



Development and Effectiveness of the Respected Parents & Respected Children Program for First-Time Expectant Parents

Eun Hye Kim¹, Hyun-Sim Doh²

Ph.D., Department of Child Development & Intervention, Ewha Womens University, Seoul, Korea¹

Professor, Department of Child Development & Intervention, Ewha Womens University, Seoul, Korea²

첫 자녀 출산 예정인 예비부모를 위한 부모존경-자녀존중 예비부모교육 프로그램의 개발 및 효과 검증

김은혜¹, 도현심²

이화여자대학교 아동학과 박사¹, 이화여자대학교 아동학과 교수²

Objectives: The purpose of this study is to develop the Respected Parents & Respected Children program for first-time expectant parents, and to investigate the effectiveness of the program.

Methods: The program aims to help participants adjust to the transition to parenthood. The weekly program, composed of three phases - introduction, development, and closing - consists of a total of six two-hour sessions. In order to verify the effectiveness of the program, a pretest-posttest control group design was used. The participants in this study were 78 first-time expectant parents in Seoul, Gyeonggi province, and Daegu Metropolitan City. Sixteen couples were assigned to an intervention group and 23 to a control group. The data were analyzed by independent two-sample *t*-tests and repeated measures ANOVA using SPSS 21.0.

Results: The couples in the intervention group showed positive changes in parenting beliefs, as well as increases in life satisfaction and marital intimacy as compared to those in the control group. Regarding the changing patterns, life satisfaction and marital intimacy increased in the intervention group, but decreased in the control group. In addition, child-centered views in the intervention group were little changed, while those in the control group were weakened. Parenting beliefs became more personality centric in the intervention group and more intellect centric in the control group. Stress during pregnancy was decreased in both groups.

Conclusions: This study confirmed the effectiveness of the program and emphasized the need for preventive intervention for first-time expectant parents.

Keywords: first-time expectant parents, parenting beliefs, life satisfaction, marital intimacy, Respected Parents & Respected Children

Introduction

부모는 자녀의 성장기는 물론 성인기에 이르기까지 신체적, 인지적, 사회·정서적 발달에 지대한 영향을 미치는 것으로 잘

Corresponding Author: Hyun-Sim Doh, Professor, Department of Child Development & Intervention, Ewha Womens University, Seoul, Korea
E-mail: simdoh@ewha.ac.kr

알려져 있다. 그럼에도 불구하고 부모가 되기 전 바람직한 부모 역할에 대해 알고 있거나, 부모교육을 받아 부모가 될 준비를 하는 경우는 드문 편이다(Bigner & Gerhardt, 2013). 부모 역할에 대한 미흡한 준비는 새로운 역할에서 오는 스트레스

©The Korean Association of Child Studies

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

에 대한 적절한 대처기술을 부족하게 하는 반면(Adams & Fey, 2003), 부모역할에 대한 이해 및 학습은 자녀의 발달적 요구를 알고 부모역할을 효과적으로 수행할 수 있도록 도와주며, 부모 스스로의 발달적 욕구도 충족시킬 수 있게 한다(Bigner & Gerhardt, 2013; S.-S. Chung & Joung, 2011; Ha & Kim, 2013). 그러므로 부모가 되기 전 부모로의 역할전환을 적절히 안내할 수 있는 예비부모교육은 절실히 요구된다. 국외의 경우, 예비부모교육에 관한 학문적 관심은 비교적 이른 시기인 1960년대부터 대두되어 임신기에 부모역할로의 전환과정에서 준비가 필요함을 강조하였으며(Barimani, Frykedal, Rosander, & Berlin, 2018; Jacoby, 1969), 임신기에 부모됨을 준비한 그룹이 출산 후 부모역할에 더 잘 적응하고, 결혼 적응의 정도도 높으며, 부모 개인의 웰빙도 높게 나타나는 등(Cowan & Cowan, 1995; Junge & Ellwood, 1986; Salmela-Aro, 2012) 그 효과성을 보고하고 있다. 이에 반해 국내에서는 90년대에 들어서야 임신기 예비부모교육에 대한 연구가 처음 시작된 이래(Koh & Ok, 1993a, 1993b, 1994), 첫 부모됨을 경험하는 임신기 예비부모들을 대상으로 하는 예비부모교육 프로그램 개발과 관련된 연구들이 보고되고 있다(Han et al., 2008; J. S. Kim, Chung, & Choi, 1997; M.-Y. Kim, Kim, Kim, & Lee, 2016; Koh, Cho, & Ok, 1998; M. Lee & Sim, 2011). 그러나 예비교육프로그램의 효과성을 밝히고자 시도한 연구들은 국외에서 개발된 프로그램을 번안하거나 수정하여 실시한 경우이거나(Jee, Kwon, & Lee, 2014; Yu & Kim, 2005), 태교, 분만 등 섭생 위주의 프로그램 연구로 임신기 예비부모의 다양한 요구를 제대로 반영하지 못하고 있다(M.-Y. Kim, Kim, Kim, & Lee, 2016; Wang, Park, & Kim, 2013). 따라서 저출산의 문제가 사회적으로 확산되고 건강한 임신기에 대한 관심이 점차 증대되는 현 시점에 임신기 예비부모를 대상으로 한 통합적인 예비부모교육 프로그램에 대한 학문적 관심이 제기된다.

먼저, 임신기 예비부모교육 프로그램의 개발을 위해서는 임신기 예비부모들의 요구에 관심을 기울일 필요가 있다. 임신기 부모됨으로의 전환을 경험하는 예비부모들과 관련된 선행 연구들을 고찰해보면, 일관되게 부모 개인, 부부관계, 자녀 양육 변인들 등에 주목하고 있다. 먼저, 예비부모의 개인적 측면에서, 임신기 예비부모의 높은 삶의 만족감은 임신 기간 중의 스트레스를 감소시키고(Yikar & Nazik, 2018), 부모-자녀관계와 부모로서의 역할수행 등 자녀양육에 통합적으로 영향을 미쳐 출산 후 긍정적인 자녀양육을 야기하며(Bettes, 1988; Monk et al., 2000; H.-Y. Park, 2015), 부모 개인의 성장과 발달에도 영향을 미치는 변인이다. 따라서 예비부모교육 프로그램

을 통해 부모 개인의 삶의 만족감을 높이고자 하는 노력은 사전 예방적 관점에서 매우 중요하다.

삶의 만족감이 예비부모 모두에게 해당하는 개인적 측면이라면, 예비모에게만 해당하는 개인적 측면으로는 임신기 스트레스를 들 수 있다. 임신기 스트레스는 임신 시 유발되기 쉬운 생리적, 심리적, 신체적 변화로 인해 임신부가 경험하는 태아, 임부 자신 및 배우자와 관련된 두려움과 불안, 염려와 걱정, 불쾌감 및 부담감 등의 스트레스를 의미한다(H.-L. Ahn, 1985). 임신 과정은 신체적·정서적 변화와 함께 부모역할로의 전환과정에서 새로운 역할을 취득해야 하므로 스트레스나 불안감을 초래할 가능성이 높다(Bowen & Muhajarino, 2006). 임신기 스트레스는 태아의 건강 뿐 아니라 임신부의 신체적, 정신적 건강을 해치는 등 태아와 예비모 모두에게 부정적 영향을 미치며, 출산 후 모의 양육스트레스 및 아동의 발달문제로도 이어질 수 있다(DiPietro, 2012; M.-K. Park & Lee, 1999). 선행 연구들에 따르면, 임신부를 대상으로 하는 중재프로그램은 전문적 교육과 공감적 지지를 통해 임신부가 스트레스를 해소하는 긍정적 계기가 되었을 뿐만 아니라(Jun & Choi, 2015; Serçekuş & Başkale, 2016) 정신건강에도 긍정적 영향을 미쳤다(Jun & Choi, 2015). 따라서 아동의 발달 및 부모역할에 영향을 미치는 임신기 스트레스의 감소를 돕기 위해서는 예방적 중재가 요구된다.

다음으로 부부관계 측면에서, 임신기는 부모역할을 준비하기 위해 부부관계의 양식을 조정해야 하는 요구가 증가하고, 변화하는 부부관계에 대한 적응이 필요한 기간이다(Snowden, Schott, Awalt, & Gills-Knox, 1988). 선행 연구들은 이 시기 부부관계의 중요성을 강조하는데, 특히 부부관계의 질과 관련된 특성들 중 상호신뢰와 의사소통의 개방성에 초점을 둔 부부친밀감은 부부 간 강력한 유대감을 만들어내며, 출산 후 부모공동양육과 아동의 긍정적 발달에 중요한 요인이 된다(S. Kang, Park, & Chung, 2012; Koh & Ok, 1993a). 또한 부부친밀감은 임신기 스트레스를 완충함으로써 예비부모-태아 간 긍정적 상호작용을 돕고(Baek, 2009; M.-K. Park & Lee, 1999), 나아가 임신기 부모역할 전환과정에서 변화된 부부관계는 출산 후에도 안정적으로 지속되는 경향을 보인다(Belsky, Spanier, & Rovine, 1983; Wallace & Godlib, 1990). 실제로 선행 연구들에 의하면, 임신기 부부관계 중재프로그램에의 참가는 부부의 정서적 의사소통 및 친밀감을 증진시켰을 뿐만 아니라(D. S. Lee, 2006; N.-S. Park & Yon, 2002), 출산 후에도 그 효과가 지속되어 부모역할에 서로 협조적이고(Jee, Kwon, & Lee, 2014), 자녀와의 상호작용도 긍정적인 것으로 보고된다(Gottman &

Gottman, 2007/2008). 따라서 임신기 예비부모들이 변화하는 부부관계에 적절히 적응할 수 있도록 돕기 위해서는 부부관계에 대한 중재가 필요하다.

마지막으로, 자녀양육 측면에서, 임신과 함께 부모는 자녀와의 관계를 맺게 되는데, 이것은 자녀에게 있어 최초의 사회적 관계로 발달에 중요한 영향을 미친다는 점에서 양육신념, 양육자신감, 양육지식, 애착 등 임신기 자녀양육과 관련된 변인들에 대한 연구들이 지속적으로 수행되어왔다 (Abasi, Tafazzoli, Esmaily, & Hasanabadi, 2013; Chang, Kim, & Kim, 2001; M.-Y. Kim, Kim, Kim, & Lee, 2016; Nichols, 1995; Serçekuş & Başkale, 2016; Toosi, Akbarzadeh, Sharif, & Zare, 2014). 이러한 변인들 중 출산 전인 예비부모들에게는 출산 후 양육행동에 직접적 영향을 미치는 양육의 신념적 측면, 즉 아동이 건강하게 성장하고 성숙할 수 있도록 돕는 아동관과 자녀양육 전반에 대한 가치관을 뜻하는 양육신념이 중요하다. 먼저, 아동관과 관련하여, 아동중심적 아동관은 아동을 개인으로서의 가치와 존엄성을 지닌 인격체로 바라보며, 존중받을 만한 가치가 있다고 여기는 것으로(Landreth, 1991) 부모의 민주적, 자율적 양육태도와 밀접하게 관련되고 나아가 아동의 긍정적 발달에 영향을 미치는 것으로 보고된다(M.-K. Choi, 1990). 다음으로, 양육신념은 부모가 양육행동을 선택할 때 기준이 되는 근원적 가치관으로(Goodnow & Collins, 1990; Jeon, 1992; Miller, 1988) 부모의 신념, 문화, 가치관과 사회경제적 지위, 자녀의 기질 및 특성 뿐 아니라 발달에 관한 지식, 부모 교육 등 다양한 인지적 요인에 의해서 영향을 받는 요인이다(Hong, 2006; S. Song & Song, 2003). 본 연구에서는 어린시기부터 조기 교육이나 영재 교육 등 학업이 지나치게 강조됨으로 인해 초래되는 아동행동문제를 예방하고 부모됨의 첫 단계에서 예비부모에게 가장 우선적으로 요구되는 양육신념으로서 인성을 강조하는 신념에 초점을 두었다. 이는 부모가 아동중심적 아동관을 가지고 아동의 성격적 특성 및 시민 정신이나 공정성, 실용성 등의 측면을 중요하게 여기는 것으로 민주적이고 자율적인 양육태도를 갖는 경향으로 이어진다(J. Y. Ahn & Park, 2002). 반면 지적 성취를 강조하는 양육신념은 지식 중심의 학업을 강조하는 성인 중심적 교육관을 가지는 것으로, 통제적 양육태도로 이어진다(W. Y. Rhee, 1983). 양육신념은 자녀의 성장과 발달에 지속적이고 안정적 영향을 미치고(Bang & Sung, 2013), 외부의 중재에 의해 변화가 가능하므로(J. Lee, Kim, Cha, & Lee, 2013) 임신기 부모됨을 준비하는 과정에서 아동관과 양육신념에 대한 중재를 시도하는 것은 중요하다.

한편, 임신기 예비부모교육 프로그램의 대상과 관련하여, 국내의 프로그램들은 대부분 예비모 위주의 태교프로그램 연구들(Chang, Kim, & Kim, 2001; Jun & Choi, 2015; J.-S. Kim & Cho, 2004; Kwak, 2006; E.-K. Park, Lim, Kwon, Lee, & Kim, 2011; Shim & Lee, 2012)이 보고되고 있다. 이러한 현상은 첫 부모됨이 부부가 함께 경험하는 과정임에도 불구하고 첫 부모됨과 관련된 많은 선행 연구들이 예비부를 보조적, 지지적 역할 수행자로만 여겨 주로 예비모만을 연구대상으로 선정하여 연구를 수행해 온 점(M. Lee & Sim, 2011; Oh, 2013)과도 관련된다. 그러나 최근 들어 맞벌이 가족이 증가되면서 부모공동양육의 중요성이 강조된다는 점에서 예비부모교육 프로그램의 대상을 예비모 뿐만 아니라 예비부도 포함할 필요가 있다. 생애동기이론모델에서도 부모됨의 도전과 선택의 과정에서 부모공동양육은 더 많은 보상을 가져올 수 있기에 부부가 함께 부모됨의 과정에 적응해 나가는 것은 중요하다고 강조하고 있다(Salmela-Aro, 2012). 또한, 대부분의 아버지들은 아버지로서의 역할수행 방법을 모르고 있고(May & Fletcher, 2013), 부모됨 과정에서 정서적 스트레스 수준이 높으며, 가정의 부양자로서 경제적 요구에 대하여 큰 부담감을 느끼고 있기에(Koh & Ok, 1993a), 부부 모두를 대상으로 하는 중재는 더욱 필요하다. 또한, 임신기간과 관련하여, 예비모들은 입덧이 완화되고, 신체적, 정서적으로 비교적 안정기에 들어가는 임신 중기를 선호하므로(Barimani et al., 2018) 이를 고려할 필요가 있다.

이와 같은 임신기 예비부모들의 요구와 관심, 대상을 고려할 때, 임신기 예비부모교육 프로그램은 내용적 측면에서, 부모가 되기 위한 심리적·정서적 준비, 친밀한 부부관계, 올바른 양육신념이 자녀발달에 미치는 영향, 바람직한 양육태도, 임신 중의 바람직한 태교, 아이와의 상호작용에의 민감성, 부모공동양육의 중요성 등에 대한 지식을 통합적으로 제공하는 프로그램이 요구된다(Han et al., 2008; J. S. Kim, Chung, & Choi, 1997; S. H. Lee et al., 2010). 실제로 국외 연구들은 예비부모교육 프로그램을 부모됨 적응과정에서 부모 개인의 적응 및 웰빙, 부모-자녀관계, 아동 및 가족의 발달에 관한 내용으로 구성하여, 이러한 프로그램이 부부의 결혼적응을 높이고, 출산 이후 부모역할 적응도 높이는 등 효과를 검증하였다(Duncan & Markman, 1988; Junge & Ellwood, 1986; Salmela-Aro, 2012). 반면, 국내 연구들은 임신기가 부모됨으로의 전환에 적응하는 시점임에도 불구하고 부모교육이론 및 전반적 아동발달, 부모역할 등 기존의 출산 후 부모교육 프로그램을 대부분 그대로 적용하여 실제 임신기 예비부모들에게 필요한 내용들이 제공되지 못하고 있다(E. S. Kim, Choi, Cho, & Kim, 2010; M. K.

Song et al., 2006).

그럼에도 불구하고, 임신기 예비부모들은 부모교육에 대한 요구도가 매우 높고(E. S. Kim et al., 2010), 자발적으로 관련 서비스들을 찾고 있기에 임신기 예비부모들의 요구를 통합적으로 고려한 이론에 기반한 프로그램 연구가 시급하다. 이와 관련하여, 본 연구는 유아기 자녀를 둔 부모 대상 프로그램(Doh, 2012, 2016; Doh, Kim, Shin, Park, & Choi, 2013; S. M. Song et al., 2014)을 원형 프로그램으로 시작하여 걸음마기(S. H. Rhee, Doh, Lee, Oh, & Shin, 2016) 및 학령기(M.-J. Kim et al., 2015) 자녀의 부모 대상 프로그램으로 확장하고 그 효과를 검증해 온 ‘부모존경-자녀존중(이하, 부존자존)’ 부모교육 프로그램을 기초로 첫 자녀 출산을 준비 중인 예비부모 대상 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하였다. 부존자존 부모교육 프로그램은 상호존중적 부모-자녀관계에 초점을 둔 12가지 기본 개념을 바탕으로 일상의 자녀양육과 관련된 내용으로 구성되고, 올바른 양육신념과 지식 및 기술을 습득함으로써 ‘자녀양육 능력을 함양하는 것’을 주목표로 한다. 부존자존 프로그램에서 제시하는 기본 개념은 양육의 신념적 측면에서 첫 부모역할로의 전환을 경험하는 예비부모들에게 유익하다. 이 개념은 아동을 인격체로 존중하는 올바른 아동관을 정립하고, 부모의 양육행동과 아동발달 간의 관련성 및 상호존중적 자녀양육을 이해하는 데 도움이 되기 때문이다.

요약하면, 본 연구는 첫 자녀 출산 예정인 임신부와 그의 배우자를 대상으로 하여 부존자존 예비부모교육 프로그램을 개발하고, 부모역할 전환 과정에서 개인 삶의 만족감을 높이고 임신기 스트레스를 완화하며, 긍정적 부부관계를 강화하고, 자녀 출산 후 민주적 양육행동의 기초가 되는 올바른 양육신념을 정립하는 등 그 효과를 검증하였다. 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1

첫 자녀 출산 예정인 임신기 예비부모를 대상으로 개발된 부존자존 예비부모교육 프로그램은 어떠한 내용으로 구성되는가?

연구문제 2

부존자존 예비부모교육 프로그램은 예비부모들의 삶의 만족감, 부부친밀감을 향상시키며, 임신기 스트레스를 감소시키고, 긍정적 아동관 및 양육신념을 함양하는데 효과적인가?

Methods

부모존경-자녀존중 예비부모교육 프로그램 개발

본 연구는 부존자존 예비부모교육 프로그램 개발에 있어, 참가자에 대한 명확한 이해 및 선행 연구 고찰을 통해 효과적 중재 내용 및 방법과 프로그램 효과성에 대한 평가과정 등을 분석하였다. 이러한 이론적 근거에 따라 단계적 프로그램 활동을 고안하여 Figure 1과 같은 절차로 예비부모교육 프로그램을 개발하였다. 프로그램 개발 절차를 구체적으로 제시하면, 첫째, 예비부모교육 프로그램의 목표를 설정하였다. 둘째, 프로그램의 내용 구성 및 개발을 위해 본 프로그램의 근거가 되는 ‘부존자존’ 부모교육 프로그램의 기본 개념과 국내외 선행 연구들을 고찰하였다. 셋째, 이론적 근거를 바탕으로 주 1회 2시간, 총 6회기로 구성된 예비부모교육의 내용을 완성하였다. 예비부모교육 요구도 조사에 따르면, 예비부모들은 주 1회, 1-2시간, 주로 4회기와 6회기를 가장 선호하며(Han et al., 2008; J. S. Kim, Chung, & Choi, 1997; J.-E. Lee, 2005), 그룹의 크기는 적극적 참여와 양방향적 소통이 효율적인 10명 내외의 소규모 집단 활동을 대부분 선호하였다(Doh & Yoo, 1996; Doh et al., 2013; Han et al., 2008; M. Lee & Sim, 2011). 프로그램은 첫 부모됨을 경험하는 임신기 예비부모들이 결혼 후 처음 맞는 새로운 역할 전환에 대한 스트레스를 줄이고, 삶의 만족감을 높여 부모 개인의 적응을 도우며, 부부친밀감을 강화해 부부관계에서의 적응을 돕고, 부모역할을 적절히 수행하기 위해 아동관 및 양육신념을 정립할 수 있도록 돕는 내용을 포함한다. 넷째, 부모교육 전문가에게서 내용 타당도를 확인한 후, 임신기 예비부모 6쌍으로 구성된 포커스 그룹을 대상으로 프로그램 내용이 임신기 예비부모들의 특성 및 요구도를 잘 반영하고 있는지와 프로그램에의 참여의사, 내용 구성에 대한 만족도 등에 대해 인터뷰를 실시함으로써 내용을 수정·보완하였다. 마지막으로, 개발된 예비부모교육 프로그램을 임신 중기의 예비부모들을 대상으로 실시하여 그 효과를 검증하였다.

연구 설계 및 연구 대상

본 연구는 임신 중기의 임신부와 배우자 39쌍을 대상으로 부존자존 예비부모교육 프로그램의 효과를 검증하기 위해 준 실험설계(quasi-experimental design)를 이용하였다. 중재집단(16쌍)은 임신 주산기 및 거주 지역을 고려하여 집단 별 5-6쌍

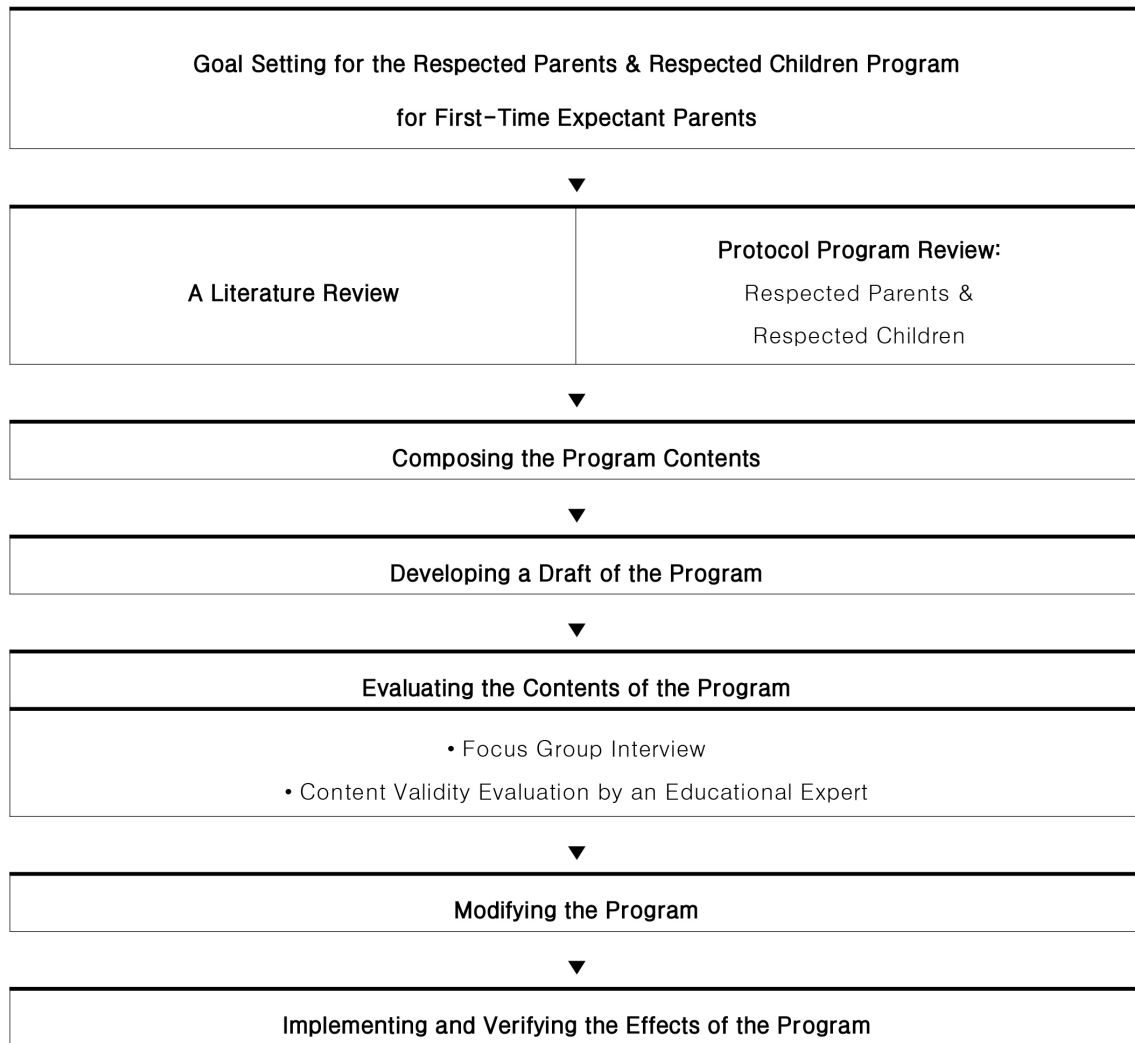


Figure 1. Developing and verifying the effects of the respected parents & respected children program for first-time expectant parents.

을 포함한 세 집단으로 구성하였으며, 통제집단(23쌍)은 프로그램 진행 기간 동안 어떠한 프로그램에도 참가하지 않았다. 연구 참가자의 연령, 직업 등 사회인구학적 변인과 연구변인에 대한 사전조사 결과에서의 집단 별 차이를 독립표본 *t* 검증을 이용하여 확인한 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않아 중재집단과 통제집단의 사전 동질성은 확보되었다. 본 연구 참가자의 사회인구학적 특성을 살펴보면, 프로그램 시작 시점의 평균 주산기는 17.88주였으며(16-20주), 평균 연령은 예비부와 예비모 각각 34.82세(*SD* = 3.59)와 32.31세(*SD* = 3.32)이었고, 교육수준은 예비부와 예비모 모두 대학교 졸업이 각 34명(79.1%)과 32명(74.4%)으로 가장 많았다. 직업의 경우, 예비부는 회사원, 은행원, 공무원이 29명(67.4%)으로 가장 많았고, 전문직이 4명(9.3%), 자영업 및 일반판매직이

3명(7%)의 순이었고, 예비모는 회사원, 은행원, 공무원이 17명(39.5%)으로 가장 높은 비율을 차지하였고, 전업주부 10명(23.3%), 서비스직 6명(14%)이 그 뒤를 이었다.

연구도구

본 연구의 조사도구는 부모 개인, 부부관계, 자녀양육 특성을 측정하기 위한 척도들과 프로그램 평가 척도 등 크게 네 가지 척도로 구성된다. 부모 개인 척도는 사회인구학적 변인과 삶의 만족감 및 임신기 스트레스를, 부부관계 척도는 부부친밀감을, 자녀양육 척도는 아동관과 양육신념을, 그리고 프로그램 평가 척도는 프로그램의 만족도 및 효과성을 측정하기 위한 것이다. 임신기 스트레스 척도는 예비모의 자기 보고에 의

해 평가되었으며, 그 외 모든 척도는 예비부모 모두의 자기 보고에 의해 평가되었다. 각 척도의 문항은 양육신념을 제외하고는 거의 그렇지 않다(1점), 그렇지 않은 편이다(2점), 그런 편이다(3점), 매우 그렇다(4점)의 4점 Likert식이며, 점수가 높을수록 각 변인의 특성이 높음을 의미한다.

부모 개인 변인

삶의 만족감 부모 개인 특성인 삶의 만족감은 Ryff와 Keyes (1995)의 심리적 복지감 척도(Psychological Well-Being [PWB])와 Pavot과 Diener (1993)의 삶의 만족감 척도(Satisfaction with Life Scale [SWLS])를 변안하고 하나의 요인으로 타당화한 삶의 만족감 척도(S.-Y. Park, Park, & Cheah, 2007)를 사용하여 측정하였다. PWB는 자신의 삶의 영역에서 정서적으로 인지하며 느끼는 복지감의 수준을 나타내는 심리적 복지감을 측정하는 것으로, 자율성, 환경통제력, 개인적 성장, 타인과의 긍정적 관계, 삶의 목적 및 자기 수용도 등에 관한 내용을 포함하고 있다(18문항). 문항의 예를 들면 “나에게 삶은 배우고, 변화하고, 성장하는 연속적인 과정이다.” 등이 있다. SWLS는 전반적인 삶의 만족감을 측정하는 것으로 “내가 다시 살아간다 해도, 나는 내 삶을 거의 바꾸지 않을 것이다.” 등의 문항으로 이루어져 있다(5문항). 삶의 만족감의 사전조사와 사후조사 내적합치도 계수(Cronbach's α)는 각각 .80과 .82이다

임신기 스트레스 임신기 스트레스는 H.-L. Ahn (1985)의 임신기 스트레스 척도를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 임신 시 유발될 수 있는 생리적, 심리적, 신체적 변화로 인해 임산부가 경험하는 태아(9문항)와 임부 자신(11문항) 및 배우자(6문항)와 관련된 두려움과 불안, 염려와 걱정, 불쾌감 및 부담감 등의 스트레스에 관한 세 가지 요인으로 구성되어 있다(총 26 문항). 문항의 예로, 태아 관련 스트레스 요인은 “나쁜 태교로 아이에게 영향이 있지 않을까에 대하여 걱정한다.” 등을, 임부 관련 스트레스 요인은 “임신과 더불어 나타나는 신경과민, 신경질, 짜증스러움, 생활의욕의 감소에 대하여 걱정한다.” 등을 들 수 있다. 배우자 관련 스트레스 요인에는 “외모의 변화로 인하여 남편의 사랑이 감소되지 않을까에 대하여 걱정한다.” 등이 포함된다. 임신기 스트레스의 사전조사와 사후조사의 내적합치도 계수(Cronbach's α)는 각각 태아에 대한 스트레스 요인은 .81과 .82, 임부 자신에 대한 스트레스 요인은 .77과 .88, 배우자와 관련된 스트레스 요인은 .77과 .85이다.

부부관계 변인

부부관계 변인에 속하는 부부친밀감은 Schlein (1971)의 상호 친밀성 척도(Interpersonal Relationship Scale [IRS])를 N.-S. Park과 Yon (2002)이 변안·타당화한 척도를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 부부가 서로에 대해 친밀함을 느끼는 정도로 친밀감, 애정, 이해와 수용, 지지와 돌봄, 신뢰 등 다층적인 요소로 구성되어 있다(52문항). 문항의 예로는 “배우자와 단둘이 있을 때 편안함을 느낀다.”, “나는 배우자의 말을 주의 깊게 듣고, 그가 자신의 문제를 해결하도록 돕는다.” 등이 있다. N.-S. Park과 Yon (2002)의 척도는 5점 Likert식이나, 보다 분명한 응답을 끌어내기 위해 4점 척도로 수정하여 사용하였으며, 사전조사와 사후조사의 부부친밀감 내적합치도 계수(Cronbach's α)는 각각 .93과 .92이다.

자녀양육 변인

아동관 아동관은 Landreth (1991)의 아동관을 바탕으로 한 부존자존 부모교육 프로그램(Doh, 2012)을 기초로 작성된 척도를 사용하여 측정하였으며(12문항), 점수가 높을수록 아동중심적인 아동관을 많이 가지고 있음을 나타낸다. 문항의 예로는, “아이들은 어른의 축소판이 아니다.” 등이 있다. 아동관의 사전조사와 사후조사의 내적합치도 계수(Cronbach's α)는 각각 .77과 .83이다.

양육신념 양육신념은 J. Y. Ahn과 Park (2002)의 양육신념 척도를 사용하여 측정하였다. 이 척도는 선행 연구들(J. S. Kim & Park, 1997; Okagaki & Sternberg, 1993; W. Y. Rhee, 1983; Segal, 1985)에 기초하여 구성된 것으로 본 연구에서는 인성/지적 성취강조 요인(12문항)만을 사용하여 측정하였다. 인성/지적 성취강조 요인의 경우, 인성을 강조하는 입장은 자녀의 성격, 사회성, 소질 등을, 지적 성취를 강조하는 입장은 공부, 경쟁, 사회에서 성공을 중요시 한다. 문항의 예로는 “아이가 성격이 좋은 것이 공부를 잘하는 것보다 중요하다 혹은 아이가 일단 공부를 잘하는 것이 성격 좋은 것보다 중요하다.” 등이 있다. 본 척도는 5점 척도이며 3점을 기준으로 점수가 낮을수록 인성을 강조하는 입장이고, 점수가 높을수록 지적 성취를 강조하는 양육신념을 나타낸다. 양육신념 척도의 사전조사와 사후조사 내적합치도 계수(Cronbach's α)는 각각 .77과 .85이다.

프로그램 평가 척도

프로그램의 평가 척도는 프로그램의 전반적 만족도 및 효과성을 평가하기 위한 척도로 부존자준 부모교육 프로그램의 프로그램 만족도 척도(Doh, 2016)를 본 연구에 맞게 용어를 수정하여 사용하였다. 프로그램의 전반적 만족도(5문항), 프로그램의 난이도가 적절한지를 살펴보는 난이도(3문항), 실제 생활에 유용한 정도(3문항), 실생활에서 실천하기에 적절했는지에 대한 실천도(6문항), 부모역할을 학습하는 데 있어서의 도움정도(6문항), 프로그램 강사에 대한 만족도(5문항) 등의 객관식 문항(총 28문항)과 프로그램 전반에 대한 주관적 견해(5문항)로 구성된다. 프로그램평가 척도의 내적합치도 계수(Cronbach's α)는 프로그램의 전반적 만족도는 .81, 난이도는 .84, 유용도는 .80, 실천도는 .51, 부모역할 학습에서의 도움정도는 .92, 강사만족도는 .94이다. 실천도의 경우, 내적합치도 계수가 .70이하로 낮게 산출되어 본 분석에서는 제외하였다.

조사절차

본 연구는 본교 생명윤리위원회(Institutional Review Board)의 승인을 받은 후, 중재집단은 서울 및 경기 지역에 위치한 산부인과와 온라인 자녀양육 관련 카페를 통해 모집하였으며, 통제집단은 서울, 경기도 및 대구 지역에서 눈덩이 표집 방법을 이용하여 모집하였다. 본 예비부모교육 프로그램의 효과 검증과 관련하여서는, 주 저자가 다음과 같이 사전조사, 예비부모교육 프로그램 실시 및 사후조사 등 세 가지 단계에 걸쳐 진행하였다.

1단계: 사전조사

사전조사는 예비부모교육 프로그램의 첫 회기 시작 이틀 전에 중재집단(18쌍)과 통제집단(26쌍)에 모바일을 이용하여 실시하였다. 통제집단의 경우, 사후조사에서의 탈락 가능성을 예상하여 중재집단에 비해 더 많은 자료를 수집하였다.

2단계: 예비부모교육 프로그램 실시

예비부모교육 프로그램은 중재집단을 거주 지역에 따라 세 집단으로 나누어 주 1회 2시간씩 6회기에 걸쳐 토요일 오전, 토요일 오후 혹은 일요일 오후에 진행되었다. 프로그램 진행 과정 중 두 쌍의 예비부모가 건강상의 이유로 탈락하였으며, 6회

기 중 4회기 이상 참가한 인원은 총 32명(16쌍)이었다.

3단계: 사후조사

사후조사는 사전조사와 동일한 질문지를 사용하여, 중재집단은 예비부모교육 프로그램이 종료된 직후에, 통제집단은 사전조사 5주 후, 즉 프로그램 실시 기간 이후에 실시하였다. 통제집단의 경우, 사전조사에서 회수된 52부(26쌍)의 자료 가운데 개인적 사정으로 사후조사에 참여하지 않은 경우(2쌍)와 프로그램 실시 기간 중 다른 임신부 프로그램에 참여한 경우(1쌍)를 분석에서 제외하였다. 따라서 중재집단과 통제집단 각각 32부(16쌍)와 46부(23쌍)의 자료를 최종 분석으로 사용하였다.

자료 분석

본 연구는 SPSS 21.0 (IBM Co., Armonk, NY)을 이용하여 분석하였다. 먼저, 연구 참가자의 사회인구학적 특성을 살펴보기 위해서 평균 및 표준편차를 산출하였으며, 사회인구학적 변인과 사전조사에 대한 집단 간 동질성을 확인하기 위해 독립표본 t 검증을 실시하였다. 또, 조사도구의 내적 합치도를 알아보기 위해 Cronbach's α 값을 산출하였으며, 예비부모교육 프로그램의 실시여부에 따른 중재집단과 통제집단의 집단 별 변화를 확인하기 위해 사전-사후 반복측정 분산분석(Repeated Measures ANOVA)을 실시하였다.

Results

부존자준 예비부모교육 프로그램의 개발 및 효과 검증과 관련하여, 연구결과를 프로그램 개발과 프로그램 효과 검증으로 구분하여 서술하면 다음과 같다.

프로그램 개발

교육 목표

본 프로그램은 첫 자녀 출산 예정인 임신기 예비부모들을 대상으로 부존자준 부모교육 프로그램을 기반으로 하여 부모역할 전환 과정에서의 적응을 돕는 것을 주목표로 하였으며, 이를 위한 세부 목표는 다음과 같다. 첫째, 예비부모 개인 측면에서 부모역할로의 전환과정에서 부모 개인의 적응을 높여 삶의

만족감을 높이고 예비모의 임신기 스트레스를 낮춘다. 둘째, 부부관계 측면에서 부부 간 친밀감의 향상을 돕는다. 마지막으로, 자녀양육 측면에서 아동중심적 아동관을 확립하고 올바른 양육신념을 지녀 부모역할의 적응을 돕는다.

내용 구성

본 프로그램은 도입, 전개 및 종료 등 3단계의 단계적 프로그램이다. 도입 단계(1-2회기)에는 강사와 예비부모 간, 예비부모들 간의 관계 형성을 도모하고, 부모가 되기 위한 심리적·정서적 준비 및 아동중심적 아동관을 정립할 수 있도록 돕고, 건강한 부부관계의 이해에 관한 내용을 다룬다. 전개 단계(3-5회기)에서는 태아기 및 영아기 아동 발달 특성에 대한 지식과 바람직한 부모-자녀관계 및 자녀양육과 관련된 내용을 습득하고 훈련한다. 종료 단계(6회기)에서는 부모공동양육의 중요성을 강조하고, 이전에 학습했던 내용들을 정리하고 종합한다. 회기별 주제 및 내용은 Table 1에 제시되어 있다. 통제집단의 경우, 출산 이후 프로그램 참가 희망자를 대상으로 영아기 부

모교육 프로그램에 참가할 수 있는 기회를 제공할 예정이다.

운영체계

본 프로그램은 5-6쌍의 소규모 집단으로 운영하며, 강사는 본 프로그램의 교육 목표 및 내용에 대한 지식을 습득하고 부존자준 부모교육 전문가에 의해 훈련된 아동학 및 관련학문 전공자로 정한다. 각 회기는 크게 전반부와 후반부로 구분되고, 전반부와 후반부 사이에는 임신부의 신체 상황을 고려하여 20분간의 충분한 휴식시간을 포함된다. 전반부는 도입(10분)과 강의 및 토론(40분)으로, 후반부는 강의 및 실습과 토론(40분), 마무리(10분)로 구성된다(총 2시간). 전반부의 도입 부분에서는 한 주 동안 부모됨의 전환 경험에 대해 토론하고, 강의 부분에서는 각 회기의 중심 주제를 학습하고, 후반부의 강의 및 실습과 토론 부분에서는 학습한 교육 내용을 실습 및 토론을 통해 훈련하고, 마무리 부분에서는 회기를 정리하고, 복습하며, 과제 제시와 함께 다음회기를 간략히 소개한다. 각 회기의 진행방식은 강사의 강의를 비롯하여, 질의응답, 학습한 내

Table 1
Themes and Contents of the Respected Parents & Respected Children [RPRC] Program for First-time Expectant Parents

Stage	Session	Theme	Content
Introduction	1	Becoming a parent: Parent-child relations	1. Self as a parent 2. Who is the child? 3. The concept of child development 4. The principles of development 5. To be a good parent
	2	Healthy relationships among couples	1. Healthy relationship among couples 2. The contributing factors of marital adjustment 3. Effective communication system 4. The association between marital relationship, parent-child relations, and children's development
Development	3	Prenatal development	1. Prenatal growth and development 2. Factors affecting prenatal development 3. Parenting appropriate to developmental characteristics of the prenatal period 4. Prenatal education for pregnant women and their husbands
	4	Infant growth and development	1. Physical development 2. Cognitive development 3. Social and emotional development
	5	Parenting roles	1. Basic concepts of mutually respectful parenting 2. Attachment in infancy 3. Parenting appropriate to infants' developmental characteristics
Closing	6	A happy home full of love and joy	1. Co-parenting 2. Recommendations for improving parent-child relations

용과 느낀 점들에 대한 토론, 학습내용을 실생활에 적용시켜 보기 위해 부과된 상황을 실제로 재연해보는 역할극 실시, 워크북 작성 등 다양한 활동들로 구성된다.

프로그램 효과 검증

각 연구변인의 집단 별 사전-사후 평균과 표준편차를 산출한 결과는 Table 2와 같다. 사전-사후 반복측정 분산분석을 실시하여 집단과 시간 간 상호작용을 확인함으로써 예비부모교육 프로그램의 실시 여부에 따른 집단 별 변화를 분석한 결과는 다음과 같다. 먼저, Mauchly의 단위행렬 검정 결과 모든 변인에서 구형성 가정은 만족되어 두 반복측정 시점 사이의 측정값들의 분산이 동일함을 검증하였다. 다음으로, 다변량 검정 결과, 부모 개인 측면의 삶의 만족감($F = 17.77, p < .001$), 부부관계 측면의 부부친밀감($F = 55.92, p < .001$), 자녀양육 측면의 아동관($F = 7.02, p < .05$) 및 양육신념(인성/지적성취 강조: $F = 10.53, p < .01$)은 집단과 시간 간의 상호작용이 유의하여, 각 변인의 사전-사후조사 점수의 변화 양상이 집단 별로 차이를 나타내었다. 즉, 중재집단은 삶의 만족감과 부부친밀감의 점수가 사전조사에 비해 증가하는 변화를 보였으며, 아동중심적 아동관 점수는 거의 변화가 없었고, 양육신념은 점수가 낮아

져 인성을 강조하는 방향으로 변화하였다. 반면, 통제집단은 삶의 만족감, 부부친밀감의 점수가 사전조사에 비해 감소하는 변화를 보였고, 아동중심적 아동관 점수는 낮아졌으며, 양육신념은 점수가 높아져 지적 성취를 강조하는 방향으로 변화하였다. 한편, 연구변인들 가운데 부모 개인 측면의 예비모의 임신기 스트레스는 집단과 시간 간의 유의한 상호작용 효과가 발견되지 않았다(Table 3). Figure 2는 이러한 평균 변화 결과, 즉 시간의 경과에 따른 중재집단과 통제집단의 사전-사후조사 점수의 평균 변화 결과를 나타낸다.

마지막으로, 본 프로그램의 만족도에 대한 평가와 관련하여, 프로그램의 전반적 만족도, 난이도, 유용도, 도움 정도, 감사 만족도 등 모든 변인에서의 만족도는 4점 만점에서 평균 3.59점(범위: 3.16~3.83)으로 나타났다(Table 4). 또한, 프로그램 전반에 대한 주관적 견해를 부모 개인, 부부관계, 자녀양육 측면에서 정리하면 다음과 같다. 부모 개인 측면에서 참가자들은 공통적으로 부모가 되어가는 과정을 적극적으로 받아들이고, 주체적으로 부모가 되어가는 모습에 스스로 만족감을 나타내었다. 부부관계 측면에서는 부부가 함께 참여함으로써 서로에 대한 정서적 지지가 되고, 부모역할을 함께 학습하면서 부부친밀감이 높아지고, 의사소통도 개방적으로 변화되고 있음을 보고하였으며, 자녀양육측면에서는 부모역할에 대한

Table 2
Mean and Standard Deviation of Variables Between Pre-Test and Post-Test for Intervention and Control Groups

Variable	Group	Pre-test		Post-test		
		M	SD	M	SD	
Life satisfaction	Intervention	2.89	0.27	3.07	0.32	
	Control	2.89	0.24	2.72	0.19	
Stress of expectant mothers during pregnancy	Fetus-related stress	Intervention	2.52	0.34	1.92	0.39
		Control	2.57	0.57	2.22	0.48
	Pregnancy-related stress	Intervention	2.66	0.21	2.33	0.47
		Control	2.56	0.50	2.45	0.59
	Spouse-related stress	Intervention	2.23	0.34	1.72	0.53
		Control	2.01	0.41	1.86	0.55
Marital intimacy	Intervention	3.22	0.28	3.39	0.27	
	Control	3.21	0.31	2.82	0.17	
View of the child	Intervention	3.39	0.30	3.40	0.25	
	Control	3.34	0.35	3.09	0.32	
Parenting beliefs	Personality/Intellectual achievement	Intervention	2.00	0.63	1.57	0.28
		Control	2.07	0.41	2.18	0.56

Note. Intervention: $n = 32$, Control: $n = 46$.

Table 3*Repeated Measures ANOVA of Variables Between Pre-test and Post-Test for Intervention and Control Groups*

Variable		Factor	SS	df	MS	F
Life satisfaction		Time (Pre-post)	.00	1	.00	.01
		Interaction (Time*Group)	1.14	1	1.14	17.77***
		Error (1)	4.88	76	.06	
		Group	1.16	1	1.16	17.63***
		Error (2)	5.00	76	.07	
Stress of expectant mothers during pregnancy	Fetus-related stress	Time (Pre-post)	4.26	1	4.26	28.38***
		Interaction (Time*Group)	.28	1	.28	1.88
		Error (1)	5.55	37	.15	
		Group	.56	1	.56	1.95
		Error (2)	10.55	37	.29	
	Pregnancy-related stress	Time (Pre-post)	.91	1	.91	3.33
		Interaction (Time*Group)	.26	1	.26	.94
		Error (1)	10.05	37	.27	
		Group	.00	1	.00	.01
		Error (2)	7.70	37	.19	
	Spouse-related stress	Time (Pre-post)	2.07	1	2.07	12.13**
		Interaction (Time*Group)	.61	1	.61	3.55
		Error (1)	6.32	37	.17	
		Group	.02	1	.02	.09
		Error (2)	10.25	37	.28	
Marital intimacy		Time (Pre-post)	.47	1	.47	8.56**
		Interaction (Time*Group)	3.05	1	3.05	55.92***
		Error (1)	4.15	76	.06	
		Group	3.14	1	3.14	38.85***
		Error (2)	6.15	76	.08	
View of the child		Time (Pre-post)	.55	1	.55	6.44*
		Interaction (Time*Group)	.60	1	.60	7.02*
		Error (1)	6.48	76	.09	
		Group	1.35	1	1.35	12.62**
		Error (2)	8.14	76	.11	
Parenting beliefs	Personality/Intellectual achievement	Time (Pre-post)	.94	1	.94	3.55
		Interaction (Time*Group)	2.79	1	2.79	10.53**
		Error (1)	20.14	76	.27	
		Group	4.32	1	4.32	20.01***
		Error (2)	16.40	76	.22	

Note. Intervention: $n = 32$, Control: $n = 46$.

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

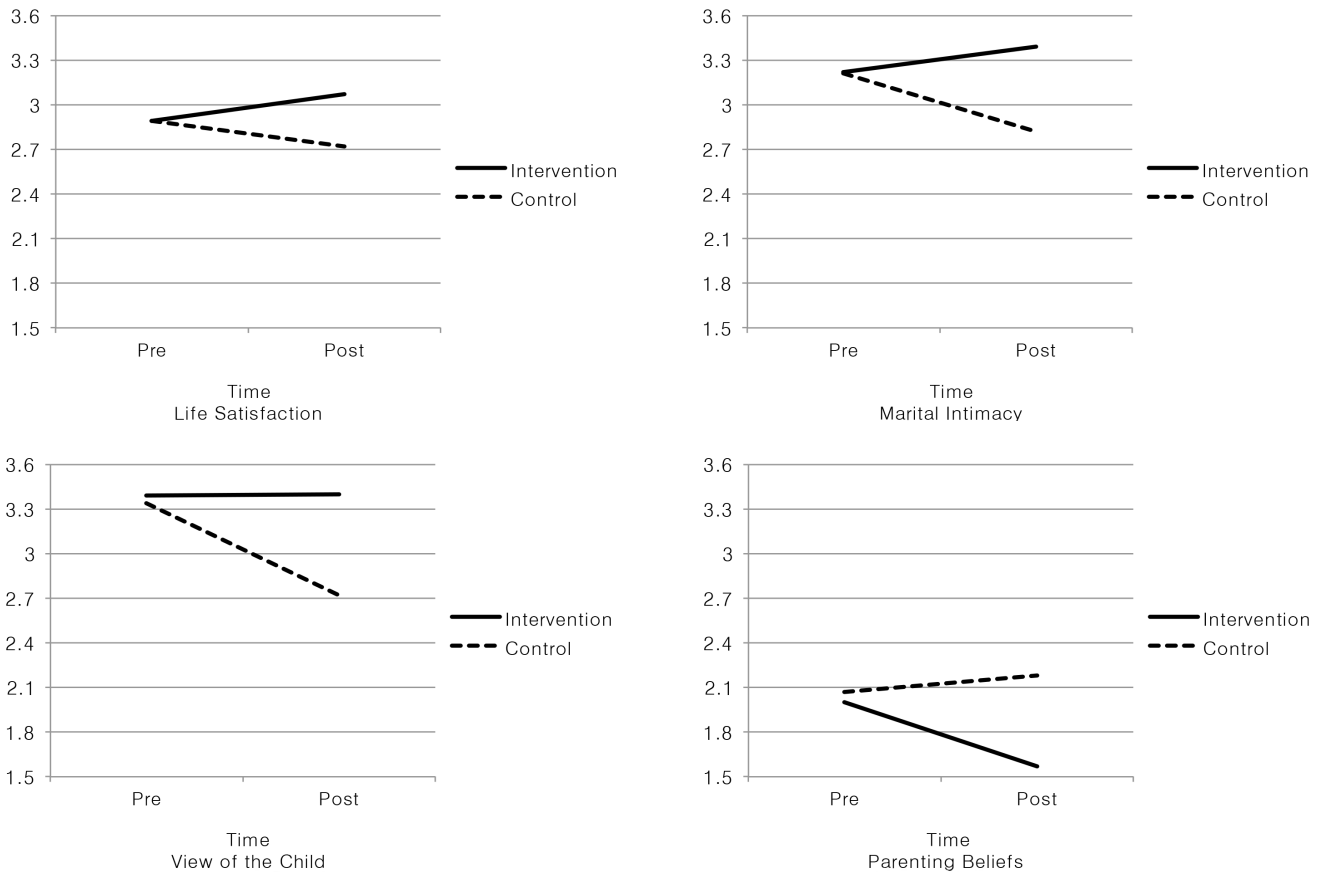


Figure 2. Changes in life satisfaction, marital intimacy, view of the child and parenting beliefs over time. Numbers are means of the research variables.

Table 4
Program Satisfaction Evaluation of Intervention Group

Expectant parents	M (SD)
Overall satisfaction	3.73 (.33)
Difficulty	3.16 (.49)
Usefulness	3.73 (.37)
Help	3.52 (.44)
Satisfaction with instructor	3.83 (.34)

Note. n = 32, Husbands: 16, Wives: 16.

자신감이 증가하고, 양육신념이 보다 긍정적으로 변화하고 있음이 나타났다.

Discussion

본 연구는 첫 자녀 출산 예정인 임신기 예비부모들을 대상으로 하여 부존자존 예비부모교육 프로그램을 개발하고 그 효

과를 검증하는 것을 주목적으로 하였다. 본 연구결과를 프로그램의 개발 및 효과 검증으로 구분하여 요약하고 논의하면 다음과 같다.

프로그램의 개발

본 연구는 선행 연구들에 기초하여 첫 자녀를 출산할 예정인 임신기 예비부모들로 하여금 부모역할 전환과정에서 적응을 돕는 것을 주목표로 하여 부존자존 예비부모교육 프로그램을 개발하였다. 세부적으로는 첫째, 첫 부모역할로의 진입에 앞서 부모 개인 측면에서 삶의 만족감을 높이고 예비모의 임신기 스트레스를 낮추며, 둘째, 부부관계 측면에서 부부 친밀감을 높인다. 마지막으로, 자녀양육 측면에서는 아동중심적 아동관 및 바람직한 양육신념을 가지며 태아기 및 영아기 발달과 부모역할에 대한 양육지식을 함양하는 것을 목표로 하였다. 이와 같은 목표는 예비부모교육과 관련된 선행 국외 연구들(Duncan & Markman, 1988; Junge & Ellwood, 1986;

Salmela-Aro, 2012)과 그 흐름을 같이 한다. 또한, 대부분의 국내 연구들이 프로그램 목표에 있어서 임신기 예비부모의 다양한 요구를 만족시키기 보다는 태교, 분만, 임신 중 관리 등 섭생에 초점을 둔 점(M.-Y. Kim et al., 2016; Korea Institute for Health and Social Affairs [KIHASA], 2007; Wang et al., 2013)과 차별화된다. 본 프로그램은 예비부모들의 요구를 보다 구체적으로 분석하여, 부모가 되기 위한 인지적, 심리적, 정서적 준비, 부모 개인의 성장 및 적응, 부부관계, 바람직한 양육신념과 행동 및 태아기와 영아기의 발달특성과 부모역할(Han et al., 2008; J. S. Kim et al., 1997; S. H. Lee et al., 2010) 등에 대한 지식을 총체적으로 제공하는 통합적 목표를 설정하고, 임신기 부모역할로의 전환기에서의 긍정적 적응을 돕고자 하였다. 이는 기존의 국내 예비부모교육에서 그 초점을 부부관계 및 자녀양육에까지 확장하여 임신기 예비부모들의 다양한 요구(Ahldén, Ahlehagen, Dahlgren, & Josefsson, 2012; Åsenhed, Kilstam, Alehagen, & Baggens, 2014; Barimani et al., 2018; Berlin, Tornkvist, & Barimani, 2016; Han et al., 2008; J. S. Kim et al., 1997; S. H. Lee et al., 2010)를 충족시켰다고 볼 수 있다. 또한 본 프로그램은 동서양 가족문화의 장점을 살려 개발된 아동의 발달단계별 증거 기반(evidence-based) 부모교육 프로그램인 부존자존 부모교육(Doh et al., 2016)을 기초로 한 이론기반 프로그램 연구로 부존자존 부모교육을 임신기 예비부모로까지 그 대상을 확장하였다는 데 타 프로그램과 구별된다.

프로그램의 내용과 관련하여, 본 프로그램은 예비부모들의 요구와 관심을 고려하여 총 6회기의 단계적 프로그램으로 크게 세 단계로 구성하여 부모됨의 적응, 건강한 부부관계, 영아기 발달특성과 바람직한 부모-자녀관계, 자녀양육신념 및 부모공동양육과 관련된 내용을 포함하였다. 이와 같은 내용적 구성은 첫 부모됨은 신체적·정서적 변화와 함께 스트레스를 경험하지만 이는 성장과 발달의 기회가 되기도 하므로 개인적 적응을 도와야 한다는 선행 연구들(Delmore-Ko, Pancer, Hunsberger, & Pratt, 2000; J. S. Kim et al., 1997)과 임신기에 변화하는 부부관계를 중재하여 부부친밀감향상을 도울 필요가 있다는 선행 연구(Snowden et al., 1988)와 그 맥락을 같이 한다. 또한 바람직한 부모역할을 준비하기 위해 아동중심적 아동관과 올바른 양육신념을 형성하도록 함으로써 부모역할을 이해하고(J. Lee et al., 2013), 아동의 발달적 요구를 학습하여 긍정적 부모역할을 수행할 수 있도록 도와야 한다(Bang & Sung, 2013)는 연구들과도 흐름을 같이 한다. 무엇보다도 출산을 앞둔 예비부모들에게는 임신과 출산 이외에 양육과 부모역할의 습득을 위한 구체적 내용이 필요하다는 점에서(E. S. Kim et

al., 2010) 본 프로그램은 기존의 임신기 예비부모교육 프로그램들이 주로 임신과 출산에 집중하여 출산 이후 자녀양육에는 도움을 주지 못한다는 한계를 보완하였다.

한편, 운영체계 측면에서 본 프로그램은 6회기로 구성되며, 매회기 2시간으로 구성된다. 이는 회기의 구성과 관련하여 중재프로그램의 효과성을 높이기 위해서는 1주일에 한번 이상은 접촉이 필요하며(Cowan & Cowan, 1995), 부모교육은 주로 단기간 과정으로, 회기 당 1-2시간으로 구성하여 소규모 집단으로 운영하는 것이 가장 효과적이라는 선행 연구결과들(H. Kim, 2014; J.-J. Lee & Lee, 2014; M. Lee & Sim, 2011)에 근거할 때 그 타당성이 뒷받침된다. 특히, 소규모 집단은 참가 부모들이 상호 토론을 통해 서로의 생각을 나누는 경험을 할 수 있고, 다른 부모들의 문제해결 방법을 배울 수 있다(Barimani et al., 2018; Fine, 1980). 이러한 점을 고려할 때, 본 연구의 회기 구성 및 운영은 프로그램의 목표를 달성하기에 효과적이었던 것으로 해석된다. 또한 매 회기의 이론학습과 집단 활동을 통한 실습, 경험 나누기 및 피드백 등의 시간 및 과제는 변화에 대한 적응을 연습해볼 수 있는 기회를 제공하여 실생활에서의 적용에 많은 비중을 두고 있다. 이는 예비부모교육이 학습으로 끝나는 것이 아니라 그 효과가 지속되도록 하는 데 도움을 줄 것으로 사료된다.

프로그램의 효과 검증

예비부모교육 프로그램 실시 여부에 따른 중재집단과 통제집단의 사전-사후조사점수의 변화를 요약하면 본 예비부모교육 프로그램은 부모 개인 측면인 삶의 만족감과 부부관계 측면에서의 부부친밀감을 향상시키고, 자녀양육 측면에서 긍정적 양육신념과 아동중심적 아동관을 형성하도록 하였다. 이를 구체적으로 논의해보면, 첫째, 부모 개인 측면에서 삶의 만족감은 사전-사후조사 간 시간의 경과에 따라 중재집단은 증가된 반면, 통제집단은 감소하였다. 부모역할 전환과정에서 다양한 변화에 대한 적응을 돕는 것은 부모의 삶의 만족감에 영향을 미친다(Jo & Yoo, 2016). 또한 동일한 경험을 하는 부모그룹의 지지(Blake et al., 2007)와 높은 수준의 임신기 부부관계 및 긍정적 양육신념도 삶의 만족감과 행복에 영향을 미친다(Jo & Yoo, 2016). 따라서 중재집단은 본 프로그램에 참가한 후 임신기의 신체 및 정서 변화에 대해 올바르게 인식하였으며, 부부친밀감이 향상되고, 유사한 경험을 하는 그룹 구성원으로부터의 공감과 정서적 지지를 얻으면서 부모역할의 적응과정에서의 불확실성과 어려움에 대한 대처를 학습하고 경험한 결과

삶의 만족감이 향상된 것으로 해석된다. 반면, 통제집단의 경우, 예비부모들이 임신과정을 경험하는 동안 공감이나 정보 획득 등의 사회적 지지를 경험할 기회가 부족했고, 부모역할 전환과정에서의 변화를 잘 이해하지 못해 적극적으로 대처하지 못했을 가능성을 내포한다. 또한 부모됨의 적응과정에서 여러 사회적·정서적 자원도 잘 활용하지 못하여 부정적 적응의 결과로 삶의 만족감이 감소한 것으로 보인다. 삶의 만족감은 사전 예방적 관점에서 전반적인 삶의 질 향상에 기여할 수 있는 가장 기본적이고 중요한 변인이라는 점에서(J.-W. Choi, 2004), 본 프로그램은 부모역할 전환과정에서 삶의 만족감을 높여 부모역할의 긍정적 적응에 기여할 수 있을 것으로 보이며, 이는 출산 후 긍정적 부모역할을 하는 데도 실질적으로 영향을 미치리라 사료된다.

한편, 예비모의 임신기 스트레스는 시간의 경과에 따라 중재 집단과 통제집단 모두 스트레스가 감소하여 집단 별 차이는 발견되지 않았으나, 스트레스의 감소폭은 중재집단이 더 컸다. 이러한 결과는 임신기 예비부모를 대상으로 하는 프로그램이 임신부와 배우자의 정신건강에 긍정적 영향을 미친다는 선행 연구결과들과 부분적으로 일치한다(Jun & Choi, 2015; E.-K. Park et al., 2011). 중재집단은 태아기 및 영아기 아동의 발달 특성 및 부모역할에 대한 이해와, 부부관계의 중재를 통한 부부 간 친밀감의 향상으로 인해 신체적, 정서적·사회적 지지의 기반이 마련되어 전반적인 예비모의 임신기 스트레스가 감소된 것으로 보인다. 또한 본 프로그램을 통해 높아진 삶의 만족감도 중재 집단의 임신기 스트레스를 큰 폭으로 감소시키는 데 영향을 미친 것으로 보인다(S.-K. Kang, Choi, & Chung, 2015; H.-Y. Park, 2015). 반면, 통제집단 예비모의 임신기 스트레스가 감소한 것은 임신 주수가 후반으로 접어들면서 정기검진을 통해 태아와 임부 자신의 신체적 건강을 확인함으로써 불안감이 감소하고, 시간의 경과에 따른 자연적 적응의 결과로도 볼 수 있다.

둘째, 부부관계 측면에서 부부친밀감도 사전-사후조사 간 시간의 경과에 따라 중재집단은 점수가 증가한 반면 통제집단은 오히려 낮아져 두 집단 별 차이가 발견되었다. 이는 임신기에는 자녀의 출현에 물리적, 심리적으로 준비하기 위해 부부관계의 패턴을 조정해야 하는 요구가 증가하는데, 그에 따른 적응과 대응이 필요한 시기에 중재집단은 효과적인 의사소통 체계를 이해하고 훈련함으로써 부부 간 친밀감이 높아진 것으로 보인다. 이러한 결과는 부부 간 효과적인 의사소통 체계를 훈련하는 중재는 부부친밀감을 향상시킬 수 있다는 연구들(Jee, Kwon, & Lee, 2014; N.-S. Park & Yon, 2002)과 맥락을 같이 한다. 한편, 통제집단의 부부친밀감이 감소한 것은 부모역

할 전환과정에서 변화되는 부부관계 및 새로운 부모역할을 학습하거나 이해하는 등의 적절한 대처를 하지 못함으로 인한 부적응의 결과로 해석된다.

마지막으로, 자녀양육 측면에서 아동중심적 아동관과 양육신념을 살펴보면, 먼저 아동중심적 아동관은 시간의 경과에 따라 중재집단은 거의 변화가 없었으나, 통제집단은 점수가 감소하여 두 집단 별 차이가 발견되었다. 이는 부모교육의 참가는 부모로 하여금 아동에 대한 구체적이고 폭 넓은 이해를 갖게 하여 아동중심적 아동관을 강화한다는 선행 연구(M. K. Choi, 1990)와는 일치하지 않는다. 그럼에도 불구하고 아동관이 집단 별로 차이를 보인 것은 아동중심적 아동관이 예비부모교육과 같은 중재를 통해 확고한 가치관으로 정립되지 않으면 시간이 지남에 따라 약화될 수 있음을 시사한다. 또한 본 연구에서는 중재집단의 아동관 사전점수 평균이 이미 높은 편이었기에 사후점수가 더 이상 상승하지 않았을 가능성도 고려해볼 수 있다. 다음으로 양육신념의 경우, 중재집단은 점수가 감소하여 인성을 강조하는 긍정적 양육신념으로 변화한 반면, 통제집단은 점수가 증가하여 지적성취를 강조하는 부정적 양육신념으로의 변화가 발견되었다. 이러한 결과는 부모교육을 통해 양육신념이 긍정적으로 변화될 수 있다고 보고한 선행 연구들(K. S. Chung, Yoo, Cha, & Park, 2013; J. Lee, Kim, Cha, & Lee, 2013; Woo, 2007)과 유사하다. 중재집단은 바람직한 아동관 및 아동의 성장과 발달에 대한 올바른 이해를 통해 아동의 발달을 돕는 부모의 역할을 학습함으로써, 양육 시 중요한 특성과 가치이자 자녀 교육의 목표인 양육신념(Jeon, 1992)이 긍정적으로 변화된 것으로 보이며, 이는 본 프로그램이 양육신념을 긍정적으로 변화시키는 데 효과적이었음을 의미한다. 반면, 통제집단이 지적성취를 강조하는 양육신념으로 변화한 것은, 예비부모들이 아동중심적 아동관 및 올바른 양육신념이 명확히 정립되지 않은 채 임신 중기에 부모됨을 좀 더 급속히 체감하게 됨에 따라 부모역할과 양육신념에 대해 고민하면서 사회적으로 우선시 하는 지적 성취의 양육신념 및 교육관에 더 영향을 받았을 가능성을 배제할 수 없다. 양육신념이 자녀 출산 후 부모의 양육방식과 부모역할 수행에 직접적 영향을 미친다는 연구결과들(Fishbein & Ajzen, 1975; Goodnow & Collins, 1990)에 근거할 때, 본 연구결과는 임신기 부모역할 준비와 관련하여 긍정적 양육신념으로의 변화를 위해서 예비부모교육이 절실히 필요함을 보여준다.

결론적으로, 첫 자녀 출산을 앞둔 예비부모들을 위한 부존 자존 예비부모교육 프로그램은 부모 개인, 부부관계 및 자녀 양육 측면에서 예비부모들의 부모역할로의 전환과정에서의

적응을 돕는 데 효과적이었다. 또한 아동발달에 미치는 부모의 영향력에 기초해 볼 때(S.-K. Kang et al., 2015; H.-Y. Park, 2015; S. H. Rhee et al., 2016), 본 프로그램의 효과는 출산 후 실제 자녀양육 상황에서 긍정적 부모역할로 연결될 수 있으리라 기대된다.

본 프로그램의 개발 및 효과 검증 과정에서 발견된 몇 가지 제한점과 더불어 후속 연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 예비부모교육 프로그램의 개발과 관련하여, 본 프로그램은 임신기 예비부모들의 요구도 조사를 직접 수행하지 않고, 선행 연구들을 바탕으로 한 문헌고찰과 포커스 그룹 인터뷰를 통해 부모역할 전환의 적응을 돕기 위한 내용으로 구성되었다. 따라서 추후 연구에서는 임신기의 예비부모들이 실생활에서 경험하는 고충과 필요를 적극 반영하기 위하여 요구도 조사를 포함할 필요가 있다. 둘째, 연구방법과 관련하여, 본 프로그램은 연구 참가자 모집을 용이하게 하고, 조사 참여율을 높이기 위해 중재집단은 인터넷 카페를 통해 모집하고, 대기 집단은 눈덩이 표집방법 등의 편의표집을 이용하였다. 그러나 사전조사에서 중재집단과 통제집단의 동질성이 확보되었을지라도, 중재집단의 경우, 부부가 자발적으로 프로그램에 함께 참가하고자 지원하였다는 점에서 부모됨의 준비에 대한 동기가 통제집단과 차이가 있을 가능성을 내포한다. 따라서 후속 연구에서는 무선 통제 방법(randomized controlled trial)으로 참가자를 모집하여, 프로그램의 효과성을 검증하는 것이 바람직할 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 임신기 예비부모교육에 대한 요구가 매우 높은 점에도 불구하고(E. S. Kim et al., 2010), 통합적인 임신기 예비부모교육 프로그램의 효과 검증 연구가 거의 없는 실정에서, 선행 연구들을 좀 더 확장하여 첫 자녀를 출산할 예정인 임신기 예비부모를 대상으로 예비부모교육 프로그램의 효과를 확인하였다. 이는 내용적 측면에서 임신기 부모역할 전환과정의 적응을 돕는다는 점에서 중재적 의미가 있고, 이와 동시에 출산 후 부모의 양육행동을 돕고 자녀와의 긍정적 관계를 돕는다는 점에서 예방적 의미가 크다. 또한 예비부모교육에 대한 연구를 활성화하고, 임신기 예비부모들을 대상으로 부모역할을 이해하고 부모역할 전환과정의 적응을 돕기 위해서는 예비부모교육 이수를 강조해야 한다는 근거를 마련하였다. 둘째, 부존자존 부모교육 프로그램을 첫 자녀 출산 예정인 임신기 예비부모들을 대상으로 한 프로그램으로 확장하여 그 효과성을 검증하였다. 따라서 이론에 근거한 예비부모교육 프로그램의 개발 및 보급을 가능케 하였다는 데 그 의의가 있다. 마지막으로, 국외와 달리, 국내에는 부부를 대상으로 하는 예비부

모교육 프로그램이 매우 드문 시점에서, 부부 모두를 대상으로 부모역할을 함께 준비할 수 있도록 기회를 제공했다는 데 본 연구의 의미가 있다. 본 프로그램은 임신기 예비부모들을 위한 후속 연구의 기초자료가 될 수 있을 것이며, 가정과 병원 및 공공기관, 지역사회 등에서 임신기 예비부모들을 대상으로 한 예비부모교육 프로그램과 공공기관의 관계자 등을 대상으로 한 예비부모교육 전문가 훈련 프로그램의 실제적 자료로 활용될 수 있으리라 기대된다.

Acknowledgements

This work was supported by the Ministry of Education of the Republic of Korea and the National Research Foundation of Korea (NRF-2016S1A3A2924375).

Notes

This article is a part of the first author's doctoral dissertation submitted in 2018, and was presented as a poster at the 2018 Annual Spring Conference of the Korean Association of Child Studies.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

Ethics Statement

All procedures of this research were reviewed by IRB (126-12).

References

In English

- Abasi, E., Tafazzoli, M., Esmaily, H., & Hasanabadi, H. (2013). The effect of maternal-fetal attachment education on maternal mental health. *Turkish Journal of Medical Sciences*, 43(5), 815-820. doi:10.3906/sag-1204-97
- Adams, C., & Fey, J. (2003). *Helping your child recover from sexual abuse*. Seattle, WA: University of Washington Press.
- Ahldén, I., Ahlehagen, S., Dahlgren, L. O., & Josefsson, A. (2012).

- Parents' expectations about participating in antenatal parenthood education classes. *The Journal of Perinatal Education*, 21(1), 11-17.
- Åsenhed, L., Kilstam, J., Alehagen, S., & Baggens, C. (2014). Becoming a father is an emotional roller coaster: An analysis of first-time fathers' blogs. *Journal of Clinical Nursing*, 23(9-10), 1309-1317. doi:10.1111/jocn.12355
- Barimani, M., Frykedal, K. F., Rosander, M., & Berlin, A. (2018). Childbirth and parenting preparation in antenatal classes. *Midwifery*, 57, 1-7. doi:10.1016/j.midw.2017.10.021
- Belsky, J., Spanier, G. B., & Rovine, M. (1983). Stability and change in marriage across the transition to parenthood. *Journal of Marriage and the Family*, 45(3), 567-577. doi:10.2307/351661
- Berlin, A., Tornkvist, L., & Barimani, M. (2016). Content and presentation of content in parental education groups in Sweden. *The Journal of Perinatal Education*, 25(2), 87-96. doi:10.1891/1058-1243.25.2.87
- Bettes, B. A. (1988). Maternal depression and motherese: Temporal and intonational features. *Child Development*, 59(4), 1089-1096. doi:10.2307/1130275
- Bigner, J. J., & Gerhardt, C. (2013). *Parent-child relations: An introduction to parenting* (9th ed.). Boston, MA: Pearson.
- Blake, S. M., Kiely, M., Gard, C. C., El-Mohandes, A. A. E., El-Khorazaty, M. N., & the NIH-DC Initiative. (2007). Pregnancy intentions and happiness among pregnant black women at high risk for adverse infant health outcomes. *Perspectives on Sexual and Reproductive Health*, 39(4), 194-205. doi:10.1363/3919407
- Bowen, A., & Muhajarino, N. (2006). Antenatal depression. *The Canadian Nurse*, 102(9), 27-30.
- Cowan, C. P., & Cowan, P. A. (1995). Interventions to ease the transition to parenthood: Why they are needed and what they can do. *Family Relations*, 44(4), 412-423. doi:10.2307/584997
- Delmore-Ko, P., Pancer, S. M., Hunsberger, B., & Pratt, M. (2000). Becoming a parent: The relation between prenatal expectations and postnatal experience. *Journal of Family Psychology*, 14(4), 625-640. doi:10.1037/0893-3200.14.4.625
- DiPietro, J. A. (2012). Maternal stress in pregnancy: Considerations for fetal development. *Journal of Adolescent Health*, 51(2), S3-S8. doi:10.1016/j.jadohealth.2012.04.008
- Doh, H.-S., Kim, M.-J., Shin, N., Song, S.-M., Lee, W. K., & Kim, S. (2016). The effectiveness of a parenting education program based on respected parents & respected children for mothers of preschool-aged children. *Children and Youth Services Review*, 68, 115-124. doi:10.1016/j.childyouth.2016.06.015
- Duncan, S. W., & Markman, H. J. (1988). Intervention programs for the transition to parenthood: Current status from a prevention perspective. In G. Y. Michaels & W. A. Goldberg (Eds.), *Cambridge studies in social and emotional development. The transition to parenthood: Current theory and research* (pp. 270-310). New York: Cambridge University Press.
- Fine, M. J. (1980). The parent education movement: An introduction. In M. J. Fine (Ed.), *Handbook on parent education* (pp. 3-26). New York: Academic Press.
- Fishbein, M., & Aizen, I. B. (1975). *Belief, attitude, intention and behavior: An introduction to theory and research*. Boston, MA: Addison Wesley.
- Goodnow, J. J., & Collins, W. A. (1990). *Development according to parents: The nature, sources, and consequences of parents' ideas*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Jacoby, A. P. (1969). Transition to parenthood: A reassessment. *Journal of Marriage and the Family*, 31(4), 720-727. doi:10.2307/349314
- Junge, M., & Ellwood, A. (1986). MELD: Parent information and support groups. *Infant Mental Health Journal*, 7(2), 146-155. doi:10.1002/1097-0355(198622)7:2<146::AID-IMHJ2280070206>3.0.CO;2-6
- Landreth, G. L. (1991). *Play therapy: The art of the relationship*. Muncie, IN: Accelerated Development.
- May, C., & Fletcher, R. (2013). Preparing fathers for the transition to parenthood: Recommendations for the content of antenatal education. *Midwifery*, 29(5), 474-478. doi:10.1016/j.midw.2012.03.005
- Miller, S. A. (1988). Parents' beliefs about children's cognitive development. *Child Development*, 59(2), 259-285. doi:10.2307/1130311
- Monk, C., Fifer, W. P., Meyers, M. M., Sloan, R. P., Trien, L., & Hurtado, A. (2000). Maternal stress responses and anxiety during pregnancy: Effects on fetal heart rate. *Developmental Psychology*, 36(1), 67-77. doi:10.1002/(SICI)1098-2302(200001)36:1<67::AID-DEV7>3.0.CO;2-C
- Nichols, M. R. (1995). Adjustment to new parenthood: Attenders versus nonattenders prenatal education classes. *Birth*, 22(1), 21-27. doi:10.1111/j.1523-536X.1995.tb00549.x
- Okagaki, L., & Sternberg, R. J. (1993). Parental beliefs and children's school performance. *Child Development*, 64(1), 36-56. doi:10.1111/j.1467-8624.1993.tb02894.x
- Pavot, W., & Diener, E. (1993). Review of the satisfaction with life scale. *Psychological assessment*, 5(2), 164-172. doi:10.1037/1040-3590.5.2.164
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M. (1995). The structures of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727. doi:10.1037/0022-3514.69.4.719
- Salmela-Aro, K. (2012). Transition to parenthood and positive parenting: Longitudinal and intervention approaches. *European Journal Of Developmental Psychology*, 9(1), 21-32. doi:10.1080/17405629.2011.607584
- Schlein, S. P. (1971). *Training dating couples in empathic and open communication: An experimental evaluation of a potential preventative mental health program* (Doctoral dissertation).
- Segal, M. (1985). A study of maternal beliefs and values within the

- context of an intervention program. In I. E. Sigel (Ed.), *Parental belief systems: The psychological consequences for children* (pp. 271-286). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Serçekuş, P., & Başkale, H. (2016). Effects of antenatal education on fear of childbirth, maternal self-efficacy and parental attachment. *Midwifery, 34*, 166-172. doi:10.1016/j.midw.2015.11.016
- Snowden, L. R., Schott, T. L., Awalt, S. J., & Gillis-Knox, J. (1988). Marital satisfaction in pregnancy: Stability and change. *Journal of Marriage and family, 50*(2), 325-333. doi:10.2307/352000
- Toosi, M., Akbarzadeh, M., Sharif, F., & Zare, N. (2014). The reduction of anxiety and improved maternal attachment to fetuses and neonates by relaxation training in primigravida women. *Women's Health Bulletin, 1*(1), 1-6. doi:10.17795/whb-18968
- Wallace, P. M., & Gotlib, I. H. (1990). Marital adjustment during the transition to parenthood: Stability and predictors of change. *Journal of Marriage and the Family, 52*(1), 21-29. doi:10.2307/352834
- Yikar, S. K., & Nazik, E. (2018). Effects of prenatal education on complaints during pregnancy and on quality of life. *Patient Education and Counseling, 102*(1), 119-125. doi:10.1016/j.pec.2018.08.023
- ### In Korean
- Ahn, H.-L. (1985). An experimental study of the effects of husband's supportive behavior reinforcement education on stress relief of primigravidas. *Journal of Korean Academy of Nursing, 15*(1), 5-16.
- Ahn, J. Y., & Park, S. Y. (2002). The effects of maternal parental beliefs efficacy and stress on mother's parenting behaviors. *Journal of the Korean Home Economics Association, 40*(1), 53-68.
- Baek, H. J. (2009). *Mediation effect of recognition of spousal support and emotional state on the relationship of pregnant women's attachment to mother and maternal-fetal attachment* (Doctoral dissertation). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T11709059>
- Bang, E.-J., & Sung, J. (2013). A study on the relationship of maternal parenting belief and efficacy on children's self-esteem: With specific focus on mothers of native Korean and Chinese immigrant. *The Korean Journal of Developmental Psychology, 26*(2), 107-125.
- Chang, S. B., Kim, K. Y., & Kim, E. S. (2001). Changes of maternal-fetal attachment and self efficacy for delivery after the taekyo-perspective prenatal class. *Journal of Korean Academy of Women's Health Nursing, 7*(1), 7-17.
- Choi, J.-W. (2004). A study on the development of psychological well-being scale for early children's mothers. *Korean Journal of Child Studies, 25*(6), 385-403.
- Choi, M.-K. (1990). *A study on the effect of parent's educational views in accordance with parent education* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T898576>
- Chung, K. S., Yoo, M. S., Cha, J. R., & Park, H. K. (2013). A study on the effects of parent education programs for parents with young and school-age children through meta-analysis. *Journal of Korean Child Care and Education, 9*(3), 365-387.
- Chung, S.-S., & Joung, K.-H. (2011). Comparative study on predictors of maternal confidence between primipara and multipara. *Journal of Korean Academy of Child Health Nursing, 17*(3), 181-189.
- Doh, H.-S. (2012). *Cheot bumoyeokal chaek* [첫 부모역할 책]. Seoul: Jisikchannel.
- Doh, H.-S. (2016). *The respected parents & respected children parent education program manual for mothers of young children*. Seongnam, KR: Korean Association for Respected Parents & Respected Children Parent Education.
- Doh, H.-S., Kim, M.-J., Shin, N., Park, B.-K., & Choi, M.-K. (2013). The effectiveness of a parent education program for preventing children's problem behaviors: Based on respected parents & respected children. *Korean Journal of Child Studies, 34*(3), 151-177. doi:10.5723/KJCS.2013.34.3.151
- Doh, H.-S., & Yoo, M. H. (1996). The development and practical application of a pilot parent education program. *Korean Journal of Child Studies, 17*(1), 39-55.
- Gottman, J. M., & Gottman, J. S. (2008). *And baby makes three* (S. A. Choi & B. Cho, Trans.). Seoul: Hainaim Press. (Original work published 2007)
- Ha, J., & Kim, Y. (2013). Factors influencing self-confidence in the maternal role among early postpartum mothers. *Korean Journal of Women Health Nursing, 19*(1), 48-56. doi:10.4069/kjwhn.2013.19.1.48
- Han, S. Y., Kim, Y. H., Kim, K.-W., Kim, J.-Y., Kim, J.-Y., & Ahn, S. H. (2008). *Yebibumogyoyuk programui yogudo josayeongu: Cheotjanyeo imsinhan yebieomeoni jungsimuro* [예비부모 교육 프로그램의 요구도 조사연구: 첫자녀를 임신한 예비어머니를 중심으로]. Poster presented at the annual meeting of Korean Association of Child Studies, Korea.
- Hong, S. I. (2006). *The effect on the self-efficacy of early childhood according to the mother's faith and efficacy of bring up children* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T10927815>
- Jee, A.-K., Kwon, H.-C., & Lee, Y.-S. (2014). The effects of Gottman's theory-based marital relationship enhancement program on intimacy, communication and marital satisfaction during the transition to parenthood. *Journal of Rehabilitation Psychology, 21*(3), 413-432.
- Jeon, K. S. (1992). Congruence of parents and children's beliefs: Relationships to academic achievement and perceived

- competence. *Korean Journal of Child Studies*, 13(2), 251-272.
- Jo, E. M., & Yoo, H. (2016). Happiness among pregnant women: A concept analysis. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 22(3), 128-138.
- Jun, E.-N., & Choi, S.-H. (2015). Effect of a public health center prenatal program on body mass index, pregnancy stress and childbirth confidence. *Journal of Korean Society of Living Environmental System*, 22(1), 1-10.
- Kang, S.-K., Choi, J.-H., & Chung, M.-R. (2015). The relationships among pregnant women and their spouses' communications with their parents, marital communications, stress-coping style, and subjective well-being. *Journal of Children's Literature and Education*, 16(3), 529-551.
- Kang, S., Park, S., & Chung, M. (2012). The variables affecting married couples' fetus-related stress during pregnancy. *Korean Journal of Human Ecology*, 21(6), 1017-1028. doi:10.5934/KJHE.2012.21.6.1017
- Kim, E. S., Choi, Y. K., Cho, H. J., & Kim, S. W. (2010). *Yebibumogyoyuk siltaewa naesilhwa bangan yeongu* [예비부모교육 실태와 내실화 방안 연구]. Seoul: Korea Institute of Child Care and Education.
- Kim, H. (2014). The analysis of research trends in parent education program including program development. *Journal of Korean Council for Children & Rights*, 18(3), 331-366.
- Kim, J.-S., & Cho, K.-J. (2004). The effect of mother-fetus interaction promotion program of talking and tactile stimulation on maternal-fetal attachment. *Journal of Korean Academy of Child Health Nursing*, 10(2), 153-164.
- Kim, J. S., Chung, S. W., & Choi, M. K. (1997). An exploratory study for the development of pre-parent education program. *Family and Environment Research*, 35(6), 41-53.
- Kim, J. S., & Park, S. Y. (1997). Maternal traditional-modern values, childrearing practices and children's social behaviors. *Korean Journal of Child Studies*, 18(1), 125-142.
- Kim, M.-J., Doh, H.-S., Shin, N., Kim, S. J., Song, S.-M., Shin, J.-H., & Kang, H. (2015). The effectiveness of the respected parents & respected children parent education program for mothers of early school-age children. *Korean Journal of Child Studies*, 36(3), 35-57. doi:10.5723/KJCS.2015.36.3.35
- Kim, M.-Y., Kim, G.-S., Kim, S., & Lee, H.-J. (2016). Participation in prenatal education, knowledge and attitude related to delivery, postpartum care, newborn care in nulliparous women. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 22(3), 139-150. doi:10.4069/kjwhn.2016.22.3.139
- Koh, S. J., Cho, E., & Ok, S. W. (1998). Pre-parent education program model for couples in transition to parenthood. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 36(5), 167-185.
- Koh, S. J., & Ok, S. W. (1993a). Transition to parenthood: Couple's dyadic adjustment during the first child pregnancy. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 31(2), 55-67.
- Koh, S. J., & Ok, S. W. (1993b). Transition to parenthood II: Couples' dyadic adjustment change across the transition to parenthood. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 31(3), 127-141.
- Koh, S. J., & Ok, S. W. (1994). Transition to parenthood III: Parental strain satisfaction division of child-care task. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 32(5), 83-96.
- Korea Institute for Health and Social Affairs. (2007). *Development of maternal and child health center model*. Sejong, KR: Korea Institute for Health and Social Affairs.
- Kwak, E.-J. (2006). The effects of pre-delivery music therapy program on the reduction of anxiety and stress of the primigravidas. *Korean Journal of Music Therapy*, 8(2), 1-21.
- Lee, D. S. (2006). *Marital growth program for middle-aged couples* (Doctoral dissertation). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T11023455>
- Lee, J., Kim, J., Cha, D., & Lee, H. (2013). Are parent education programs in south Korea really effective?: A meta-analytic study using journal articles. *Journal of Korean Home Management Association*, 31(3), 27-47. doi:10.7466/JKHMA.2013.31.3.027
- Lee, J.-E. (2005). *A survey of perception on preparent education for young adults* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T10938090>
- Lee, J.-J., & Lee, J. (2014). Research trends on parent education program. *Korean Journal of Counseling*, 15(2), 943-967. doi:10.15703/kjc.15.2.201404.943
- Lee, M., & Sim, M. (2011). A study on the prospective parents' will for childbirth, childrearing attitude, and the perception of parent education for prospective parents. *The Journal of Korea Open Association for Early Childhood Education*, 16(4), 261-286.
- Lee, S. H., Min, H. Y., Kwon, H. J., Jung, Y. J., Han, Y. J., Choi, Y. K., & Kwon, K. N. (2010). *Parent education*. Seoul: Hakjisa.
- Oh, Y. H. (2013). *Demand for pre-parent education and recognition of educational contents* (Master's thesis). Retrieved from <http://dlps.nanet.go.kr/SearchDetailView.do?cn=KDMT1201416921&sysid=nhn>
- Park, E.-K., Lim, Y.-J., Kwon, M.-H., Lee, H.-J., & Kim, S.-S. (2011). The effects of the forest prenatal program using emotional rest and attachment of pregnant women. *Proceedings of Conference of Korean Institute of Forest Recreation* (pp. 82-93), Seoul, Korea.
- Park, H.-Y. (2015). *Effects of happiness of pregnant women on practice of parental care* (Master's thesis). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T13731954>
- Park, M.-K., & Lee, Y.-S. (1999). The relationship among stressful life events, maternal-fetal attachment behaviors and

- childbirth variables during pregnancy. *Journal of the Korean Society of Maternal and Child Health*, 3(1), 47-61.
- Park, N.-S., & Yon, M.-H. (2002). A study on the development of marital relationship enhancement program. *The Korean Journal of Counseling*, 3(2), 337-364.
- Park, S.-Y., Park, S.-Y., & Cheah, C. S. L. (2007). Mother's life satisfaction and parenting behavior as related to child social competence. *The Korean Journal of the Human Development*, 14(2), 29-51.
- Rhee, S. H., Doh, H.-S., Lee, W. K., Oh, H. J., & Shin, J. H. (2016). The effectiveness of the respected parents and respected children parent education program for mothers of toddlers. *Korean Journal of Child Studies*, 37(2), 95-109. doi:10.5723/kjcs.2016.37.2.95
- Rhee, W. Y. (1983). *The relationship of mother's educational views and child-rearing attitudes to child development* (Doctoral dissertation). Retrieved from <http://www.riss.kr/link?id=T7294856>
- Shim, C. S., & Lee, Y.-S. (2012). Effects of a yoga-focused prenatal program on stress, anxiety, self confidence and labor pain in pregnant women with in vitro fertilization treatment. *Journal of Korean Academy of Nursing*, 42(3), 369-376. doi:10.4040/jkan.2012.42.3.369
- Song, M. K., Ji, S. H., Kim, S. R., Lee, S. R., Song, E. A., & Shim, Y. C. (2006). *Yebibumo wihan bumogyoyuk program gaebalyeongu* [예비부모를 위한 부모교육 프로그램 개발 연구]. Seoul: Korea Youth Counseling Institute.
- Song, S., & Song, H. O. (2003). A study on the relationship with maternal beliefs on the child rearing and children's self-perceptions. *Korean Journal of Human Ecology*, 12(4), 417-432.
- Song, S. M., Doh, H.-S., Kim, M. J., Kim, S. J., Yun, K. B., & Kim, J. E. (2014). A phenomenological approach to experiences of young children's mothers on respected parents & respected children parent education program. *Journal of Korean Child Care and Education*, 10(4), 133-158. doi: 10.14698/jkccce.2014.10.4.133
- Wang, H.-J., Park, H.-S., & Kim, I.-O. (2013). Comparison of prenatal health management state and educational needs for pregnant women with advanced maternal age and under the age of 35. *Korean Journal of Women Health Nursing*, 19(4), 230-241. doi:10.4069/kjwhn.2013.19.4.230
- Woo, J.-H. (2007). Search for the change in the parenting beliefs of mothers with children in their infancy for the parent education based on transactional analysis theory. *The Research of Child Education and Care*, 3(1), 53-72.
- Yu, E.-H., & Kim, D.-S. (2005). The marital relationship enhancement program and its effects for couples in the early marriage stage. *Journal of Korean Home Management Association*, 23(1), 1-18.

ORCID

Eun Hye Kim <http://orcid.org/0000-0002-0292-6830>
 Hyun-Sim Doh <http://orcid.org/0000-0002-7393-4520>

Received December 30, 2018

Revision received January 26, 2019

Accepted January 31, 2019