다고 한다(Block et al, 1986; Cherlin et al, 1991). 이러한 연구들을 종합해 볼 때, 자녀들에게 부정적으로 영향을 주는 가장 큰 요인은 부모간의 갈등의 심한 정도와 그 갈등을 건설적으로 풀어내느냐 아니면 부정적으로

풀어내느냐에 달려 있다. 한국의 경우에는 부모들은 자녀를 위해서 이혼하지 않고 계속되는 갈등과 반목 속에서 살고 있는 사례들이 빈번한데, 이혼에 관한 연구들은 이를 지지하지 않는다. 무엇보다도 부부간의 갈등해결을 위한 대화와 문제해결 방법이 자녀 교육에 중요하다고 하겠다.

IV. 이혼 자녀들을 위한 심리치료적 접근 방법

이혼이 자녀들에 끼치는 영향에 관해서는 많은 연구가 진행되어져 왔지만, 이혼 자녀들을 위한 심리상담이나 치료적 접근 방법은 비교적 연구가 소홀하였다. 그러나, 이혼이 늘어나고 그로 인한 개인적, 가정적 또는 사회적 피해가 많은 것을 감안하면, 이혼 가정에 대한 적극적인 개입이 필요하다고 생각한다. 일례로 Michigan 대학 병원에서는 이혼클리닉(Divorce Clinic)을 개설하여 이혼한 부모와 자녀들을 위한 다양한 프로그램을 실시하고 있다. 이혼한 자녀들을 위한 개입은 이혼의 진행단계, 이혼 자녀들의 연령, 개인차, 부모의 적응력, 주위환경의 반응 등에 따라 개입의 수준, 방법들이 다를 수 있지만, 본인의 임상경험을 토대로 기본적인 개인치료, 가족치료, 집단치료 방법 등에 관해서 논의하기로 하겠다.

1. 이혼의 진행 단계에 다른 이혼 부부상담

이혼은 부부나 자녀에게 가족원의 사망 다음으로 충격인 사건이다. 그렇기에 이혼이 막상 결정되면, 처음에는 현실이 아니라고 부정을 하고, 많은 충격을 받으며,

우울해하고, 이후 현실로 받아들이면서 새로운 적응이라는 순환과정을 거친다고 한다. 이혼 자녀들을 위한 상담은 이혼의 진행 단계에 따라서 강조점과 접근 방법이 다르다.

부부들의 이혼을 연구하는 사람들은 이혼을 여러 단계로 구분해서 설명하는데, Bohannon(1973)의 경우, 6단계로 구분하여 설명하였다. 이혼한 부부들이 필히 다음과 같은 6단계를 거쳐서 이혼에 이른다는 사실은 없다. 그러나 다음과 같은 이혼의 과정을 고려하면서 적절하게 상담의 개입하면 도움이될 것이다.

첫째 단계는 감정적인 이혼(Emotional divorce)이다. 부부사이에 불화와 갈등이 심해지면 결혼에 대한 불만이 쌓여간다. 차츰 상대방에 대한 신뢰를 잃게 되고, 잠도 함께 자지 않으며, 성관계도 아주 뜸하거나 그만두게 된다. 이 시기에 부부들은 사랑하는 대상을 잃어버렸다는 실망감, 상대방에게 버림받았다는 배신감 등의 감정적인 상처를 경험한다. 이 시기에 감정의 끝이 더 깊어지기전에 부부상담 등의 적극적인 중재가 필요하다. 그러나 감정의 상처가 오랜동안을 거쳐서 심한 경우에는 다음의 법적인 이혼으로 진행된다. 이 시기에 가장 바람직한 것은 전문가에게서 부부 상담을 받아서 자신의 부부 문제를 개선하는 것이다. 상담자는 적극적으로 개입할 필요가 있다. 부부간의 감정의 상처나 심각성에 따라 서로간의 휴전을 선언하게 하면서 현재 부부간의 관계를 개선하기위한 긍정적인 행동을 증가 시키는 것을 포함해서 부부간의 감정적인 상처를 다루어 주어야 한다. 부부상담이나 가족상담등을 통한 적극적인 개입

이 필요하다.

둘째 단계는 법적인 이혼(Legal Divorce)이다. 법을 통해 하게 되는 상대방과의 일종의 전쟁이다. 상대방으로부터 받은 상처에 대해 보상받고, 상대방에게 복수하려는 동기에서 상대방을 비난하고, 상대방에게 책임을 전가하고, 주위에서 동정받기 위한 자신의 입지 강화에 힘쓰는 시기이다. 자신의 변호사를 통해 실질적이고 구체적인 실익을 얻기 위해 신경을 쓴다. 상담자가 이 시기에는 도와 줄 것이 제한된다. 중재능력이 있으면 중립을 지키면서 도와 줄 수 있겠다. 또한 부인이 일방적으로 당하는 상태이면 무료 변호사나 법률적인 조언, 여성을 돕는 단체와의 연결을 통해서 약자를 돕도록 해야 한다.

셋째 단계는 경제적인 이혼(Economic Divorce)이다. 이 시기는 재산분배, 자녀 양육비 분담 및 조정, 위자료 수수 등의 경제적인 측면에 대한 부부간의 분리가 이루어진다. 이때의 변수는 남편이나 부인 중 누가 새인과 또 다른 가정을 이루기 위해서 서두르는가에 달려 있다. 개 남편이 외도로 이혼을 하는 경우에는 죄책감에서 부인에게 물질적으로나마 보상을 해주려고 한다. 이 경우에도 상담자가 할 일은 제한될 수밖에 없다. 만일 부부 당사자들이 법적인 비용을 덜 들이고 합의적인 이혼을 하려고 상담자의 중재를 받아드릴 용의가 되어 있으면 상담자가 중재 역할을 해 줄 수 있겠다.

넷째 단계는 자녀양육권의 이혼과 아동의 친권문제(Coparental Divorce and the problems of custody)이다. 우리나라

에서는 이혼 후 대체로 아버지가 친권을 가지고 있고 비친권자인 부모가 자녀를 자주 방문하면 아동의 정서 발달에 지장을 준다는 과거의 서구적인 생각(Goldstein, 1973)과 일치하게, 비친권자와의 접촉을 끌어오는 방식으로 자녀에 대한 양육이 이루어지고 있다. 그러나, 이 분야의 연구자들은 어머니가 친권자이면서 아버지가 양육비를 부담하고 자주 방문하는 것이 자녀의 정상적인 발달을 위해서 이상적이라고 한다(Kaslow, 1981). 이 단계에서 상담자가 도와줄 가장 중요한 점은 이혼한 부부가 그간의 쌓였던 개인적인 감정은 과거로 돌리고, 자녀를 위해 책임있는 부모가 될 수 있도록 서로 협력하도록 하는 것이다. 이 단계에서 상담자는 양부모가 서로 협조하여 자녀를 위해서 공동의 집안 규칙을 구체적으로 세워 놓고 실행하도록 도와 주어야 한다.

다섯째 단계는 사회적인 이혼과 외로움의 문제(Community Divorce and the problem of loneliness)이다. 이혼 전에 부부가 함께 어울렸던 친구들과 더 이상 관계를 유지하기가 불편해지면서 사회적으로 고립화가 일어나기도 한다. 또한, 친한 친구들과 다시 만나서 사회적인 관계를 갖는다고 하더라도 화제가 다들 뿐만 아니라 이혼이라는 사회적인 낙인 때문에 이전처럼 친구하고도 쉽게 어울리지 못한다. 이때에는 자신의 마음을 서로 이해할 수 있는 같은 처지의 친구나 집단들이 효과적이다. 상담자는 이혼자들을 위한 집단 상담을 실행 할 수도 있고 그러한 집단을 알선하거나 소개해 줄 수 있겠다.

마지막 단계는 심리적인 이혼(Psychic

divorce)이다. 이는 그동안 살아오면서 의지하고 말쑥해왔던 상대방의 자아와 본인의 자아의 분리이다. 본인 스스로의 독립을 유지하고 진정한 의미에서의 새로운 삶을 시작할 수 있는 준비단계이다. 우리나라 이혼 부부들은 이러한 심리적인 이혼이 이루어지지 않아서 상대방에 대한 긍정적 또는 부정적인 집착을 버리지 못하는 경우가 많다. 진정한 의미에서 이혼이 이루어지기 위해서는 왜 자신이 이 배우자와 결혼을 했었는지, 결혼의 갈등을 일으켰던 자신의 심리적인 문제는 무엇이었는지, 자신의 심리적인 문제 중 아직 미완성된 욕구는 무엇인지, 실패한 결혼 생활을 통하여 무엇을 배웠는지, 재혼을 할 경우, 어떤 대상을 선택할 것이며, 그 새로운 배우자와 행복한 사랑의 관계를 맺기 위해서는 무엇을 고쳐야 할 것인지... 등을 심각하게 깨닫고 반성해야 한다. 이 시기의 상담은 부부가 따로 개인 상담을 받도록 해야 하고 상담은 좀더 분석적이고 심층적으로 진행될 수 있겠다. 실패한 결혼에서 부부간에 서로 이루지 못한 욕구들을 확인하고 차기의 재혼에서 똑 같은 문제가 반복되지 않도록 해야 할 것이다. 이 시기에는 심리적으로 자유스런 분위기에서 상담이 잘 진행될 수 있다. 본인의 상담 경험에 의하면 이혼한 부부는 자신의 문제를 살펴보기위해 필히 상담을 받아야 한다고 생각한다.

2. 아동을 위한 개인 상담

아동의 나이가 5살 미만인 경우에는 아동이 이혼이라는 개념 자체를 이해하지 못하기 때문에 개인상담은 권하고 싶지 않다. 그러나, 유치원생이나 초등학교에 다니는

자녀들에게는 부모의 별거내지는 이혼에 대한 개념을 쉽게 설명하면 이해할 수 있기에 개인 상담이 가능하다고 생각한다.

아동들이 부모의 이혼 문제로 상담에 오게 될 때는 대체로 기분이 우울하거나, 화나있거나, 또는 두려운 감정 때문에 집에서 부모의 말을 안듣거나 학교에 가서 말썽을 부릴 수도 있다. 대체로 어른들을 불신하고, 자신이 믿었던 부모마저 자신을 떠난다고 하는 일종의 배심감을 느끼기에 상담자에게 자신을 쉽게 개방하려 하지 않는다. 그러므로, 상담 초기에는 아동과 치료관계를 형성하기 위해서 많이 노력해야 한다. 개인상담의 초점은 (1) 아동이 부모의 이혼에 느끼는 감정을 표현할 수 있도록 해주고, (2) 아동들이 자신들의 행동 때문에 부모들이 이혼했다는 죄책감을 가지고 있는지를 확인하고, 부모의 이혼은 전적으로 부모들의 책임이지 아동들의 책임이 아니라는 것을 강조해주어야 한다. (3) 이혼을 한다 해도 부모들은 결코 자신을 버리지 않을 것이며, 계속해서 부모를 방문할 수도 있고, 생일에 부모님이 찾아오는 등의 부모역할을 계속할 것이라는 확신을 주어야 한다. 또한, 나이가 어릴수록 부모의 이혼에 대해 느끼는 바를 그림 등을 통해서 표현하도록 하고, 그림에 대한 설명을 할 수 있게 해주는 것이 효과적이다.

- 이야기 만들기 기법 : 아동과 함께 이야기를 만들어 가는 기법도 아동들에게 도움이 된다. 예를 들면, 동물의 이름을 들어서 치료자가 먼저 이야기의 서두를 꺼낸다."옛날 옛날에 토끼가족은 아빠, 엄마, 누나, 동생하고 같이 행복하게 살았습니

다. 그런데....." 하고 아동이 나머지 이야기를 이어가도록 한다. 대개 아동들은 동물의 이야기를 통해서 자신에 관련된 이야기를 한다. 그러한 이야기 도중에 이혼에 대한 부적응적인 이야기들이 표현되는 수가 있는데, 이때 치료자는 이야기가 적응적인 방향으로 나가도록 결론을 유도해 주는 것이 좋다.

- 이혼에 관한 책을 읽고 논의 하기 : 미국에는 아동이 이혼에 관해 잘 이해할 수 있는 내용의 책들이 많이 나와 있다. 우리나라에도 앞으로 이러한 아동용 책들이 필요하리라 생각된다. 이러한 책을 아동과 같이 읽으면서 아동의 느낌을 표현하도록 해주면 아동들이 보다 쉽게 이혼에 대해 이해하고 현실로 받아들일 수 있게 된다.
- 놀이치료 : 모래상자, 또는 인형 등을 이용해서 아동들이 부모의 이혼에 따른 자신의 감정을 알아차리고 표현할 수 있도록 해준다.

청소년들의 경우, 부모의 불화와 이혼을 앞두고 비행이나 학교에서 문제를 일으키는 경우가 많다. 이러한 청소년들은 속에 있는 분노감이나 두려운 감정을 알아주면서 지지를 해주어야 한다. 또한, 비행의 의미를 같이 생각해 보는 것도 좋겠고, 혹시라도 비행이 부모들을 화합시키려는 시도임을 시인한다면, 부모의 영역에 자녀가 할 수 있는 것은 한계가 있다고 알려 주고, 부모의 이혼을 현실로 받아들이도록 설득해야 한다. 이외에도, 부모의 이혼이 자신들의 가정이나 학교생활에 미치는 영향 등에 대해서도 표현하도록

해주고, 초기일수록 그들이 느끼는 감정이 정상적이라는 정상화 기법을 강조해야 한다. 또한, 부모가 자신의 삶에 미치는 부정적인 영향을 생각할 때, 자신은 부모가 되면 어떻게 하여 이혼을 자녀들에게 유산으로 물려주지 않을 수 있을 것인가에 관해서 논의할 수 있도록 해준다.

한편, 의붓 아버지와 같이 사는 이혼자녀들에게는 의붓아버지나 의붓오빠와의 관계에 대해서도 반드시 질문해야 한다. 왜냐하면, 많은 경우 의붓 아버지한테 성희롱이나 성폭행을 당할 수 있기 때문이다. 또한, 이혼자녀를 상담할 경우는 아동의 문제가 이혼에 관련된 것인지 아니면 누구에게나 일어날 수 있는 문제인지에 관해서 구분을 지어 주고, 문제에 대한 대처기술을 습득할 수 있도록 해주어야 한다. 아동이 편모하고만 동거할 경우에는 남성의 역할을 대행해 줄 수 있는 사람들이 주위에 있는지 확인해서 그들과도 관계를 맺도록 권장해 주어야 한다.

3. 가족 상담

1) 이혼전의 가족상담

이혼한 가정의 아동을 가장 잘 도와주는 방법은 이혼을 앞두고 이혼이 자녀들에게 미치는 부정적인 영향을 최소화 하기 위해 부모와 자녀가 함께 와서 가족상담을 받는 것이라고 생각한다. 이때 상담자는 반드시 다음 사항들을 고려해야 한다.

- (1) 자녀들 앞에서 부모들의 이혼은 전적으로 부모 둘이서 결정한 사항이라는 것을 분명히 밝힌다.
- (2) 자녀들의 행동 때문에 부모들이 이혼

하는 것이 아니라고 분명히 밝혀준다.

- (3) 친한 친구도 때로는 싸우고 서로 헤어지듯이 부모들도 서로 어울릴 수 없어 헤어지기로 결정한 것이라고 알려준다.
- (4) 이혼했다고 해서 부모 중 어느 한쪽도 부모로서의 역할을 소홀히 하지 않을 것이라고 알려준다.
- (5) 이혼은 최종적이기에 자녀들이 부모를 서로 화합시키려고 노력하지 말 것도 밝혀 준다.
- (6) 이혼하게 되면 어머니 집이나 아버지 집에 새로운 규칙이 있을 수 있으며, 한쪽 부모의 집에 거주하는 한 그 가정의 새로운 규칙에 따를 것을 강조한다.
- (7) 이혼 후에도 두 부모가 자녀를 위해서 최소한 협력할 것도 알려준다.
- (8) 이혼한 부모가 자녀들을 통해 상대방의 사생활에 대한 정보를 얻어내려 하지 말 것도 강조 한다.

이혼이 임박하면, 부모들은 자녀들에게 이혼한다는 사실을 어떻게 말할 것인지에 대해 고심하는 경우가 많다. 본인의 경험으로는 솔직하게 말하는 것이 가장 좋은 방법이라고 생각하지만, 상대방을 비방하는 말투나 태도는 자녀들이 이혼의 후유증을 극복하는데 도움이 되지 않는다. 특히, 한국의 부모들을 위해서는 자녀들 없는 상담장면에서 위에서 강조한 사항을 아동과 함께 상담할 때 꼭 준수할 수 있도록 미리 교육을 시키는 것이 좋겠다.

2) 이혼중의 가족상담

이혼중의 가족상담은 내담자에 대한 정

서적인 지지와 이혼으로 인한 상처를 최소화 하는 것에 초점을 둔다. 미국에서는 한 때 법적으로 상대방과 싸우는 방법보다는 구조화된 이혼중재 방법(Structured Mediation in Divorce Settlement) (Coogler, 1978)을 권장하기도 했다. 이러한 제도의 장점은 충분한 시간을 갖고 합의 하에 이혼의 비용을 최소화하면서 도움을 받을 수 있다는 것이다. 그러나, 이혼 합의에 대한 법적인 구속력이 없고, 이혼 중재자의 이혼법에 대한 지식이 제한되어 있기에 복잡한 문제는 합의에 도달하기 어렵다는 단점이 있다. 그렇지만, 이러한 장단점을 보완한다면 우리나라에서도 실행해 볼 수 있지 않을까 생각된다. 상담자는 이혼의 중재자 역할이 제한되어 있으므로, 그 중재역할은 다른 상담자에게 의뢰하는 것이 좋다.

3) 이혼후의 가족 상담

이혼후의 가족 상담에는 여러가지 기법이 가능하다. 첫째는 양쪽 부모를 전부 포함해서 아동들과 같이 상담하는 경우인데, 양쪽 부모들이 이혼 후에 자녀들을 가능한 한 동일한 양육방법으로 기르도록 조정할 수 있고, 자녀 양육에 있어 서로 얼굴을 맞대고 이야기하기에 오히려 풀 수 있는 좋은 방법일 수 있다. 그러나, 두 친부모가 같이 만날 때, 자녀들에게는 부모들이 서로 다시 화합할 수 있지 않을까 하는 비현실적인 기대감을 심어줄 수 있으며, 이혼한 부부는 현재의 새 배우자들에게서 의심을 받을 수도 있다.

두 번째 방법은 문제가 있다고 하는 부모와 자녀들만 상담하는 경우이다. 이 방법은 이전 배우자들이 없는 가운데 친권

을 가진 부모와의 문제들에 관해서 심도 있게 논의 할 수 있는 장점이 있지만, 대체로 부모와 자녀간의 문제들이 체계적으로 상호 연관이 되어있기에 어머니와 자녀간의 문제를 논하다 보면 자연스럽게 아버지와 자녀간의 관계가 나올 수 밖에 없으며, 상담장면에 그 배우자가 없다면 구체적인 문제해결에 제한을 받게 된다.

셋째 방법은 문제가 있는 자녀들과 양쪽의 부모 그리고 새로운 배우자 모두 상담에 오게 하는 방법이다. 이 경우에는 문제아동을 양육하는 당사자들이 모두 참여하기 때문에 아동의 문제에 대해 공동전선을 마련해서 효과적으로 도와 줄 수 있다. 그러나, 두 쌍의 부부들을 한자리에 모이게 해야 하는 시간적, 경제적인 어려움이 있다.

우리나라의 문화와 이혼에 대한 부부들의 정서를 고려한다면, 이혼후의 가족 상담은 제한된 범위에서라도 도움을 줄 수 있는 중요한 방법 중의 하나가 아닐까 한다. 가족 상담의 초점은 가족 구성원간의 상호작용과 대화 및 문제해결 방법에 초점을 두어야 하며, 아동이 어릴수록 치료 방법은 게임 등을 이용해서 아동들이 흥미를 느낄 수 있도록 해주어야 한다.

4. 아동들을 위한 집단상담

우리나라에서는 이혼 아동들이 자신의 감정이나 느낌을 사회적인 장면에서 마음대로 표현할 수 없기 때문에, 이혼 자녀들을 위한 집단상담이 매우 중요하다. 집단상담은 구조화된 상담으로서, 6-8회 정도의 회기를 가지며, 다음의 주제들을 다루게 된다.

- 부모의 이혼에 대한 느낌들 : 부정적이거나 긍정적인 감정들
- 부모의 이혼이 대해 아동 자신이 느끼는 책임감
- 부모가 이혼했을 때 친척이나 학교에서 다른 사람한테 받는 느낌
- 부모의 이혼결정을 알고 나서 느낀 충격, 꿈, 반복되는 생각들
- 이혼 후 새롭게 맺게 된 의붓아버지나 어머니와의 관계
- 이혼의 부정적인 영향을 최소화할 수 있는 전략들

위의 주제를 가지고 그림그리기, 조각, 공작, 또는 세라믹 등의 방법을 다양하고 융통성있게 이용하여 집단 상담을 진행하도록 한다. 가능하면 집단상담의 지도자는 남녀 상담자가 같이 리드하는 것이 좋은데, 이는 편모나 편부와 함께 살고 있는 경우에 상담자가 아이에 대한 성역할 모델이 되어 줄 수 있기 때문이다.

5. 학교 교육을 통한 집단 교육

이혼한 사실을 거리고 숨기고 표면에 내놓기를 꺼려하는 우리의 실정을 고려한다면 이혼한 자녀들을 한곳에 모아서 집단상담을 하거나 가족상담을 한다는 것은 어려울 수도 있다. 이러한 문제점을 해결하기 위한 방법의 하나로 학교 장면에서 사회기술(Social Skill)을 훈련시키는 과정의 하나로 이혼에 관한 교육을 시키는 것으로 대안을 고려 할 수 있을 것 같다. 사회기술 훈련과 함께 다루어 질 수 있는 것은

- 부모들과 자녀와의 관계

- 부모들의 이혼의 빈도와 원인
- 이혼 자녀들이 공통적으로 겪는 심리적
인 어려움과 적응 문제
- 이혼이동을 학교 상황에서 정서적으로
지지해 주는 방법
- 이혼아동들과 친구로서 이해해 주는 방
법들을 같이 고려해서 학교에서 다루어
주는 것도 한가지 방법이겠다.

6. 이혼 부모들을 위한 부모 교육

이혼부모를 위한 부모교육은 되도록이면 이혼의 단계가 동일한 사람들이 같이 모여서 단기적으로 집단상담을 겸한 교육이 이상적이겠다. 그러나, 우리나라의 현실을 감안한다면 동질의 집단상담 대상자를 구하기 힘든 실정이기에 다양한 집단 구성원이 불가피할 것 같다. 이 경우는 오히려 서로 다른 단계에 있는 구성원들의 경험을 최대한 살릴 수 있도록 지도자가 잘 배려해 주어야 한다.

김순옥(1993)의 이혼대책에 대한 요구도 조사에 의하면, 이혼 부부들이 이혼과 관련해서 도움을 받았으면 하는 분야는 다음과 같다.

- 부부관계 교육
- 이혼예방 및 결과에 대한 교육
- 이혼에 대한 조정 및 법률상담
- 직업훈련 및 취업정보
- 부모역할 및 자녀교육
- 재혼에 대한 정보와 기회마련

그러나, 이혼자들을 위한 집단 상담에서는 이혼 과정에서 발생하는 정서반응에 대해 서로의 감정을 나누고, 지지해 주는 것에 강조를 두어야 한다.

결 어

전통적으로 사회에서 낙인찍어 금기시하던 이혼이 우리사회에 이미 눈앞의 현실로 다가왔으나, 이혼이 주는 사회적인 이미지 때문에 상담이나 여타 학문을 하는 사람들 사이에서도 이혼에 대한 조직인 연구와 심리치료의 효과에 관한 접근들이 회피의 대상이 되어온 것이 사실이다. 이혼을 방치하거나 더 이상 대책을 뒤로 미룰 때, 이혼의 부작용이 우리사회 전반에 미치는 부정적인 영향은 지대하다. 이제 우리나라도 건전한 이혼문화의 정착이 필요하다고 생각된다. 여기에 심리학자들이나 심리 상담자들의 관심과 노력이 절실히 요구된다. 우리나라에서 다루는 이혼에 관련된 연구나 치료가 체계적으로 되어 있지 않기에 외국의 연구나 치료 경험에 의존해야 하는 현실이 부끄럽다. 이러한 계기를 통해서 이혼에 대한 우리의 태도 변화와 아울러 이혼으로 인해 고통당하는 아동의 보호와 그 휴유증을 최소화하기 위해서 여러 분야의 전문가들이 다차원적인 종합 대책을 마련해서 대안을 제시해야 한다고 생각한다. 우리 모두는 완벽하지 않다. 그러므로 한번 선택한 결혼의 실패를 겸허하게 받아들이고, 재이, 재삼의 실수를 반복하지 않도록 이혼분야의 전문적인 정보제공과 상담이 생활화하도록 해야 하겠다. 본 논문이 이혼으로 인해 고통 받는 사람들을 돕는데 조금이나마 도움이 되었으면 한다.

참고문헌

- 김순옥 (1993). 이혼 대책에 관한 요구도 조사연구 : 이혼과 가족문제. 한국가족학학회연구회 편.
- 김정옥 (1993) 이혼원인의 실증적 연구. 이혼과 가족문제. 한국가족학학회연구회편. 하우사
- 이태영 (1987). 이혼을 연구 II. 한국 가정법률상담소출판부 이화여자대학교 한국여성사 편찬 위원회 (1992). 한국 여성사: 이화여자대학교 출판부
- Allison, P.D., & Furstenberg (1989). How marital dissolution affects children : Variations by age sex. *Developmental Psychology*, 25, 540-549
- Block, J. H., Block, J., & Gjerde, P. F. (1988). Parental functioning and the home environment of families of divorce : Prospective and current analyses. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent psychiatry*, 27, 207-213
- Bohannon, P. (1973). The six stations of divorce. In : Lasswell, J. & Lasswell, T.E. (Eds.), *Love Marriage and Family. Developmental Approach*. illinois : Scott, Foresman and Company.
- Cherlin, A. J., Furstenberg, F. F. Jr., Chase-Lansdale, P. L., Kierman, K. E., Robins, P. K., Morrison, D. R. & Teitler, J. O. (1991). Longitudinal studies of effects of divorce on children in Great Britain and United States. *Science*, 252, 1386-1389.
- Fairbairn, R. (1952). *Object Relations Theory of Personality* New York : Basic Books.
- Haley, J. (1980). *Leaving Home*. McGrow Hill Book Company
- Hetherington, M. (1979). Divorce: A child perspective. *Developmental Psychology*, 34, 851-858
- Hetherington, E. M., Stanley-Hagan, M. & Anderson, E. R. (1989). Marital Transitions: A child's perspective. *American psychologist*, 44, 303-312
- Kaslow, F. W. (1981) Divorce and Divorce Therapy. In: Gurman, A. S.& Kniskern, D. P(Eds.), *Handbook of Family Therapy*. Brunner/Mazel, New York
- Lamb, M. E. (1981) *The role of the father in child development*. New York Wiley
- Parish, T. & Dostal, J. (1980). Evaluations of self and parents as a function of intactness of family and family happiness. *Journal of Youth and Adolescence*, 9, 347-351.
- Parish, T., & Wigle, S. (1985). A longitudinal study of the impact of parental divorce on adolescents evaluations of self

- and parents. *Adolescence*, 16, 203-210
- Shaffer, D. (1996). *Developmental Psychology* : Childhood and adolescence Brooks / Cole Publishing Company
- Teegartin, C. (1994). Never Married soar among single parents. *Atlanta Constitution*, A1, A7.
- Zaslow, M.J. (1989). Sex differences in children's response to parental divorce. 2 Samples of variables, ages, and sources. *American journal of Orthopsychiatry*, 59, 118-141
- Wallerstein, J. & Kelly, J. (1980). Effects of Parental Divorce: In Henslin, J. (Eds) *Marriage and Family in A Changing Society*. The Free Press New York

The psychological impacts of divorce on children and psychotherapeutic intervention

Kyu Man Chae

Department of Psychology
Songsin Women's University

Recently there has been a steady increase in divorce rate among the Korean married couples, especially young couples in 30's due to the changes of women's social status, economic power, and emphasis on marital satisfaction. The psychological impacts of divorce on children have been suggested based on the research: immediate effects such as low self-esteem, negative emotional reactions, school underachievement, social stigma, and delinquents, and long-term effects such as relatively favorable adjustments depending on the parental and social supports for children.

Psychological interventions should be flexible, active and creative in consideration of Korean cultures, the process of divorce, the severity of emotional entanglement of couples, and social support and resources. Marital and family therapies should be provided for the divorced family and children in combination of individual and group therapy. The School intervention program will be practical and effective due to the difficulty with reaching out the divorced families in Korea.

토론 : 이혼이 자녀에게 미치는 영향과 심리치료적 접근방법

권 정 혜

고려대학교 심리학과

이혼한 가정의 자녀들은 엄청난 정신적 고통과 심리적 혼란 및 생활의 변화를 겪는다. 채규만 선생님이 고찰한 바와 같이 믿었던 부모에 대해 배신감과 함께 큰 분노감을 느끼며, 부모의 이혼에 대해 죄책감과 수치심을 느낀다. 특히 우리나라와 같이 이혼한 가정이 흔하지 않은 상황에서는 많은 아동이나 청소년들이 가장 친한 친구에게까지 부모의 이혼을 숨기고 혼자서만 고민하는 경우가 많다. 뿐만 아니라 많은 아동들이 부모의 이혼후 주거지나 학교를 옮기게 되어 학교 생활이나 친구관계에 어려움을 겪게 되며, 경제적인 곤경에 처하고, 전반적으로 삶의 질이 떨어지게 된다.

이와같이 이혼한 가정의 자녀들은 엄청난 고통과 스트레스를 겪지만, 혼란과 격동의 시기를 지난 후 어느 정도 이 변화에 적응하기도 한다. 실제로 우리 주위에 이혼한 가정의 자녀들을 관찰해 볼 때 어른들이 염려하는 것보다는 시간이 지남에 따라 아동들이 잘 적응함을 볼 수 있다. 이혼 가정의 아동문제에 대해 많은 연구가 축적된 미국의 경우 최근 이 연구들을

meta analysis한 연구가 나왔다. Amato & Keith(1991a)는 이혼가정의 아동문제를 다룬 92개 연구를 종합분석하였는데, 집단간 차이의 effect size가 학교성취에서 .16, 사회적 기능에서 .12, 자기개념에서 .09, 일반적인 심리적 적응에서 .08 표준편차에 불과했다고 보고한 바 있다. 물론 이러한 연구 결과를 일반화하는데 몇가지 주의할 점이 있다. 첫째, 아동들의 성공적인 대처이면에는 겉으로 잘 드러나지 않는 마음의 상처와 불행감이 깔려 있다는 점이다. 둘째, 대부분 연구가 학령기 아동을 연구한 것이기 때문에 이들이 결혼 적령기가 되어 배우자를 만나고, 성공적인 결혼생활을 영위하는데 문제가 없을지에 대해 충분한 연구가 이루어져 있지 않다는 점이다. 셋째, 대부분 연구가 이혼이 보편화되어 있는 서구권에서 이루어졌기 때문에 우리나라 상황에서 일반화하기에는 이르다고 볼 수 있다. 그렇지만 이 연구결과는 앞으로 우리나라에서 이혼가정의 아동을 연구하는데 중요한 시사점을 가진다.

앞으로 이혼가정의 자녀 적응문제를 살펴 보는데 있어 정신건강문제나 행동문제를 일으키는 위험요소를 밝혀내는 것도 중요하지만,

힘든 변화에 보다 잘 대처하고 적응하게 돕는 탄력요인(resilience factors) 혹은 보호요인이 무엇인가에 좀 더 관심을 기울일 필요가 있다. 보호요인은 때로 위험요인의 반대가 될 수 있지만 반드시 그렇지 않을 수도 있다. 예컨대 부모의 갈등이 위험요인이라고 할 때 갈등의 부재가 반드시 보호요인이 되지는 않는다. 채규만 선생님이 지적한대로 아동의 성, 나이, 타고난 성격, 이혼부모의 양육방식은 이혼한 가정의 아동들에게 문제를 일으키는 주요한 위험요인이 될 수 있다. 이러한 요인들이 우리나라에서도 위험요인으로 작용하는지 경험적인 연구가 이루어져야 한다. 뿐만 아니라 이혼한 가정의 자녀가 성공적으로 적응하는 것을 돕는 보호요인이 무엇인지 밝히기 위한 연구가 같이 이루어져야 한다. 참고로 Rutter(1986)는 스트레스를 겪는 아동들에게 보호요인으로 작용하는 요소로 안정된 돌봄(stable care) 문제해결능력(problem-solving abilities), 호감(attractiveness to peers and adults), 능력이나 효율감(manifest competence & perceived efficacy), 유능한 역할모델과 동일시(identification with competent role model), 계획성과 포부(planfulness & aspiration)를 들고 있다. 우리나라의 경우 부모가 이혼한 후 대가족과 같이 살 때 아동의 적응이 더 순조로운 경우가 많은데, 이때 작용하는 보호요인이 무엇인지 경험적인 연구가 이루어져야 한다. 예를 들어, 안정된 돌봄이나 유능한 역할 모델과의 동일시가 쉽게 제공될 가능성이 있다. 또한 우리나라에서는 부모가 자녀를 갈라서 양육하는 경우가 더러 있는데 형제가 같이 있는 것이 도움이 되는지 연구해 볼 필요가 있다.

형제가 따로 떨어지지 않고 같이 살 때 이혼한 현실을 정확하게 지각하는데 도움을 주고 상호지지를 해 주어 보호요인으로 작용할 수 있으므로 이에 대해서도 경험적인 연구가 시급하다. 보호요인들에 대한 경험적인 연구가 이루어진다면, 이혼한 부모당사자나 자녀에 대한 상담에 귀중한 자료로 쓰일 수 있을 것이다.

이혼한 자녀들에 대한 다양한 심리치료적 개입방법에 대해서는 채규만 선생님이 자세히 고찰해 주었다. 다만 이혼상담이 잘 활용되고 있지 않은 현 실정에서 이혼가정의 자녀들을 위한 상담을 어떻게 활성화할지 그 방법을 모색하는 것이 급선무라고 보겠다. 한가지 방법으로는 학교 상황에서 이혼한 가정의 자녀들을 그렇지 않은 가정의 자녀들과 같이 하나의 친목집단을 구성해 여러 가지 문제를 다루어 주는 것이다. 또한 이혼한 부모가 자녀들을 방과후에 돌보지 못하는 경우가 많은 것을 감안해 YMCA나 그밖에 공공기관에서 운영하는 프로그램에서 이들에게 혜택을 주고 심리치료적 개입을 간접적으로 제공해 줄 수도 있을 것이다. 이외에도 여러 가지 방법을 간구해 급격히 늘어나고 있는 우리나라 이혼가정의 자녀들의 적응을 도와주는 심리치료적 개입이 제공되어야 할 것이다.

토론 : 이혼이 자녀에 미치는 영향과 심리치료적 접근방법

정 현 희

삼성생명 사회정신건강연구소

채규만 교수는 발표원고에서 이혼이 자녀에게 미치는 영향과 심리치료적 접근방법에 대하여 매우 포괄적으로, 그리고 체계적으로 고찰하고 있다. 채규만 교수는 다양한 문헌과 풍부한 임상경험을 토대로 이혼자녀의 적응과 관련된 여러가지 이슈들에 대한 우리의 이해를 돕고 있다. 그러나 고찰의 범위가 넓고 다루어진 이슈가 다양한 만큼, 부분적으로 좀 더 강조되거나 상세한 고찰이 이루어졌으면 하는 아쉬움이 있었다. 이에 본 토론에서는 몇 가지 첨언을 통해 발표자의 주제에 대한 보다 깊이있는 이해를 돕고자 한다.

먼저, 이혼이 자녀에게 미치는 영향에 대하여 채규만 교수는 주로 서구 학자들의 연구결과를 중심으로 고찰하고 있다. 이는 물론 이혼과 관련된 국내 연구자료가 극히 제한되기 때문이긴 하겠지만, 서구와는 가족제도나 이혼에 대한 태도 및 인식에 있어서 차이가 많은 우리나라에서 서구의 연구결과에 의존할 수밖에 없는 것은 매우 안타까운 현실이라 하겠다. 특히 부모의 이혼을 아동에게 스트레스를 유발하는 하나의 주요 생활사건으로 볼 때, 부모의 이혼 이후 아동들이 경험하게

되는 스트레스나 스트래스에 대처하는 방법에 있어서 우리나라 아동들과 서구 아동들 간에는 많은 차이가 있을 것으로 생각된다. 부모의 이혼에 대한 우리나라 아동들의 독특한 적응 양상을 이해하는 것은 이 연구분야의 발전을 위해서 뿐 아니라, 한걸음 더 나아가 우리나라 아동들의 특성에 적합한 치료 프로그램을 개발하기 위해서도 매우 필요한 노력이다. 최근들어 이혼이 급속한 증가 추세를 보이고 있는 점을 고려할 때(변화순, 1996), 앞으로 이 분야에 대한 국내 학자 및 임상가들의 관심과 연구가 증가되어야 할 것으로 생각된다.

이혼이 자녀의 적응에 미치는 영향과 관련하여 언급되어야 할 또 한가지는 이혼이 자녀에게 미치는 장기적 효과에 관한 것이다. 이혼이 자녀에게 미치는 영향에 관한 연구들은 일반적으로 단기적인 영향이 주를 이루어 왔으며, 또 장기적인 연구라 할지라도 주로 부정적인 영향이란 측면에서 논의되어 왔다(Amato & Keith, 1991; Kalter & Shreider, 1994; Watt et al., 1990). 그러나 이혼의 장기적인 영향에 관한 최근의 연구결

과들을 보면, 그 양상이 매우 다양함을 볼 수 있다. 즉, 부모의 이혼 후 지속적으로 심각한 적응문제를 보이는 아동들도 있지만, 또한 어려운 시기를 잘 극복해내고 적응해 가는 소위 "resilient"한 아동들도 있다. 일례로, Zill과 그의 동료들(1993)이 7-11세 사이에 부모의 이혼을 경험하였던 아동들의 학교적응 상태를 8년이 지난 후 추적조사해 보았을 때, 이혼가정의 자녀들이 정상가정의 자녀들에 비해 학교에서 더 많은 적응 문제를 보이고 있는 것으로 나타났다 (34% 대 20%). 그러나 여기에서 다시 한번 생각해 볼 필요가 있는 부분은 전체 이혼자녀들 가운데 34%를 제외한 66%의 아동들이 별다른 문제 없이 잘 적응하고 있다는 사실이다. 이러한 결과는 과연 무엇이 이혼 자녀들로 하여금 유사한 경험에도 불구하고 상이한 발달경로를 보이도록 만드는가에 대한 중요한 의문을 제기하게 만든다. 이러한 맥락에서 연구를 수행해 온 많은 학자들은 아동의 적응양상이 부모의 이혼 자체에 의해 결정되는 것이 아니라, 여러 가지 위험요인들과 보호요인들의 상호작용에 의해 결정된다는데 동의한다(Cowen et al, 1996).

위험요인과 보호요인의 이해는 이혼자녀들의 다양한 발달경로를 연구하고 예측하는데 도움을 줄 뿐 아니라, 이들의 적응을 도와주기 위한 치료 프로그램을 구성하는 데도 유용한 시사점을 제공해 준다. 앞서서도 언급되었듯이, 부모의 이혼에 대한 자녀들의 반응은 아동 개인의 특성이나 대처방식, 가정 내외의 환경적 요인들에 따라 매우 다양한 양상으로 나타난다. 따라서 부모의 이혼으로 인한 위험도(risk)의 수준도 아동들마다 다르게 나

타나게 되는데, 치료자는 이혼자녀들이 나타내고 있는 위험도의 수준에 따라 다양한 프로그램을 제공할 수 있어야 할 것이다. 예컨대, 아주 심각한 적응문제를 보이는 아동이나 그의 가족을 위한 위기개입에서부터 개인치료, 가족치료, 집단치료, 그리고 현재는 두드러진 적응 문제를 나타내지 않으나 앞으로의 문제를 예방하기 위한 예방 프로그램에 이르기까지 다양한 프로그램들이 제공될 수 있겠다.

이 중에서도 집단치료는 부모의 이혼을 경험한 자녀들에게 특히 효과적인 치료방법으로 알려져 왔다. 예를 들어, Cowen과 그의 동료들(1996)은 부모의 이혼과 관련 비교적 고위험도에 놓인 초등학교 아동들을 대상으로 이혼이 아동에게 미치는 영향을 최소화하고 아동의 대처기술을 증진하기 위한 CODIP (Children of Divorce Intervention Program)를 개발하여 실시하였다. 프로그램은 소집단으로 매주 1 시간씩 10회기에 걸쳐 실시되었는데, 연구자들은 프로그램 시행 후 아동들의 적응문제가 현저하게 감소되었으며, 문제해결능력과 의사소통 기술 등 대처능력도 의미있게 증가하였다고 보고하였다. 한편, Kalter & Schneider(1994)은 위험도가 비교적 낮은 아동들을 위한 지지 집단 형태의 집단 프로그램을 개발하여 실시하였다. Developmental Facilitation Group for Children of Divorce라 불리는 이 프로그램은 이혼자녀들이 부모의 이혼과 관련된 구체적이며 실제적인 문제들에 어떻게 효과적으로 대처할 것인지에 초점을 맞추어 구성되었는데, 매주 1시간씩 약 10회기에 걸쳐 시행되었다. 연구자들은 프로그램 시행 직후 그리고 4년이 지난 후에도 프로그램에 참여하였던 이혼

자녀들이 프로그램에 참여하지 않았던 통제집단의 이혼자녀들에 비해 학교에서 월등이 나은 적응상태를 나타내었다고 보고하였다. 위의 연구자들은 이혼자녀를 위한 집단 프로그램의 장점을 또래들로부터의 지지와 효율성에서 찾고 있다. 즉, 집단 프로그램은 이혼자녀들로 하여금 비슷한 경험을 했던 또래들과 자연스럽게 여러 가지 고통스러운 감정들을 공유할 수 있게 해주고, 서로 자연스럽게 정보를 주고 받으면서 자신의 잘못된 생각들을 깨닫게 하며, 어려운 시기를 잘 극복해 나가는 또래들의 모습을 보고 배울 수 있는 기회를 제공하기 때문에 매우 효과적이라는 것이다. 또한 한 프로그램에 참여하는 아동들의 수가 4명에서 8명에 이르기 때문에 시간과 노력 면에서도 매우 경제적이라는 것이다(Cowen et al, 1996; Kalter & Schreider, 1994).

마지막으로, 학교는 부모의 이혼으로 인한 아동기의 적응 문제를 관찰하고 개입하기에 매우 용이한 장면임을 강조하고자 한다. 즉, 학업수행이 떨어진다는지, 또래들과 잘 어울리지 못한다는지, 공격적이거나 난폭한 행동을 보이거나, 혹은 우울이나 불안과 같은 정서문제를 나타내는 등, 이혼으로 인한 아동기의 적응 문제는 학교를 통해 표출되는 경우가 많다(Watt et al. 1990). 따라서 학교는 그 어느 곳 보다도 이혼자녀의 적응문제를 돕기 위한 서비스나 개입이 제공될 필요가 있는 중요한 장면이다. 그러나 안타깝게도, 우리나라의 현실은 학교가 앞장 서서 이혼자녀의 적응문제를 도와주기 보다는 이들을 무시하거나 방관하기 십상이다. 우리나라와 같이 학교에 학생들의 적응 및 정신건강 문제를 다뤄줄 전문가가

부재하는 현재 여건에서는 우선 교사들을 잘 활용할 필요가 있을 것으로 생각된다. 이혼자녀를 돕기 위한 자원으로서 교사를 활용하기 위해서는 씩씩이나 연수를 통해 이혼자녀에 대한 교사들의 관심과 이해를 높이며, 이혼가정의 학생들을 지도하거나 학부모를 면담하는데 필요한 구체적인 기술들을 습득하도록 하여야 할 것이다. 아울러, 위급하거나 혹은 정도가 심각하여 교사가 적절하게 다룰 수 없는 적응문제를 보이는 학생들을 제때에 전문가에게의뢰할 수 있도록 지역사회 내의 정신건강 관련자원들에 대한 정보도 제공할 필요가 있을 것이다.

참 고 문 헌

- 변화순(1996). 부모의 이혼에 따른 아동의 권리. *정신건강연구*. 한양대학교 정신건강연구소.
- Amato, P.R., & Keith, B.(1991). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110, 26-46.
- Cowen, E.L., Hightower, A. D., Pedro-Carroll, J.L., Work, W.C., Wyman, P.A., & Haffey, W.G. (1996). *School-based prevention for children at risk: The primary mental health project*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Kalter, N., & Schreider, S.(1994). Developmental facilitation groups

- for children of divorce: The elementary school model. In C. W. LeCroy(Ed.), *Handbook of child and adolescent treatment manuals*(pp. 307-342). New York: Lexington Books.
- Watt, N.F., Moorehead-Slaughter, O., Japzon, D.M., & Keller, G.G.(1990). Children's adjustemnt to parental divorce: Self-image, social relations, and school performance. In J. Rolf, A.S. Masten, D. Cicchetti, K.H. Nuechterlein, & S. Weintraub (Eds.), *Risk and protective factors in the development of psychopathology* (pp.281-303). New York: Cambridge University Press.
- Zill, N., & Morrison, D.R., Coiro, M.J.(1993). Long-term effects of paretal divorce on parent-child relationships, adjustment, and achievement in young adulthood. *Journal of Family Psychology*, 7, 91-103.