

부부상담 프로그램 개발 및 효과성 연구

: 부부갈등해결을 위한 통합적 접근 적용

Study on the Development and Effectiveness of
Marital Counseling Program

: Applied Integrated Approach for Marital Conflict Solution

수원대학교 아동가족복지학과

교수 최규련*

Dept. of Child & Family Welfare, The Univ. of Suwon

Professor : Choi Kyu-Reon

<Abstract>

The purpose of this study was to develop Marital Counseling Program for marital conflict solution and to verify the effects of the developed program both quantitatively and qualitatively. This marital counseling program consisted of conjoint marital counseling(5 session) and group marital counseling(6 sessions). Each 13 couples of the experiment group and the control group were analysed. The effectiveness of this program was evaluated by pretest, post test, and follow-up after 3 months. It was analyzed by Mann-Whitney U Test and Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test. Also, as for the experiment group, the level of objective change perception, qualitative evaluation, and program evaluation were investigated. The major results were as follows :

This marital counseling program for conflict solution was effective to decrease the level of marital conflict and explosive conflict coping and to increase the level of emotional interaction, communication skill, marital satisfaction, and self-esteem among experiment group. These positive effects maintained at follow-up. Additionally, participants(experiment group) reported positive changes of psycho-emotional state, spouse interaction behavior, marital communication and marital relationships. However, in the control group, there were no change according to the time. Future research and practical implications were added.

▲주요어(Key Words) : 부부상담 프로그램 (marital counseling program), 개별 부부상담 프로그램 (conjoint marital counseling program), 집단 부부상담 프로그램(group marital counseling program), 부부갈등(marital conflict)

I. 서 론

부부는 공동생활을 통하여 자신의 욕구충족과 행복 및 자기 성장을 추구하는 존재이다. 그러나 부부가 공동체로서 상호작용하는 과정에서 각자 성장배경과 성격특성, 가치관 등이 상이

하기 때문에 크고 작은 욕구불만과 갈등을 경험하게 된다. 특히 다양한 가치관이 혼재하고 스트레스 사건이 빈번한 현대 가족에서 부부간에 갈등이 발생하는 것은 불가피하며 그에 따른 협동적 노력과 적응이 요구된다. 전문가들은 부부갈등 자체보다는 이를 어떻게 해결하는가에 따라 부부가 건강과 성장의 방향으로 발전할 수도 있고, 또는 긴장과 적대감과 관계파괴의 방향으로 나가 가족해체까지도 초래한다고 지적

* 주 저 자 : 최규련 (E-mail : krchoi@suwon.ac.kr)

하였다(Curran, 1985; Gottman, 1993; Olson & DeFrain, 1994; Stinnett, 1997; Stinnett & Defrain, 1985).

우리나라의 이혼율은 1995년 이후 2003년까지 급격히 증가하다가 최근 이혼숙려에 대한 사회적 분위기와 제도 도입의 영향으로 약간 감소하고 있는 추세이나 여전히 혼인건수 대비 이혼건수 비율은 40%를 상회할 정도로 높은 편이다(통계청, 2008). 그에 따라 부부갈등과 가족해체는 당사자뿐 만 아니라 가족전체에 부정적인 영향을 장기간 미칠 뿐만 아니라 막대한 사회적 비용을 수반한다는 점에서 우리나라에서 이혼요인과 행복요인에 관한 연구가 1990년대 중반부터 활발하게 이루어지고 부부상담 및 교육 프로그램에 대한 수요가 증대하고 있다.

그에 따라 갈등해결과 결혼적응 및 관계를 증진시키기 위한 부부 프로그램의 내용으로 부부상담가와 부부문제 및 건강가족 연구자들의 보고가 반영될 필요가 있다. 국내외 부부 전문가들은 성격차이 문제로 갈등을 호소하고 이혼하는 대부분의 부부들의 경우 자기중심적인 성향, 역기능적 의사소통, 갈등대처능력의 부족, 비현실적 기대, 역할행동문제, 애정상실, 성적·정서적 친밀감의 부족, 소통부족 등의 관계문제가 배경으로 작용한다고 주장한다. 그리고 행복한 부부들에 대한 연구들에서도 기대와 태도, 역할수행 및 역할적합성, 의사소통, 갈등대처, 분노조절, 애정과 성, 정서적 친밀감 등의 행복요인들이 보고되며(Stinnett & Defrain, 1985; Wallerstein, 1995), 우리나라의 경우는 확대가족문화가 잔존한 특성상 원 가족 요인이 작용하는 것으로 보고된다(김희진, 2004).

우리나라에서 1990년대 중반 이후부터 전문화술지 논문과 박사학위논문으로 다수의 부부상담 프로그램이 발표되었다(공성숙, 2004; 권수정·전영주, 2007; 권정혜·채규만, 2000; 김규식·김성희, 2001; 김성희, 1999; 김순옥, 2001; 김영실, 2002; 김오남 등, 2008; 김희진, 2004; 박남숙·연문화, 2001; 박성주, 2008; 방현주·이기숙, 2002; 서혜석, 2005; 송정아, 2006; 유계숙·최성일, 2005; 유양숙, 1999; 이경순, 2004; 이창숙·유영주, 1998; 이현숙, 1999; 이현주, 2004; 이화자, 2008; 이화자·최연실, 2003; 진명자, 2005; 최규련, 1997, 2002, 2003; 한국결혼지능연구소, 2003). 이를 부부프로그램은 외국에서 개발된 특정 이론이나 프로그램(예: 인지행동모델, 정서중심모델, Satir 모델, 미네소타 대화법 프로그램, Gottman 이론, RE 모델, ENRICH 프로그램) 등을 적용하는 경우가 대부분이고 내용으로 의사소통과 감정표현, 결혼에 대한 기대, 성격차이, 역할행동 등을 포함한다.

그러나 원가족의 정서적 체계가 결혼생활에 대한 기대와 태도, 가치관과 부부역할행동, 부부관계에 복합적으로 영향을 미친다는 가족치료자들의 주장과 실증적 결과(임유진 등, 2008; 하상희, 2007, 2008)들이 있고 33년간의 국내 연구논문 210편의 분석과 70여명의 가족상담 전문가들의 평가를 통해서도 원 가족 요인이 중요한 결혼만족/불화 요인으로 밝혀졌는데도

이를 내용에 포함하는 부부 프로그램은 찾기 어렵다. 이는 기존의 부부상담 프로그램이 집단상담 형식으로 구성되어 원가족의 영향을 심도 있게 짚어보기에 한계가 있기 때문으로 해석된다. 이런 연유로 우리나라 문화에 적합한 부부프로그램을 개발하기 위해서는 기존 부부프로그램 내용에 원 가족 요인을 포함시킬 필요가 있다. 아울러 국내외 부부갈등에 대한 조사와 임상보고에서 부부간의 성차와 성격차이가 결혼생활에 대한 인식과 태도, 평가기준에 영향을 미치고 부부갈등과 관련되는 것으로 지적하여 부부상담 프로그램에서 이를 반드시 포함하여야 하는데 기존의 프로그램에서는 성차를 거의 다루지 않고 성격차이도 일률적으로 진단성격의 MBTI검사를 활용함으로써 부부 자신의 성격 통합과 성장, 배우자와의 상호 조화를 위한 실천적 방향을 제시하기에는 한계가 있다. 그러므로 부부상담 프로그램 내용에 성차에 대한 이해를 포함시키고, 또 성격차이 이해와 조화를 효과적으로 돋는 앤너그램(Anneagram) 성격유형이론¹⁾을 활용하는 등 여러 이론과 치료모델을 통합한 프로그램 구성이 필요하다.

그리고 기존의 부부 프로그램에서 몇 가지를 제외하면 결혼 초기단계, 중년기 등 가족발달단계를 구분하거나 폭력가해자, 알코올 의존자 부부, 농촌부부, 이혼위기 부부, 장애인 부부, 결혼이민자 남편 등 특징과 문제를 기준으로 구분함으로써 부부의 특성이나 문제별로 활용할 수 있는 프로그램이 많아지는 면이 있지만 한편, 참여대상을 제한하여 일반 부부들의 갈등문제 해결에 적용하기 어렵다는 한계를 지녀서 일반 부부들의 갈등해결에 활용할 수 있는 부부상담 프로그램을 개발할 필요가 있다.

그리고 기존의 부부 프로그램들은 전부 집단프로그램으로 구성되어 있다. 집단부부 프로그램(married couples group therapy)은 비용 효율이 높고 다양한 부부문제와 해결방안을 접함으로써 자신의 문제를 객관적으로 인식하고 문제해결방법 특히 의사소통기술을 학습하여 일반화할 수 있으며 변화동기와 자신감을 높이는 지지집단 기능을 하는 등의 유용성이 있는 반면, 개별부부의 구체적인 문제나 다른 부부와 차이나는 심각한 문제를 간과하기 쉽기 때문에 갈등부부나 불화가 심각한 부부에게는 개별 부부상담(conjoint marital therapy)을 병행하는 것이 권장된다(Jacobson & Margolin, 1979; Nichols, 1988; Young & Long, 2003). 더욱이 근래 건강가정지원센터와 지역 상담기관에서 부부문제 해결과 부부관계 증진을 위한 개별 부부상담 프로그램과 집단 부부상담 프로그램에 대한 수요가 증가하고 있기 때문에 개별 부부상담과 집단 부부상담을 병행

1) 앤너그램(Anneagram) 성격유형이론은 성격차이에 대한 이해를 증진시키는 효과 외에 자신과 배우자의 개인적·관계적 성장방향과 퇴보방향을 이해하고 성장과 조화위한 구체적인 실천노력을 가능하게 한다는 특성을 지녔다. 이에 대한 구체적인 내용은 윤운성 등(2003)을 참조.

하는 부부 프로그램을 개발할 필요가 있다.

또한 부부상담 프로그램의 실용화와 활성화를 위해서 프로그램의 효과성을 객관적으로 입증하는 연구들이 많아질 필요가 있는데, 기존의 부부상담 프로그램의 효과성 연구들은 통제집단과 비교하는 연구나 추후검사를 하는 경우가 많지 않고 연구대상도 적은 수로 제한되거나 부부 일방만을 포함하며 프로그램에 대한 평가를 하는 경우가 적어서 이를 보완하는 효과성 연구가 필요하다.

그러므로 본 연구에서는 크고 작은 갈등을 겪는 일반부부를 대상으로 갈등을 효과적으로 해결하고 관계를 강화하기 위한 부부상담 프로그램으로 부부의 심리정서, 행동, 관계영역을 포괄하고 원가족의 영향과 성차와 성격차이 이해 및 의사소통과 갈등해결기술, 관계증진기술 등을 포함하는 통합적 프로그램을 개발하고, 개별 부부상담과 집단 부부상담을 병행 실시하며 실험설계에 의한 프로그램 효과성을 검증하고자 한다.

II. 이론적 배경 및 선행연구 고찰

1. 부부갈등 관련이론

부부갈등은 남편과 아내의 의견이 상충되거나 대립되어 긴장을 유발하는 대인적 갈등이라 할 수 있다. 부부갈등의 원천으로 사회적 맥락과 상황적 스트레스, 성차와 지각의 불일치, 공평성 및 교환이론, 귀인과 통제소재이론, 갈등대처이론, 가족발달이론(Cahn, 1992; Young & Long, 2003) 등이 지적된다. 그리고 부부의 갈등대처능력은 갈등상황에서 비난이나 정당화, 합리화, 무기력, 증상모략, 삼각관계형성, 설득이나 회피, 보복이나 공격, 언어적, 신체적 폭력 등을 사용하지 않고 문제해결기술을 사용하여 건설적으로 갈등을 해결하는 능력을 의미한다. 역기능적인 갈등대처유형은 추적자 - 도망자 유형, 독촉자 - 방관자유형, 비판적인 부모-반항적인 자녀유형 등이 있으며 상담자는 부부가 이러한 악순환 유형에서 벗어나 기능적인 대처를 하도록 도와야 한다(Young & Long, 2003). 부부가 관계를 건강하게 유지하면서 갈등을 해결하기 위해서는 갈등의 존재를 인정하면서 상대방의 관점을 존중하고, 협력적으로 자신이 변하고 노력하는 방식을 찾는다는 전제가 필요하다. 실제 효율적인 갈등해결과정은 갈등을 규정하는 단계와 이를 대화로 해결하는 단계의 두 가지로 구분된다. 갈등규정단계는 갈등을 정의하고 구체적으로 확인하며, 해결단계에서는 대화계획을 세우고, 싸움이나 분노폭발, 폭력상황이 되지 않도록 규칙을 정한 다음 갈등주제에 관한 서로의 입장과 주장을 충분히 이해할 수 있도록 의사소통을 하는 가운데 협동적으로 합의점에 도달하는 것이다(Brown & Brown, 2005; Curran, 1985; Gottman, 1993; Miller et al, 1996).

또한 대부분의 가족치료자들은 원가족의 정서적 체계와 기

능이 부부의 갈등발생과 대처방법에 지속적인 영향을 준다고 믿는다. 즉 보웬(Bowen)의 다세대가족치료 모델에서는 개인의 원 가족에서의 역할과 충족되지 못한 정서적 애착, 미해결 과제 등이 배우자선택과 결혼생활, 가족관계 전반에 영향을 미치고 그 영향은 여러 세대로 전수된다고 하였다. Satir의 경험적 모델에서도 원가족의 규칙과 부모의 의사소통유형 및 부모에 대한 감정과 태도 등이 현재 부부의 자존감과 갈등대처 능력에 영향을 미친다고 하였다. 행동주의 가족치료자들도 부부의 역할기능과 의사소통방식이 원 가족 부모의 역할모델의 영향을 받아 학습된다고 하였다. 국내외 연구결과에서도 원 가족의 정서적 건강성이 부부의 결혼만족과 안정성이 영향을 미친다고 보고하고(권정란, 2005; 김경자, 2004; 김순기, 2001; 김현정 · 김명자, 1999; 전영주 · 이성희, 2006; 하상희, 2007, 2008; Bartle-Haring & Sabatelli, 1998; Sabatelli & Suzanne, 2003), 특히 부부상담자들의 경우도 원 가족 요인과 부부 각자의 원 가족과의 심리적 독립 정도가 부부의 결혼적응과 불화정도에 중요한 영향을 미친다는 보고를 하는 것으로 나타났다(김희진, 2004; 박태영, 2005).

여러 연구(김영희 · 정선영, 2007; 최규련, 1995a, 1995b)에서 부부간의 갈등과 긴장은 대처방식의 매개작용에 의해 결혼 생활에 영향을 미치는 것으로 보고되고 있기 때문에 부부가 효율적으로 갈등에 대처하도록 돋는 것이 부부상담에서 필수적이다. 그에 따라 대부분의 부부상담자들은 부부갈등문제에 개입하는 경우 갈등발생과 대처방식에 영향을 주고 있는 원 가족 요인을 포함한 복합적인 요인들을 이해하고 효율적인 갈등대처방식과 갈등해결과정을 숙지하여 이를 내담자 부부의 갈등해결방식 변화에 적용하며 나아가 이들의 성장과 관계향상을 위한 변화노력을 지지하게 된다(Brown & Brown, 2005).

2. 부부 갈등해결 개입모델

갈등에 효율적 대처를 하는 데는 각자의 자아존중감과 원가족 요인, 인지구조, 성차 및 성격차이 이해, 분노조절 능력, 갈등대처와 문제해결능력, 의사소통 및 상호작용 기술 등이 복합적으로 작용하는 것으로 보고된다(박영화 · 고재홍, 2005; 안창현 · 김진이, 2008; Brown & Brown, 2005; Gottman, 2003; Nichols, 1988; Satir, 1983; Wallerstein, 1995; Young & Long, 2003). 그에 따라 부부갈등 해결을 위한 부부상담 프로그램에서 적용되는 이론과 치료모델로는 인지와 기대, 태도의 변화, 갈등해결 위한 의사소통기술, 분노조절기술, 성 지식 습득 등을 포함하는 인지 행동 모델, 자아존중감과 감정의 의사소통에 초점을 둔 Satir의 경험적 모델, 원 가족 요인을 다루는 보웬의 다세대 모델, 그리고 성격차이에 대한 이해와 통찰을 돋는 성격유형이론과 성차 이론, 관계증진을 돋는 강점이론 및 해결중심 모델 등이 있고 이외에 가정폭력의 본질에 초점을 둔 여성주의 모델 등이 있다.

이 중 본 연구에 직접 적용한 이론 및 개입모델과 선행연구를 고찰하면 다음과 같다.

1) 인지행동치료 모델

인지이론은 비합리적 사고, 비현실적 기대, 인지왜곡이 부부 갈등의 근원이라는 전제를 갖고 인지의 재구조화를 통해 배우자를 수용하고 현실적 기대와 존중적 협력적 태도로 변화하면 갈등상황을 건설적으로 대처할 수 있다는 이론이다.

갈등해결을 위한 의사소통 이론들과 부부대화법 프로그램은 부부간의 의사소통이 갈등해결의 필수과정이며 의사소통기술은 부부 상호간에 인격적이고 평등한 관계를 기반으로 상호 이해를 촉진시킴으로써 갈등해결을 위한 협동적 합의점을 이끌어내는 작용을 한다고 믿는다(최규련, 2001; Brown & Brown, 2005; Miller et al., 1996; Rehman & Holtzworth-Munroe, 2007; Satir, 1983). 우리나라 부부에 대한 조사연구에서도 부부간에 효율적인 의사소통은 부부간의 친밀감과 관계에 긍정적 영향을 미치며 갈등해결을 촉진하는 것으로 보고된다(김명자·최연실, 2007; 안창현·김진이, 2008; 장문선·김영환, 2002; 한주리·허경호, 2004). 특히 부부대화법 프로그램(Minnesota Couple Communication Program)은 Miller 등 여러 명의 부부상담가들이 개발한 프로그램으로 참가자로 하여금 상호 존중적 태도와 6가지 자기표현기술, 5가지 경청기술, 8단계 갈등해결과정, 4가지 대화스타일들을 이해하고 실습과 적용을 통해 갈등해결과 관계향상 결과를 가져오게 하는 효과가 있는 것으로 보고되고(최규련, 1997; Miller et al., 1996) 부부교육과 부부상담 현장에서 광범위하게 활용되고 있다.

분노조절이론에서는 분노조절능력이 효율적인 갈등해결과 의사소통에 매우 중요하다고 믿는다. 부부가 갈등상황에서 분노를 조절하고 건설적으로 표현하는 경우 관계를 파괴시키지 않으면서 이성적이고 합리적으로 갈등을 해결할 수 있는 반면, 분노조절과 분노의 건설적 표현에 실패하는 경우 갈등상황에서 통제력을 상실하게 되고 폭력과 피의적 의사소통이 발생하여 정서적 상호작용과 갈등해결이 난관에 봉착하게 된다(이종선·권정혜, 2002; 최선희·장신재, 2002). 많은 경우 분노는 상처와 고통에 대한 두려움 때문에 발생하기도 하고 힘과 통제력을 과시하기 위해서, 또는 자신의 경계유지를 위해 사용되기도 한다. 그리고 부부의 분노는 배우자와의 경험과 원 가족에서 유래되는 것으로 알려져 있다(Young & Long, 2003). 전문가들은 분노감정에 대한 자기책임을 강조하고 단계별로 분노감정을 조절하는 방법을 제시한다(Ellis, 1990; Feindler & Guttman, 1994).

성 심리이론에서 성(sexuality)은 부부간의 친밀감과 애정유지의 필수요소로서 성에 관한 태도문제나 성 지식의 결여와 오해, 비합리적 사고방식, 과거의 성관련 부정적 경험, 성에 관한 의사소통 부재 등이 부부간의 성적 부조화나 불만의 근원

으로 작용할 수 있고, 이를 해결하지 못하면 부부갈등과 불화를 심화시키는 결과를 낳는다고 한다. 이에 따라 부부가 성생활과 성에 관한 지식과 성적 조화기술, 성적 의사소통기술 등을 이해하고 학습하여 실천하며 성과 관련 긍정적 경험을 증가시킬 때 부부불화와 성적 갈등이 해소될 뿐만 아니라 관계개선에 도움이 된다고 믿는다(이경옥·김영희, 2003; 이영실, 1989; 조은숙, 2006; 천혜정, 2006; 최문임·최규련, 2007; 홍성묵, 2003; Donnelly, 1993; Dunn, et al., 2000; Trudel, 2002).

이상의 인지행동치료 모델을 적용한 부부대상의 상담프로그램에서는 의사소통과 문제해결기술훈련, 분노조절, 인지의 재구조화에 초점을 맞추어 구성되고 간혹 성생활을 포함한다(공성숙, 2004; 김규식·김성희, 2001; 박남숙·연문화, 2002; 유양숙, 1999; 최규련, 2002). 프로그램 효과로 대부분 부부간의 의사소통기술이 개선되고 관계증진과 결혼만족이 향상되는 효과를 보고하였으나 사례 수가 적고 비교집단이 없거나 추후 검사를 하지 않아 지속효과를 객관적으로 확인하기 어렵다. 이외에 예비부부나 부부 일방을 대상으로 한 부부프로그램(권정혜·채규만, 2000; 김순옥, 2001; 이창숙·유영주, 1998)들은 효과가 제한적이고 추후효과의 지속이 불확실하게 나타났다.

2) 보웬의 다세대 치료모델

보웬의 다세대가족치료는 원가족의 정서적 체계의 영향으로 개인의 자아분화 수준이 낮게 형성되고 부적합한 역할모델을 보는 결과 부부갈등이 발생하고 비효율적인 대처를 한다고 믿는다. 그러므로 부부 각자가 자신과 상대방의 원가족이 현재 부부관계와 문제에 미치는 영향을 가계도작업을 통하여 이해하고 원가족의 부정적인 영향에서 벗어나게 될 때 배우자에 대한 기대가 현실적으로 변하게 되고, 배우자에 대한 집착과 불안에서 벗어나 배우자의 개성과 관점을 존중하게 되며, 자신을 배려하고 자기표현을 할 수 있음으로써 갈등해결이 가능하고 관계가 증진된다고 믿는다(최규련, 2008). 이에 기초한 부부 대상의 상담프로그램은 아직 개발되지 않았다.

3) 성격유형이론과 성차이론

이론통계에서 가장 많은 이론사유가 성격차이로 나타나고 있고, 또 부부갈등 연구에서도 성격차이가 대표적인 갈등사유로 보고되고 있기 때문에 부부갈등해결을 위한 상담프로그램에서 성격차이를 중요한 주제로 다뤄야 하는데 이때 성격유형이론이 활용될 수 있다. 또한 성격차이는 상대방의 성차에 대한 이해부족에 기인하는 경우가 많기 때문에 성차에 관한 이해도 중요한 주제로 포함하여야 한다.

성격유형이론 중 MBTI 성격유형이론이 상담에 주로 활용되고 있고 부부관계가 개선되는 효과가 보고되었다(박남순·연문화, 2002; 권수정·전영주, 2007). 그러나 두 프로그램 모두 RE 프로그램이나 ENRICH 프로그램의 일부로 포함되어

있어 갈등해결 실천노력에 미치는 구체적인 효과가 불분명한 점이 있어 본 연구자는 앤니어그램(Anneagram) 성격유형이론에 관심을 갖게 되었다. 앤니어그램 성격유형이론에서는 인간의 성격을 장(본능)중심, 가슴(감정)중심, 머리(사고) 중심의 세 가지로 구분하고 각각 3가지 유형을 포함한다. 9가지 성격유형 특성으로는 장 중심에 속하는 8번 유형은 지도자, 9번 유형은 중재자, 1번 유형은 개혁가이고, 감정중심에 속하는 2번 유형은 조력가, 3번 유형은 성취가, 4번 유형은 예술가이며, 머리중심에 속하는 5번 유형은 사색가, 6번 유형은 충성가, 7번 유형은 낙천가이다. 또한 이 9가지 성격유형에는 각각 양 쪽 날개를 갖고 있고 그 균형정도가 성격특성을 나타내며, 또 각각 유형에는 성장(통합)방향과 스트레스(분열)방향이 존재하여 현재 분열 방향점수가 높은 사람은 단점이 극대화되고 통합방향점수가 높으면 장점이 극대화된다고 한다. 앤니어그램의 궁극적 목표는 자신과 타인을 이해하고 개인이 통합의 방향으로 나감으로써 장점과 잠재력을 극대화시키고, 단점을 보완하여 자연스럽게 자신의 인격성장과 다른 사람과의 성격조화 방향으로 노력하게 하는 것이다(윤운성 등, 2003). 그러므로 앤니어그램 성격유형이론은 각 개인이 고유하게 갖고 있는 정서적 특성, 사고방식과 대인관계방식이 다양함을 보여주며 이를 통해 자신의 취약점을 극복하고 강점을 확장시킬 수 있는 방안을 인식하고 실천할 수 있게 하며, 또한 배우자의 단점을 보완하고 강점을 개발하도록 돋는 방향을 이해하게 한다는 점에서 갈등해결을 위한 부부 상담프로그램에 유용하게 활용될 수 있다. 그러나 이를 부부대상의 상담프로그램에 활용한 연구는 아직 발견하지 못하였다.

성차이론에서는 남성과 여성 간의 생리적 차이, 역할/규칙의 차이, 의사소통 및 정서표현의 차이가 존재하는 것을 이해하지 못하기 때문에 부부갈등이 발생하고 갈등해결도 어려워진다는 것으로, 이를 입증하는 연구보고들이 있다. 즉 갈등상황에서 여성은 요구와 불평을 많이 하고 스트레스를 공유하려고 하는 반면 남성은 위축이나 철회하는 경향을 보인다. 역할/규칙에서 남성은 적극적, 공격적이며 자신의 욕구충족을 우선으로 하도록 사회화되고 성취지향적인데 비해, 여성은 의존적이고 다른 사람의 입장을 배려하도록 사회화되고 관계지향적이며 가정 폭력의 피해자가 되기 쉽다. 또한 남성은 현재 상태를 유지하면서 더 많이 자율적, 독립적이기를 바라고 전통적인 성역할을 유지하려는 데 비해, 여성은 친밀함을 원하며 감정표현을 나누기를 원하고 평등한 관계를 추구하며 외부도움을 쉽게 요청하는 편이다. 이외에 남성은 다른 사람에게 유능함을 인정받을 때 존재가치를 느끼고 문제해결과 정보교환을 위해 이야기를 하며 사실표현을 하는 반면, 여성은 다른 사람에게서 사랑과 관심의 대상이 될 때 힘이 나며 친밀한 관계를 확인하기 위해 이야기를 하며 감정표현에 초점을 맞춘다. 그리고 성 반응에서도 남성과 여성은 차이를 보여서 서로에 대한 이해부족으로 인하여 갈등이 발생한다는 것이다(강혜숙 · 김영희, 2008; 박

태영, 2005; Gottman, 2003; Gray, 1993; Jacobson, et al., 1989). 그러므로 갈등을 겪는 부부를 상담할 때 성차이론을 적용하여 상대방의 성차에 따른 특성을 이해하도록 부부상담 프로그램 내용에 포함시킬 필요가 있는데 아직까지 그런 연구는 발견하지 못하였다.

4) 강점이론과 관계향상이론

강점이론의 기초는 부부가 자신과 배우자의 강점과 긍정적인 자원, 내적인 힘, 성공경험 등을 인식하고 배우자를 수용하며 긍정적 가치와 목표를 공유하여 강화 · 확대시키도록 상호작용하면 갈등이 완화되고 부부간의 친밀감과 관계가 증진된다는 것이다. 이를 적용한 부부상담 프로그램으로는 ENRICH를 이용한 프로그램(권수정 · 전영주, 2007)이 있고, 그 효과로는 결혼만족도와 부부대화, 문제해결에서 긍정적 변화가 나타난다고 보고된다. 그러나 결혼초기 기독교인 부부로 대상이 국한되어 일반인에게 적용이 가능한지 더 후속연구가 필요하다.

관계향상이론은 실증적인 여러 연구결과(유영주, 2001; Olson & DeFrain, 1994; Rosenberg, 1979; Stinnet & Defrain, 1985)를 토대로 구성되었고 이를 적용하여 부부성장 및 관계증진 기술을 교육하는 프로그램과 기법들이 개발되었다(송정아, 1996; 오윤자, 1998; 이지현, 1997; 정현숙, 1998). 기존 부부상담 프로그램 대부분이 다소간에 상호 존중과 배려, 애정표현, 감사표현, 부부공동의 활동, 반영적 경청, 성적 친밀감 등의 내용을 포함하고 교육과 집단상담을 절충하는 형태로 진행되며, 관계증진에 유의한 효과가 있는 것으로 보고된다.

5) 여성주의 치료모델

여성주의 치료모델은 부부간의 폭력의 본질이 남성들의 가부장적 사고와 여성에 대한 권리과 통제, 그리고 여성의 낮은 사회적 지위를 지속시키는 사회구조에서 비롯된다고 전제한다. 갈등상황에서 대부분의 부부들은 언어적, 심리적, 신체적 폭력 상황에 노출되는 일이 많기 때문에 부부상담자는 폭력유발요인과 폭력의 상처를 확인하고 폭력의 근절대책을 논의해야 할 경우가 많다. 이 때 폭력가해자와 피해자의 특성을 고려하여 피해자의 자존감과 독립적인 생활능력을 증진시키고, 가해자에게는 가부장적 사고방식과 통제행동에서 벗어나 양성평등의식과 여성존중행동으로 바뀌도록 개입하여야 한다. 선행연구에서는 여성주의 치료모델을 적용한 결과 폭력예방과 피해자의 자존감 개선에 효과가 있으나 인지행동치료이론을 통합하여 구성할 필요가 있다는 지적이 있고(최선령, 2001), Satir 경험적 치료모델을 통합한 집단프로그램이 더 효과적이라는 보고도 있다(박민자 · 정혜정, 2006; 서혜석, 2005; 이경순, 2004).

이외에 여러 이론과 치료모델을 통합한 부부상담프로그램으로 Satir 경험적 치료모델과 비폭력대화이론 및 관계향상이

론 등을 통합한 프로그램(이화자, 2008)과 인지행동치료모델, 여성주의치료모델, 관계향상이론 등을 통합한 프로그램(최규련, 2002, 2003) 등이 있고 프로그램 효과로 자존감, 문제해결, 성적 친밀감, 결혼만족 등이 개선된 것으로 보고되었으나 사례 수가 적거나 비교집단이 없는 등의 제한점이 있다. 이밖에 Satir 경험적 치료모델을 적용한 중년부부 집단상담프로그램(이동숙, 2008; 이화자·최연실, 2003)이 있고 결혼만족, 친밀감, 의사소통의 개선이 효과로 보고되었으나 개별부부상담을 병행실시할 필요성이 제기되었다. 그리고 아내집단을 대상으로 한 상담프로그램으로 이마고치료(송정아, 2006), 애니어그램성격유형이론(장록주, 2007), Satir 의사소통이론과 MBTI 성격유형이론(진명자, 2005)을 적용한 프로그램이 개발되고 그 효과가 보고되었다. 이밖에 특정문제나 특정집단 중심의 교육적 성격의 프로그램으로는 부부의사소통 교육프로그램(김순옥, 2001; 방현주·이기숙, 2002; 이현숙, 1999; 최규련, 1997),

결혼 전 교육프로그램(정미향·김득성, 2001), 장애자부부나 알코올문제부부를 위한 부부프로그램(원요한 등, 2004; 이현주, 2004), 결혼초기부부를 위한 교육프로그램(김희진, 2004), 결혼이민자남편을 위한 프로그램(김오남 등, 2008), 이혼숙련부부를 위한 프로그램(박성주, 2008; 유계숙·최성일, 2005)들이 개발되어 효과가 보고되었다.

이상에서 살펴본 바와 같이 기존 부부프로그램은 관계증진이나 관계성장을 목적으로 한 집단프로그램이 대부분이고, 특정집단이나 특정주제 프로그램은 교육적인 면이 많은 편인 반면 전문가의 개입이 필요한 갈등상태에 있는 부부를 위한 상담프로그램은 매우 적고 그나마 아내만 대상으로 하거나 외국의 한 두 가지 이론모델을 적용한 연구가 많아서 우리나라 부부에게 적용하기가 한계가 있다. 또한 집단상담만으로는 부부갈등 해결이 제한된다는 지적들이 있지만 실제로 이를 보완한 연구는 아직 시도되지 않은 실정이다. 따라서 부부들의 갈등해결과 관계증진을 돋기 위하여 인지행동치료이론, 보웬의 다세대치료이론, 애니어그램 성격유형이론, 성차이론, 강점이론, 관계향상이론, 여성주의치료모델 등을 통합한 내용으로 구성된 부부상담 프로그램을 개발하고 개별 부부상담과 집단 부부상담을 병행실시하여 그 효과성을 규명하고자 한다.

III. 연구방법

1. 프로그램 개발

부부갈등해결을 위한 부부상담 프로그램은 부부갈등 관련 이론과 부부 갈등해결 개입모델들, 그리고 관련 선행연구들과 연구자의 부부상담 임상경험들을 검토하고 분석한 후 인지행동치료 모델을 비롯한 여러 이론과 치료모델들을 통합적으로

적용한 개별 부부상담과 집단 부부상담을 순차적으로 진행하는 틀로 구성하였다. 이는 부부들이 먼저 개별 부부상담을 통해서 성격유형과 관계의 강점과 약점, 원가족의 영향을 심도 있게 인지하고 이해한 경험을 토대로 집단상담의 대인적 맥락 안에서 공감과 지지와 피드백을 주고받는 집단역동이 작용하고 또 다른 부부들을 모델링하고 체험을 나누는 일을 통해서 긍정적 변화가 강력하게 일어날 수 있다는 데 근거를 둔다(Yalom, 1993). 그러므로 갈등해결을 원하는 부부를 대상으로 그들 고유의 성격 차이와 자신과 배우자의 원가족 요인을 이해하고 당면한 갈등을 해결하도록 돋기 위한 개별 부부상담을 실시하여 긍정적 경험을 하게 한 후, 집단 부부상담을 실시하여 집단역동을 이용한 부부간의 차이수용과 의사소통기술, 갈등 해결기술, 관계증진 기술을 강화하고자 하는 목표를 갖고 부부상담 프로그램을 구성하였다.

2. 프로그램 참가자

본 연구대상은 수도권 건강가정지원센터, 가정폭력상담소의 의뢰를 받은 부부들과, 연구자가 재직하고 있는 대학교 홈페이지에 올린 갈등해결 부부상담 프로그램 참가자 모집공고를 보고 참가 신청한 부부들 26쌍이고 이들을 치료집단과 통제집단에 각각 13쌍씩 무선 배치하였다. 이들의 일반적 특성을 보면 <표 1>에 나타난 바와 같다.

실험집단과 통제집단 간의 사전 동일성을 검증하기 위하여 연령, 표출적 갈등대처, 의사소통기술, 부부간 정서적 상호작용, 결혼만족, 갈등경험, 자존감 등의 변인들에 대해 Mann-Whitney U Test를 실시하였다. 그 결과 <표 2>와 같이 실험집단이 통제집단에 비해 갈등을 약간 많이 경험하지만 의미 있는 차이가 없었으며, 연령, 표출적 갈등대처, 부부간 정서적 상호작용, 결혼만족도, 자존감 등의 영역에서도 남편과 아내 공통적으로 실험집단과 통제집단 사이에 유의한 차이가 없게 나타났다.

이 결과로서 실험집단과 통제집단의 사전 동질성이 검증되었다 할 수 있다.

3. 프로그램 효과성 검증

1) 효과성 연구설계

본 부부상담 프로그램의 효과성을 검증하기 위하여 <그림 1>과 같이 프로그램 시작 전 사전검사를 실시하고 프로그램을 종결하면서 사후검사를 실시하며 3개월 후 추후검사를 실시하는 실험설계를 사용하였다. 실험집단에는 4월~6월 진행되는 프로그램에 7쌍, 8월~10월에 진행되는 프로그램에 6쌍을 배치하였고 통제집단도 동일하게 2회로 나누어 7쌍, 6쌍 배치하여 각각 사전검사, 사후검사 및 3개월 후 추후검사를 실시하였다. 양적 분석을 위해서는 표출적 갈등대처, 의사소통기술, 부부간

<표 1> 연구대상의 일반적 특성

변인	구분	빈도 (%)		변인	구분	빈도 (%)	
		실험집단	통제집단			실험집단	통제집단
남편 연령	30대	5(38.5)	4(30.8)	부인연령	30대	7(53.8)	6(46.2)
	40대	6(46.2)	8(61.5)		40대	5(38.5)	6(46.2)
	50대	2(15.4)	1(7.7)		50대	1(7.7)	1(7.7)
남편학력	고졸 이하	3(23.1)	5(38.5)	부인학력	고졸 이하	4(30.8)	5(38.5)
	대졸	7(53.8)	6(46.2)		대졸	9(69.2)	7(53.8)
	대학원졸	3(23.1)	2(15.4)		대학원졸	1(7.7)	1(7.7)
남편직업	전문관리직	6(46.2)	3(23.1)	부인직업	전문관리직	2(15.4)	
	사무직	4(30.8)	2(15.4)		사무직	2(15.4)	2(15.40)
	기술직	1(7.7)	4(30.8)		기술직	1(7.7)	1(7.7)
	자영업·판매직	2(15.4)	4(30.8)		자영업·판매직	2(15.4)	3(23.1)
남편종교	기독교	4(30.8)	4(30.8)	부인종교	기독교	7(53.8)	4(30.8)
	천주교	5(38.5)	2(15.4)		천주교	4(30.8)	2(15.4)
	불교	1(7.7)	3(23.1)		불교	1(7.7)	3(23.1)
	종교없음	3(23.1)	4(30.8)		종교없음	1(7.7)	4(30.8)
결혼기간	5년 이하	3(23.1)	3(23.1)	만자녀 연령	6세 이하	4(30.8)	3(23.1)
	6년~10년 이하	2(15.4)	2(15.4)		7세~12세	4(30.8)	4(30.8)
	11년~15년 이하	4(30.8)	3(23.1)		13세~19세	4(30.8)	5(38.5)
	16년 이상	4(30.8)	5(38.5)		20세 이상	1(7.7)	1(7.7)
결혼형태	연애혼	10(76.9)	11(84.6)	초재혼	초 혼	11(84.9)	11(84.9)
	증매혼	3(23.1)	2(15.4)		재 혼	2(15.4)	2(15.4)
가족형태	핵가족	13(100.0)	13(100.0)	자녀수	2	12(92.3)	10(76.9)
	확대가족	0(0.0)	0(0.0)		3	1(7.7)	3(23.1)

정서적 상호작용, 결혼만족, 갈등경험, 자존감 정도에 대하여 상담 전, 상담 후, 추후의 변화정도를 비교하였고, 주관적 변화 인지 정도에 대하여 추후에 조사하였다. 질적 분석을 위해서는 추후검사에서 개방질문의 형태로 조사하였고, 프로그램 전반에 대한 평가는 추후검사에서 실시하였다.

2) 효과성 측정도구

프로그램 효과를 양적으로 분석하기 위한 측정도구와 질적으로 분석하기 위한 측정도구, 그리고 프로그램 평가 척도가 사용되었다.

(1) 양적 분석 위한 측정도구

표출적 갈등대처 척도는 최규련(1995)의 갈등대처척도 10 문항 중 대표적인 부정적 대처방식인 표출적 대처문항 3문항(화나 짜증을 바로 터뜨린다/ 큰소리를 내거나 심한 말을 한다 / 상대방을 때리거나 물건을 던진다)으로 구성된 5점 리커트 척도로서 점수가 많을수록 표출적 갈등대처를 많이 하는 것을 의미한다. 내적 일치도에 의한 신뢰도계수 Cronbach alpha 값은 남편의 경우 .81, 부인의 경우 .83이었다.

의사소통 기술 척도는 미네소타 부부대화법(Miller et al.,

1996)의 의사소통척도를 번안수정하고 축약하여 말하기 기술, 경청기술, 갈등해결기술 각각 6 문항 총 18문항으로 구성된 5점 리커트척도로서 전체 척도의 내적 일치도 신뢰도계수 Cronbach alpha 값은 남편의 경우 .83, 부인의 경우 .74이었다. 점수가 많을수록 의사소통기술을 많이 활용하는 것을 의미한다.

정서적 상호작용 척도는 연구자가 작성한 부부간의 정서적 상호작용을 측정하는 5문항 (애정교환 빈도와 방법/ 성생활/ 부부대화/인격적 대등성/ 배우자에 대한 이해와 존중)으로 구성된 5점 리커트 척도로서 점수가 많을수록 부부간 정서적 상호작용이 친밀하고 긍정적임을 의미한다. 내적 일치도 신뢰도계수 Cronbach alpha 값은 남편의 경우 .80, 부인의 경우 .79이었다.

결혼만족 척도는 KMSS(Kansas Marital Satisfaction Scale) 3문항으로 된 7점 리커트 척도로서 점수가 많을수록 결혼만족도가 높음을 의미하며 내적 일치도 신뢰도계수 Cronbach alpha 값은 남편의 경우 .90, 아내의 경우 .91이었다.

갈등경험 척도는 부부간의 갈등정도를 측정하는 단일 문항 7점 리커트 척도로서 점수가 높을수록 갈등이 많음을 의미한다.

자존감 척도는 Rosenberg(1979)의 Self-Esteem Scale 10문항을 6문항으로 축약한 5점 리커트 척도로서 신뢰도계수 Cron-

<표 2> 연구대상의 동질성 검증

변인	집단	평균(표준편차)	평균순위	Mann-Whitney U 값	Z 값	유의도
남편 연령	실험통제	42.231(6.456) 42.077(3.968)	13.08 13.92	79.000	-.284	.801
부인 연령	실험통제	39.385(5.606) 39.231(4.246)	13.27 13.73	81.500	-.154	.880
남편 갈등대처	실험통제	2.641(.726) 2.615(.961)	13.88 13.12	79.500	-.263	.801
부인 갈등대처	실험통제	2.923(.784) 2.512(.919)	15.46 11.54	59.000	-1.332	.204
남편 의사소통 기술	실험통제	2.850(.382) 3.197(.411)	10.62 16.38	47.000	-1.929	.067
부인 의사소통 기술	실험통제	3.004(.315) 3.090(.473)	13.04 13.96	78.500	-.308	.762
남편 정서적 상호작용	실험통제	2.939(.562) 2.862(.741)	14.08 12.92	77.000	-.387	.724
부인 정서적 상호작용	실험통제	2.754(1.499) 2.539(.737)	13.27 13.73	81.500	-.155	.880
남편 결혼만족	실험통제	4.333(.953) 4.385(1.062)	12.50 14.50	71.500	-.671	.511
부인 결혼만족	실험통제	3.462(1.221) 3.539(1.251)	13.00 14.00	78.000	-.335	.762
남편 갈등경험	실험통제	4.846(1.281) 4.077(1.441)	15.65 11.35	56.50	-1.469	.153
부인 갈등경험	실험통제	5.231(1.166) 4.462(1.054)	15.65 11.35	56.50	-1.473	.153
남편 자존감	실험통제	3.308(.390) 3.333(.486)	13.92 13.08	79.000	-.284	.801
부인 자존감	실험통제	3.026(.630) 2.885(.750)	13.73 13.27	81.500	-.155	.880

실험집단 통제집단 ²⁾	사전검사 O1 O5	실험처치 X1	사후검사 O2 O6	추후검사 O3, O4 O7
----------------------------	------------------	------------	------------------	----------------------

X1 : 부부 상담프로그램

O1, O5 : 표출적 갈등대처, 의사소통기술, 부부간 정서적 상호작용, 결혼만족, 갈등경험, 자존감

O2, O6 : 표출적 갈등대처, 의사소통기술, 부부간 정서적 상호작용, 결혼만족, 갈등경험, 자존감

O3, O7 : 표출적 갈등대처, 의사소통기술, 부부간 정서적 상호작용, 결혼만족, 갈등경험, 자존감

O4 : 주관적 변화인지, 질적 분석, 프로그램 평가

<그림 1> 효과성 연구설계 모형

bach alpha값은 남편집단 .79, 아내집단은 .82이며 점수가 높을 수록 자존감이 높음을 의미한다.

주관적 변화인지 척도는 상담 프로그램 종결 후 3개월이

2) 통제집단에 대해서는 본 연구가 종료된 후 동일한 상담프로그램을 제공하였다.

경과하면서 실험집단 부부들이 주관적으로 인지하는 여러 영역별 변화정도를 측정하는 총 21문항으로 구성된 5점 척도로서 연구자가 직접 작성하였다. 즉 심리정서적 변화영역으로 ‘이해와 존중이 증가’, ‘마음편안’, ‘자신감’, ‘친밀감’의 4문항과, 행동변화영역으로 ‘애정표현증가’, ‘분노조절증가’, ‘비난감소’, ‘싸움감소’의 4문항, 의사소통변화영역으로 ‘대화시간

증가’, ‘속마음 얘기’, ‘말하기 기술(대화요청, 사실말하기, 자신의 생각말하기, 자신의 감정말하기, 자신의 소망말하기)사용’, ‘경청기술(주의기울이기, 인정하기, 요약하기, 정보요청, 질문 사용) 사용’, ‘갈등해결기술 사용’ 등 13문항이 포함된다. 1점은 ‘아주 그렇지 않다’, 2점은 ‘그렇지 않다’, 3점은 ‘변함없다’, 4점은 ‘그런 편이다’, 5점은 ‘상당히 그렇다’로 구성되어 점수가 높을수록 주관적 변화를 크게 인지하는 것을 의미한다. 전체 척도의 신뢰도계수 Cronbach alpha 값은 남편의 경우 .98이고 세 가지 하위영역의 신뢰도는 .95, .90, .98로 나타났다. 아내의 경우 전체 척도의 신뢰도는 .98이고, 세 하위영역의 신뢰도는 .97, .93, .98로 나타났다.

(2) 질적 분석 위한 측정도구

프로그램 종료 후 ‘배우자가 바뀐 점’, ‘본인이 바뀐 점’, ‘부부관계가 바뀐 점’, ‘가장 많이 도움이 된 내용’, ‘소감 및 건의사항’ 등 5가지에 대한 개방질문으로 구성되어 실험집단 참가자들이 직접 적게 되어 있다.

(3) 프로그램 평가 척도

‘개별 부부상담 내용만족’, ‘집단 부부상담 내용만족’, ‘진행 방법 만족’, ‘프로그램의 유익성’, ‘프로그램 추천의사’ 등의 5문항으로 구성된 5점 척도를 연구자가 작성하였으며 각각의 점수가 높을수록 평가가 긍정적임을 의미한다.

3) 자료분석

연구대상의 일반적 특성을 파악하기 위해 빈도분석을 실시하였고 집단별 비교를 위해 사례수가 적을 때 사용하는 비모수 통계방법을 사용하여 분석하였다. 즉 실험집단과 통제집단의 사전 동질성을 검증하고, 또 실험집단과 통제집단을 비교하기 위하여 Mann-Whitney U Test를 이용하였다. 사전검사와 사후 검사, 사전검사와 추후검사 사이를 비교하고 또 성별 비교를 위하여 Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test를 이용하였다. 이상의 통계분석을 위하여 SPSS WIN 12.0을 이용하였다. 질적 분석을 위하여는 참가자들이 제출한 개방질문에 대한 답변을 분류하고 관찰자가 작성한 참가자 활동기록들을 토대로 빈도가 높은 내용과 의미있는 보고 등을 분석하는 작업을 하였다.

IV. 프로그램 개발

1. 프로그램 구성 원리 및 이론적 기초

부부상담은 임상이 이론발달보다 선행하고 개인치료이론이나 가족치료이론들이 적용되고 있기 때문에 집단상담과 마

찬가지로 출발점부터 정신역동적 관점, 행동주의 관점, 인지이론, 구조적 치료, 전략적 치료, 단기치료, 경험적 치료 등으로부터 개념을 벌려 온 통합적인 형태가 되어 실제를 다루는 특징을 갖는다(Young & Long, 2003.). 본 연구에서도 모든 내담자에게 한 가지 이론에 기초한 접근을 하기보다 특정상황에서 제시된 문제에 어떤 것이 효과적인지를 결정하여 여러 이론과 치료모델을 통합한 상담프로그램을 구조화하였다.

프로그램의 구성원리는 먼저 5회기의 개별 부부상담을 통해 부부체계사정, 상담계획, 상담적 개입의 순환적 과정으로 부부 특유의 문제와 갈등을 다루어 상담자와 신뢰관계를 구축하고 문제완화를 꾀하는 동시에 부부 집단상담의 심리적 준비를 갖춘 다음 6회기의 집단 부부상담을 통한 집단역동을 활용하여 배우자 수용과 부부간 차이극복, 의사소통 훈련, 갈등해결 훈련, 관계증진 행동교환과 변화강화를 촉진하는 것으로 되었다.

1) 개별 부부상담 프로그램의 구성

(1) 치료적 관계 형성 및 당면 문제진단

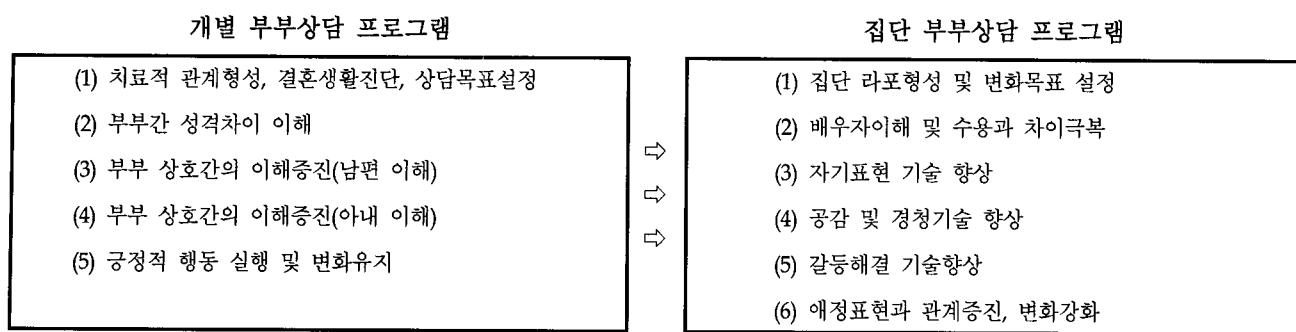
사정은 부부 각자의 문제에 대한 진술, 가족역사의 영향에 관한 조사, 부부의 가족발달단계, 과거에 시도한 갈등대처방법 검토, 문제에 관한 상호작용적 정의를 포함한다. 이때 현재 부부체계에 미치는 원 가족 요인을 이해하기 위하여 보웬의 가계도 작업을 이용하며, 동시에 가족발달단계에 따른 스트레스정도를 검토하여 파괴적인 대처방식이 중단되도록 한다. 그리고 문제에 대해 상대방을 비난하거나 개인문제로 보는 관점에서 탈피하여 상호작용 관점으로 문제를 정의하여 당면 문제해결을 위한 협력적 분위기를 조성한다.

(2) 상담계획

문제를 목표로 전환하여 부부 모두에게 중요한 공통의 목표를 정하기 위해 먼저 그들의 인지와 행동, 감정이 긍정적인 방향으로 전환되게 한다. 이를 위해 숨겨진 감정을 인정해주고 반영과 공감해줌으로써 상대방 입장 이해하고 문제해결을 위한 협력적 태도를 구축할 수 있다. 그리고 문제나 취약점을 재구성하거나 재명명하고 강점과 자원, 긍정적인 상호작용을 강조하는 등 인지적 변화를 가져오고 관찰가능한 구체적인 행동변화에 초점을 맞추어 부부별 상담목표를 설정한다.

(3) 상담적 개입

부부갈등의 원천과 맥락을 파악하고 성격차이 이해 및 수용, 상호이해 증진, 긍정적 의사소통 촉진, 긍정적 행동과 관계증진 행동 실행 등을 내용으로 부부별 당면 갈등문제해결을 돋는다. 상담적 개입은 부부의 특정한 상황과 관심사에 따라 조정되어야 한다(Brown & Brown, 2005). 가정폭력의 발생이 진단되는 경우에는 상호작용 관점의 부부상담 형태보다는 여성주의 치료모델을 적용하여 가해자에게는 개인적 치료를, 피해자에게는



<그림 2> 부부상담 프로그램의 구성원리 및 목표

지지적 치료와 자기주장 훈련을 하고(Brown & Brown, 2005; Young & Long, 2003), 나중에 집단 부부상담 프로그램에서 갈등해결기술 및 관계증진 위한 심리교육적 접근을 한다.

그러므로 개별 부부상담 프로그램은 부부의 개별적 성격유형과 원가족 탐색, 대처방법 탐색을 통하여 자기이해와 배우자 이해, 상호작용적 문제정의 및 해결목표설정, 긍정적 태도와 행동 강화가 차례로 진행되는 원리에 기초하며, 앤이어그램 성격유형이론, 보웬의 다세대 가족치료모델, 인지이론, 강점이론, 인지행동치료모델 등을 이론적 기초로 한다.

2) 집단 부부상담 프로그램의 구성

집단 프로그램은 참여자간 집단라포형성과 변화목표를 설정하고, 배우자 이해와 수용 및 부부간 차이극복, 자기표현과 경청기술 습득, 갈등해결기술훈련 등을 통하여 부부갈등이나 문제를 효율적으로 해결하는 경험을 하게 하고, 애정표현과 관계증진, 변화의 강화방법을 활용하여 부부관계와 친밀감이 증진되는 원리로 구성되었다. 그 이론적 기초는 성차이론, 앤이어그램 성격유형이론, 미네소타 부부대화법, 분노조절이론, 성심리이론, 강점이론과 관계항상이론, 행동주의 치료이론 등과 통합적으로 관련된다.

부부상담 프로그램의 구성원리 및 목표를 도표로 제시하면 <그림 2>와 같다.

2. 부부상담 프로그램의 내용

1) 개별 부부상담 프로그램의 내용

프로그램의 회기별 주제와 내용은 다음 <표 3>과 같다.

1회기는 결혼생활 및 당면문제를 진단하고 상담목표를 설정하는 것을 목표로 하였다. 이를 위해 전체 상담프로그램 내용과 일정을 확인하고 지속적인 참가와 자료활용에 대한 동의서를 작성한 후 결혼생활과 문제진단, 갈등대처방법, 폭력, 자존감 등에 대한 사전검사 설문지를 작성하고, 당면문제에 대한 부부 각자의 입장을 나눈 후 문제해결을 위한 상담목표에 합의하였다. 그리고 앤이어그램 성격유형 검사지를 작성해오는 것을

과제로 부여하였다. 이때 최근 3개월 동안 물리적 폭력이 발생하였거나 폭력 재발가능성이 있는 경우는 가해자와 피해자를 개별적으로 2회기씩 추가 상담을 실시하였다. 가해자에게는 1회기에 폭력의 본질과 영향 이해, 폭력의 세대전수와 가부장적 사고에서 벗어나기, 분노조절훈련을 다했고, 2회기에는 배우자 존중과 경청훈련, 동반적 부부관계 만들어가기를 도왔다. 피해자에게는 1회기에 폭력상황과 대처방법 확인, 안전도모와 재발방지 방법모색, 폭력의 영향 벗어나기를, 2회기에는 자존감 향상, 자기주장과 자기표현 훈련 등을 실시하였다.

2회기는 앤이어그램 성격유형검사 결과를 중심으로 자신과 배우자의 성격유형을 이해하고 차이를 수용하는 것을 목표로 하였다. 각자가 자신의 강점을 강화하고 취약점을 보완하는 방법에 대해 의견을 교환하도록 하였고 성격유형별 단점과 취약점이 당면 갈등문제 및 대처방법과 어떻게 연관되는지를 이해하여 자신의 성장과 당면 문제해결을 위해 실천할 행동을 계획하게 하였다. 그리고 이를 과제로 부여하였다.

3회기와 4회기는 부부의 원 가족 경험이 결혼생활과 당면문제에 미치는 영향을 이해하여 부부 상호간에 이해를 증진시키고 긍정적 변화를 촉진하는 것을 목표로 하였다. 이를 위해 3회기는 남편의 원가족 경험을, 4회기는 아내의 원가족 경험을 중심으로 가족유산과 가족규칙을 이해하고 그로 인한 부부간의 차이에 대한 이해와 수용을 통하여 내면의 변화를 이루도록 하였다. 그리고 변화를 위한 행동을 과제로 부여하였다.

5회기는 긍정적 변화를 유지하고 확대하는 것을 목표로 하였다. 이를 위해 과제수행과 긍정적 변화를 확인하고 격려와 지지를 하였고 부부간에 고마움을 표현하고 칭찬과 격려를 교환하게 하였으며 상호간에 소망과 기대를 교환하여 변화를 확대하기 위한 행동을 계획하고 과제로 부여하였다. 그리고 집단상담일정을 안내하였다.

2) 집단 부부상담 프로그램 내용

회기별 주제와 내용은 다음 <표 4>와 같다.

1회기는 참가자 부부들의 집단 라포형성과 강점 및 변화동기의 강화를 목표로 자기소개, 프로그램 및 유의점 소개를

<표 3> 개별 부부상담 프로그램의 내용

(회기당 소요시간 : 1시간)

회기	주 제	목 표	내 용	활 동
1	치료적 관계형성 및 변화목표 설정	• 결혼생활 및 당면문제 진단 • 상담목표 설정	• 프로그램 목적과 진행방법 소개 • 상담계약 동의서 작성 • 결혼생활과 당면 갈등문제 진단, 갈등문제대처방법, 자존감 사전검사 • 상담목표 설정 ※	• 상담일정 확정 및 동의서 작성 • 결혼 및 문제진단, 사전검사지 작성 • 당면문제 확인, 해결목표 합의 • 애니어그램 성격유형검사 과제 부여
2	성격차이 이해하기	• 부부 성격유형 이해 • 부부의 성격유형과 갈등문제대처방법의 연관성 이해 • 강점강화 및 취약점 보완 방법 탐색	• 자신과 배우자의 애니어그램 성격유형 이해 및 수용 • 성격유형과 갈등문제 대처방법의 연관성 이해 • 강점강화 및 성장위한 행동계획 • 문제해결과 취약점 보완위한 행동계획	• 애니어그램검사지 체점 • 문제 대처방법 진술 • 자신과 배우자의 강점과 취약점 확인 및 행동계획 진술 • 과제부여
3	남편의 원가족경험의 영향 이해하기	• 남편의 원 가족의 영향 탐색 통한 부부의 상호이해 증진	• 남편의 원가족 체계가 현재 결혼생활과 당면문제에 미치는 영향탐색 • 남편의 가족유산과 가족규칙 및 부부간 차이 이해 • 부부간 차이에 대한 수용과 실천행동 계획	• 과제확인 및 지지 • 남편의 원가족 가계도 작업 • 부부의 통찰과 행동 계획 진술 • 과제부여
4	아내의 원가족경험의 영향 이해하기	• 아내의 원가족의 영향 탐색 통한 부부의 상호이해 증진	• 아내의 원가족 체계가 현재 결혼생활과 당면문제에 미치는 영향탐색 • 아내의 가족유산과 가족규칙 및 부부간 차이 이해 • 부부간 차이에 대한 수용과 실천행동 계획	• 과제확인 및 지지 • 아내의 원가족 가계도 작업 • 부부의 통찰과 행동 계획 진술 • 과제부여
5	긍정적 변화유지 및 확대하기	• 당면 문제해결과 관계증진 위한 행동실천	• 긍정적 변화 확인 • 상호간의 소망과 기대 이해 • 문제해결과 관계증진 위한 행동실행 계획	• 과제확인 및 지지 • 부부 상호간의 소망과 기대 진술 • 긍정적 변화 위한 행동 계획 진술 • 과제부여

※ 가정폭력문제 발견 시 가해자와 피해자를 2회기씩 개별상담 추가

가해자상담 : 1회기 폭력의 본질과 영향 이해, 폭력의 세대전수와 가부장적 사고 벗어나기, 분노조절훈련
2회기 배우자존중과 경청훈련, 동반적 부부관계 만들어가기피해자상담 : 1회기 폭력상황과 대처방법 확인, 안전도모 및 재발방지 방법 모색, 폭력의 영향 벗어나기
2회기 자존감 향상, 자기주장 및 자기표현훈련

한 후 부부 각자가 결혼생활 점검, 배우자의 장점과 고마운 점, 자신이 노력할 점들을 워크북에 적고 부부끼리 또 집단으로 나누게 하였다. 그리고 진행자가 부부행복 지수 향상방법들을 예시한 후 참가자부부들이 행복증진위해 노력한 점과 실천할 점을 워크북에 적고 차례로 발표하여 각자의 자존감을 높이고 긍정적 감정과 실천의지를 갖게 하였다.

2회기는 배우자 수용과 부부간 차이 극복을 촉진하는 것을 목표로 진행자가 남녀의 문제해결방법과 욕구의 차이, 상호간의 불만과 오해, 그리고 적응방법에 대한 설명을 하고 참가자들은 워크북에 자신이 노력할 점을 적고 부부가 나누며 발표하게 하였다. 그리고 애니어그램 성격유형 검사지를 기초로 성격유형별 결혼생활에 미치는 영향을 진행자가 설명하고 부부들은 자신과 배우자의 강점을 강화하고 관계성장 위해 노력할 점을 워크북에 적고 배우자와 나누며 발표하게 하였고 동일한 성격유형을 가진 참가자 간에 성격차이를 극복하는 방벙에 관한 지지적 반응과 공감대가 형성되고 활력있는 분위기가 조성되었다.

3회기는 바람직한 대화태도를 이해하고 말하기기술을 습득하는 것을 목표로 대화태도 4가지(자기 무시와 배우자무시)/

자기존중과 배우자무시/ 자기무시와 배우자존중/ 자기존중과 배우자존중)와, 대화태도와 기술의 4가지 조합과 결과(무시와 기술 없음 - 학대/ 존중과 기술 없음 - 오해/ 무시와 기술 있음 - 조종 / 존중과 기술 있음 - 자존감 증진과 관계개선)에 대해 진행자가 설명하였고, 폭력과 대화의 차이를 설명하고, 존중적 태도과 대화기술을 갖는 것이 효율적인 의사소통의 기초임을 설명하였다. 참가자들은 자신의 대화태도를 점검하고 대화태도와 기술의 조합 및 결과를 확인하고 개선점에 대해 배우자와 집단과 나누게 하였다. 그리고 진행자가 말하기의 본질이 상대방에게 자신을 이해시키는 것이라는 것과 말하기 전에 유의할 점 및 말하기 기술 6가지를 실례를 제시하면서 설명하여 이해를 도왔다. 그리고 말하기기술 연습을 하기 전에 미네소타부부 대화법 프로그램의 비디오 중 말하기기술 부분을 시청하게 한 후 참가자 전체 앞에서 자원부부 1쌍을 시범교육을 한 다음 참가자 부부 2쌍이 한조가 되어 조별로 말하기기술 연습을 하고 서로 코치가 되어 피드백을 교환하게 하였다. 부부들이 워크북의 말하기 연습 도구를 활용하여 말하기 연습을 하는 동안 진행자는 보조진행자의 도움을 받아 부부들의 연습을 순회지도 하였고 질문에 답하였다. 말하는 주제는 공통적

<표 4> 집단 부부상담 프로그램의 내용

(총 10시간)

회기 (분)	주 제	목 표	내 용	활 동
1 (90)	자기소개 및 결혼생활 점검하기	• 집단 라포형성 • 강점과 변화동기 강화	<ul style="list-style-type: none"> • 참가자 간 긍정적 감정형성 • 집단프로그램 진행방법, 유의점이해 • 결혼생활의 강점 상호이해 • 행복지수 향상방법 이해 • 자신이 노력한 점과 노력할 점, 배우자에 대한 기대 등을 배우자와 공유 • 배우자의 긍정적인 점 자각 	<ul style="list-style-type: none"> • 참가자 자기소개 • 프로그램 소개 및 참가자 유의점 설명 • 결혼생활 점검 (기뻤던 일, 힘들었던 일, 결혼생활 노력상태, 보완할 점, 배우자의 장점, 고마운 점, 배우자에 대한 지식 등을 워크북에 적고 부부가 나눔) • 행복증진방법 설명 • 행복증진 위해 자신 노력할 점과 배우자에 대한 기대 등을 워크북에 적고 배우자의 고마운 점, 노력할 점 발표
2 (90)	부부간 성격차이 극복하기	• 배우자 수용	<ul style="list-style-type: none"> • 남녀의 차이, 가장 혼란과 오해, 각자 노력할 점 이해 • 애니어그램 성격유형별 결혼생활에 미치는 영향 이해 • 강점강화와 단점보완 및 관계성장 위해 자신이 노력할 점 이해 	<ul style="list-style-type: none"> • 남녀의 문제해결방법, 욕구의 차이, 상호간 불만, 오해 이해 • 배우자이해와 관계조화 위한 실천행동 자각 • 애니어그램 성격유형별 장점과 단점, 결혼 생활에 미치는 영향 이해 • 자신과 배우자의 강점강화와 관계성장 위해 노력할 점 발표
3 (90)	내 마음 잘 표현하기	• 바람직한 대화 태도 이해 • 말하기 기술 습득	<ul style="list-style-type: none"> • 대화태도유형 이해 및 점검 • 대화태도와 기술의 조합유형 이해 • 말하기의 본질과 말할 때 유의점 이해 • 정확하게 자기표현 하는 6가지 기술 이해 및 훈련 	<ul style="list-style-type: none"> • 자존감과 관계증진위한 대화태도와 기술의 중요성 이해 • 6가지 말하기 기술(자신에 대해 말하기/감각정보/생각/감정/소망/자기행동 말하기) 이해 • 말하기기술 사용 비디오 시청 • 시범연습 및 부부조별 연습
4 (90)	배우자이해를 위한 경청하기	• 공감기술 습득 • 경청기술 습득	<ul style="list-style-type: none"> • 경청의 본질과 경청 시 유의점 이해 • 좋지 않은 듣기방법 이해 및 점검 • 공감기술 및 경청기술 이해 및 훈련 	<ul style="list-style-type: none"> • 배우자 이해의 필요충분조건이 경청임을 이해 • 좋지 않은 듣기방법 점검, 개선점 이해 • 5가지 경청기술(주의기울이기/상대방의 경험 및 감정 인정/정보요청/요약/질문하기) 이해 • 공감 및 경청기술 사용 비디오 시청 • 시범연습 및 부부조별 연습
5 (180)	갈등해결 하기	• 분노 조절 및 협동적 갈등해결방법 습득	<ul style="list-style-type: none"> • 분노조절 및 표현방법 이해 • 갈등해결유형 이해 • 협동적 갈등해결 규칙, 과정, 단계 이해 • 협동적 갈등해결 8단계 연습 	<ul style="list-style-type: none"> • 분노표현유형과 개선점 발표 • 분노조절 및 표현방법 부부별 역할극 • 갈등해결유형과 개선점 발표 • 협동적 갈등해결 8단계(갈등문제확인/대화계획 /문제 완전히 이해/소망확인/대안 말하기/미래 행동 말하기/행동실천검토/평가) 이해 • 이해 및 비디오 시청 • 시범연습 및 부부조별 연습
6 (60)	관계와 친밀감 증진하기	• 애정표현과 성생활 증진 • 변화강화 • 프로그램마무리	<ul style="list-style-type: none"> • 성숙한 사랑의 3요소 이해 • 행복한 성생활 가꾸기 이해 • 프로그램 마무리 및 평가 • 추후모임 안내 	<ul style="list-style-type: none"> • 성숙한 사랑의 3요소(열정, 친밀감, 헌신) 현재비율 및 기대비율 발표 • 성생활 테스트 및 개선할 점 부부별 의사소통 • 긍정적 변화유지, 발전위한 실천행동 발표 • 부부행복 다짐과 배우자에 대한 고마움 동작으로 표현 • 사후검사지 작성

으로 배우자에게 고마운 점을 말하기로 정하여 말하기 연습과 동시에 자존감을 높이고 배우자에게 긍정적 감정을 갖게 하였다.

4회기는 배우자 이해를 위한 경청기술을 습득하는 것을 목표로 진행자가 경청의 본질과 경청 시 유의점, 좋지 않은 듣기 방법을 설명하고, 부부들은 워크북에 점검사항을 기록하여 좋지 않은 듣기 방법을 확인하고 개선할 의지를 갖게 하였다. 그 다음에 경청기술 5가지를 실례를 들어 설명하고 특히 배우자의 감정을 인정해주는 공감기술이 관계증진에 효과적임을

강조하고 기술연습을 돋기 위하여 미네소타부부대화법 프로그램의 비디오 중 경청기술 부분을 시청하게 한 다음 참가자 전체 앞에서 자원부부 1쌍의 경청기술 연습을 시범적으로 코치하였다. 그 다음에 참가자 부부 2쌍이 한조가 되어 조별로 경청기술 연습을 하고 서로 코치가 되어 피드백을 교환하게 하였고, 부부들이 워크북의 경청기술 도구를 활용하여 연습을 하는 동안 진행자는 보조진행자들의 도움을 받아 부부들의 연습을 순회지도하였고 질문에 답하였다. 공감 및 경청기술을

연습하는 주제는 가능한 불만과 염려, 속상함 등의 부정적 감정으로 정하여 부부 상호간에 평소에 경청하지 않던 주제들을 경청하고 이해받는 긍정적 경험을 하게 하였다.

5회기는 갈등해결 방법을 습득하는 것을 목표로 분노표현방법을 접검하고 워크북에 기록한 다음 부부가 나누고 발표하게 하였고, 분노조절방법과 바람직한 분노표현방법에 대하여 참가부부가 돌아가면서 개선할 점을 발표하고 부부끼리 역할극을 하게 함으로써 성숙한 분노표현방법을 익히게 하였다. 참가부부가 워크북에 자신의 갈등해결유형과 결과를 접검하고 발표를 하게 한 후 협동적 갈등해결 방법에 대한 이해를 돋기 위하여 갈등해결 규칙과 과정, 단계 등을 실례를 들어 설명하고 미네소타부부대화법 프로그램의 비디오 중 갈등해결 8단계 과정을 시청하게 하였다. 그 다음 전체 참가자 앞에서 자원하는 부부 1쌍의 협동적 갈등해결 과정을 시범적으로 코치하면서 보여주고, 부부별로 워크북의 협동적 갈등해결 규칙과 단계에 따라 당면한 갈등문제를 해결하는 연습을 하게 하였고 진행자는 보조진행자들의 도움을 받아 순회지도하며 부부들의 연습을 돋고 질문에 답하였다. 부부별 갈등해결 연습이 끝난 후 워크북에 행동계획을 적고 집단과 나누게 하였고 행동실천에 대한 평가는 추후 모임에서 나누기로 하였다.

6회기는 애정표현과 성생활 증진을 통한 관계증진을 목표로 성숙한 사랑의 3요소를 이해하고 상호간의 기대를 파악하여 개선점을 자각하도록 하였고 이해를 돋기 위하여 설명과 워크북 활용을 병행하였다. 참가부부들은 워크북에 현재 상태와 바라는 상태의 사랑의 3요소 비율을 적고 배우자와 집단과 나누게 하였다. 그리고 워크북의 성생활 테스트를 작성하게 한 후 성생활에 대한 오해를 바로잡도록 진행자가 정답을 제시하였고 그에 대한 참가자들의 피드백을 배우자 또는 집단과 나누게 하였다. 성생활 불만과 소망 등에 대해서는 워크북을 활용하여 부부끼리 의사소통하게 하였다.

그리고 프로그램 참가를 통한 긍정적 변화를 유지발전시키기 위한 목표와 실천계획을 부부가 의논하여 워크북에 적고 발표하게 하고, 부부행복을 향한 실천 다짐과 배우자에 대한 고마움을 동작으로 표현하고 포옹하는 것으로 마무리를 하였다. 종결 후 사후검사 설문지를 작성하도록 하였다.

V. 프로그램의 효과성 검증

1. 부부상담 프로그램의 실시

실험집단에 배치된 13쌍을 효과적으로 상담하기 위해 1차에 7쌍, 2차에 6쌍을 대상으로 프로그램을 실시하였다. 1차는 2008년 4월부터 5월까지 부부별로 주1회 1시간씩 총 5회기를 5주에 걸쳐 일정표를 정해 개별 부부상담을 실시하고 집단상담은 10월 첫 주 토요일 오후 1시에서 7시까지 6시간 동안 1회기 ~ 4회기를 진행하고, 둘째 주 토요일 오후 2시부터 6시까지 4시간 동안 5회기, 6회기를 진행하였다. 개별부부상담 시 폭력문제가 발견된 부부에게는 2회기씩 총 4회기의 개인상담을 별도 일정을 정해 추가로 실시하였다. 개별 부부상담 프로그램과 추가로 실시하는 개인상담은 다년간 부부상담전문가와 부부대화법 지도자로 프로그램을 진행한 경험이 있는 본 연구자가 단독으로 진행하였고, 집단 부부상담은 본 연구자가 1명의 집단관찰자와 보조진행자 2명 (가족상담 전공 석사 및 부부대화법지도자 교육 수료)을 두고 진행하였다.

은 6월 첫 주 토요일 오후 1시부터 7시까지 1회기 ~ 4회기를 6시간 동안 진행하고, 둘째 주 토요일 오후 2시부터 6시까지 5회기, 6회기를 4시간 동안 진행하였다. 2차는 2008년 8월부터 9월까지 부부별로 주 1회씩 총 5회기를 5주에 걸쳐 일정표를 정해 개별 부부상담을 실시하고 집단상담은 10월 첫 주 토요일 오후 1시에서 7시까지 6시간 동안 1회기 ~ 4회기를 진행하고, 둘째 주 토요일 오후 2시부터 6시까지 4시간 동안 5회기, 6회기를 진행하였다. 개별부부상담 시 폭력문제가 발견된 부부에게는 2회기씩 총 4회기의 개인상담을 별도 일정을 정해 추가로 실시하였다. 개별 부부상담 프로그램과 추가로 실시하는 개인상담은 다년간 부부상담전문가와 부부대화법 지도자로 프로그램을 진행한 경험이 있는 본 연구자가 단독으로 진행하였고, 집단 부부상담은 본 연구자가 1명의 집단관찰자와 보조진행자 2명 (가족상담 전공 석사 및 부부대화법지도자 교육 수료)을 두고 진행하였다.

2. 프로그램의 효과성 검증 결과

1) 양적 분석

프로그램을 실시한 후 사후검사, 추후검사를 바탕으로 실험집단과 통제집단이 각각 프로그램 실시 전에 비해 집단 내 어떤 변화가 있는지를 파악하기 위하여 표출적 갈등대처, 의사소통기술, 부부간 정서적 상호작용, 결혼만족도, 갈등경험, 자존감 등의 변인의 사전검사점수와 사후검사점수 사이의 순위 및 사후검사점수와 추후검사점수 사이의 순위를 고려한 집단 간 차이검증(Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test)을 실시하였다. 그리고 추후 검사에서 실험집단의 주관적 변화인지도를 파악하고 성별 비교를 위해 순위를 고려한 집단 간 차이검증(Wilcoxon Matched Pairs Signed-Rank Test)을 실시하였다.

(1) 사전 - 사후 - 추후 검증결과

사전 - 사후검사, 사전 - 추후검사의 각각의 차이검증결과는 <표 5>와 같이 나타났다.

먼저 남편 실험집단의 경우 표출적 갈등대처 정도가 사전 > 사후 > 추후의 순으로 감소하며, 프로그램 이후 변화된 순위 차이는 사후검사, 추후검사 모두 유의하였고, 갈등경험도 역시 사전 > 사후 > 추후의 순으로 감소하고 프로그램 이후 변화된 순위 차이는 사후검사, 추후검사 모두 유의하여 프로그램 이후 부정적 갈등대처방식과 갈등경험이 모두 감소하는 효과를 보였다. 의사소통 기술, 정서적 상호작용, 결혼만족에서는 공통적으로 사전 < 사후 < 추후의 순으로 증가하였으며 사후검사, 추후검사 모두 유의한 순위차이를 보였다. 한편 자존감은 사후검사에서 증가하는 변화를 보였으나 순위 차이가 유의하지 않은 반면 추후검사에서는 유의한 순위차이를 나타내 프로그램 효과가 사후보다 추후에 나타나는 것을 알 수 있다.

<표 5> 사전-사후-추후 변화

변 인	집 단	M (SD)		M (SD)		사전-사후 Z 값	사전-추후 Z 값
		사 전	사 후	추 후			
남편 갈등대처	실 험 통 제	2.641(.726) 2.615(.961)	1.897(.516) 2.641(.897)	1.846(.422) 2.667(.850)	-3.089 ^{b**} -.378	-2.952 ^{b**} -.707	
	통 제	2.512(.919)	2.564(.907)	2.512(.857)	-1.000	.000	
부인 갈등대처	실 험 통 제	2.923(.784) 2.512(.919)	2.154(.571) 2.564(.907)	1.923(.434) 2.512(.857)	-2.464 ^{b*} -1.000	-3.008 ^{b**} .000	
	통 제	3.197(.411)	3.184(.387)	3.188(.416)	-.687	-.805	
부인 의사소통 기술	실 험 통 제	3.004(.315) 3.090(.473)	3.248(.262) 3.209(.270)	3.927(.838) 3.060(.485)	-2.629 ^{a**} -1.456	-3.184 ^{a**} -1.461	
	통 제	2.862(.741)	2.877(.733)	2.908(.747)	-1.000	-1.342	
남편 정서적 상호작용	실 험 통 제	2.939(.562) 2.862(.741)	3.646(.578) 2.877(.733)	3.815(.619) 2.908(.747)	-3.089 ^{a**} -1.000	-3.097 ^{a**} -1.342	
	통 제	2.754(1.499) 2.539(.737)	3.446(.572) 2.569(.658)	3.708(.539) 2.539(.699)	-2.282 ^{a*} -.816	-2.280 ^{a*} .000	
남편 결혼만족	실 험 통 제	4.333(.953) 4.385(1.062)	4.667(1.036) 4.359(1.058)	5.256(.904) 4.333(1.089)	-2.565 ^{a**} -1.000	-3.106 ^{a**} -1.414	
	통 제	3.462(1.221) 3.539(1.251)	4.692(.799) 3.487(1.259)	5.231(.712) 3.487(1.229)	-2.938 ^{a**} -1.414	-3.088 ^{a**} -1.342	
부인 결혼만족	실 험 통 제	4.846(1.281) 4.077(1.441)	4.077(1.256) 4.462(1.450)	3.077(.954) 4.077(1.441)	-2.352 ^{b*} -1.342	-3.228 ^{b***} .000	
	통 제	5.231(1.166) 4.462(1.054)	3.692(1.109) 4.462(1.391)	2.846(.899) 4.539(1.450)	-2.979 ^{b**} -1.342	-3.267 ^{b***} -1.000	
남편 자존감	실 험 통 제	3.308(.390) 3.333(.486)	3.500(.403) 3.333(.486)	3.692(.271) 3.282(.453)	-1.782 ^a -1.000	-2.944 ^{a**} -1.511	
	통 제	3.026(.630) 2.885(.750)	3.410(.512) 2.782(.650)	3.526(.552) 3.051(.329)	-2.968 ^{a**} -.962	-1.972 ^{a*} -.513	

a: 음의 순위를 기준으로 b: 양의 순위를 기준으로

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

부인 실험집단의 경우에는 표출적 갈등대처와 갈등경험에서 사전 > 사후 > 추후의 순으로 감소하며, 프로그램 이후 변화된 순위차이는 사후검사, 추후검사 모두 유의하여 프로그램 이후 부정적 갈등대처방식이 줄어들고 갈등을 적게 경험하는 효과를 보였다. 의사소통 기술, 정서적 상호작용, 결혼만족, 자존감에서는 공통적으로 사전 < 사후 < 추후의 순으로 증가하였으며 공통적으로 사후검사, 추후검사 모두 유의한 순위차이를 보여 프로그램 직후와 추후까지 긍정적 변화가 증가하는 효과를 보였다.

통제집단의 경우는 남편과 부인에게서 공통적으로 사후검사와 추후검사가 다소 증가하거나 감소되었으나 유의한 변화가 없는 것으로 나타났다.

이 결과를 통해 본 부부 상담프로그램은 남편과 부인 모두의 표출적 갈등대처의 감소와 의사소통기술 향상, 정서적 상호작용과 결혼만족을 증진시키며 갈등을 완화시키는 효과가 있고 이 효과는 3개월 후에도 지속하는 것을 알 수 있다. 또한 자존감

의 개선은 부인의 경우 프로그램 직후부터 효과가 나타나는데 비해 남편은 추후에 뒤늦게 나타나는 차이가 있음도 밝혀졌다.

(2) 주관적 변화인지

추후 검사에서 실험집단의 주관적 변화인지 정도는 <표 6>과 같이 나타났다.

먼저 남편집단의 경우 비난감소, 싸움감소> 이해존중, 속마음 얘기> 대화시간 증가 등의 순서로 변화를 크게 인지하고, 자신감, 친밀감, 마음편안, 분노조절, 갈등해결기술 사용 등도 증가한 것으로 인지하였다. 이외에 경청기술사용, 애정표현 및 성생활의 변화는 약간 적은 것으로 나타났다. 이를 변화영역 별로 보면 행동변화 > 심리정서변화> 의사소통 변화의 순으로 인지하였고 전체적으로는 모든 영역에서 프로그램으로 인한 긍정적 변화를 분명하게 인지하는 것으로 나타났다.

부인집단의 경우는 이해와 존중> 비난감소, 싸움감소 > 갈등해결기술 사용 등의 순서로 변화를 크게 인지하였고 이외에

<표 6> 실험집단의 주관적 변화인지도

영 역	내 용	남편집단 (N=13)	부인집단 (N=13)	Z 값	유의도
		M (SD)	M (SD)		
심리 정서적 변화	이해존중	4.308(.480)	4.462(.519)	-1.414	.157
	마음편안	4.077(.641)	4.154(.555)	-.378	.705
	자신감	4.154(.555)	4.154(.555)	.000	1.00
	친밀감	4.153(.555)	4.231(.725)	-.447	.655
행동변화	계	4.173(.426)	4.250(.520)	-.603	.546
	애정표현 및 성생활	3.846(.555)	4.000(.577)	-.816	.414
	분노조절	4.000(.000)	4.154(.376)	-1.414	.157
	비난감소	4.462(.519)	4.385(.506)	-.447	.655
	싸움감소	4.462(.519)	4.385(.506)	-.447	.655
의사소통 변화	계	4.192(.208)	4.231(.297)	-.520	.603
	대화시간 증가	4.231(.599)	4.000(.577)	-1.342	.180
	속 마음 얘기	4.308(.480)	4.077(.277)	-1.732	.083
	말하기기술 사용	4.000(.517)	4.183(.512)	-1.026	.305
	경청기술 사용	3.966(.459)	3.922(.383)	1.238	.812
	갈등해결기술 사용	4.077(.277)	4.231(.439)	-1.00	.317
전 체	계	4.036(.297)	4.065(.309)	-.223	.824
	전 체	4.134(.256)	4.182(.323)	-.356	.722

*p<.05, **p<.01, ***p<.001

마음편안, 자신감, 친밀감, 분노조절 등도 증가한 것으로 나타났다. 이외에 경청기술 사용의 변화는 상대적으로 약간 적게 나타났다. 이를 변화영역별로 보면 심리정서적 변화 > 행동변화 > 의사소통 변화의 순으로 인지하였고 전체적으로는 모든 영역에서 프로그램으로 인한 긍정적 변화를 분명하게 인지하는 것으로 나타났다.

그리고 추후검사에서 참가자들이 인지하는 주관적 변화정도는 성별로 유의한 차이가 없어서 프로그램에 참가한 부부들은 모두 추후검사에서 심리정서, 행동, 의사소통 등의 영역 전반에서 공통적으로 긍정적인 변화를 인식하는 것을 알 수 있다.

이를 좀 더 구체적으로 살펴보기 위하여 개방질문에 대한 참가자들의 답변을 질적 분석을 하였다.

2) 질적 분석

(1) 프로그램 종료 후 배우자와 본인이 바뀐 점

참가자 부부들의 답변 중 일치되게 가장 많이 언급한 내용을 정리하면 다음과 같다.

남편들의 경우 “아내를 더 많이 이해하게 되었다”, “아내에게 훈계나 비난, 폭언, 폭력이 없어지고 부드러워졌다”, “화가 날 때 터뜨리지 않고 참는 노력을 하게 되었다”, “문제가 생길 때 회피하지 않고 자신의 잘못을 인정하고 감정을 표현하며 아내의 말을 경청하게 되었다”, “아내의 힘든 점을 인정해주고 같이

의논하는 일이 많아졌다”, “애정표현이 증가하였다”, “일에 대해 쏟았던 관심을 가정에도 쏟게 되었다”, “가정 일에 적극적으로 참여하고 협조적으로 되었다”, “귀가시간이 빨라지고 가사 돋기와 저녁식사를 같이 하게 되었다”, “자녀들과 대화를 더 많이 하게 되었다”는 변화를 보였다.

부인들의 경우 “남편을 비난하거나 지적하는 일이 줄었다”, “남편을 더 많이 이해하게 되었다”, “말을 가려서 하고 조리있게 하게 되었다”, “문제가 생길 때 의논을 하게 되었다”, “화가 날 때 참고 나중에 말로 표현하게 되었다”, “자녀에게도 지시하기보다는 부드럽게 대화하게 되었다”, “부드러워지고, 웃음이 많아졌다”, “남편을 존중하고 배려하게 되었다”는 변화가 나타났다.

(2) 부부관계가 바뀐 점

“싸움, 냉전, 폭력이 없어졌다”, “말다툼, 큰 소리와 갈등이 현저히 줄었다”, “솔직한 대화가 많아졌다”, “대화를 통하여 부부 간의 관점 차이가 좁혀졌다”, “대화의 질이 좋아졌다”, “서로 간에 존중하는 마음과 배려가 많아졌다”, “서로 간에 허물과 단점을 너그럽게 보려하고 이해의 폭이 넓어졌다”, “친밀감이 증가하고 애정표현이 증가하였다”, “긴장과 불만이 줄고 편안해졌다”는 답변이 있었다.

(3) 프로그램이 가장 많이 도움이 된 내용

“싸우지 않고 사는 방법을 알게 된 점”, “분노조절과 문제해

<표 7> 프로그램 평가

단위: 명(%)

구 분		매우 그렇다	그렇다	보통이다	그렇지 않다	전혀 그렇지않다
개별 부부상담 내용 만족	남 편	10(76.92)	3(23.08)	0(0)	0(0)	0(0)
	부 인	11(84.62)	2(15.38)	0(0)	0(0)	0(0)
집단 부부상담 내용 만족	남 편	9(69.23)	4(30.77)	0(0)	0(0)	0(0)
	부 인	10(76.92)	3(23.08)	0(0)	0(0)	0(0)
진행방법 만족	남 편	5(38.46)	8(61.54)	0(0)	0(0)	0(0)
	부 인	6(46.15)	7(53.85)	0(0)	0(0)	0(0)
프로그램의 유익성	남 편	9(69.23)	4(30.77)	0(0)	0(0)	0(0)
	부 인	10(76.92)	3(23.08)	0(0)	0(0)	0(0)
프로그램 추천의사	남 편	12(92.31)	1(7.69)	0(0)	0(0)	0(0)
	부 인	12(92.31)	1(7.69)	0(0)	0(0)	0(0)

결 대화방법을 알게 된 점”, “배우자를 배려하고 존중하는 것의 중요성과 그 방법을 알게 된 점”, “자신의 잘못을 알게 되고 노력할 방향을 알게 된 점”, “대화 단절에서 대화를 재개하게 된 점”, “자신과 배우자의 특성을 이해하게 된 점”, “배우자에 대한 이해와 고마움을 알게 된 점”, “객관적으로 문제를 보게 되었고 배우자가 나와 다른 점을 인정하게 된 점” 등을 답변하였다.

(4) 소감 및 건의사항

“개별부부상담 회기가 더 길었으면 좋겠다”, “상담시간에 아이를 돌봐주는 방법이 있으면 좋겠다”, “부부갈등으로 상처를 입은 자녀들을 위해 집단상담 프로그램과 가족전체가 참여하는 집단상담 프로그램이 실시되었으면 좋겠다”는 답변이 있었다. 이중 개별부부상담 회기를 연장해달라는 건의를 한 부부들은 이런 건의를 하지 않은 부부들보다 사전검사에서 물리적 폭력 문제가 있거나 갈등경험 수준이 높은 경우가 많았다.

이상의 질적 분석 결과들은 양적 효과검증 결과와 일맥상통한 것으로 나타났다. 그러므로 본 부부상담 프로그램은 참가자 부부 모두에게 효과가 있음이 검증되었다 할 수 있다.

3) 프로그램 평가

참가자들이 프로그램의 ‘내용만족’, ‘진행방법 만족’, ‘프로그램의 유익성’, ‘프로그램 추천의사’ 등을 평가한 결과는 <표 7>과 같다.

프로그램 내용 만족도에서 개별 부부상담 프로그램 내용에 대한 만족도는 남편의 77%, 부인의 85%가 ‘매우 그렇다’라고 답변하였고, ‘그렇다’라는 답변을 포함하면 참가자 남편과 부인 모두 개별 부부상담 프로그램 내용에 만족하는 것으로 나타났다. 집단 부부상담 프로그램 내용에 대한 만족도는 남편의 69%, 부인의 77%가 ‘매우 그렇다’에 답변하였고, ‘그렇다’라는 응답 까지 포함하면 역시 프로그램에 참가한 남편과 부인 모두 집단

부부상담 내용에 만족하여 전반적으로 본 상담프로그램 내용에 만족하는 것으로 나타났다. 여기에서 부인들의 경우 남편들보다 상담 프로그램 내용에 대한 만족도가 높은데 이는 부인집단이 남편에 비해 사전검사에서 갈등경험수준이 높고 결혼만족과 자존감이 낮아서 상담동기가 높은 것과 연관이 있을 것으로 추측된다. 그리고 부부가 공동적으로 집단상담 프로그램 보다 개별상담 프로그램의 내용에 더 만족하는 것으로 나타난 결과는 자발적으로 상담에 참여할 만큼 부부갈등해결 필요성이 높은 집단의 성격과 관련될 것으로 추측되나 구체적인 해석을 위해서는 후속연구가 필요하다.

프로그램 진행방법 만족도와 프로그램의 유익성 평가, 프로그램을 타인에게 추천할 의사 평가에서 참가자 부부들은 모두 긍정적인 답변을 하였다. 특히 부인들이 남편에 비해 프로그램의 진행방법, 유익성을 더 긍정적으로 평가하였으나 프로그램 추천의사에 대해서는 부부간의 차이가 없는 것으로 나타났다. 이 결과에 대한 해석도 후속연구가 필요하다.

따라서 이런 결과들을 통하여 개별 부부상담 프로그램과 집단 부부상담 프로그램에 참가한 부부 모두는 프로그램의 효과를 인식하고 프로그램 전반에 대해 매우 긍정적으로 평가한다는 것을 알 수 있다.

VI. 결론 및 제언

본 연구는 복잡하고 스트레스가 많은 현대사회에서 갈등문제로 상담이 필요한 부부들이 증가하고 있는데 비해 현장에서 일반화할 수 있을 만큼 효과가 검증된 통합적인 부부상담 프로그램이 부족하다는 인식에서 출발하여 갈등을 겪는 부부를 대상으로 부부의 인지, 감정, 행동, 관계영역을 포괄하고, 원가족 요인과 성격차이 이해, 관계기술 등을 통합한 부부상담

프로그램을 개발하고 그 효과성을 연구하고자 실시되었다.

이를 위해 이론고찰과 선행연구 검토를 통해 프로그램의 원리로 치료적 관계형성과 부부간 차이 이해, 부부특유의 문제 해결과 긍정적 변화를 경험하게 하는 개별 부부상담 프로그램과, 의사소통과 갈등해결 훈련, 부부관계 증진위한 행동교환 훈련 등을 포함하는 집단 부부상담 프로그램을 차례로 진행하여 갈등해결과 관계증진을 촉진하는 효과에 주안점을 두고 프로그램을 개발하였다. 개별 부부상담 프로그램은 치료적 관계형성 및 목표설정, 부부간 성격차이 이해, 원 가족 관계 속에서의 자신과 배우자에 대한 이해, 변화를 위한 긍정적 행동실행 및 긍정적 변화유지 등의 목표를 갖는 5회기로 구성되고, 집단 부부상담 프로그램은 집단 라포 형성 및 강점 및 변화동기 강화, 배우자 수용 및 부부간 차이극복, 자기표현기술 향상, 공감 및 경청기술 향상, 효과적인 갈등해결, 애정과 관계 증진기술 훈련 등의 6회기로 구성되었다.

프로그램의 효과를 분석하기 위하여 양적 분석으로 실험집단과 통제집단의 사전-사후-추후검사를 실시하고 또 추후 실험집단의 주관적 변화인지정도를 조사하는 실험설계를 이용하였고, 질적 분석과 프로그램 평가를 추가로 실시한 결과 프로그램에 참가 한 실험집단은 통제집단과 비교할 때 갈등대처방식, 의사소통기술, 정서적 상호작용, 결혼만족, 자존감 등에서 유의한 향상을 보였고, 표출적 갈등대처방식과 갈등이 유의하게 감소하는 결과를 보였으며 이 변화가 추후검사에서 더욱 강화되는 것으로 나타났다. 이러한 프로그램 효과는 프로그램 종료 후 3개월이 지난 추후검사에서 참가자들의 주관적 변화인지와 질적 분석을 통해서도 지지되었는데 참가자들은 부부간에 싸움과 비난이 감소하고 서로를 이해하고 존중하게 되었고 자신감과 친밀감, 애정표현, 대화시간, 대화기술 사용이 증가하는 변화를 보였으며 관계가 개선된 것으로 인지하였다. 그에 따라 참가자들은 프로그램 내용과 진행방법, 프로그램의 유익성, 프로그램 추천 의사 등에 대하여 전반적으로 긍정적 평가를 하였다. 결론적으로 갈등을 겪는 부부를 위해 개발된 본 부부상담 프로그램은 참가자 부부의 개인적 심리기능과 배우자 이해, 갈등대처, 의사소통 기술, 관계기술 등을 향상시키고 갈등완화와 결혼만족 및 자존감을 증진시키는 데 효과적임이 입증되었다 하겠다.

본 연구는 기존의 대부분의 부부 프로그램이 집단상담 위주의 특징이론 모델에 기초한데 따르는 제한점을 극복하기 위해 통합적 접근 모델을 적용하여 개별 부부상담과 집단 부부상담 프로그램을 병행 실시하고 그 효과를 검증하는 시도를 처음 시작해 봄으로써 우리나라의 갈등을 겪는 일반 부부들에게 실용적으로 활용할 수 있는 효과가 검증된 상담프로그램 모형을 제공하였다는 의의를 지닌다. 최근 부부갈등문제를 호소하는 내담자가 증가하고 많은 상담자들이 부부문제에 많이 개입하면서 효과가 검증된 부부상담 매뉴얼이 요구되는 시점에서

본 부부상담 프로그램의 활용가능성이 매우 높다고 하겠다.

이 결과에 대한 실천적 함의로는 다음을 지적할 수 있다.

첫째, 본 부부상담 프로그램이 갈등을 겪는 부부들에게 먼저 개별 부부상담 형태로 성격유형검사와 해석 및 성격차이 극복, 자신과 배우자의 원 가족 이해, 가정폭력과 부부 고유의 당면문제, 강점과 긍정적인 영역 등을 다룸으로써 결혼생활에 대한 근본적인 통찰과 상호간의 이해를 촉진한 것이 집단상담에서 다양한 상호작용과 나눔으로 집단역동이 일어나는 원동력이 되는 결과 긍정적인 경험과 변화가 나타난 것으로 보인다.

둘째, 집단부부상담 프로그램에서 개인의 태도점검과 변화 방향 설정, 의사소통과 문제해결방법 이해 및 훈련, 관계증진기술 훈련을 순차적으로 다룸으로써 배우자에 대한 이해와 수용, 대화기술과 갈등해결방법, 관계와 친밀감 증진기술 등을 자연스럽게 부부가 같이 체험하고 모델링의 집단역동이 작용한 결과 프로그램 효과가 사후는 물론 추후검사에서도 지속하고 부부관계가 견고해진 것으로 보인다.

셋째, 본 부부상담 프로그램에서 개인적 통찰과 부부, 집단 등 다양한 구성의 상호작용이 가능하게 하고, 또 개인의 성격유형과 성격차이와 성차, 태도, 사고, 감정, 행동, 관계, 당면문제, 부모역할, 성 및 애정표현, 행복증진위한 구체적인 방법 등 결혼생활 영역을 대부분 포함함으로써 태도가 바뀌고 관계기술이 향상되어 긍정적인 상호작용이 증가하는 결과 갈등과 싸움 및 폭력적 대처가 줄고 관계개선과 결혼만족과 자존감이 증진되는 결과를 가져온 것으로 보인다.

본 연구결과를 토대로 앞으로 후속연구와 부부상담 프로그램의 활성화를 위하여 다음과 같은 제언을 한다.

첫째, 본 연구는 통합적 접근방법으로 프로그램을 개발하고 부부를 대상으로 개별 부부상담과 집단 부부상담을 진행하였는데 후속연구에서는 특정한 상담이론이나 접근법을 근거로 프로그램을 개발하여 효과성을 정밀하게 비교할 필요가 있고, 또 내담자 요인, 상담자 요인, 활용도구, 진행방법 등에 따라 상담프로그램 효과가 어떻게 차이나는지를 검증하는 작업이 필요하다.

둘째, 부부상담 프로그램의 보급과 활성화를 위해서는 본 부부상담 프로그램을 다양한 참가자들을 대상으로 실시하고 장기 효과성 연구를 할 필요가 있고, 또 문제유형이나 참가자 유형별로 부부상담 프로그램을 수정보완하여 그 효과를 장기 추적하는 연구들이 많아져야 할 것이다. 동시에 기존의 효과가 검증된 부부상담 프로그램의 실용화를 위해서 부부상담 프로그램의 효과에 대한 홍보전략을 세우고, 부부상담 프로그램 진행자 워크숍을 개최하여 부부상담 전문가를 키워야 하며, 일반인들의 부부상담 프로그램 참여 동기를 제고할 수 있는 여러 혜택과 제도적 장치를 구축해야 할 것이다.

【참 고 문 헌】

- 강혜숙 · 김영희(2008). 결혼초기 부부의 결혼만족도와 안정성에 관련된 요인. *한국가족치료학회지*, 16(1), 135-156.
- 공성숙(2004). Gottman의 이론을 바탕으로 한 부부관계증진 집단상담 프로그램 개발 및 효과성 연구. *한국가족치료학회지*, 12(2), 139-169.
- 권수정 · 전영주(2007). ENRICH를 활용한 결혼초기 부부관계 향상 프로그램 개발 및 효과 검증. *한국가족치료학회지*, 15(2), 242-275.
- 권정란(2005). 원가족의 정서적 건강성과 자기분화에 따른 부부 적응 연구. 서울여자대학교 기독대학원 석사학위논문.
- 권정혜 · 채규만(2000). 부부적응 프로그램의 개발과 그 효과에 관한 연구. *한국임상심리학회지*, 19(2), 207-218.
- 김경자(2004). 기혼남녀의 원가족 경험과 자아분화가 가족체계 기능에 미치는 영향. 성신여자대학교대학원 박사학위논문.
- 김규식 · 김성희(2001). 인지행동적 부부훈련이 부부문제감소와 부부관계 향상에 미치는 효과. *상담학연구*, 2(1), 45-60.
- 김명자 · 최연실(2007). 중년기 기혼남녀의 부부의사소통과 부부 친밀감이 심리적 복지에 미치는 영향. *한국가정관리학회지*, 25(3), 1-23.
- 김성희(1999). 인지-행동적 부부관계촉진 훈련 프로그램 : 집단 상담 프로그램. 한국발달상담학회 출판부.
- 김순기(2001). 기혼자녀가 지각하는 원가족의 정서적 건강성과 자아정체감이 결혼 후 심리적 안녕에 미치는 영향. 경희 대학교 박사학위논문.
- 김순옥(2001). 부부의사소통 교육프로그램 개발. *한국가족관계학회지*, 6(1), 137-157.
- 김영희 · 정선영(2007). 부부갈등과 결혼만족도- 갈등대처방식의 조절 효과. *한국가정관리학회지*, 25(5), 65-82.
- 김오남 · 김경신 · 이정화(2008). 결혼이민자 남편의 부부관계 향상프로그램 효과성에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, 26(1), 69-84.
- 김현정 · 김명자(1999). 근원가족건강도, 자아존중감, 결혼적응의 관계-청주시 결혼초기 부부를 중심으로. *한국가족관계학회지*, 4(2), 39-60.
- 김희진(2004). 결혼초기 부부관계 향상프로그램 개발. 서울여자 대학교 박사학위논문.
- 김희진(2004). 한국부부의 결혼만족에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. *상담학연구*, 5(3), 839-853.
- 모의희(2002). 자아존중감과 의사소통 훈련을 통한 부부적응 집단상담 프로그램의 개발. *한국가족치료학회지*, 10(2), 45-73.
- 박남숙 · 연문희(2002). 부부성장집단 프로그램 개발. *상담학 연구*, 3(2), 337-364.
- 박민자 · 정혜정(2006). 미술치료를 활용한 Satir 집단프로그램이 가정폭력 피해여성의 자존감과 의사소통 향상에 미치는 효과. *한국가족치료학회지*, 14(1), 21-49.
- 박성주(2008). 이혼위기 부부를 위한 문제해결 단기상담 프로그램의 개발 및 효과검증. 계명대학교 박사학위논문.
- 박영화 · 고재홍(2005). 부부의 자존감, 의사소통방식, 및 갈등 대처 행동과 결혼만족도간의 관계: 자기효과와 상대방 효과. *한국심리학회지 : 사회와 성격*, 19(1), 65-83.
- 박태영(2005). 한국인 기혼남녀들의 결혼만족도에 대한 비교 연구. *상담학연구*, 6(2), 601-619.
- 방현주 · 이기숙(2002). 부부관계향상 프로그램을 통한 결혼 초기 부부의 의사소통 능력증진에 관한 연구. *대한가정학회지*, 40(11), 39-54.
- 서혜석(2005). 자존감 및 부부적응 향상을 위한 가정폭력 행위자의 부부집단 프로그램 효과성 연구 : V. Satir, 성장모델 이론을 중심으로. *한국가족복지학회*, 10(1), 25-41.
- 송정아(2006). 이마고 부부치료 모델 내용의 타당성과 적용 효과성 연구. *대한가정학회지*, 44(4), 87-99.
- 안창현 · 김진이(2008). 부부의 자아존중감, 의사소통 및 가족 응집성 · 적응성과 갈등대처방식간의 관계. *한국가족치료학회지*, 16(2), 95-114.
- 오윤자(1998). 부부관계향상 프로그램. *한국가족관계학회*, 가족생활교육. 도서출판하우.
- 원요한 · 천성문 · 윤치연 · 이영순(2004). 부부관계증진 상담 프로그램이 지체장애인 부부의 자아존중감 및 가족기능에 미치는 효과. *상담학연구*, 5(3), 855-866.
- 유계숙 · 최성일(2005). 이혼 숙려부부들을 위한 상담프로그램 모형개발. *한국가족관계학회지*, 10(2), 57-92.
- 유양숙(1999). 척수장애인 부부의 문제와 부부관계증진 프로그램 적용에 관한 연구. *충실행복대학교 박사학위논문*.
- 윤영주(2001). 건강가족연구. 교문사.
- 윤운성 · 김봉환 · 임형택 · 황임란 · 이주하 · 정정옥 · 이명숙 (2003). 애니어그램 이해와 적용. 학지사.
- 이경순(2004). 가정폭력 행위자 부부 집단상담 프로그램 개발 및 적용. V. Satir 성장모델 이론을 중심으로. 영남대 박사학위논문.
- 이경옥 · 김영희(2003). 기혼여성의 성과 결혼만족도. *대한가정학회지*, 41(7), 39-58.
- 이동숙(2008). 부부성장 집단프로그램이 개인 및 관계성장에 미치는 효과 -중년기부부를 중심으로-. *한국가족치료학회지*, 16(1), 81-111.
- 이영실(1989). 도시부인의 부부갈등 제 요인과 성생활 불만족의 정도. *충실행복대학교 박사학위논문*.
- 이종선 · 권정혜(2002). 부부의 대인관계, 의사소통방식, 결혼 만족도가 부부폭력에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*,

- 21(2), 313-330.
- 이지현(1997). 가정행복지수 높이는 66가지 지혜. 규장.
- 이창숙 · 유영주(1998). 부부갈등 해결교육 프로그램 개발연구 -Baucom과 Epstein의 인지행동적 모델에 기초하여. 한국 가족관계학회지, 3(10), 46-71.
- 이현숙(1999). 인지행동적 부부의사소통 프로그램 개발에 관한 연구. 서울여자대학교 박사학위논문.
- 이현주(2004). 회복중인 알코올 의존자 부부를 위한 집단상담 프로그램 개발. 성균관대학교 박사학위논문.
- 이화자(2008). 경험적 부부집단치료 프로그램의 개발과 효과성 검증 -Satir 성장모델과 비폭력대화(NVC) 모델의 통합-. 성균관대학교 박사학위논문.
- 이화자 · 최연실(2003). 중년기 부부관계증진 집단상담 프로그램의 개발 및 효과성 연구: Satir 가족치료모델을 중심으로. 한국가족치료학회지, 119(2), 49-76.
- 임유진 · 박정윤 · 김양희(2008). 원가족 부모와의 애착 및 심리적 독립 지각과 신혼기 결혼적응과의 관계에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 26(5), 143-154.
- 장록주(2007). 애니어그램을 사용한 부부관계증진 프로그램 연구. 한남대학교 석사학위논문.
- 장문선 · 김영환(2002). 부부의사소통 패턴과 특징적 갈등 대처 방식. 한국심리학회지 : 임상, 21(2), 331-347.
- 전영주 · 이성희(2006). 협의이혼청구자의 원가족경험 분석, 한국가정관리학회지, 24(5), 191-203.
- 정미향 · 김득성(2001). 결혼 전 관계 향상프로그램 구성 및 효과검증. 한국가정관리학회지, 52(8), 69-83.
- 정현숙(1998). 부부관계프로그램 : 일, 사랑, 가족 함께 가기. 한국가족관계편, 가족생활교육. 도서출판 하우.
- 조은숙(2006). 우리들의 거듭난 결혼 이야기. 한국기독학생부.
- 진명자(2005). 부부성장 프로그램의 개발 및 효과. 홍익대학교 박사학위논문.
- 천혜정(2006). 연령에 따른 기혼남여의 성 의사소통 및 성만족도의 차이와 결혼행복도에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 11(3), 283-299.
- 최규련(1995a). 가족체계의 기능성, 부부간 갈등 및 대처방안에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 12(2), 140-152.
- 최규련(1995b). 가족의 기능성, 부부간 갈등 및 대처방법과 부부의 심리적 적응과의 관계. 대한가정학회지, 33(6), 99-113.
- 최규련(1997). 부부대화법 프로그램의 한국에서의 적용효과. 한국가족관계학회지 2, 141-166.
- 최규련(2001). 행복한 결혼생활을 위한 부부대화법. 신정.
- 최규련(2002). 농촌 부부평등교육 프로그램 개발 및 효과 검증. 한국가정관리학회지, 20(3), 73-85.
- 최규련(2003). 농촌 부부평등교육 프로그램 효과에 관한 분석적 연구. 상담학연구, 4(2), 309-328.
- 최규련(2008). 가족상담 및 치료. 공동체.
- 최문임 · 최규련(2007). 중년기 여성의 성적 적응이 심리적 복지에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 12(3), 59-83.
- 최선령(2001). 아내구타자의 인지행동집단프로그램 참여 1년 후 효과와 폭력관련특성에 관한 연구. 한국가족치료학회지, 9(1), 99-130.
- 최선희 · 장신재(2002). 부부의사소통이 부부폭력 및 결혼만족 도에 미치는 영향. 가족과 문화, 14(2), 31-58.
- 통계청(2008). 이혼통계결과. 통계청.
- 하상희(2007). 기혼남여가 지각한 원가족 경험이 자존감 및 부부갈등에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 25(4), 17-29.
- 하상희(2008). 기혼남여가 원가족 경험이 결혼만족도 및 심리적 적응에 미치는 영향. 한국가정관리학회지, 26(2), 129-141.
- 한국결혼지능연구소(2003). 한국결혼지능연구소 개소기념 심포지움 자료.
- 한주리 · 허경호(2004). 부인과 남편의 의사소통, 논쟁경향 및 성격과 결혼만족도의 관계. 한국방송학보, 14(4), 148-190.
- 홍성묵(2003). 아름다운 사랑과 성. 학지사.
- Bartle-Haring, S.,& Sabatelli,R.(1998). An intergenerational examination of patterns of individual and family adjustment. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 903-911.
- Brown, J. H., & Brown, C.S.(2005). 부부치료-효과적 임상을 위한 개념과 기술.(김영희 · 최규련 · 홍숙자 역, *Marital therapy : Concept and skills for effective practice*. Thomson). 학지사.(원저 2002 발행).
- Cahn,D.(1992). *Conflict in intimate relationships*. N.Y.: Norton.
- Curran,D.(1985). *Stress and the healthy family*. N.Y. : Harper & Row.
- Donnelly,D.(1993). Sexually inactive marriage. *The Journal of Sex Research*, 30(1), 171-179.
- Dunn,K.M.,Croft, P.R.,& Hackett,G. I.(2000). Satisfaction in the sex life of a General Population sample. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 26, 141-151.
- Ellis,A.(1990). *Anger : How to live with and without it*. N.Y. : Carol Publishings.
- Feindler,E & Guttman, J.(1994). Cognitive behavioral anger control training. C.W.LeCroy(Ed.). *Handbook of child and adolescent treatment manuals*. N.Y. : Lexington Books.
- Gottman,J.M.(1993). A theory of marital dissolution and stability. *Journal of Family Psychology*, 7,57-75.
- Gottman,J.M.(2003). 부부치료의 과학적 접근: Gottman의 부부 치료 모델 (한국결혼지능연구소 역, *The marriage clinic : scientifically-based maritaltherapy*.N.Y.:Norton).

- 한국결혼지능연구소.(원저 1999 발행).
- Gray,J.(1993). *Men are from Mars, women are from Venus.* N.Y. : Bantam.
- Guerin,P., Fay, L., Burden,S., &Kautto, J.(1987). *The evaluation and treatment of marital conflict.* N.Y.: Basic Books.
- Jacobson,N.S., & Margolin,G.(1979). *Marital therapy : Strategies based on social learning, and behavior exchange principles.* N.Y. : Bruner/Mazel.
- Jacobson,N., Holtzworth-Munroe,A., & Schmailing,K.(1989). Marital therapy and spouse involvement in the treatment of depression, agoraphobia and alcoholism. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 57, 5-10.
- Miller, S., Miller, P., Nunnally, E. W., & Wackman, D.B.(1996). 부부대화법 : 부부가 함께 말하기와 듣기.(채규만·최규련·송정아·홍숙자 역, *Couple communication1: Talking and Listening Together.* Interpersonal Communication Programs, Inc.). 한국가족상담교육연구소(원저 1991 발행).
- Nichols, W.C.(1988).*Matital therapy : An integrative approach.* N.Y.: Guilford Press.
- Olson,D.H. & DeFrain, J.(1994).*Marriage and the family: Diversity and strengths.* Mayfield Publishing Co.
- Rehman,U.S.,& Holtzworth-Munroe,A.(2007). A cross-cultural examination of the relation of marital communication behavior to marital satisfaction. *Journal of Family Psychology*, 21(4),759-763.
- Rosenberg, M.(1979). *Conceiving the self.* N.Y.: Basic Books.
- Sabatelli, R. M & Suzanne,B.H.(2003). Family-of-origin experiences and adjustment in married couples. *Journal of Marriage and the Family*,65, 159-169.
- Satir. V.(1983). *Conjoint family therapy.* California : CA; Science and Behavior Books.
- Stinnett, N.(1997). Strengthening families. *Family Perspective*, 13.
- Stinnett, N. & Defrain,J.(1985).*Secrets of strong families.* Boston : Little,Brown & Co.
- Trudel, G.(2002). Sexuality and marital life : Results of a survey. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 28, 229-249.
- Wallerstein J.(1995). *The good marriage : How and why love lasts.* N.Y.: Houghton Mifflin.
- Yalom, I. D.(1993). 집단정신치료의 이론과 실제.(최혜림·장정숙 역, *The theory and practice of group psychotherapy. (3rd)*, 하나의학사.(원저 1985년 발행)).
- Young, M.E,& Long, L.L.(2003). 부부상담과 치료.(이정연 역, *Counseling and therapy for couples.* Thompson).시그마프레스.(원저 1998발행).

접 수 일 : 2009년 03월 15일
 심 사 일 : 2009년 03월 26일
 심사완료일 : 2009년 05월 12일