

인지행동요법적용 양육 프로그램이 ADHD경향 아동 어머니에게 미치는 효과

김희숙¹ · 박경란² · 성형모³

경북대학교 간호대학 · 간호과학연구소¹, 경북대학교 간호과학연구소 · 대구과학대학교 간호학과²,
차의과학대학교부속 구미차병원 정신건강의학과³

Effects of a Parenting Program Applying Cognitive Behavior Therapy for Mothers of Children with a Tendency to ADHD

Kim, Hee Sook¹ · Park, Gyeong Ran² · Sung, Hyeung Mo³

¹College of Nursing, Kyungpook National University, Daegu

²Research Institute of Nursing Science, Kyungpook National University, Department of Nursing, Taegu Science University, Daegu,

³Department of Psychiatry, CHA Gumi Medical Center, CHA University, Gumi, Korea

Purpose: The purpose of this study was to examine the effects of a parenting program applying CBT (Cognitive Behavior Therapy) on parenting behavior, parent satisfaction, and ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) symptoms perceived by mother of children with a tendency to ADHD. **Methods:** The study was a one-group pretest-posttest design. The participants were 21 mothers in G city who have children with a tendency to ADHD. The mothers received the parenting program applying CBT for 2 sessions a week over 4 weeks. Data were collected from December, 2011 to January, 2012 and analyzed using paired t-test with the SPSS/WIN 18.0 program. **Results:** After attending the parenting program applying CBT, significant differences were found between pre and post test in parenting behavior ($t=-2.16, p=.043$) and ADHD scores ($t=2.38, p=.027$). **Conclusion:** The results indicate that the parenting program applying CBT is an effective nursing intervention to improve mothers' parenting behavior and decreasing ADHD symptoms perceived by mother of children with a tendency to ADHD. However a quasi-experimental research design with control group is necessary.

Key Words: Parenting, CBT, Parent satisfaction, ADHD

서 론

1. 연구의 필요성

학령기는 생활의 중심이 가정에서 학교로 옮겨감에 따라 많

은 사회적 관계를 형성하고 사회인의 기초를 닦는 시기로, 사회가 요구하는 도덕적 판단 능력, 실천 능력, 정의감과 양심이 발달하는 시기에 해당된다. 이 시기의 아동들은 청소년기와 달리 자아정체감 형성이나 독립적인 주체로서의 발달이 부족한 상태로 여러 가지 부적응적인 행동문제가 발생할 수 있다.

주요어: 부모양육태도, 인지행동요법, 부모역할만족도, ADHD

Corresponding author: Kim, Hee Sook

College of Nursing, Kyungpook National University, 101 Dongin-dong, Jung-gu, Daegu 700-422, Korea.

Tel: +82-53-420-4927, Fax: +82-53-422-4926, E-mail: hskim8879@knu.ac.kr

- 이 논문은 2011년도 경북대학교 학술연구비 지원으로 수행되었음.

- This study was sponsored by Kyungpook National University Research Fund 2011.

투고일 2013년 1월 22일 / 수정일 2013년 6월 18일 / 게재확정일 2013년 12월 23일

This is an open access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

그 중 주의력결핍과잉행동장애(Attention Deficit Hyperactivity Disorder [ADHD])는 부주의, 과잉활동성, 충동성이 주 증상인 정신장애로 아동에게 자주 나타나는 질병이다(Korean Neuropsychiatric Association, 2005). ADHD 경향성이 있는 아동들은 주위 환경에 대해 자기중심적으로 생각하기 때문에 자신의 욕구가 충족되지 않으면 쉽게 좌절하거나 분노를 폭발하는 행동을 보일 수 있다. 그간 유병률은 3~5%로 알려져 왔으나 학령기 아동을 대상으로 한 최근 연구에서 5.9~9.0%로 보고되어(Shin & Kim, 2011) 증가하는 추세임을 알 수 있다.

ADHD 아동 중 상당수에 있어서 불안장애, 반항장애, 품행장애, 학습장애, 사회적 관계 형성에 어려움 등 공존질환을 보임으로써(Johnston & Ohan, 2005) ADHD 아동의 행동문제는 부모에게 스트레스를 가중시키는 원인이 되지만 그 가족들은 스트레스 수준을 감소시킬 수 있는 특별한 전략이나 대처 방법에 대해 잘 모르고 있다(Rabiner, 2004). 따라서 부모교육과 훈련을 통해 아동 문제 행동에 대한 지식을 습득하고 부모자신에 대한 통찰력은 물론 아동의 발달 특성에 맞는 부모역할을 할 수 있도록 도와줄 필요성이 있다.

일반적으로 부모역할에 대해 만족하는 어머니는 자녀에게 애정적이고 일관된 양육태도를 보여줌으로써 긍정적인 관계를 형성하고, 어머니의 적대적이고 통제적인 양육태도는 아동의 정서발달에 부정적인 영향을 주는 것으로 나타난다(Lee & Jung, 2007). 즉 ADHD경향이 있는 아동의 어머니들은 높은 양육 스트레스(McLaughlin & Harrison, 2006)로 심한 우울감, 양육에 대한 낮은 자존감, 자기 비난, 사회적 고립 등을 경험한다(Yang, Seo, Chae, Lee, & Lee, 2010). 따라서 자녀의 ADHD경향성은 가족들의 정상적인 일상생활에 부정적인 영향을 미침으로써 가족 갈등 유발의 촉진요인으로 작용하기 때문에 자녀를 양육하는 어머니와 가족의 삶의 만족과도 깊은 관련이 있는 것으로 나타난다(You, Kim, & Ha, 2011).

이상에서와 같이 ADHD경향 아동의 어머니들은 ADHD에 대한 지식이나 질병 특성, 치료 및 양육방법 등에 대한 인식 정도가 낮고 부적절한 양육태도를 가진 것으로 나타남으로써(Jo, 2004; Kim, Seo, & Park, 2011) 효율적인 양육태도에 대한 교육과 훈련이 요구된다. 부모교육은 효율적인 자녀 양육을 위하여 아동 발달과 자녀 지도에 관한 철학과 지식을 습득할 수 있는 기회를 부여함으로써 부모의 바람직한 가치관 정립과 자녀 양육 행동의 변화를 추구하기 위해 실시된다. Lee, Ryoo와 Kim (2007)은 부모의 효율적인 양육태도를 위해 객

관적이고 합리적인 도구인 Myers-Briggs Type Indicator (MBTI)를 통해 부모 자신의 성격을 긍정적으로 이해하여 자존감을 향상시킬 때 자신과 다른 자녀의 성격을 수용하는 성숙한 부모역할을 할 수 있으며, 나아가 긍정적인 양육태도를 가질 수 있다고 하였다. 따라서 ADHD경향 아동 부모들을 대상으로 ADHD경향 아동과 이들을 양육하는 부모의 성격유형에 차이가 있을 수 있으며 각 성격유형에서의 장점을 인정함으로써 자신과 자녀에 대한 부정적인 태도가 긍정적으로 변할 수 있도록 도와주는 프로그램이 요구된다고 볼 수 있다.

ADHD 아동의 어머니를 대상으로 실시한 양육 프로그램과 관련된 선행연구로는 ADHD 아동을 위한 부모교육 프로그램, 인지적 행동수정 프로그램, 부모교육과 인지적 행동수정 병합 프로그램이 아동의 주의력결핍, 과잉행동, 충동성을 감소시켰다는 연구(Lee & Lee, 2000), 주의집중문제 아동의 어머니를 위한 부모교육 프로그램을 통해 이들의 양육 스트레스와 양육태도를 변화시킨 연구(Kim, 2006), ADHD 아동에 대한 사회기술훈련과 부모교육 병합치료가 아동의 사회기술, 주의력결핍, 과잉행동 및 자아개념을 변화시켰다는 연구(Yun, Koo, Jeon, Hyun, & Kim, 2007)들이 있다. 이상의 연구결과에서 부모교육이나 인지적 행동수정요법이 ADHD 아동 어머니의 부모양육태도, 부모역할 만족도 및 어머니가 지각하는 아동의 ADHD 정도에 효과가 있는 것으로 나타남으로써 가장 친숙한 관계 속에서 아동의 증상 증가에 영향을 미치게 되는 ADHD경향 아동 어머니의 스트레스에 대한 중재의 필요성(Kendall, Leo, Perrin, & Hatton, 2005)을 확인할 수 있다. 하지만 대부분의 프로그램은 왜곡된 인지과 부정적인 행동수정에 초점을 둔 인지행동수정요법(Cognitive Behavior Therapy, CBT)이며, 부모들이 가진 자녀에 대한 사랑과 기대, 긍정적인 성격요소 등의 보호요인을 찾아내어 이를 강화시키는 프로그램의 효과를 검증한 연구는 거의 없었다.

그러므로 본 연구에서는 MBTI를 활용한 적극적 부모교육 프로그램이 유치원 학부모의 양육태도와 효율적 의사소통을 증가시켰다는 연구결과(Lee et al., 2007)를 접목하여 ADHD 경향 아동 부모를 위한 효율적인 양육 프로그램을 개발하고 적용하였다. 즉, 자신과 자녀의 MBTI 성격유형별 강점과 긍정적인 면을 먼저 인지하고 차이를 강점으로 받아들일 수 있는 점을 추가하여 어머니의 양육태도와 양육방법을 긍정적으로 변화시킴으로써 부모로서의 역할만족도를 증가시키고 나아가 어머니가 지각하는 아동의 ADHD 정도를 감소시키고자 시도되었다.

2. 연구목적

본 연구의 목적은 ADHD경향 아동 어머니들을 대상으로 인지행동요법을 적용한 양육 프로그램을 개발하고 적용함으로써 이 프로그램이 부모양육태도, 부모역할만족도 및 어머니가 지각하는 아동의 ADHD에 미치는 효과를 규명하기 위한 것이다.

3. 연구가설

- 가설 1. 인지행동요법적용 양육 프로그램에 참여한 후 ADHD 경향 아동 어머니의 부모양육태도 점수가 높아질 것이다.
가설 2. 인지행동요법적용 양육 프로그램에 참여한 후 ADHD 경향 아동 어머니의 부모역할만족도 점수가 높아질 것이다.
가설 3. 인지행동요법적용 양육 프로그램에 참여한 후 ADHD 경향 아동 어머니가 지각하는 아동의 ADHD 점수가 낮아질 것이다.

연구 방법

1. 연구설계

본 연구는 인지행동요법을 적용한 양육 프로그램이 ADHD 경향 아동 어머니의 부모양육태도, 부모역할 만족도 및 어머니가 지각하는 아동의 ADHD에 미치는 효과를 검증하기 위한 단일군 전후설계(one-group pretest-posttest design)로 원시실험연구(pre-experimental research)이다.

2. 연구대상

연구대상자는 G시 소재 초등학교에 재학 중이며, 한국어판 ADHD 평가척도(Korean ADHD Rating Scale, K-ARS)에서 합계 점수가 19점 이상(Kim, Park, & Choi, 2004)인 1~6학년 학생의 어머니로서 본 프로그램의 목적을 이해하고 의사소통이 가능하며, 본 연구도구들의 질문내용을 이해하고 응답할 수 있으며 연구 참여에 서면으로 동의한 자로 선정하였다. 본 연구의 검정력 확보를 위해 대상자 수는 G*Power 프로그램을 활용하여 산출하였으며, 단일그룹 사전 사후 차이검정 시 유의수준 α 값은 .05, 효과크기 d 는 .5, 검정력($1-\beta$)은 .80을 기준으로 단측 독립 t-test에 필요한 표본수는 최소 27명이었다. 하지만 연구 시작은 26명으로 시작하여 어머니의 근무시

간, 연락 두절 등의 이유로 진행 중 탈락자가 5명 발생함으로써 최종 연구대상자는 21명이었다.

3. 연구도구

1) 부모양육태도 (Mother's Parenting Behavioral Scale)

부모의 양육태도를 평가하기 위하여 본 연구에서는 Crase, Clark과 Pease (1978)의 부모양육척도(Iowa Parent Behavior Inventory [IPBI] - Mother form)를 Hong (1994)이 번역하여 우리의 문화에 맞게 제작한 검사 도구를 사용하였다. 이 도구는 총 26개 문항으로 4개 하위영역은 합리적 지도 8문항, 한계설정 5문항, 애정 8문항, 반응성 5문항으로 구성되어 있다. 각 문항에 대해 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '매우 그렇다' 5점까지의 5점 Likert식 척도로 응답하게 되어있으며, 점수가 높을수록 어머니들이 자녀를 양육할 때 해당 행동 성향이 높음을 의미한다. Hong (1994)의 연구에서 전체 Cronbach's $\alpha = .84$ 였고, 하위영역별로는 .82~.84였으며, 본 연구에서는 전체가 .91이었고, 하위영역별로는 .55~.87이었다.

2) 부모역할만족도 (Parent Satisfaction Scale, PSS)

본 연구에서는 Duke, Rose와 Halverson (1997)의 PSS를 번안·수정한 Lim (2004)의 도구를 사용하였다. 이 도구는 부모역할에 대한 즐거움, 부담감 및 부모역할의 중요성을 묻는 내용으로 총 30문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 7점 Likert식 척도로 '전혀 그렇지 않다' 1점에서 '정말 그렇다' 7점까지 응답하게 되어 있고, 총점의 범위는 30점에서 210점으로 점수가 높을수록 부모로서의 역할에 대한 만족도가 높은 것을 의미한다. Lim (2004)의 연구에서의 Cronbach's $\alpha = .93$ 이었으며, 본 연구에서는 .80이었다.

3) ADHD

본 연구에서는 DuPaul, Power, McGoey, Ikeda와 Anastopoulos (1998)에 의해 개발된 ADHD Rating Scale (ARS)을 So, Noh, Kim, Ko와 Koh (2002)가 번안한 한국어판 ADHD 평가척도(K-ARS)를 사용하였다. 이 도구는 주의집중 결함 관련 9개 항목과 과잉행동·충동성 관련 9개 항목으로 총 18문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 4점 Likert식 척도로 '전혀 그렇지 않다' 0점에서 '매우 자주 그렇다' 3점까지이며 총점의 범위는 0점에서 54점으로 점수가 높을수록 ADHD 경향이 높은 것을 의미한다. 개발 당시 도구의 Cronbach's $\alpha =$ 전체가 .89였고, 하위영역별로는 주의력결핍 .77, 과잉행동

.89였으며, 본 연구에서는 전체가 .94였고, 하위영역별로는 주의력결집 .85, 과잉행동 .85였다.

4. 실험처치

본 연구에서 적용한 양육 프로그램은 Barkley (1997)가 개발한 부모양육훈련 프로그램을 Yun 등(2007)이 수정·보완한 프로그램과 Park (2002)이 인지행동치료가 스트레스 감소를 위해 효과적 방법이라고 보고한 점을 기초로 하여, 본 연구자들이 정신보건센터에서 ADHD경향 아동의 학부모들을 대상으로 경험한 개인상담 및 집단상담 내용을 참고하여 대상자들에게 적합하도록 개발하였으며, 정신과전문의 1인, 정신간호학 교수 1인과 정신전문간호사 2인의 자문을 얻어 완성하였다. 먼저 정신과전문의 1인, 인지정서행동치료(Rational Emotive Behavior Therapy, REBT) 훈련을 받고 MBTI 강사로서 이를 활용한 집단상담 경험이 많은 정신보건간호사 1인, 감정코칭 전문 심리상담사 1인으로 다학제팀을 구성하였다. 일반적으로 프로그램 회기가 6회기 이상인 경우 짧은 회기보다 효과 크기가 더 큰 것으로 나타났다는 결과(Park, 2002)를 참고로 하여 8회기로 구성하였다. 구체적인 프로그램 내용은 1회기는 사전설문조사와 MBTI 검사, 프로그램 오리엔테이션 및 자기소개, 프로그램 참여 규칙 정하기를 정신보건간호사가 실시하였고, 2회기와 3회기는 ADHD경향 아동의 어머니에게 먼저 자신과 타인에 대해 강점을 객관적으로 확인할 수 있는 MBTI를 활용하여 자신과 자녀의 차이와 긍정성을 이해하도록 하는 집단활동 프로그램을 MBTI 전문가가 실시하였으며, 4회기는 정신과전문의가 어머니들에게 ADHD에 대한 왜곡된 인지와 부정적인 양육태도를 자각하도록 교육하였다. 5회기와 6회기는 사이코드라마치료 과정을 수련한 정신보건간호사가 양육으로 오는 스트레스를 빈의자 기법과 스티커 제도를 활용하여 효율적으로 관리할 수 있도록 훈련하였으며, 자녀에게 효율적으로 의사소통하는 방법을 역할극을 통해 습득하도록 하였다. 7회기에 어머니들의 양육행동을 합리적으로 변화시키기 위해 감정 코칭하기를 감정코칭 전문 심리상담사가 진행하였고, 마지막 8회기는 서로 칭찬하기와 프로그램 평가 및 사후 설문지를 하였으며 수료식과 답례품을 제공하고 자조모임을 결성하도록 하였다. 매 회기마다 보조요원 2명이 함께 진행을 도왔고 교육 및 역할극 위주의 실습으로 진행하였으며, 주 2회, 매 회기 90~120분씩 4주간 총 8회기로 실시하였다. 구체적인 부모양육 프로그램은 Table 1과 같다.

5. 자료수집

먼저 B병원 임상연구윤리위원회에서 IRB 승인(IRB: 1-023)을 받은 후, 2011년 11월 26일부터 2012년 1월 18일까지 자료를 수집하였다. 대상자는 학교에서 G시의 정신보건센터로 의뢰되어 ADHD경향이 있는 자녀와 함께 상담을 받았거나 받으러 온 보호자에게 먼저 구두 또는 전화로 연락을 하고 우편으로 본 프로그램에 대한 홍보지를 보냈다. 프로그램에 자발적으로 참여하기로 한 대상자들에게 연구의 목적과 취지를 설명하고 원하지 않는 경우에는 진행 중이라도 참여하지 않아도 됨을 알려주고 비밀보장을 약속하고 서면동의를 받았다. 사전 조사는 1회기 프로그램에 구조화된 자기보고식 설문지를 이용하여 실시하였고 사후 조사는 8회기 프로그램을 마치치고 실시하였으며 연구대상자가 직접 기입한 질문지를 연구자가 바로 회수하였다. 직장에 다니는 어머니들의 참여율을 높이기 위해 오전반, 오후반으로 편성해서 같은 내용의 프로그램을 회기별로 동일한 진행자가 실시하였다.

6. 자료분석

수집된 자료는 SPSS 12.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 대상자의 일반적인 특성은 빈도와 백분율을 산출하였다. 집단의 왜도값을 살펴본 결과, 절대값이 1.0보다 작아 정규분포를 하는 것으로 나타났고, Kolmogorov-Smirnov 정규성 검정에서 유의확률이 유의수준 .05보다 높았으며, Q-Q도표에서 데이터들이 직선에 가까워 정규분포를 이루고 있음을 확인한 후 인지행동요법적용 양육 프로그램 적용 전후의 차이에 대한 검정은 paired t-test를 이용하여 분석하였으며, 도구의 내적 신뢰도는 Cronbach's α 를 산출하였다.

연구결과

1. 일반적 특성

대상자의 일반적 특성을 살펴보면, 연령은 30세 초과가 76.2%였고 배우자의 연령도 30세 초과가 57.2%로 많았으며, 교육정도는 고졸 이하가 52.4%였고, 배우자는 전문대졸 이상이 57.1%였다. 결혼기간은 10년 이상이 66.7%였고, 직업은 있다가 61.9%였고, 남편의 직업은 자영업 28.5%, 생산직 23.5% 등의 순이었으며, 종교는 대상자와 배우자 모두 무교가 많았으며, 월수입은 250만원 초과가 57.1%였다. 대상자의

Table 1. Parenting Program applying CBT

Session	Title	Contents	Times (minutes)	Stage of CBT
1	Orientation	<ul style="list-style-type: none"> Pretest & MBTI test Orientation of program Self-introduction 	100	
2	Understanding self and others	<ul style="list-style-type: none"> Understanding self personality type Activity according to E/I and S/N preferences Sharing with colleagues after finishing worksheet 	100	Rational belief reorganization stage
3		<ul style="list-style-type: none"> Activity according to T/F and J/P preferences Understanding differences among sixteen types of MBTI Sharing with colleagues after finishing worksheet 	100	
4	Knowing parent behavior stress	<ul style="list-style-type: none"> Knowing ADHD Cognition of negative thinking Knowing ineffective parent behavior 	100	Irrational belief & behavior research stage
5	Learning positive parent behavior	<ul style="list-style-type: none"> Expression of stressful emotion by empty chair method Introduction effective parent behavior through role play token economy & time out 	120	Behavior reorganization stage
6	Having a effective communication	<ul style="list-style-type: none"> Explaining the necessity of communication skill Training a effective communication through role play 	90	
7	Learning emotional coaching	<ul style="list-style-type: none"> Introduction to skills to express my thoughts Training emotional coaching method 	120	
8	Program summary & evaluation	<ul style="list-style-type: none"> Giving praise to each other Evaluation of the program Organization of self-help meetings Posttest Closing ceremony (certification awarded) 	120	Rational behavior change stage

CBT=cognitive behavior therapy; E/I=extroversion/introversion; S/N=sensing/intuition; T/F=thinking/feeling; J/P=judging/perceiving; ADHD=attention deficit hyperactivity disorder.

자녀는 저학년이 61.9%, 고학년이 38.1%였고, 남아가 76.2%, 여아가 23.8%였으며, 자녀의 출생순위는 첫째가 71.4%였다 (Table 2).

2. 가설검정

1) 가설 1

“인지행동요법적용 양육 프로그램에 참여한 후 ADHD경향 아동 어머니의 부모양육태도 점수가 높아질 것이다”를 검정한 결과, 부모양육태도는 실험 전 평균 69.9 ± 11.54 점에서 실험 후 74.9 ± 10.57 점으로 높아졌고 이는 유의한 차이가 있었으므로($t=-2.16, p=.043$) 가설 1은 지지되었다(Table 4).

2) 가설 2

“인지행동요법적용 양육 프로그램에 참여한 후 ADHD경향 아동 어머니의 부모역할만족도 점수가 높아질 것이다”를 검정

한 결과, 부모역할만족도는 실험 전 평균 107.9 ± 14.75 점에서 실험 후 112.8 ± 13.30 점으로 높아졌으나 유의한 차이가 없었으므로 가설 2는 기각되었다(Table 4).

3) 가설 3

“인지행동요법적용 양육 프로그램에 참여한 후 ADHD경향 아동 어머니가 지각하는 아동의 ADHD 점수가 낮아질 것이다”를 검정한 결과, 아동의 ADHD는 실험 전 평균 22.3 ± 7.71 점에서 실험 후 18.8 ± 6.71 점으로 낮아졌고 이는 유의한 차이가 있었으므로($t=2.38, p=.027$) 가설 3은 지지되었다 (Table 4).

논 의

본 연구는 ADHD경향 아동 어머니들을 대상으로 인지행동요법적용 양육 프로그램을 적용하여 부모양육태도를 효율적

Table 2. General Characteristics of Subjects (N=21)

Characteristics	Categories	n (%)
Age (year)	≤ 30	16 (76.2)
	> 30	5 (23.8)
Spouse's age (year)	≤ 30	12 (57.2)
	> 30	7 (33.3)
	No response	2 (9.5)
Education	≤ High school	11 (52.4)
	≥ College	10 (47.6)
Spouse's education	≤ High school	8 (38.1)
	≥ College	12 (57.1)
	No response	1 (4.8)
Marital period (year)	< 10	7 (33.3)
	≥ 10	14 (66.7)
Religion	Yes	6 (28.6)
	No	15 (71.4)
Spouse's religion	Yes	3 (14.3)
	No	18 (85.7)
Family income (10,000 won/month)	≤ 250	8 (38.1)
	> 250	12 (57.1)
	No response	1 (4.8)
Occupation	Yes	13 (61.9)
	None	7 (33.3)
	No response	1 (4.8)
Spouse's occupation	Self-employed	6 (28.5)
	Clerical worker	3 (14.3)
	Productive worker	5 (23.8)
	Professional worker	1 (4.8)
	Service worker	3 (14.3)
	Others	1 (4.8)
	No response	2 (9.5)
Grade of child	1~3	13 (61.9)
	4~6	8 (38.1)
Gender of child	Male	16 (76.2)
	Female	5 (23.8)
Birth order of child	1st	15 (71.4)
	≥ 2nd	6 (28.6)

으로 변화시킴으로써 부모역할만족도를 향상시키고, 어머니의 인지와 태도가 효율적으로 변함으로써 어머니가 지각하는 아동의 ADHD 정도도 감소할 것이라는 가설을 검증하기위해서 시도되었으며 그 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

본 연구결과 인지행동요법적용 양육 프로그램을 받은 후 어머니들의 부모양육태도가 효율적으로 향상되었고, 특히 하위 영역 중 합리적 지도와 애정 영역에서의 점수가 사전에 비해 유의하게 높아졌다. 즉, ADHD경향성 아동의 어머니를 위한

인지행동요법적용 양육 프로그램이 부모양육태도를 긍정적으로 변화시키는데 효과가 있었음을 의미한다. 이는 ADHD 초등학생의 부모에게 ADHD 이해, 아동의 문제행동을 다루는 기법과 의사소통훈련 등으로 구성된 10회기 부모교육 프로그램 후에 어머니의 애정적 태도가 높아졌다는 Jo (2004)의 연구결과와 유사한 결과이다. 하지만 ADHD 아동의 어머니에게 ADHD 이해, 긍정적인 양육태도의 활성화, 효과적인 의사소통방법, 아동의 책임감 및 자존감 증진시키기, 부모 자신 이해하기 및 부모 스트레스 관리법으로 구성된 6회기 부모교육 프로그램 후에 하위영역 중 자율적 태도는 유의한 차이를 보였으나, 양육태도 전체와 애정적, 적대적, 통제적 태도는 유의한 차이를 보이지 않았다고 한 Min (2008)의 연구결과와는 일치하지 않았다. 이는 본 연구에서 프로그램 회기 초기에 MBTI를 근거로 주 양육자인 어머니들의 고유한 성격유형에서의 강점을 강조함으로써 긍정적인 힘을 갖도록 한 후 아이와의 차이점을 알게 하였고, 이러한 차이를 고려한 의사소통을 할 수 있도록 훈련한 것 때문에 이러한 차이가 있었던 것으로 생각된다. 또한 이들이 가진 ADHD에 대한 부정적인 인식을 전문가의 교육을 통해 원인을 알고 치료 가능함을 알게 하였고, 아이들에 대한 부정적인 감정을 공감해주고 이러한 감정을 명료화 시켰으며 스트레스를 스스로 해소할 수 있도록 감정코칭 방법과 빈의자 기법을 훈련함으로써 ADHD경향 아동들에 대한 합리적이고 온정적인 양육태도를 가질 수 있었던 것으로 생각된다. 하지만 Min (2008)의 연구에서 양육태도에서 차이가 없었던 것은 회기가 짧았고 부모의 효율적인 양육태도에 대한 훈련이 아닌 지식을 제공하는 단순한 부모교육에 그쳤기 때문인 것으로 생각된다. 따라서 본 연구결과는 단순한 부모교육보다는 MBTI와 같은 근거가 있는 심리적 도구를 활용하여 인지를 긍정적으로 변화시킴과 동시에 역할극을 활용한 시연 등을 통해 적극적으로 양육태도를 훈련시켰기 때문에 어머니들의 양육태도가 효율적으로 변화된 것으로 사료된다.

인지행동요법적용 양육 프로그램을 받은 후 대상자들의 부모역할만족 정도는 실험 전보다 후에 평균 점수가 높아졌으나 유의미한 차이는 없었다. 이는 지역아동센터에 등록된 아동 어머니에게 8회기 적극적 부모역할훈련 후에 부모역할 만족도가 높아졌다는 Park과 Oh (2012)의 연구결과와는 일치하지 않았다. 이러한 차이는 본 연구와는 달리 Park과 Oh (2012)의 연구에서는 대상자 전체가 본 연구와 같이 ADHD경향 아동의 어머니가 아니었으며, 주 1회씩 8주간 집단 프로그램 실시와 함께 총 16회 전화와 문자 메시지를 통해 어려움과 자녀의 건강문제에 대한 개별적인 상담을 제공하였기 때문이라고 여

Table 3. The Effects of the Parenting Program applying CBT

(N=21)

Variables	Categories	Pretest	Posttest	t	p
		M±SD	M±SD		
Parenting behavior	Rational Guidance	22.5±3.84	24.4±3.47	-2.48	.022
	Limit Setting	13.6±2.44	13.7±2.61	-0.22	.831
	Intimacy	19.2±4.43	21.6±4.01	-2.63	.016
	Responsiveness	14.6±2.31	15.2±2.87	-1.03	.317
	Total	69.9±11.54	74.9±10.57	-2.16	.043
Parent satisfaction		107.9±14.75	112.8±13.30	-2.01	.058
ADHD	Attention-deficit	12.7±4.20	10.7±4.07	2.44	.024
	Hyperactivity	9.6±4.27	8.1±3.57	1.86	.078
	Total	22.3±7.71	18.8±6.71	2.38	.027

CBT=cognitive behavior therapy; ADHD=attention deficit hyperactivity disorder.

겨진다. 즉 본 연구에서는 어머니들에게 ADHD경향 아동에 대한 통제방법보다 양육태도를 효율적으로 변화시키고 스스로의 스트레스를 관리하는 훈련은 하였지만 4주간의 훈련 과정으로는 자녀를 양육하는 과정에서 부모와 자녀 관계에서 일어나는 상호작용의 질로 가늠할 수 있는 부모가 느끼는 기쁨, 유능감을 의미하는 부모역할 만족도를 4주간의 처치로는 변화시키기에는 어려웠던 것으로 생각된다. 따라서 향후 ADHD 경향 아동 부모들의 부모역할만족도를 증가시키기 위해서는 Park과 Oh (2012)의 연구에서와 같이 프로그램의 기간을 증가시키고, 단순한 집단상담 방식뿐만 아니라 다양한 방법을 통해 개별적 지지와 격려를 해 주는 내용을 회기에 포함시킬 필요가 있으며 프로그램의 영향을 직접적으로 받는 양육태도 보다는 서서히 영향을 받을 가능성이 높은 부모역할만족도의 경우 프로그램이 끝나고 일정한 시간이 지난 후 추후 조사를 통해 확인해 볼 필요가 있다.

인지행동요법적용 양육 프로그램을 받은 후 대상자들이 지각하는 아동의 ADHD경향성이 유의하게 감소하였고, 특히 하위영역 중 주의력결핍정도가 유의하게 감소하였으나 과잉행동은 유의한 차이가 없었다. 주의력결핍 정도가 유의하게 감소한 것은 부모에게 ADHD에 대한 이해 및 자신의 스트레스 관리, 아동의 행동 수정이 포함된 10회기 부모교육 프로그램과 ADHD 아동에게 20회기 인지증진훈련, 사회기술훈련을 병합 실시한 후 부모가 지각한 아동의 ADHD 증상 중 부주의와 과잉충동이 유의하게 감소하였다는 Park 등(2011)의 연구결과와 부분적으로 일치한다. 그러나 외현적 행동장애로 치료중인 만 6~11세 아동의 어머니를 대상으로 인지행동적 부모훈련 프로그램을 6주간 실시한 후 아동의 문제행동을 개선하는 효과가 있었다는 Park과 Oh (2004)의 연구결과와는 일치하지 않았다. 이는 본 연구에서 어머니가 MBTI 유형별 강

점과 차이점을 인정하고 자신의 감정을 다루는 방법 및 자신의 스트레스 해소법 등을 습득함으로써 어머니가 자신을 긍정적으로 바라볼 수 있게 되었고, 또한 자녀를 바라보는 관점이 달라져 ADHD경향 아동에게 행동 통제나 처벌식의 양육방법을 사용하지 않음으로써 아동의 불안도가 낮아져 주의력결핍 정도가 감소한 것으로 생각된다. 하지만 또 다른 하위영역인 과잉행동에 대한 부모의 평가점수가 유의하게 감소하지 않은 것은 본 프로그램 내용에 대상자들이 전에는 알지 못했던 아동의 문제행동에 대한 올바른 인지를 위한 교육은 포함되었지만 아동의 행동을 통제하는 기법을 포함하지 않았으며, Park 등 (2011)의 연구에서와 같이 어머니와 동시에 아동에게도 행동 조절을 위한 사회기술훈련과 같은 병합 프로그램을 제공하지 않았기 때문인 것으로 보인다. 따라서 향후 부모양육 프로그램 제공 시에는 ADHD경향 자녀를 위한 사회기술훈련과 같은 프로그램을 개설하여 함께 참여하도록 한다면 어머니의 참여율을 높일 수 있고 아동들의 문제행동조절 효과도 볼 수 있을 것이라 여겨진다.

최근 학교, 가정 및 지역사회 아동청소년의 정신건강 증진을 위한 정신보건사업이 확대되면서 정신건강증진센터나 WEE 센터에 학교로부터의 ADHD경향 아동들에 대한 의뢰가 증가하고 있다. 하지만 부모들의 이해 부족으로 ADHD경향 아동들을 위한 조기개입이나 치료가 미진한 실정이다. 따라서 정신건강증진센터나 WEE센터에 근무하는 정신보건간호사들은 부모들을 대상으로 ADHD에 대해 올바르게 인식시킴으로써 ADHD경향 아동들이 조기에 도움을 받을 수 있도록 안내함과 동시에 이들에게 직접 활용할 수 있는 효과적인 프로그램을 개발하고 적용하는 등 적극적인 노력을 해야 한다.

이상의 결과를 통해 아동의 ADHD가 증가하고 있는 현재의 시점에서 ADHD경향 아동 어머니들을 대상으로 어머니

자신과 자녀의 성격유형 차이에 대한 긍정적 인식을 위한 MBTI 활용과 부모들이 가진 자녀에 대한 사랑과 기대, 긍정적인 성격요소 등의 보호요인을 찾아 강화시키는 내용, 스트레스 관리법, ADHD에 대한 올바른 이해, 효율적인 의사소통 및 감성코칭 등의 내용으로 구성된 인지행동요법적용 양육 프로그램을 제공함으로써 어머니들이 효율적인 양육태도를 보였으며 어머니가 지각하는 아동의 ADHD경향 정도가 감소함을 알 수 있었다. 하지만 부모역할만족도가 증가되지 않았으므로 이에 대한 보완이 필요하다.

결과적으로 본 연구에서 실시한 인지행동요법적용 양육 프로그램은 ADHD경향 아동 어머니의 부모양육태도 향상과 대상자가 지각하는 아동의 ADHD경향의 감소에 효과가 있는 것으로 나타났다. 따라서 아동의 ADHD를 감소하기 위한 중재 방법으로 인지행동요법적용 양육 프로그램이 활용될 수 있을 것이며, 지역사회에서 정신보건간호사들이 ADHD경향 아동 어머니들을 위한 간호중재방법으로 다양하게 활용할 수 있을 것으로 생각되며 지역사회정신간호학의 영역확대와 정신보건간호사의 역할 전문화에도 기여할 수 있을 것으로 본다.

본 연구의 대상자는 G시의 일개 정신건강증진센터를 방문한 ADHD경향 아동의 어머니를 편의표집 하였으므로 ADHD 경향 아동의 부모를 대표하기에는 한계가 있고 대상자 수의 확보가 어려워 대조군이 없는 단일군 전후설계이므로 제3변수의 개입, 성숙 등의 영향을 배제할 수 없었으므로 프로그램 중재 전후 차이가 독립변인의 조작 효과라고 단정하기는 어려움이 있어 연구결과를 일반화하기에는 한계가 있다.

결론

본 연구는 인지행동요법적용 양육 프로그램이 ADHD경향 아동 어머니의 부모양육태도와 부모역할만족도 및 어머니가 지각하는 아동의 ADHD에 얼마나 효과가 있는지를 검증하기 위해 실시되었으며, K-ARS에서 19점 이상인 ADHD경향 아동의 어머니를 대상으로 한 단일군 전후설계의 원시실험연구로 이루어졌다. 인지행동요법적용 양육 프로그램 실시 전·후 부모양육태도 정도가 유의하게 높아졌고 대상자가 지각하는 아동의 전체 ADHD 정도는 유의하게 감소한 것으로 나타났으므로 아동의 ADHD 감소를 위한 중재방법으로 활용될 수 있을 것으로 생각된다. 향후 어머니의 양육태도 뿐만 아니라 아동의 문제행동도 좀 더 효과적으로 변화시키기 위해서 프로그램 제공 시 ADHD경향 아동과 함께 참여하는 병합 프로그램을 실시해 볼 것과 ADHD경향 아동 부모들의 부모역할만

족도를 증가시키기 위해서는 프로그램의 회기를 증가시키고 단순한 집단상담 방식뿐만 아니라 개별적인 상담방식을 함께 통합하는 프로그램 개발 및 효과에 대한 연구가 시행되어야 하겠다. 또한 프로그램 효과 검증을 위해 프로그램 제공 사전 사후 조사비교 분석뿐만 아니라 프로그램 이후 일정한 시간이 지난 후 추후 조사를 통해 그 효과의 변화를 확인하는 확대된 연구를 해 볼 것을 제안한다.

REFERENCES

- Barkley, R. A. (1997). *Defiant children: A clinician's manual for assessment and parent training* (2nd Ed.). New York: Guilford.
- Crane, S., Clark, S., & Pease, D. (1978). *Iowa parent behavior inventory manual*. Ames, IA: Iowa State University Research Foundation, Inc.
- Duke, H. D., Rose, H. A., & Halverson, C. F. (1997). *Predictors of parenting satisfaction*. Paper presented at 58th NCFR conference, Kansas City: Missouri.
- DuPaul, G. J., Power, T. J., McGoe, K. E., Ikeda, M. J., & Anastopoulos, A. D. (1998). Reliability and validity of parent and teacher ratings of attention-deficit/hyperactivity disorder symptoms. *Journal of Psychoeducational Assessment*, 16, 55-68.
- Hong, K. O. (1994). *Relationships between kindergarteners' patterns of attachment and their temperament and their mothers' parenting behavior*. Unpublished doctoral dissertation, Korea University, Seoul.
- Jo, S. M. (2004). *The effect of parent education programs for the parents of children with ADHD (attention deficit/hyperactivity disorder)*. Unpublished master's thesis, Daegu University, Daegu.
- Johnston, C., & Ohan, J. L. (2005). The importance of parental attributions in families of children with attention-deficit/hyperactivity and disruptive behavior disorders. *Clinical Child and Family Psychology Review*, 8(3), 167-182.
- Kendall, J., Leo, M. C., Perrin, N., & Hatton, D. (2005). Modeling ADHD family and child relationships. *Western Journal of Nursing Research*, 27, 500-518.
- Kim, I. H. (2006). Effect of the parent education program in mothers of child with attention problems. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 15, 491-499.
- Kim, J. W., Park, K. H., & Choi, M. J. (2004). Screening for attention deficit/hyperactivity disorder in community mental health services for children. *Journal of the Korean Neuropsychiatric Association*, 43, 200-208.
- Kim, M. Y., Seo, J. Y., & Park, W. J. (2011). Relationship of moth-

- ers' recognition of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD), parenting stress and family support in children diagnosed with ADHD. *Journal of Korean Academy Child Nursing*, 17, 127-135.
- Korean NeuroPsychiatric Association. (2005). *Textbook of neuropsychiatry*(2nd ed.). Seoul: Joongangmoonwhasa.
- Lee, H. D., & Lee, J. K. (2000). A study on the development of a educational program for parents with attention-deficit / hyperactivity disorder children. *Journal of Student Guidance*, 13, 215-237.
- Lee, H. R., Ryoo, H. J., & Kim, J. H. (2007). The effects of active parent education training program on parents child-rearing attitude and communication. *Korean Journal of Counseling*, 8, 533-547.
- Lee, J. S., & Jung, M. J. (2007). Children's perception of their mother's child-rearing behaviors in relation to the mothers' childhood experiences, satisfaction as a parent and spousal support in parenting. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 45(5), 85-94.
- Lim, K. A. (2004). *The relations of emotional expressiveness and spousal support with role satisfaction among men in transition to parenthood*. Unpublished master's thesis, Yonsei University, Seoul.
- McLaughlin, D. P., & Harrison, C. A. (2006). Parenting practice of mothers of children with ADHD: The role of maternal and child factors. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health*, 11, 82-88.
- Min, H. K. (2008). *The effect of parent education program for the problem behavior of ADHD children, mother's child-rearing attitude, parenting stress and mental health*. Unpublished master's thesis, Dankook University, Seoul.
- Park, H. J., Heo, J. Y., Kim, Y. H., & Song, H. J. (2011). Development and effects of a combined program of cognitive enhancement-social skills-parents training program for ADHD children and their parents. *Journal of Emotional & Behavioral Disorders*, 27(3), 25-58.
- Park, J. G., & Oh, K. J. (2004). A comparison of cognitive-behavioral and behavioral parent training: Effects of parent training in the treatment of disruptive behavior problems in children. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 23, 829-849.
- Park, K. A. (2002). A research study on the effects of REBT based group career counseling on college students' career development. *Korea Journal of Psychology*, 8, 951-963.
- Park, K. I., & Oh, S. E. (2012). Effects of active parenting today based on goal attainment theory on parenting stress, parenting behavior, and parenting satisfaction in mothers of school-age children. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 42, 659-670.
- Rabiner, D. (2004). The relationship between ADHD symptoms in parents and their parenting behavior. *Attention Research Update*, 1. Retrieved January 24, 2004, from <http://www.helpforadd.com/2004/january.htm>
- Shin, H. S., & Kim, J. M. (2011). Effects of a responsive parenting education program on child's behavioral problems and pivotal developmental behaviors in children at risk for attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Korean Academy of Child Health Nursing*, 12, 39-47.
- So, Y. K., Noh, J. S., Kim, Y. S., Ko, S. G., & Koh, Y. J. (2002). The reliability and validity of Korean parent and teacher ADHD rating scale. *Journal Korean Neuropsychiatric Association*, 41, 283-289.
- Yang, K. A., Seo, G. H., Chae, E. H., Lee, J. H., & Lee, J. P. (2010). A qualitative research on the psychological adapting process of the mother with ADHD children. *Journal of Emotional & Behavioral Disorders*, 26(1), 85-119.
- You, J. O., Kim, H. S., & Ha, T. H. (2011). Factors influencing life satisfaction for mothers of elementary school children. *Journal of Korean Academy of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 20, 242-251.
- Yun, S. Y., Koo, Y. J., Jeon, J. A., Hyun, M. H., & Kim, H. C. (2007). The effects of parent training program combined cognitive behavioral social skill training on symptoms and social behaviors of children with ADHD. *Korean Journal of Health Psychology*, 12, 529-545.