

# 부모-자녀 간의 의사소통의 변화로 심리적 안녕을 찾은 상담사례연구

김 미 혜(동의대학교 석사) · 윤 경 자(동의대학교 교수)

본 연구에서는 부모-자녀 간의 의사소통 방식에 따라 심리적 안녕과 문제의 증상을 야기시킬 수 있다는 것을 본 상담 사례를 통해 확인하고, 가족 상담을 진행함에 있어서 부모-자녀간의 의사소통이 변화하고 긍정적인 상호 피드백을 할 때 가족 구성원들의 억압되고 단절되었던 정서들을 다시 회복하는 것을 보고 가족상담의 중요성을 확인 하였다.

본 연구의 이론적 배경은 Virginia Satir의 의사소통 방식에 근거한 자료를 사용하였으며, 특히 Satir는 임상활동을 하면서 사람들이 긴장 시에 사용하는 의사소통과 대처방식에 관심을 가지고 관찰해 왔는데, 사람들이 공통된 방법으로 긴장을 처리하는 것을 발견하게 되었다. 이 방식들을 회유형, 비난형, 초이성형, 그리고 산만형으로 명명하였다. 이 유형들은 사람들이 긴장시에 사용하는 역기능적인 의사소통 및 대처유형으로 일종의 생존유형이라고 할수 있다. 연구대상은 남편/아버지 52세, 아내/어머니 48세, 그리고 아들 24세, 딸 18세 이렇게 4인 가족 구성원으로 총 9회기로 이루어졌다. 남편/아버지의 비난적인 의사소통이 아내와 자식들에게 억압된 감정으로 억눌려 있다고 토로하였다. 여기서 남편의 원가족 가계도 탐색을 통해 본 결과 아버지의 권위적이고 강한 성격은 자기표현을 못하고 눌러 살았다는 것을 알수 있었으며. 남편/아버지의 내면에 그대로 분노로 남아 있다는 것을 인지시켜 주었다. 남편의 분노와 조절되지 못하는 역기능적인 의사소통은 고스란히 자녀들에게 그리고 아내에게 표출되어 짐으로써 자식들에게 전수되어 지는 상황이다. 남편/아버지는 의사소통에 있어서 비난적이고 역기능적인 의사소통의 방법을 알아가고 문제를 인지함으로써 변화해야 한다는 것을 깨달아 갔다. 이러한 의사소통 방식은 가족구성원들에게 심리적 정서적으로 어떠한 영향을 주며 발전해 나가는지를 확인하였다.

본 상담사례를 통해 남편의 비난적인 의사소통은 가족구성원들에게 상처를 주고 갈등을 빚었지만 한편으론 아버지의 강한 성격은 오히려 가족이 흩어지지 않고 뭉칠수 있는 자원이라는 것을 남편/아버지에게 지지하고 가족구성원들에게 인식하게 하였다. 그리고 상담을 통해 바른 의사소통과 좋은 대화는 자녀에게 미치는 영향도 긍정적이고 순기능적인 역할을 하지만 원활하지 못하고 좋지 않은 대화의 방식은 문제와 증상으로 갈수 있다는 것을 인지 시켰다. 이와 같이 상담사례를 분석한 결과 본 상담은 심리적 안녕을 효과적으로 끌어낸 상담이었다는 것을 확인하였다.