

## 의사소통의 문제를 지닌 목회자 부인의 부부치료

박태영\*

### I. 서론

본 사례는 클라이언트(목회자 사모)가 남편과 시어머니와의 관계에서 어려움을 겪고 있는 사례로서, 남편에 의하여 의뢰하였다. 클라이언트는 근본적으로 원가족과의 문제 즉, 클라이언트는 어머니와의 자아분화가 안되어 있었다. 또한 이러한 자아분화가 안된 가운데, 시집와서 시어머니와의 갈등관계를 가지고 있었으며, 남편이 목회자로서 너무 바쁘고, 또한 시어머니와의 갈등관계에서 부인의 입장을 편들어 주지 않는데서 오는 어려움을 겪고 있었다. 정신지체아인 첫 아들의 출산으로 인하여 정신적인 고통과 더불어, 양육하는데 있어서, 남편과의 갈등을 겪고 있었다. 본 사례에서 가장 근본적인 문제는 클라이언트가 남편과 대화를 하는데 있어서 서로 대화가 안 된다는 것이었다.

### II. 치료목표

치료자는 다음과 같은 치료목표를 세우고 진행하였다.

첫째, 남편은 어머니와의 관계에서 어머니의 의견에 항상 따르고 있었고, 어머니의 입장을 편들었다. 또한 부인은 원가족 관계에서 어머니와 자아분화가 되어 있지 못하였다. 따라서, 치

---

\* 숭실대 사회사업학과 조교수

료자는 먼저, 부부가 각자 자신의 원가족과의 자아분화를 시도하도록 하였다.

둘째, 부부는 서로간에 문제를 해결하는데 있어서 의사소통이 잘 되고 있지 못하였다. 물론 두 사람간의 신뢰감과 사랑을 하고 있다는 감정은 분명히 있었음에도 불구하고 두 사람간의 역기능적인 의사소통으로 인하여 문제가 오히려 악화되어 가고 있었다. 따라서, 치료자는 두 사람이 지금까지 시도해왔던 의사소통방식을 지금까지 시도하지 않았던 새로운 방식으로 시도하려고 하는 목표를 세웠다.

셋째, 부부간의 의사소통 단절로 인하여 부인은 남편으로 받은 스트레스로 인하여 자녀들과 관계에서 더욱 짜증이 증가하였고, 이러한 자녀와의 관계가 남편과의 관계를 더욱 악화시키는 악순환을 이루고 있었다. 따라서, 남편이 집에서 더 많은 시간을 부인과 함께 보내고, 자녀들과도 함께 할 수 있도록 하여, 부인이 지금까지 해왔던 과도한 역할기능을 남편과 함께 나눌 수 있도록 하였다.

### Ⅲ. 치료모델

이 사례연구에서 사용된 모델은 절충적인 모델(eclectic model)로서, Murray Bowen의 가족체계이론(Family Systems Theory)과 Salvador Minuchin의 구조적 가족치료(Structural Family Therapy), 의사소통이론과 MRI의 시도된 해결 모델(Attempted Solution Model), 그리고 변화하는 단계를 살펴보기 위하여 Prochaska와 DiClemente의 초이론적 치료(Transtheoretical therapy)모델을 활용하였다.

#### 1. Murray Bowen의 가족체계 치료모델

Bowen의 가족체계 치료모델에서는 부모 특히 어머니와 자녀사이의 미분화된 정서적 관계를 중시하였으며, 이러한 관계는 가족투사 과정을 통해서 전수된다고 보았다. 또한 치료목표로 미분화된 가족자아집합체로부터 분화되는 것에 두었다(Friedman, 1991; Goldenberg & Goldenberg, 2000; Papero, 1995). 특히 자아분화가 낮을수록 삼각관계 형태는 심하고 관계가 중요할수록 그 형태가 강하다. 두사람의 정서체계는 긴장이 없을 때는 안정되지만 불안이 증가하면 삼각관계를 형성하게 된다. 이때 인간관계의 갈등과 불안을 객관적으로 평가하지 못하고

제 3자와의 의존적 관계(융합)을 통해 불안을 극복하려 하고 이 불안한 부부정서관계에 자녀를 끌어들이며 속죄양을 만들기도 한다. Bowen은 삼각관계를 가장 불완전한 관계체계로 보았고, 삼각관계가 일시적으로 불안이나 스트레스 감소에 도움을 줄 수 있으나 오히려 가족의 정서체계를 더욱 혼란되게 하여 증상을 나타나게 한다고 주장하였다(Goldenberg & Goldenberg, 2000).

본 사례에서 부인은 원가족과의 관계에서 외할머니가 결혼하지 않은 상태에서 이웃 남자로부터 원하지 않은 애를 낳게 되었고, 그 이후 새로운 남자와 결혼하게 되었다. 그러한 결혼관계에서 외할머니는 모든 스트레스를 어머니에게 해소하였고, 어머니를 신체적으로 몹시 학대하였다. 따라서, 어머니는 할머니 밑에서 늘 주눅이 들어 자아존중감이 엄청나게 낮았으며, 자아분화가 안된 상태로 성장하였다. 그렇지만, 어머니는 공부를 잘하였고, 새아버지가 부유하였기 때문에 대학을 졸업할 수 있었다. 그러나 대학을 나온 남편과의 부부관계에서 종교문제로 인하여 가정이 파탄 났으며, 한때는 어머니가 정신병자가 되어 정신병원에 입원한 경험도 있었다. 결국에는 부인은 어머니와 오빠와 함께 살게 되었는데, 이러한 가족관계에서 부인은 낮은 분화정도를 가진 어머니와 밀착관계를 가지게 되었다. 따라서 부인은 원가족과의 관계에서 아직 분화가 되어 있지 못하였다. 어머니는 딸이 시집을 갔음에도 불구하고 아직까지 딸에 대하여 늘 진화를 하여, 자신의 스트레스를 풀고 있는 형편이었으며, 부인은 이러한 어머니에 대하여 부담을 느끼며, 짜증을 참기 어려웠다. 부인은 또한 집안에서 과도한 역할기능을 하여 소진상태에 있었다. 원가족과 자아분화가 안되었을 때 나타나는 두 가지의 인간관계 스타일이 있는데, 하나는 과도한 역할기능이고 또 다른 하나는 미흡한 역할기능이라고 볼 수 있다(박태영·김현경 공역, 1988).

## 2. Salvador Minuchin의 구조적 가족치료모델

구조적 가족치료 모델은 가족체계 자체의 역동적 질서에 관심을 두고, 진단과 치료를 위한 명확한 지침을 제공하는 아주 기본적인 구조와 체계를 가지고 가족을 묘사하는 모델이다. 구조적 가족치료자들은 개인을 사회적인 존재로서 파악하여 개인을 둘러싼 구조에 초점을 두었다. 가족의 구조가 변하면 동시에 가족의 지위가 변하며, 결국에서는 각 가족성원들의 경험도 변할 수밖에 없다는 것이다. 이 접근법의 주된 특징은 치료의 목적으로 가족내의 구조적 변화를 강조하는데 있다. 이 접근법에서 치료자는 개인변화, 가족체계, 가족역동을 잘 이해하여 가족의 재구조화를 행하는 역할을 한다(Colapinto, 1991). Minuchin에 의하면 가족체계는 하위체계로 분화되고, 하위체계를 통해 가족체계의 기능을 수행한다. 하위체계는 가족구성원들의 경계와

규칙에 의해 규정된다. 또한 가족의 하위체계는 부부 하위체계, 부모 하위체계, 형제 하위체계, 부모-자녀 하위체계로 나뉘어 질 수 있다. 잘 기능하는 가족에서는 가족체계에서 개별화와 통합성을 중요시하는 방법으로 작용한다. 만일 가족성원들이 그들의 걱정을 말하고 문제에 직면하며 그들 스스로 해결하려고 노력하면 더 건강해질 수도 있겠지만, 대부분의 가족들은 이미 존재하고 있는 가족체계에 적응하려고 하며 그들의 실제의 감정을 숨기려고 한다(Lewis, 1992).

본 사례에서 남편은 어머니와 관계에서 결혼을 한 이후에도 명확한 경계선을 가지고 있지 못하였다. 또한 이러한 어머니와의 불명확한 경계선으로 인하여 부부관계에도 부정적인 영향을 미치고 있었다. 한편 부인은 친정 어머니와의 관계에서 미분화된 자아로 인하여 경계선이 명확하지 않았다. 이러한 두 사람은 의사소통이 원활하지 못하고 있는 상태에서 부부하위체계가 분명하지 못하였다. 이러한 명확한 부부 하위체계의 부족으로 인하여 부인은 자녀들과 밀착된 부모-자녀 하위체계를 가지게 되었으며, 남편은 상대적으로 자녀들과 경직된 부모-자녀 하위체계를 가지고 있었다.

### 3. 의사소통 이론과 MRI(Mental Research Institute)의 시도된 해결모델

내적인 심리 역동에 초점을 두지 않는 의사소통 이론가들은 사람은 언어적 비언어적 의사소통 방법을 연구함으로써 가족체계에 대하여 배울 수 있다는 것을 가정하고 있다. 따라서, 의사소통 이론가들은 가족성원들의 개인적인 역사적인 분석에 초점을 두는 것이 아니라 가족체계 내의 관찰할 수 있는 현재의 상호작용(관계)에 초점을 둔다. 특히 의사소통 훈련은 결혼관계에서 갈등문제에 대하여 배우자에게 의사 표현할 수 있는 능력을 고양시키는 데 그 목적이 있다(Jacobson, 1986). 특히 행동주의 부부치료자들은 문제해결과 행동변화를 위하여 경청하는 것과 표현하는 것을 가르쳐 왔다(Baucom et al., 1995; Christensen et al., 1995).

가족치료의 창시자들은 정신분열증 환자들을 중심으로 가족치료와 관련된 많은 개념들을 발견하였는데, 그중 Palo Alto에 위치한 MRI(Mental Research Institute)집단의 여러 학자들의 연구로부터 의사소통 가족치료의 중요개념, 이론적인 틀, 치료적 기법 등이 나왔다. 변화의 이론을 발달시킨 MRI 집단은 의사소통과 체계개념에 기반을 두고 있으며, 클라이언트에게 나타나는 증상에 초점을 맞춘 단기치료접근법이다. 치료의 목적은 클라이언트가 생활을 잘 해 나갈 수 있도록 가능한 한 빨리 그리고 효과적으로 클라이언트가 제시하고 있는 불평을 해결하는 데 그 목적이 있다(Shoham et al. 1995). MRI 집단은 Watzlawick와 그의 동료들에 의하여 개발된 상호작용적 치료의 이론적 토대에 기여를 하였다. 이 접근법은 수많은 문제를 다루는 실제적인

치료모델이며(박인철 역, 1995; Watzlawick et al., 1974; Weakland et al., 1974), 클라이언트의 문제를 병리적인 시각으로 설명하는 것을 지양하고 클라이언트의 불평과 변화를 위한 목표의 두 가지 측면에서 클라이언트 중심의 치료 방식을 사용한다(Duncan et al., 1992). MRI 단기치료모델은 현재 클라이언트에게 나타나고 있는 문제에 초점을 두며(Schlanger & Anger-Diaz, 1999), 문제와 변화에 대하여 두 가지의 상호연결된 가정에 입각해 있다. 문제의 기원과 원인은 상관없이, 만일 클라이언트와 클라이언트가 상호작용하는 사람들이 현재의 문제행동을 계속 하게 되면 클라이언트들이 심리치료자에게 가지고 오는 문제들은 계속해서 유지되는 것이다. 반면에, 만일 문제를 유지시키는 행동이 적절하게 변화되거나 제거되어질 때 그 문제의 성질이나 기원, 혹은 기간에 상관없이 그 문제는 해결되거나 사라질 것이다(Weakland et al., 1974, p. 144).

MRI 집단에 따르면, 가족의 문제는 문제를 해결하려는 가족의 시도에 의해 오히려 유지되고 있다는 것이다. MRI 집단은 문제를 둘러싸고 있는 상호작용의 과정을 강조하고 일반적인 시각에서 모든 행동은 사회체계내에서 더 폭넓게 진행되는 의사소통의 교류 가운데 설명할 수 있는 것으로 본다(Duncan et al., 1992). MRI 집단은 인간은 두 가지 방법으로 '문제'를 발달시키는 것으로 본다. 첫째, 어려움을 잘못 다루는 것이다. 둘째, 문제를 해결하려는 시도의 실패와 똑같은 문제해결방식의 계속적인 적용이다(Watzlawick et al., 1974). MRI모델은 '문제'란 오랫동안 그 문제를 변화시키려고 계속해 온 바람직하지 못한 행동들로 이루어진 것으로 본다. 그러한 문제행동들이 지속되는 것은 일차적으로 사람들이 그 문제행동들을 변화시키려고 행하여 왔던 방법, 즉 사람들의 '시도된 해결'에 있다고 본다. 따라서 치료자의 일차적인 임무는 새로운 또는 다른 행동을 기존의 행동과 대체하거나, 본래의 문제행동을 '하찮은 문제'로 재평가하는 것에 의하여 클라이언트에게 지금까지 시도해 온 해결책을 소개하는 것이다(Weakland, 1993).

본 사례에서는 남편은 어려서부터 부모님과 대화를 나누지 못하였고, 자신의 생각 또는 감정을 혼자서 풀 수밖에 없는 상황이었다. 따라서 남편이 문제를 해결하는 방식은 말을 하지 않고 혼자서 잠을 자면서 해결하는 방식을 취하였고, 이러한 방식은 결혼을 하고 나서도 그대로 부부관계에 적용되고 있었다. 또한 남편은 목회자라는 직업상의 이유로 교회의 일을 부인에게 말하는 것을 꺼려하였고, 부인이 타인들에 대하여 부정적인 말을 할 때는 성경적으로 남을 비난하지 말아야 한다고 함으로써 부인의 대화를 차단하는 방법을 사용하고 있었다. 부인은 남편과의 대화하는데 있어서, 남편의 침묵으로 일관하는 방식에 대하여 짜증을 내고 부인 또한 말을 남편에게 말을 하지 않는 방식을 취하고 있었다. 그러나 이러한 방식으로 대화가 차단되면서, 또 다른 일이 발생했을 때 우회적으로 서로를 공격하는 방식이 되었다. 이러한 두 부부간의 의사소통의 단절로 인하여 자녀들에게 스트레스를 푸는 방식으로 발전하였다. 이와 같은 방식

으로는 두 사람간의 문제가 해결될 수 없었으며, 이 방식이 이 부부간에 있어서 문제를 해결하려고 시도해왔던 방식임을 발견할 수 있다.

#### 4. 초이론적 모델(Transtheoretical Model)

초이론적 모델은 클라이언트가 변화하는데 있어서 다음과 같은 5가지 단계가 있다는 것이다: 전인식 단계(precontemplation stage): 인식단계(contemplation stage): 준비단계(preparation stage); 행동단계(action stage); 유지단계(maintenance stage)

첫째, 전인식단계는 사람들이 문제를 가지고 있다는 것을 의식하지 못하거나 다른 이유 때문에 변하는 것에 대하여 진지하게 생각하지를 않는 단계이다. 이 단계에서 자신의 행동이 문제가 있다거나 병리적이라는 것으로 인식하려는 것에 대한 저항이 나타나는 단계이다.

둘째, 인지단계는 개인적인 문제가 존재하는 것을 인식하는 단계이다. 이 단계에서는 사람들이 문제와 원인, 해결책을 이해하려고 하며 무엇이 잘못되었는가 그리고 자신들이 어떻게 자신들의 삶에 대한 통제를 할 수 있을까 하는 것을 결정하기 위하여 노력하기 시작하는 단계이다.

셋째, 준비단계는 자신의 의도와 행동적인 기준을 통합하는 단계이다. 이 단계에 있는 개인들은 즉각 행동을 취하려고 의도하고 약간의 행동의 변화를 알린다. 그렇지만, 비록 문제행동에 대한 약간의 변화가 일어나고 있다고 하더라도, 준비단계에 있는 개인들은 효과적인 행동을 위한 기준에도 도달하지 못한 상태이다.

넷째, 행동단계에서는 자신들의 문제를 극복하기 위하여 행동, 경험, 환경을 바꾸는 단계이다. 행동은 가장 현저한 행동의 변화를 포함하며, 엄청난 시간과 에너지의 투자를 요구한다. 행동단계에서의 이루어진 문제행동의 변화는 확실히 보여지는 경향이 있으며, 굉장한 외부의 인정을 받게 되는 단계이다.

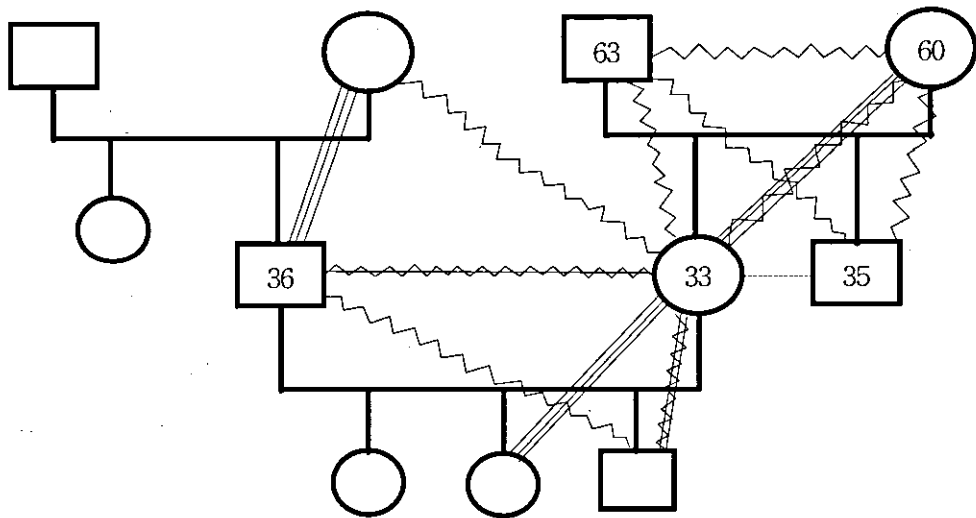
다섯째, 유지단계는 행동단계에서 얻은 것을 계속하고 더 문제화된 기능의 수준으로 재발되는 것을 막기 위하여 노력하고 있는 단계이다. 이러한 유지단계는 최소한 6개월 정도 지속되는 경향이 있다. 또한 종종 수년동안 지속되거나 평생을 지속할 수도 있다(Prochaska & DiClemente, 1984; Prochaska et al., 1992; Prochaska & Norcross, 1999; Prochaska et al., 1995).

이 사례에서 남편은 부인이 문제가 있다라고 생각하여 치료자에게 의뢰를 하였는데, 그 당시 는 남편은 전인식단계에 있었다. 그러다가 남편이 치료자와 상담을 시작하면서 부인이 우울해 하고 자녀들에게 스트레스 받는 원인이 자신에게 문제가 있다라는 것을 깨닫게 되는 인식단계로 바뀌면서, 대화로 부부의 문제를 해결하려고 하는 준비단계를 거치면서, 변화를 위한 행동단

계로 전환되었다. 부인 또한 자신이 남편과의 대화가 안되고 남편한테 '벽'이라는 감정을 느끼면서 대화를 거부하였던 방식에서 자신에게도 대화하는데 문제가 있다라는 것을 깨닫게 되면서 전인식단계에서 인식단계로 변화였고, 자신의 의사소통 방법을 변화하기 시작하였다. 즉 인식단계에서 행동단계로 변화하였다.

#### IV. 치료과정

총 치료기간은 1998년 3월부터 9월까지 6개월 동안 9회 상담을 하였다.



< 그림 1. 가계도 >

#### 제 1회 (1998년 3월 11일)

본 사례는 목사인 남편이 부인이 요즈음 우울해하고 집에서 짜증이 많아서 도움을 받고 싶다고 하였다. 자신은 부인과 별 문제가 없으며, 교회일이 너무 바빠 가족과 함께 하는 시간이 없다고 하였다. 자신은 대인관계에서 원만한 편이며, 부인 또한 다른 사람들로 부터 좋은 평을 듣고 있다라고 하였다. 두 사람은 대학생때 기독교 서클을 통하여 만나게 되었으며, 자신은 부

인을 몹시 사랑하고 만족해한다라고 하였다. 첫 번째 상담에서 부인은 그동안 가정에서 짜증이 많이 늘고, 남편과 대화가 안되고 있다라고 하였는데, 남편은 자신이 무슨 말을 하든지 성경책에 입각하여 판단을 하고 남들에 대한 부정적인 이야기를 하지 못하도록 하였다. 그래서 남편과 대화를 할 때는 도중에 이야기가 끊기고 기분이 상하여 더 이상 말을 이어 나갈 수 없다라고 하였다. 또한 자신이 결혼했을 때의 시어머니가 자신에게 주었던 마음의 상처들과 남편의 중간에서 아무런 역할을 해주지 못하고 오히려 회피하였던 것에 대하여 울면서 이야기를 하였다.

제 2 회(1998년 3월 18일) (T: 치료자; W: 부인, H: 남편)

T : 무엇 때문에 그렇게 괴로웠어요?

W : 지난번에 한 말들을 저는 다 잊고 싶었는데, 말씀드리니까 다시 생각이 나서 무척 괴로웠어요. 괴롭고 어떻게 해야 할 줄 모르겠더라고요. 혼란스럽고 제가 비정상적으로 느껴지는 것 있죠. 특히 제가 제일 걱정하는 게 새벽에 잠이 안 오는 건데, 그게 더 심해졌어요. 여기에 오기 전에는 생각해보지 못했는데, 이번 한 주간동안은 우울증이라고 생각됐어요.

T : 목사님께는 다 말씀드리세요?

W : 네, 그전에는 대화가 안 된다고 생각했고 내 마음을 잘 읽어주지 않으니까 이야기를 안 했지만, 그래도 혼자 그러면 안될 것 같아서 자세하게 이야기를 했어요.

T : 그러니까 어떠셨어요?

W : **제가 말하는 내용이 부정적인 내용이니, 왜 자꾸 그렇게 생각하냐고 아무렇지도 않다고 하면서 제 장점과 좋은 점을 이야기해주지만 그게 받아들여지지 않아요** 예를 들어서 저희 어머니께서 저한테 '덜떨어졌다, 바보다'라고 그런 식의 말들을 하면 화가 나지만 며칠 지나고 나면 '그래, 나는 덜떨어져서 이렇게 사나봐' 그렇게 생각하고 이런 나 자신 때문에 화가 나요. 그래서 남편한테 이야기를 하면 남편은 '그게 왜 덜떨어져서 그런 거냐, 착해서 그렇지'라고 말하거든요. 그러면 기분이 좋아야 하는데 그렇지 않아요.

T : 사모님은 주위의 모든 사람으로부터 긍정적인 사람이라고 들어오다가 시어머니하고 1년 3개월 정도 같이 동거하면서 그러한 인정이 다 수포로 되어버린 거네요.

W : 그래서 저는 결혼 전으로 돌아가고 싶어요.

T : 제가 보기에는 사모님은 참 건강한 분이세요. 그런데 모든 것을 통제하고 지시하는 시어머니하고는 성격이나 스타일이 너무 틀려서 안 맞는 것 같습니다. 시어머니가 문제가 있다고 봅니다.



W : 저희 어머니는 없는 병이 없어요. 그런데 병원에 가면 다 신경성이라 고칠 수가 없대요. 아직까지 남편은 자기 속마음을 저에게 한 마디도 말을 안 해요. 제가 남편에게 “당신은 어머니하고 문제없어?”라고 물어보면, 남편은 어머니하고 갈등이 없다고 그래요.

T : 남편은 어머니하고 대화가 안될 거예요

W : 대화가 안되죠 남편은 시어머니에 대하여 전혀 이야기를 하려고 하지 않아요. 그런데 저는 예전에는 못했지만 지금은 친정어머니한테서 상처받은 것, 괴로운 점등을 다 이야기해요.

T : 그럴 때 남편은 어떻게 대응하나요?

W : 그냥 듣고 있든지, 아니면 “그래도 엄마를 사랑해야지”라고 한마디해요. 항상 저는 내 마음을 다 이야기하는데 남편은 입다물고 있거나 대화를 다른 데로 돌리거나 해요. 그래서 제가 답답해서 대화를 안 했는데, 그러면 제가 살수가 없어서, ‘이러면 안되겠다’ 하는 생각 때문에 저라도 얘기를 계속 했어요. 제가 이야기를 하면 남편이 속에 있는 마음을 좀 풀지 않을까 해서요. 그런데 저는 항상 괴로운 생각이 들어요.

T : 시어머니한테 화가 나는 게 있으면 자연스럽게 남편한테 이야기를 해야 하는데 그것이 잘 안되고 있을 겁니다. 만일 남편이 그러한 감정을 받아 들여주게 되면 시어머니를 욕하다가 자기가 감정처리를 하게 되고 깨달음이 오게 되는 거지요.

W : 그런데, 그리고 나면 저는 후회를 하게 돼요. 한번은 시어머니한테 대든 적이 있어요. 그때는 시원했어요. 그런데 그 순간에 어머니가 더 강하게 나오시고, 저는 그것을 이겨내지 못하는 거예요. 제가 조금이라도 불만의 표시를 내면 어머니가 더 그러시는데 감당을 못 하겠어요. 또 주위에서 ‘죄송하다’고 하라고 하는데, 그게 너무 굴욕적이고 치사스러운 거예요. 입에서는 죄송하다는 이야기가 안 나오는데 그 상황이 몇 번 반복이 됐어요. 그래서 저는 ‘다시는 내가 죄송하다는 말이 나올 상황을 만들지 말자’라고 저 자신에게 다짐을 하게 되지요.

### 제 3 회(1998년 3월 25일)

T : 지지난 주는 처음 상담을 하고 나서 괴로우시다고 하셨죠. 지난주에는 어떠셨어요?

W : 괜찮았어요, 그런데 ‘다시는 시어머니 얘기는 하지 말아야지’ 했어요.

T : 중요한 것은 분노도 인간의 자연스러운 감정이라는 것을 인정할 필요가 있으며, 또한 분노를 어떻게 표현하느냐가 중요하거든요. 사모님의 그러한 분노의 감정을 남편에게 어떻게 말로 전달할 것인가를 생각해 보아야 할 것이라고 봅니다. 따라서 그런 면에서 분노의 감정을 긍정적으로 받아 들여야 하지 않을까요?

W : 선생님 생각이 옳으신 데요, 그게 잘 안돼요. 예를 들어 저희 남편은 제 고민을 이야기하잖아요, 그러면 시어머니나 딸 사람한테 저를 맡긴다는 느낌이 들어요. 같이 영화보러 가는 게 아니라 “누구 불러줄까, 같이 가” 이런 식이에요. 뭐라고 그러면 “시어머니하고 해, 친정어머니하고 해” 항상 그런 식이에요. 솔직히 제가 선생님을 만나고 싶은 것도 친정 쪽 때문이에요. 너무 괴로우니까요. 이번 상담만 해도 남편이 저보고 선생님을 찾아 가보라고 하는 거예요.

T : 그래서 사모님은 사실 남편이 그 역할을 했으면 하는군요. 목사님께서 저에게 말하기를 자신이 화가 나는 것을 사모님한테 이야기를 하면 사모님이 더 화를 낸다고 하시던데...

W : 그것도 있어요. 한 번은 부목사님하고 목사님이 사이가 안 좋으셨어요. 부목사님은 막 쏘아붙이는 형인데, 우리 목사님은 그게 너무 싫으셔서 너무 스트레스를 받으신 거예요. 어느 날 내 정신건강과 당신을 위해서 말을 하겠대요. 그래서 그때까지는 당신이 힘들겠다고, 한 귀로 듣고 흘려버리라고 그랬어요. 그런데 그 이후로 이야기를 안 하는 거예요, 그래서 물어보면 “그냥 그다”고 하고 말을 안 하니깐 답답한 거예요, 그 상황에서 우리 목사님은 무엇을 느꼈으며 어떻게 대처했는지 너무 궁금한 거죠.

목사님은 TV를 보면서 내 말에 대꾸를 하지 않는 거예요. 그리고 아이들한테 마구 화를 내고 아이들이 꿈쩍도 못하게 하는 거예요. 목사님은 피 돌아서면서 방에 들어가서 컴퓨터만 하는데 그게 3일간이나 반복됐거든요. 그래서 나 때문에 화가 났는지, 밖에서 화가 났는지, 무엇 때문에 화가 났는지 물어보면 괜찮대요. 그냥 자기도 그러고 싶을 때가 있다고 그러고 말아요. 무엇 때문에 그러는지 아무리 물어봐도 말을 안해요. “내가 피곤해서 그래” “몸이 아파서 그래” 라고 해버려요. 그런데 한 번 목사님이 소리를 지르면 아이들은 아빠를 두려워해요. (여기서 문제를 해결하려고 시도해 왔던 역기능적인 시도된 해결방법을 볼 수 있다) 그래서 너무 가슴이 아픈거예요. 그래서 그런지 밖에 나가면 저희 아이들이 소극적이예요. 저는 엄마, 아빠가 구박해서 그런가보다 하는 생각이 들어요. 내가 빨리 변해야겠다는 생각이 들어요.

T : 사모님이 어떻게 변하셔야하나요?

W : 그러니까 남편도 잘 이해를 해주고 아이들도.. 제 문제는 모든 것을 제가 떠맡으려고 하는 게 문제예요. 무슨 일이 있어서 일이 틀어지면 ‘다 내 잘못이야, 내가 변화되면 돼’. 물론 그런 면도 있지만 그러다보니까 제가 너무 힘이 드는 거예요. 친정엄마하고의 관계에서도 보면, 여태까지 엄마하고 아빠하고 싸우면 엄마가 울고 아빠가 나가잖아요. 그러면 내가 가서 엄마를 위로하는 거예요. “엄마, 울지마. 내가 있잖아.” 그러면 엄마는 아빠에 대한 불만을 저한테 이야기를 하는 거예요. 그러면 “그래 알았어, 그래도 엄마가 이해해 줘, 아빠가 일부러 그런 것은 아

날껴야"하고 말을 해요. 요즘에 와서는 엄마가 저에 대해서 나이가 들면 들수록 나한테 기대다는 느낌이 들고 그게 짐으로 느껴지는 거예요.

제 4 회(1998년 4월 1일)

T : 지금 상담을 시작한 지 4주 제인데 사모님께서 무슨 변화가 있으세요?

W : 맨 처음에 만났을 때보다는 많이 편해졌어요. 지금까지 많이 생각해보면서 많은 부분들이 정리가 됐어요. 누구한테나 어려운 환경과 갈등상황이 있는데 어떤 사람은 잘 극복을 하고 어떤 사람은 극복을 못하는데, 제가 못하는 쪽이죠. '사모님, 너무 착해요. 항상 웃어서 좋아요' 이런 소릴 들으면 저는 가슴이 답답해요. 난 안 그런데. 저는 다른 사람으로부터 아무 소리도 안 들었으면 좋겠어요. 저는 결혼하고 나서 무언가가 고갈된 것 같고, 아무튼 무언가가 메마른 느낌이 들어요.

T : 그러면 그것의 해결책은 무엇인 것 같아요?

W : 해결책이요? 그것은 저는 영적인 것이라고 생각을 하거든요. 저는 그런 것에 대해 기도하고 또 계속 저에게 긍정적인 영향을 줄 수 있는 사람이 필요하다고 생각을 해요. 그리고 그런 역할을 할 사람이 제 남편이라고 생각하는데, 제 남편은 오히려 그런 면에서는 걱정을 하는 입장이에요, 그러니까 제 문제도 감당하기 힘든데 목사님의 그 연약한 모습을 보면 더 혼란스럽고 힘겨워져요. 저는 남편한테 무언가를 받고 싶은데 그렇지 못하니깐요. 그리고 제가 그런 것을 잘 표현하지 못하니깐 답답하죠.

T : 목사님이 말을 안 하는 것은 무엇 때문일까요?

W : 글썄요, 나한테 무슨 벽을 느끼는 건지. 솔직히 저는 엄마문제 때문에 교수님을 만나고 싶어했었거든요. 그런데 이야기하다보니 제가 남편한테 불만이 많았다는 것을 알겠더라고요 그리고 목사이기 때문에 제가 제 쪽에서 먼저 집먹고 제가 잘 표현을 못 하는 것 같아요 너무 자존심을 안 다치게 한다는 생각 때문에 그런 것 같고, 나의 대화방법에 문제가 있지 않은가 생각해요

T : 목사님은 목사님가정에서 해결되지 못한 부분이 있어요. 어머니와의 가족관계에서 누구하고 대화를 나누지 못하는 하나의 방해물이 있다고 생각돼요 사모님하고의 관계에서도 그렇구요

W : 그렇죠. 자기 내면에 대해선 저하고 대화를 안 해요. 나는 어떻게 느꼈는지 그런 감정을 이야기하는 걸 좋아하거든요. 남편과 현상적인 얘기보다 살면서 느껴지는 것들을 나누고 싶어요. 저는 친구들과하고 대화할 때는 항상 그랬는데, 제가 그런 것을 못하니깐 너무 답답해요. 엄마

하고는 치고 박고 싸워도 그런 종교적인, 인생에 대해서 자꾸 이야기를 해왔는데, 결혼하고 나서 그렇게 안되니까 답답한 거예요. 그러니까 제가 밖에 나가면 불안해져요.

T : 사모님이 말씀하신 것이 가장 큰 해결점이라고 저는 생각하고 있습니다. 또 하나는 어머니와의 관계인데, 그것은 부부관계가 원활해지면 그것은 소화해낼 수 있을 것이라고 생각합니다.

W : 그렇죠, 전혀 목사님의 인생에 대해서 의논할 입장이 못돼요. 오히려 답답할 때가 많아요. 저는 답답하거나 괴로우면 무조건 기도를 해야 돼요. 기도를 해서 하나님 앞에서 풀어야 돼요. 그리고 말씀 읽고 그러다 보면 깨달음이 와요. 그런데 우리 목사님은 문제가 있는지 없는지 모르겠어요.

제 5 회(1998년 4월 6일)

T : 사모님의 문제가 뭐라고 생각하세요?

H : 글썽요, 같이 사는 남편이 보기에는 조그마한 일도 크게 생각하는, 자신감이 없어요. 제가 볼 때에는 참 예쁘고 착한데, 그런 소리를 들으면 싫다고 그래요. 그게 그 사람의 문제예요. 전에 교제할 때는 장인어른의 이야기를 들어서 같이 잘하려고 했는데, 오히려 결혼 후에는 더 악화되는 그런 느낌을 받았어요. 친구도 없고 사택에서는 아이들만 키우고 스트레스를 풀지 못하고 점점 더 압박감을 받는 그런 느낌을 제가 받았어요. 그래서 제가 생각하기에는 본인이 이겨낼 수 있는 능력이 너무 단혀져 있지 않은가, 친구들 없이 고립된 생활 속에서 원래 가족간에 있던 문제들이 더 커지게 되고 자신감이 없어진 것이 아닌가 해요. 지금까지 결혼생활 하면서 가끔 큰소리도 치고 싸우면 처음에는 “알겠어요, 그랬어요” 했는데, 나중에 는 같이 화를 내고 제가 먼저 풀지 않으면 절대로 먼저 풀지 않습니다. 그 이유를 말하는데 막 울면서 자기는 고등학교 때 부모님이 싸우는 것이 너무 무서워서 지금도 제가 소리를 지르게 되면 너무 무서워서 자기도 모르게 맞받아 소리를 치게 됐다고 그래요. 그래서 제가 몰랐다고, 그 때 부모님이 그렇게 무서웠냐고 그랬더니, 정말 무서웠고 아직도 가슴에 아른아른하다고 해요. 그래서 제가 일단은 몰랐으니까 미안하다고 하고 소리지르면서 화 낸 것을 자제하도록 노력하겠다고 하면서 지금은 어떠냐고 했더니 속이 후련하다고 해요. 어제 저녁에도 혼자 아이들도 다 있는데 혼자 안방에서 눈시울이 젖어있어서 왜 그러냐고 그랬더니, 교수님이 선물로 준 책이 다 자기의 이야기인 것 같다고 하면서, 자기가 지금 아이 셋을 키우고 아내노릇에, 며느리노릇, 딸노릇을 다 감당하는게 다 힘들다는 거죠. 사실, 저희 첫째 아이하고만 같이 있어도 스트레스가 많이 쌓이거든요. 그렇게 힘든 것을 다 마음에 담아두고 이전까지의 상처들이 다 겹쳐서 down되지 않았나

생각돼요.

T : 남편으로서의 역할은 어떠셨는지요?

H : 제가 그 부분에 대해서 저희 아내에게 할 말이 없는 사람이에요. 학교생활과 교회 생활로 너무 바빠서 아내에게 남편역할을 제대로 못한 대표적인 케이스라고 생각돼요. 오히려 제가 밖에서 목회를 할 때에 그리고 교회를 섬기다가 집으로 돌아오면 모든 게 귀찮고 좀 쉬었으면 좋겠다는 생각이 들고 저 스스로도 자신을 감당하기가 힘들었기 때문에 아내를 도와주지 못한 게 아닌가 하는 것을 언제부터인가 생각하게 되고, 더 나아가서는 아내를 옆에서 도와주고 격려해야 하는데 그 책임을 감당하지 못했다는 것이 아내를 소진되게 했다는 그런 생각을 하죠.

T : 그래서 제가 목사님 도움이 필요하다는 거예요. 사모님이 지금 탈출구가 전혀 없어요. 정상아 셋을 감당하는 것도 힘든데 신체부자유아인 첫째 아이만도 감당하기 힘들잖아요. 또 목사님하고도 대화통로가 막혀있어요. 사모님은 제일 중요한 남편이 자신의 마음을 모른다고 생각을 하시는 것 같아요. 사모님하고 대화하는데 뭐가 문제인 것 같아요?

H : 제 감정에 대해서 요즈음에 이렇다고 이야기하는 것이 최근입니다. 그전까지는 제 감정이 어떻다고 이야기를 안 해요. 특히 교회 일은 집에서 절대 말 안 해요. 왜냐하면 밖의 일을 다 말하면 저희 아내가 스트레스를 받아서 견디지를 못해요. 그래서 제 실수나 감정을 다 말하지 않아요. 단지 감정표현은 '피곤하다, 쉬고싶다' 그 정도예요. 지금 있는 문제도 다 감당하지 못하는 아내에게 못하죠. 나의 감정이나 아내의 감정에 대해 이야기를 안 하죠.

T : 그게 막혔기 때문에 사모님의 문제도 더 커지는 것이고 목사님 경우도 목사님 나름대로 배출해야 하는데 그게 표출되지 않아서 더 피곤하시죠. 목사님은 어떻게 푸세요?

H : 가끔 목회자들과 불령을 치거나 그 외에는 조용히 있거나 잠을 자면 다 풀립니다. 때로는 어려운 가정을 보면 마음이 아파서 스트레스를 받아 잠을 못 잘 때도 있는데, 그런 어려운 상황을 누구한테 이야기를 하기가 쉽지가 않아요. 그런 부분을 감당해야 하는 것이 내가 해야 하는 일이니까요.

클라이언트는 목회임지를 정할 때 자신과 부인의 결정에 따라 정하지를 못하고 부모님의 영향하에 있었다. 클라이언트는 부인과 부모님 사이에서 남편으로서의 역할보다는 아직까지 장남으로서의 역할에 더욱 충실한 감이 있었다. 즉, 가족생활 주기의 변화에 따른 역할의 변화에 아직까지 원가족으로부터 분리가 되지 않고 있었다. 어려서부터 지금까지 어머니의 과잉보호를 받아 왔으며, 어머니가 자신의 의견으로 온가족을 좌지우지하려는 경향이 많아 가족 내에서 지나친 역할 수행을 해오고 있었다. 한편, 결혼생활 7년 동안 가족만이 함께 한 여행은 거의 없는 것으로 나타났고, 지난 4년 동안의 휴가 때마다 세미나를 다녀왔다는 것이다. 이번 상담에서 클

라이언트는 그동안 가족에 대한 배려가 없었다고 고백하고 자신의 삶이 항상 목표지향적이었 다라고 하였다. 클라이언트는 보통 밤늦게 집에 들어오고 새벽기도를 나가야 하기 때문에 저녁 늦게 까지 부인과 대화를 나누는 것이 부담스럽다고 하며, 이번 상담을 통하여 가족이 얼마나 소중한 것인가를 깨닫고 있다고 하였다.

제 6 회(1998년 4월 18일)

남편은 부인에 대한 사랑의 표시로 옷과 같은 선물을 제공하려고 하나 부인은 남편의 그러한 선물을 사랑의 표시로 여기기보다는 부담을 느끼고 있었으며, 그것보다는 남편이 자신과 함께 해 줄 때 남편이 자신을 사랑하고 있다는 것을 느낀다고 하였다. 즉, 이 두 사람에게 있어서 사랑하는 언어의 사용에 있어서 차이가 있음을 볼 수 있다(장동숙, 1998, 참고).

T : 같이 있자고 표현 안 하세요?

W : 하죠, 당신 나랑 같이 있으면 좋겠다고. 그러면 “나 바빠” 그래요. 요즘에는 더 그래요. 제가 이러니까 노력을 하기는 하는데, 피곤해서 돌아누우면 마음이 아파요. 저는 그게 남편을 괴롭히는 것 같아요. 목사님마음을 편하게 해주어야 하는데 나 자체도 주체를 못하니까 피곤해서 집에 들어오는 남편한테 그러니까...

H : 당신 또 울려고 그러지. 제가 말할게요. 자기에 대해서 배려를 안 해요. 저희가 물질적으로 별로 없으니까 챙겨도 얼마나 챙기겠어요? 그러니까 자기 자신에 대해서는 정작 챙기지를 못하는 거예요. 얼마 전에 백화점에서 만 원짜리 세일을 하는 것을 보고 그냥 왔다는 거예요. 그래서 가서 얼른 사오라고 했더니 갔다가 그냥 온 거예요. 그러니까 자기 자신을 챙길 줄을 모르는 거예요. 그래서 내가 데리고 가서 사주면 그것은 또 부담스러워하고. 그래서 오면서 얘기했어요. 당신이 이렇게 힘들어하니까 오전에는 당신 개인시간을 가져라, 자기시간을 가지면 좀 나아 것 같다고 그랬더니 잘 모르겠대요. 제 생각에는 자신을 돌아보는 시간을 갖고 아이들과 떨어져 있으면서 개인적으로 딴 일을 하면서 쉬는 시간, 그런 시간이 필요하다고 봐요. 사실 이 제까지 7년 동안 내내 아이들하고 같이 있으니까 생각이 고착되고, 생활도 힘들어지는 것 같아요.

W : 그것도 생각해봤는데, 애들한테 미안하죠.

T : 뭐가 그렇게 미안합니까?

W : 먼저 큰애 교육시키는 게 문제고, 또 우리 둘째 애가 심심하다는 말을 잘해요. 다른 아이들은 뛰어 놀면 되는데 우리아이들은 제가 같이 게임을 해준다거나 활동을 해주어야지 그 애들이 안심을 하니까 놀 거리에 대해 많이 생각해야 되요.

H : 저는 그렇게 해줄 것 같으면 저의 아내가 힘이 있어야 한다고 생각해요. 그런데 지금은 너무 지쳐있는 것 같아요. 그러니까 회복기간을 거쳐야 당신이 효과적으로 그 일을 할 수 있다고 생각해요. 당신이 건강해야 아이들을 돌볼 수 있다고 생각해요. 제가 가끔 아침에 아내를 깨우지 않고 그냥 갈 때가 있어요. 제가 잘못 봤을지도 모르지만 아내가 피곤한 날에는 아이들에게 소리 지르는 횟수가 많아져요.

W : 저이가 항상 저런 식으로 이야기를 하면 저는 마음이 불편하고 짜증이 나요. 제가 저희 아이들한테 소리를 지르거나 야단을 칠 때에는 뭔가 마음이 째째하고 기분이 안 좋을 때 그러거든요. 제 마음이 편할 때는 아이들이 싸워도 이야기로 하는데, 내 마음이 짜증스럽고 불편하면 꼴을 못 보는 거예요.

T : 마음이 불편한 게 최근 언제인지 예를 들어주시겠어요? 애들한테 소리를 지른 경우에 마음이 어떻게 불편한지요?

W : 그러니까 내가 요즈음에 왜 그럴까, 도대체 내가 이렇게 힘들어하는 이유가 무언지, '남편 때문일까, 남편이 소리를 질러대니까 그런 걸까' 그러다가도 '아니지, 그것 때문이겠어. 큰애 때문일까, 친정엄마 때문일까.' 이 생각 저 생각해도 내가 왜 그런지 모르니까 아이들이 싸울 때 조용히 하라고 소리를 지르고 짜증 부리고 그렇게 되는 거예요. 그런데 우리 목사님은 이런 것을 보고 육체가 피곤해서 그런 거라고 하는데, 저는 항상 아니라고 하죠. 나는 피곤하면 피곤하다고 하잖아요. 그런데 당신은 피곤하면 TV를 보다가 소리지르지만 저는 육체적으로 피곤하면 방에 들어가서 누워요. 저희 목사님은 피곤하면 아이들과 있으면서 짜증을 내요. 그러니까 내가 보기에는 '분명 무슨 스트레스를 받았나'하고 생각하죠.

H : 그게 저의 문제죠.

T : 제가 볼 때 무엇이 문제인가를 가정해 볼 때, **사모님의 원가족과의 분리문제가 하나라고 보며, 또 하나는 집안에서 사모님이 혼자서 하는 역할이 너무 많은 가운데 남편과 대화를 할 수 없는데서 이러한 문제가 발생되고 있다고 볼 수 있습니다.** 사모님께서 힘들어서 스트레스를 받으면 마음이 불편한데 그것을 누구하고 풀 수가 없는 거예요. 그래서 제가 볼 때에는 두 가지로 초점을 맞출 수가 있는데, **사모님께서 자기시간을 가지시는 게 좋아요. 더 중요한 것은 목사님과의 관계에 있어요. 사모님께서 정말로 자신에게 필요한 게 뭔가 여가서 말씀해 보세요.**

W : 저는 같이 있고 싶고, 마음이 답답할 때에 항상 얘기를 하고 싶은 건데 그럴 수 없는 상황이잖아요.

H : 저는 목회가 처음이어서 일단 어떻게 해서든지 잘해야겠다 이것이 첫 목표이죠. 목

회 자기 갈등, 가정의 순위였어요. 이제는 가정이 일순위로 올라오지만 여태까지 그렇지가 않았기 때문에 힘든거죠. 제가 바쁘기 때문에 제가 아내의 일을 알면서도 다 들어줄 수 있는 시간이 없으니까 저도 피로운 거죠. 저는 피곤하면 아무 것도 하기가 싫어요. 고치려고 하는데 그게 참 힘들어요. 하루종일 심방하고 그러다보면 육체적으로 다운이 되어서 아무 것도 하기 싫은 거예요. 그러다 보면 가족에 대한 배려는 뒷전으로 미루게 되는 거죠. 큰아이를 보는 것만으로도 우울하고 그것이 저희들 가정에 미치는 영향이 매우 큰 것 같습니다. 큰아이를 볼 때마다 제가 스트레스를 받아요. 딸 아이들은 학교를 가는데 학교를 못 가는 모습을 보면, 그것이 너무나 마음이 아팠어요. 저의 아내에 대해 저는 항상 만족합니다.

W : 남편이 저한테 불만이 없다고 하니까, 하지만 나한테 구체적인 감정이 있을 것이라고 생각이 들어요.

H : 전 정말 없어요. 정말 만족하고 있는데 그걸 못 믿는 거예요. 본인이 못 믿는 건 어쩔 수 없죠. 그런데 내가 남편으로서의 신뢰감을 잘못 심어준 것 같은 그런 느낌을 받아요. 그래서 가끔은 “당신 정말 날 사랑해? 무엇 때문에 사랑해?”하고 자주 물어봐요. 그래서 당신이 내 앞에 있으니까 사랑하지 그러는데 계속 집요하게 그래요. 저는 어릴 때부터 그렇게 말하면 안 되는 분위기에서 자랐어요. 아버님이 어머님께 사랑한다고 말하는 것을 한 번도 못 봤지만, 그래도 저는 자주 해요. 왜 한 번 이야기하면 그걸 못 믿는지 모르겠어요. 말로 한 번 하면 끝이고 한 번 약속하면 끝인 걸로 알고 또 그렇게 살아왔는데, 그렇게 믿지를 못하는 사람을 만나니까 힘들어요.

W : 못 믿는 게 아니라 얘기를 하고 싶은 거죠. 저는 사랑한다는 말에서 파생되는 여러 가치를 원하는데 왜 자꾸 그러냐고 해요.

H : 맞아, 당신이 그렇게 느낄 수 있어.

W : 당신이 공부하는 것도 중요해요. 하지만 저는 많은 것도 바라지 않고 양보다는 질이라고 짧은 시간에 얼마만큼 하느냐도 중요한데 그게 쉽지가 않지.

남편은 부인과 자녀양육 문제에 있어서 역할분담에서의 불공평한 관계에 있었고, 남편은 큰아이의 지능이 떨어지는 문제로 인하여 많은 스트레스를 받고 있었다. 한편, 남편은 어려서부터 가정에서 늘 피곤하다라고 하였으며, 남편 가족 모두 피곤해 하였다고 하였다. 남편은 교회에서 일어난 일에 대하여 부인과 대화를 전혀 나누지 못하였고, 그러한 배경에는 담임목사로부터 교회의 일을 부인에게 하지 말라는 압력을 받고 있었다. 그러한 결과 남편은 부인과 사사로운 일에 대하여 이야기를 하지 못하고 있었고, 부인 또한 남편의 주변에서 일어나고 있는 일에 대하여 남편으로부터 직접 듣지 못하고 오히려 다른 사람들을 통하여 듣고 있었다.



T : 부부싸움이 잦으십니까?

H : 글썽요, 최근에는 횡수가 줄었죠, 제가 바빠서 그런게...

W : 제가 점점 싸우겠다는 생각을 안 해요. 왜냐하면 싸우고 나면 제가 너무너무 슬퍼요. 한 번은 밖에 나가는데 제가 좀 늦게 나갔어요. 다른 집사님도 있었는데 나오라고 화를 내다가 광하고 그냥 가는 거예요. 너무 화가 나고, 그 집사님은 날 어떻게 볼까하는 생각에 그날 밤 집에 들어가고 싶지가 않은 거예요... 아무도 날 이해해줄 사람이 없다는 게, 그리고 이렇게 나는 계속 살아야하는가, 나는 어떻게 살아야 하는가, 이런 생각에 너무 괴로워요.

H : 그래, 너무 힘들었을꺼야, 맞아, 스트레스를 많이 받을 꺼야.

W : 다른 사람은 스트레스를 받았다고 체념을 하고 마는데, 저는 '이대로 살수가 없어, 왜 남편은 왜 저럴까' 라는 생각이 항상 떠나질 않아요. 저는 남편한테 이야기를 하고 내놓는데, 저희 목사님은 그렇지가 않아요. 우리 목사님은 문제에 대해 갈등이 없는 건지 그 이유를 모르겠어요. 그래서 그 원인을 찾으려고 책도 읽어봤지만 잘 모르겠어요. 그러니까 느낀 것을 '내 문제가 무엇인 것 같아'라고 나한테 이야기해주면 우리 목사님이 그것에 대해 문제인식을 하는가 보다 할텐데, 제가 보기에는 우리목사님이 문제인식도 안 하는 것 같고 그러니까 답답하고, 그러니까 싸우게 되고 그래요. 기도할 때도 우리 남편 좀 변화시켜달라고, 내가 잘못했으면 내가 변하도록 해달라고 하나님께 기도해요.

T : 기도로서 해결 될 문제가 있고, 또 기도로서 해결될 문제가 아니라 저 같은 사람을 매개로 해서 고쳐야 될 문제가 있어요. 그건 서로 표현을 하지 않으셔서 오해가 생긴거죠.

H : 저는 이것을 어떻게 고칠 수 있을지 고민하게 되죠. 이것은 기도로 해결할 문제가 아닌데, 나의 상처 때문에 그런 건지, 고치고 싶어요.

W : 저도 그러니까, 그 원인을 알면 저도 옆에서 돕고 싶어요. 아내로서 옆에서 도와주고 싶은데 그게 안되니까 답답해요.

T : 문제는 대화로서 오늘 무슨 일이 있었다는 것을 이야기하면 괜찮은데 말을 하도 안 하니 까 뭔가 있는가 해서 그렇죠. 어렸을 때 어머니하고 이야기를 오순도순 이야기를 했나요?

H : 그렇지 못했죠, 그게 저의 패턴이죠. 부부간에 자녀간에 그게 잘 안돼요.

W : 저는 알아요. 당신이 항상 꾀꾀 숨어있다는 것, 당신은 수치심을 느꼈다고 하지만 저도 전부터 알고 있었어요. 친구들을 만나서 이야기를 하면 표정이 싹 변해요. 그래서 저는 남편이 상처를 입을까봐 농담도 잘 안 해요. 제가 남에게 수다를 떨면 집에 와서 왜 그렇게 이야기를 하나, 조심해라 그래요. 하지만 그런 건 지금 처음 들어요.

H : 저는 말을 할 수가 없었어요, 저희 부모님은 항상 일을 했으니까.

T : 그러니까 말을 해야하는 필요성을 못 느끼시는 거예요. 이제 결혼을 하셨으면 바뀌어야 하는데 바뀌지 않은 채 계속 그대로 내려오는 거예요. 그게 바로 가족생활주기인데, 내가 아버지와 어머니의 관계에서 대화가 차단된 상태이기 때문에 아내에게도 오픈이 잘 안 되는 거죠.

H : 그렇죠. 교수님이 많은 것을 아셨으니까 저희를 많이 도와주셔야 됩니다. 그래야 저희가 정이 건강해집니다.

제 7 회(1998년 5월 9일)

T : 목사님은 요즘 어떠세요?

H : 저는 워낙 잘못됐으니까 고쳐 보려고 하지만 잘 안돼요. 워낙 잘 알았는데 **내가 이래서 그렇구나 하는 것을 짚어주시니까 많이 마음에 부담도 오고 내가 고쳐야되겠구나 하는 생각도 들고, 그러니까 내가 화를 내다가도 다시 생각하게 되요.**

클라이언트는 부인의 우울하고 힘들어하는 것이 부인의 문제만이 아니라 자신과 관련되어 있다는 것을 인식하고 있다. 즉, 전인식단계(precontemplation stage)에서 인식단계(contemplation stage)로 변화하였다는 것을 볼 수 있으며, 준비단계(preparation stage)까지 변화하였다는 것을 느낄 수 있다.

지난주에 어린이날 큰아이의 유치원에서 열린 가족모임에 가서 벌어졌던 갈등관계에 대하여 이야기를 하였다. 남편은 그 자리를 빨리 떠나고 싶었는데, 남편은 말로 표현을 안하고 인상만 쓰고 있었고, 부인이 남편에 대하여 물어봐도 대꾸도 안하였다라고 하였다. 그러나 남편은 말을 했는데 부인이 자신이 한 말을 못들었다고 하였다. **여기서 부부간에 자신들의 의견에 대하여 명확한 의사소통이 안되고 있다는 것을 볼 수 있으며, 문제를 해결하려고 시도하는 방법, 즉 남편의 무언의 표정과 부인이 남편에게 말로써 남편의 의사를 알아보려고 할 때, 남편은 다시 정확한 자신의 의사표현을 하지 못하는 방법을 알 수 있다.**

H : 네, 아내가 못 들은 거예요. 그리고 제가 또 달라진 것이 있어요. 지금까지는 내가 아내에게 다져주자 했는데 이제는 나도 싸우자는 생각이 들어요. 그래야 나도 건강해지고 대화도 올바르게 할 것 같아요. 우리가 서로 사랑하니까 이런 점은 하등의 문제가 없는 것 같아요.

T : 목사님이 생각하기에 부부문제가 무엇이라고 생각합니까?

H : 제가 가끔 화를 낸다는 거죠. 그러면 아내가 그 순간에 갑자기 위축이 되면서 그냥 말을 안 하는 거예요. 답답하고 제 가슴이 터질 것 같아요.

T : 가장 최근의 예를 드실 수 있으세요?

H : 어린이날요, 그날 집에 와서 한시간 반정도 자고 나니까 괜찮아요. 그래서 이야기를 했는데 안받아 주니까 벽을 느끼죠. 그러면 큰소리를 치고 다운되고, 그게 저의 문제죠.

T : 그러면 그것을 어떻게 푸세요?

H : 왜 그러냐고 그러고, 시간이 지나면 풀리죠. 어쩔 때는 사흘도 가고, 어떤 때는 한시간도 가고, 제가 같이 말을 안 하면 나흘까지 가요.

T : 그런데 문제는 사모님이 느꼈던 화는 쉽게 풀어지지 않는다는 거예요.

W : 제가 그날 느꼈던 것은 좀 정확하게 저한테 말을 해주면 좋았다는 거죠. 어쨌든 남편이 힘들고 싫다는데, 순간적으로는 실망하고 속상하지만 이해를 하게 되잖아요. 그런데 목사님은 저한테 정확하게 표현했다고 하지만 '왜 나한테 말을 안 하는 걸까'라고 생각이 돼요. 하지만 절제되지 못한 상태에서 이야기를 하면 상처가 될 수 있으니까 저는 화를 참아요. 그러면 집에서 제가 말을 안 하면 가만히 있어요. 그러면 조금 후에 목사님은 "당신 사랑해" 그래요. 그런데 누가 지금 그게 듣고 싶어요? 저는 부글부글 끓는데 우리 목사님은 비껴나가는 말만 하는 거예요. 저한테 말을 걸려고 그러는 건 알지만 저는 더 말하고 싶지 않죠. 그러면 이제 저보고 투명스럽다고 하고 TV만 보고 있는 남편을 보고 저는 더 화가 치밀어오르죠. 여기서 부부간의 의사소통의 문제가 분명히 나타나고 있음을 볼 수 있다. 문제를 해결하려고 시도하는 방법이 문제를 해결할 수 없는 역기능적인 방법이었다는 것을 확인할 수 있다.

W : 큰아이가 엄마만 좇아 다녀요. 남편이 같이 돌봐주면 좋잖아요. 그런데 남편이 멀리서 인상을 쓰고 있으니까 남편도 편하게 해주어야 된다는 생각에 너무 힘든 거죠. 그래도 저는 재미있게 보낼려고 노력하는데 남편은 인상쓰고 앉아있고. 그래서 그러려면 가서 쉬는 게 낫지 해서 가자고 한 거예요.

H : 이 모든 것을 다 자기 마음속으로만 하고 저한테 이야기를 안한 거예요.

T : 제가 생각하기에는 그렇게 하기까지 그 모든 과정에서 대화가 생략된 거예요. 말로서 풀어야 될 것을 자기가 개인적으로 추측해서 행동하는 거죠. 큰아이 문제에서도 목사님은 그렇게 느끼지 않으시지만 사모님은 목사님의 말을 액면 그대로 받아들이지 못하는 거예요.

W : 맞아요, 그 상황에서 그렇게 안 받아들여져요. 제 남편은 항상 그런 식이에요.

제 8 회(1998년 5월 25일)

H : 저 같은 경우는 말을 하면 더 화가 나요. 그래서 말을 안 하면 가만히 가라앉아요. 저는

정말 그렇게 화가 나기보다는 그냥 자고 나면 그냥 풀리고 용서가 되요.

T : 그렇지만, 목사님이 어떤 사람하고 겪었던 것, 화가 났던 것을 사모님하고 대화함으로써 목사님이 왜 그런지 사모님은 이해하게 된다는 겁니다.

H : 제가 자라온 배경이 그래서인지 모르지만 저는 중, 고등학교때도 스트레스를 받으면 산에 혼자 올라가서 한바퀴 쪽 돌고 내려오고 했거든요 저는 시끄러운 것을 싫어하거든요

T : 결혼을 했으면 아내의 존재와 역할이 무엇이나 하는 이야기죠. 내가 기쁠 때 아내도 같이 기쁘고 화가 날 때 같이 나누어야 되는데, 그게 안되니까 이야기가 안 되는 거죠.

클라이언트는 교회에서 일어났던 일에 관하여 부인에게 말하는 것에 대하여 말을 해서는 안된다는 일종의 금지령이 작용하고 있었는데, 이러한 금지령은 어려서부터 부모에게 자신의 일에 대하여 언급하는 것을 회피하고 스스로 자신의 감정을 억누르고 삭히면서 생활하였던 패턴이 나타나고 있었다.

제 9회(1998년 6월 3일)

T : 사모님하고 두 분이서 말씀은 자주 나누세요?

H : 일주일에 한 세 번 정도.

W : 횡수는 잘 모르겠는데 그래도 예전보다 잠을 많이 덜 자려고 노력을 하더라고요. (다같이 웃음) 졸린 눈을 비벼가며 대화하자고. 그래서 해 보라고 그랬더니 빨리 나보고 먼저 이야기를 해 보래요. 그러다가 이 얘기, 저 얘기 꺼내더라고요.

H : 그런데 저희가 친해진 건 어떤 상황에 대해서 나는 이럴 때 이런 마음이 들었다고 이야기를 서로 간에 다 하니까.

W : 제가 답답하고 불만이 있어도 참고 마음속에 꼭꼭 싸두게 되잖아요. 말하면 어차피 안 들어줄 꺼고 또 화를 내니까 그게 싫었는데 이젠 그 고비가 넘어가는 것 같더라고요. 지금은 제가 뭐라고 말을 해도 목사님이 화를 안 낼려고 노력을 하는 걸 아니까 제가 제 마음에 있는 말을 쉽게 할 수가 있는 것 같아요. 가끔 부글부글 끓을 때가 있는데 그래도 목사님도 많이 노력하고 나도 내 기분을 가라앉혀서 잘 하려고 해요.

H : 전엔 벅을 느끼면 '야, 얘기가 안되겠구나' 그랬는데 지금은 부딪혀도 자꾸만 이야기하려고하고 이야기할 용기도 생겼어요. 그래서 부부간에 둘이 같이 있는 시간이 소중하고 너무 좋아요.

W : 목사님은 짧지만 저랑 한 두 시간 같이 이야기를 해 주니까 그거 하나만으로도 일

주일을 견딜수 있는 힘이 생기더라고요. 요즘 계속 스트레스 받는 상황이었는데 제가 그런 걸 의식하지 않는 걸 보니까 충전이 된 모양이에요.

여기서 부부간에 지금까지 해왔던 의사소통 방법과 다른 새로운 방법으로 의사소통을 시도하고 있다는 것을 볼 수 있다. 그 전까지는 남편이 말을 안하고 무언으로 대응하고 나중에는 화를 내고 부인은 또한 남편에 벽을 느껴서 말을 하지 안하려고 하였던 의사소통 패턴에서 이제는 대화하는데 있어서 부딪혀도 의도적으로 화를 내지 않고 말로써 풀려고 하는 패턴으로 변해가고 있으며, 남편은 그전에 이야기 하지 않았던 부분들에 관하여 부인에게 이야기를 하기 시작하였다. 또한 남편은 부인과 함께 하는 시간을 더 늘렸고, 자신의 삶의 우선 순위에서 3번째의 가치로 두었던 것을 이제는 순서가 바뀌어 가고 있다라고 하였다. 남편과 부인은 준비단계(preparation stage)에서 변화단계(action stage)와 유지단계(maintenance stage)에 와 있다는 것을 볼 수 있다.

T : 사모님께서 스트레스 받거나 우울한 거는 옛날에 비해서 어떠세요?

W : 옛날에 비해서는 많이 없어졌죠. 목사님하고 함께 시간을 보내는 게 많이 도움이 된 것 같아요. 같이 이런 걸 해 주니까 제 마음속에 있는 그런 이야기들을 자유롭게 할 수 있고 조금 생각해서 얘기를 할까말까 했는데 이젠 그냥 머리 속에 있는 생각들을 마음대로 할 수 있어요. 옛날에는 남편이 무슨 반대의견이라도 내면 내 말대로 하라는 식으로 화를 내니까 두려웠어요. 그렇게 화내는 게 싫고 가정에 퍽구름이 쌓이니까 너무 두려웠는데 이제는 그런 걱정은 없어요. 요즘은 거의 화 낸 적이 없어요.

T : 자녀와 관계는 어떠세요?

W : 제가 이성을 많이 찾죠. 아직도 화가 나면 소리지르고 언성이 올라가지만 그래도 예전에 비해서 많이 나아졌어요.

H : 아이들하고 제 관계도 좋아졌어요. 첫째 아이가 저한테 와서 안기고 그런 적이 없었는데 지금은 참 좋아졌어요.

W : 그런 면에서 거의 만족을 했다고 판단을 해요. 내가 남편에 대해서 사소한 불만들이 많았고, 저도 대화하는 방법을 몰랐고 서로 답답해했었다는 걸 몰랐어요. 그런데 이제 어떻게 반응을 해야 되는지 알게 된 거죠. 이제 앞으로 어떻게 대화를 해 나가야겠구나, 화가 났을 때는 참지 말고 그렇다고 꼭 내뱉지도 말고 내 감정을 솔직하게 잘 말할 수 있는 그런 기술이 필요하다는 걸 알죠.

## V. 요약 및 결론

9회의 상담을 통하여 부부관계가 많이 향상되었다. 특히 부부가 원가족과의 미분화된 관계가 각자의 인식의 전환으로 인하여 분화하게 되었다. 특히 부부가 이전까지 행해 오던 문제해결방식이 효과가 없고 오히려 두 사람간에 긴장과 갈등만을 야기시키는 패턴이라는 것을 깨닫게 되어 의사소통하는 방식을 변화시켰다. 즉, 이전까지 시도해 왔던 문제해결 방식을 새로운 문제해결 방식으로 대체함으로써 이전까지 대화가 안되던 방식에서 벗어날 수가 있었다. 또한 부부가 새로운 의사소통 방식으로 인하여 두 사람간의 대화하는 시간이 많아지고 그전까지 꺼려했던 내용에 관한 이야기를 함으로써 부부간의 관계가 변화하기 시작하였다. 한편, 남편은 부인과 함께 하는 시간이 늘었고, 더불어 가정에서 아빠로서 역할이 증가하였다. 따라서 자녀들과 함께 하는 시간이 증가하였으며, 그전에는 자녀들에게 인상을 쓰며 화를 냈던 방식에서 이제는 자녀와 놀아주고 부드럽게 대화를 할 수 있는 방식으로 변화하였다. 이러한 남편의 역할로 인하여 부인은 자녀에게 짜증내는 것이 많이 줄게 되었다. 또한 때때로 남편이 자녀와 노는 시간을 이용하여 부인은 자신만이 혼자 할 수 있는 시간적인 여유를 가지게 되었고, 이렇게 자신에게 시간과 에너지를 투자함으로써 더욱 에너지를 충전시킬 수 있는 기회를 가지게 되어 결국에는 자녀와의 관계 및 남편과의 관계가 개선되었다. 즉, 부인은 어머니와의 관계에서 자아분화가 되기 시작하였고, 남편과 부부하위 체계를 명확히 함과 더불어 자녀와의 관계에서 부부하위체계와 자녀하위체계간에 명확한 경계선을 두게 되었다. 결론적으로, 부부는 서로 대화가 됨으로써 두 사람만이 함께 할 수 있는 시간을 가지게 되었고, 이러한 부부관계의 변화로 인하여 자녀와의 관계도 자연스럽게 변화하기 시작하였다.

## 참고문헌

박인철 역 (1995). 변화. 서울: 동문선.

박태영·김현경 공역 (1998). 여성들의 관계미학: 지혜로운 삶을 위하여. 서울: 지샘.

- 장동숙 역 (1998). 5가지 사랑의 언어. 서울: 생명의 말씀사.
- Baucom, D. H., Epstein, N., & Rankin, L. A. (1995). Cognitive aspects of cognitive-behavioral marital therapy. In N. S. Jacobson, & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 65-90). New York: The Guilford Press.
- Christensen, A., Jacobson, N. S., & Babcock, J. C. (1995). Integrative behavioral couple therapy. In N. S. Jacobson, & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 31-64). New York: The Guilford Press.
- Colapinto, J. (1991). Structural family therapy. In A. S. Gurman & D. P. Kniskern(Eds.), *Handbook of family therapy* (Vol. 2) (pp. 417~443). New York: Brunner/Mazel.
- Duncan, B. L., Solovey, A. D., & Rusk, G. S. (1992). *Changing the rules: A client-directed approach to therapy*. New York: The Guilford Press.
- Friedman, E. H. (1991). Bowen theory and therapy. In A. S. Gurman, & D. P. Kniskern (Eds.), *Handbook of family therapy* (pp. 134-170). New York: Brunner/Mazel.
- Goldenberg, I., & Goldenberg, H. (2000), *Family therapy: An overview*. Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Hetherington, E. M., Law, T. C., & O'Connor, T. G. (1993). Divorce: Challenges, changes, and new chances. In F. Walsh (Ed.), *Normal family processes* (2nd ed.). (pp. 208-234). New York: The Guilford Press.
- Jacobson, N. S. (1986). Marital therapy: A social learning-cognitive perspective. In N. S. Jacobson, & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of marital therapy* (pp. 29-70). New York: The Guilford Press.
- Kaslow, F. W. (1981). Divorce and divorce therapy. In A. S. Gurman, D. P. Kniskern (Eds.). *Handbook of family therapy* (pp. 662-696). New York: Brunner/Mazel.
- Lewis, J. A. (1992). Treating the alcohol-affected family. In L. L'Abate, J. E. Farrar, & D. A. Serritella (Eds.), *Handbook of differential treatments for addictions* (pp. 61-83). Needham Heights: Allyn and Bacon.
- Paper, D. V. (1995). Bowen family systems and marriage. In N. S. Jacobson, & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 11-30). New York: The Guilford Press.
- Prochaska, J. O., & DiClemente, C. C. (1984). *The transtheoretical approach: Crossing the traditional boundaries of therapy*. Homewood, IL: Dow Jones-Irwin.

- Prochaska, J. O., DiClemente, C. C., & Norcross, J. C. (1992). In search of how people change: Applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, 47, pp. 1102-1114.
- Prochaska, J. O., & Norcross, J. C. (1999). *Systems of psychotherapy: A transtheoretical analysis* (4th ed.), New York: Brooks/Cole.
- Prochaska, J. O., Norcross, J. C., & DiClemente, C. C. (1995). *Changing for good*. New York: Avon.
- Robinson, K. (1994). *Which side are you on?* *Networker*, 5.
- Schlanger, K. & Anger-Diaz, B. (1999). The brief therapy approach of the Palo Alto Group. In D. M. Lawson & F. F. Prevatt. *Casebook in family therapy*. New York: Brooks/Cole.
- Shoham, V., Rohrbaugh, M., & Patterson, J. (1995). Problem-and solutions-focused couple Therapies: The MRI and Milwaukee models. In N. S. Jacobson, & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 142-163). New York: The Guilford Press.
- Walsh, F., Cob, L. J., & Simons, V. (1995). Facilitating healthy divorce processes: Therapy and mediation approaches. In N. S. Jacobson, & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 340-365). New York: The Guilford Press.
- Watzlawick, P., Weakland, J., & Fisch, R. (1974). *Change: problems formation and problem resolution*. New York: W. W. Norton.
- Weakland, J. H. (1993). Conversation-but what kind? In S. Gilligan, & R. Price (Eds.), *Therapeutic conversations* (pp. 136-145). New York : Norton.
- Weakland, J., Fisch, R., Watzlawick, P. & Bodin, A. M. (1974). Brief Therapy: Focused Problem Resolution. *Family Process*, 13, pp. 141-168.