

자기인식 향상을 통한 부부친밀감 증진 프로그램 시안*

- 우리 부부에 대해 새롭게 알기 -

An Exploratory Program on the Enrichment of Marital Intimacy*

서울대학교 생활과학대학 아동가족학과
시간강사 이 경 희
서울대학교 생활과학대학 아동가족학과
교 수 옥 선 화

Dept. of Child & Family Studies, Seoul National Univ.
Lecturer : Lee, Kyung Hee

Dept. of Child & Family Studies, Seoul National Univ.
Prof. : OK, Sun Wha

◀ 목 차 ▶

- | | |
|----------------|------------------|
| I. 서론 | IV. 프로그램의 평가 |
| II. 프로그램 설계 | V. 프로그램의 의의 및 제언 |
| III. 프로그램 실행계획 | 참고문헌 |

<Abstract>

The purpose of this study was to develop the new marital intimacy enrichment program. Some family counselors(or therapists) and 3 couples' interviewees helped to design this program. This program intended to increase couples to understand one's personality, feeling, and behavior each other. For the purpose of it, two psychological theories and two family therapy theories were provided for the base of this program. This program is consisted of 6 sessions that are Sharing, Real Understanding of Our Personalities I, Understanding of Our Personalities II, Understanding of Our Family of Origins and Habits, Understanding of Our Recent Life, and Understanding of Our Feelings, aiming for increasing couple's cognitive, affective, and sexual intimacy.

I. 서론

진정한 부부관계의 의미란 두 사람의 상호성장을 추구하도록 부부 모두가 상대방을 배려하는 가운데

진정한 친밀감을 획득하는 것이라 볼 수 있다. Erikson(1963)의 발달이론에 따르면 성인 남녀의 진정한 친밀감 획득은 한 개인의 자아정체감이 확립

* 본 논문은 1998년도 서울대학교 생활과학대학 부설 생활과학연구소의 일부 연구비 지원으로 수행되었음.

된 위에 이루어진다고 한다.

지난 칠팔 십 년대 부부갈등의 원인은 주로 경제적인 것에 기인했으나 지금의 부부들은 애정이나 성격, 의사소통과 같은 영역에서의 갈등이 증가하고 있다(김갑숙·최외선, 1992; 최규련, 1994). 또한 부부간의 이혼에서 서로의 성격에 대한 마찰로 이혼하는 경우가 1970년 64.5%에서 1989년 83%로 증가하는(김정옥, 1993) 추세에 있다. 이와 같이 일반적으로 많은 부부들은 자신 뿐 아니라 배우자에 대하여 있는 그대로의 모습을 전적으로 수용하기보다는 자신의 설정해 놓은 기대나 자신이 살아온 방식에 맞추기를 바라고 있고 이로 인해 많은 갈등을 경험하는 것으로 보인다.

특히 우리나라의 경우, 부모의 과잉 기대와 관여속에 청소년기를 지내므로 결혼을 통해 자신의 주체성을 확립하기보다는 결혼 이후에도 자신의 부모와 정서적, 경제적, 의례적 유대의 끈이 강하게 지속되고 있는 것을 발견할 수 있다(원효종, 1997; 전춘애, 1994). 이러한 관계의 끈은 비록 어려움에 처한 성인들에게 지지적인 관계망으로 작용하기도 하지만 습관화된 관념이나 신념으로 부부생활의 곳곳에 잔재하여 상호 성장을 촉구하는 부부관계를 방해하기도 한다.

이와 같이 부부관계의 문제점들이 점차 사회문제화 되고 다면화되면서, 이미 종교단체를 통해서 부부관계 증진 프로그램이 오래 전부터 실시되어 왔으며, 학계에서도 부부관계를 증진시킬 여러 프로그램들이 개발·실시되는 초기 단계에 있다. 현재 개발된 몇 가지 교육프로그램들(김혜석, 1990; 박미경·김득성, 1997; 유영주·이정연·오윤자, 1998; 정민자, 1995; 정현숙·유은희, 1995; 최혜경·노치영·박의순, 1994)의 경우, 시기적으로 볼 때는 가족문제를 예방한다는 차원에서 결혼준비 교육이나 신혼기 부부관계증진 프로그램에 치중해있고 내용적으로는 건설적인 의사소통 방식의 습득을 목표로 하는 행동변화에 초점을 두고 있다.

그러나 여러 학자들의 가족생활교육의 목적을 정리해 본 결과, 한 가지 중요한 목표가 자신과 타인에 대한 통찰력 갖기(이정연, 1998)이며, 또한 부부의 상호성장을 위한 기본적 작업은 자신과 상대방 배우자

에 대한 인식이 밀거름이 되어야 함에도 불구하고 기존의 교육프로그램들에서는 이러한 관점이 간과되었으므로, 본 프로그램은 이와 같은 목표와 관점에 기초한다는 점에서 다른 프로그램과 차별성을 갖고자 한다. 또한 본 프로그램은 막내자녀가 학동기에 접어드는 가족발달단계가 되어야 주부가 자녀양육에 투자하는 에너지를 줄일 수 있음으로 해서 부부관계를 새로운 국면으로 성장시킬 수 있는 여력을 지닌다는 점과 또한 이 시기는 인생의 전환점이 되는 중년기를 시작하는 단계라는 점에서 중년 초기의 부부를 대상으로 프로그램 내용을 구상하고자 한다.

II. 프로그램 설계

1. 부부교육 프로그램의 현황 및 시사점

그 동안 국내에서 발표된 부부관계 증진 프로그램은 종교단체나 종교적 관점에 바탕을 둔 것을 별도로 하고도 가족생활분야에서 꽤 중요한 비중을 차지하고 있다. 기존에 개발된 부부관계증진 프로그램의 경향을 분석하여 프로그램 개발에의 시사점을 고려해 보면 다음과 같이 몇 가지로 정리할 수 있다.

첫째, 지금까지의 프로그램들은 결혼준비교육 프로그램(김혜석, 1990; 박미경·김득성, 1997; 유영주·이정연·오윤자, 1998; 정민자, 1995)이나 결혼 초기 부부를 대상으로 실시하는 프로그램(정현숙·유은희, 1995; 최혜경·노치영·박의순, 1994)이 대다수를 차지하고 있다. 이는 이 시기들이 결혼생활의 성패여부에 있어 결정적인 시기라는 점에서 중요성을 인정받아 왔다. 하지만 비록 이혼을 하지 않은 부부들 사이에서도 부부관계의 어려움은 여전히 존재하여 최근 높아진 평균 이혼연령¹⁾은 비단 높아

1) 1980년 평균 이혼 연령은 여자 31.3세, 남자 35.6세이었던 것이 1995년에는 여자 35.6세, 남자 38.6세로 늦추어졌다. 이러한 경향을 연령대별로 살펴보면, 1980년 20대 여성의 이혼구성비는 45.6%를 차지하던 것이 1995년 27.7%로 감소한 반면, 30대 여자 이혼구성비는 38.6%에서 50.4%로 증가했다. 남자의 경우도 30대는 1980이나 1995년 똑같이 49.5%로 비슷한 양상을 보이거나 40대는 20.5%

진 결혼연령의 결과만이 아닌 중년기 부부의 이혼이라는 새로운 모습으로 우리의 관심을 끌고 있으며 이에 따라 신혼기 이후의 부부를 대상으로 하는 프로그램을 개발할 필요성이 있다.

둘째, 기존의 프로그램들은 비록 자기이해나 자기성찰의 측면을 프로그램의 앞부분에 도입하고 있으나 그보다는 부부관계 문제해결에 보다 초점을 둔 경향이 있는 것으로 보인다. 그러나 가족생활교육의 목적이 새로운 행동양식이나 기술의 습득이라는 측면만이 아닌 자신과 타인에 대한 통찰력을 가지고 자신과 타 가족원에 대한 새로운 이해라는 인지적 및 태도적인 변화의 측면을 지니고 있다는 점에서 후자의 접근법이 요구되기도 한다. 비록 기존의 프로그램 중에서도 부부관계향상 프로그램(오윤자, 1998)이나 일·사랑·가족 함께하기 프로그램(정현숙, 1998)에서 자기자신에 대한 이해나 부부사이의 차이점을 발견하도록 하는 내용이 있으나 이는 시간적으로도 짧을 뿐 아니라 의사소통 훈련이나 효율적인 갈등해결방식의 습득을 위한 전 단계로서 약한 비중을 두고 다루어졌을 뿐이다.

셋째, 가족생활교육과 가족생활상담의 영역이 밀접한 관련성을 지닌다는 점에서 가족생활 상담에서 나타나는 부부관계 문제 양상의 특징을 참고하는 것이 부부관계증진 교육 프로그램을 구성하는 데 유의한 정보를 제공할 것으로 보인다. 기존프로그램의 제한점 및 시사점으로도 교육자의 상담지식과 기술의 활용(최혜경, 1998)이나 교육과 심층상담의 병행(정현숙, 1998)을 강화한 프로그램이 요구된다고 한다는 점에서 교육이 단지 강의식 전달에 그쳐서만은 부족하다는 점을 지적한 것이다. 이에 따라 본 연구에서는 가정생활교육과 가정생활상담의 연계를 위하여 부부상담 분야에서 관찰된 몇 가지 점들이 이 프로그램에 도입되었다. 먼저 이 프로그램에서 부부관계증진의 최종 목표로 설정하고 있는 부부친밀감은 부부상담 분야에서 부부관계의 핵심적 요소로 인식된다(Conlin, 1994; Hatfield, 1984; Waring, Schaefer, & Fry, 1994). 자신과 타인에 대한 이해를 도울 MBTI성격이론, 자신의 원가족에 대한 이해를 도울 Bowen(1976)의 이론이나 Berne(1977)

의 이론, 자신의 생활태도와 신념에 대한 통찰을 제공하는 Satir(1972)의 이론 등은 모두 정신분석학이나 커뮤니케이션학에 바탕을 둔 상담이론들로서 이러한 이론이 교육에 활용될 것으로 기대된다.

위와 같은 논의를 바탕으로 이 프로그램은 기존 프로그램에서 간과된 자기성찰을 통한 타인의 이해가 부부관계 증진의 핵심적 위치를 차지한다는 관점에서 출발한다. 교육대상은 결혼중반기를 넘긴 중년 초기의 부부를 대상으로 하며 교육내용은 상담이론에 기초한 자아성찰을 통해 부부관계의 긍정적이고 잠재되어 있던 자원을 개발하려는 취지에 부합하는 내용으로 한다. 이와 같은 프로그램을 통해 부부의 자기인식과 자율성을 높이고 더 나아가 자신뿐 아니라 배우자의 고유적 가치와 잠재력에 대한 이해를 바탕으로 부부친밀감을 증진시킬 목적을 지닌다.

2. 프로그램의 구성 및 이론적 배경

1) 프로그램의 내용설정을 위한 기초작업

본 프로그램의 내용을 구상하기 위한 전 단계로서 두 가지 방법을 실시하였다. 그 한가지 방법은 부부상담이나 교육을 실시하고 있는 연구소나 센터²⁾의 소장 및 상담원 7명을 통하여 부부관계증진을 위한 프로그램 내용에 대해 자문을 얻는 것이었다. 이 과정 중에 3명의 상담원들이 질문지를 통한 요구도 조사 대신 심층면접을 통한 요구도 조사를 실시해 볼 것을 권유하였다. 이에 또 다른 방법으로 프로그램 교육 대상이 될 연령층의 부부 3쌍을 대상으로 심층면접을 실시하였다.

먼저 유관기관의 조언내용을 요약하여 정리하면 다음과 같다.

첫째, 부부관계증진을 위해서는 자신에 대한 인식 과정이 거의 필수적임을 제시하였다. 특히 성격이해

에서 27.4%로 높아졌다. 이와 같은 분포를 살펴보면 결혼 후 상당 기간이 지난 30·40대 이혼율이 높고 있음을 발견할 수 있다(1997 여성통계연보, 1997).

2) 프로그램 구성을 위해 도움을 주신 연구소 및 상담소로는 강남의 H1, H2, K, N 연구소와 강북의 D, S 연구소 그리고 S대 상담실 등 모두 7곳이다.

를 위한 MBTI 프로그램 활용 방안은 이 프로그램이 지니는 강점에 힘입어 프로그램 도입 부분에 교육자와의 라포 형성에 큰 도움을 제공할 것이라는 평가를 받았다.

둘째, 자기이해를 위한 프로그램과 빼 놓을 수 없는 것이 특히 한국적인 상황에서는 자기 원가족과의 관계를 정리해보는 것이 관계이해를 위해 필수적이라는 것이 대다수의 의견이었다.

셋째, 부부간 남녀의 성별 차이로 말미암아, 성(性)이라는 간극을 뛰어넘어야 하는 과제가 있으며, 또한 의사소통과정에서 표현의 차이로 인해 자존심이나 감정상의 상처를 갖게되며 이를 치유해주는 프로그램이 있어야 한다는 조언이 제시되었다.

넷째, 의사소통 훈련 프로그램, 성관계 증진 프로그램이 포함되었으면 좋겠다는 의견이 개별적 의견으로 제시되었다.

다음으로 3쌍의 부부를 대상으로 한 요구도 조사에서는, 이 방법이 심층면접이라는 개별적 접촉 방식을 따랐기 때문에 각 개별 부부들의 특성에 맞는 접근법이 필요하다는 것을 새삼 느낄 수 있었다. 그러나 이러한 개별 면접을 통해서도 일반적인 교육 프로그램을 구상하기에 도움이 되는 몇 가지 공통적이고도 일반적인 사실들을 발견하였다.

첫째, 모든 부부들이 공통적으로 어려움을 겪는 부분은 성격적 차이였다. 기본적인 삶의 가치를 추구하는 바에 있어서는 크게 차이를 못 느끼는 반면, 사소한 일에 대한 두 사람의 지각 방식이나 행동방식은 상당한 차이가 존재하며 이러한 일들로 해서 싸우는 경우가 많다고 한다. 상대방의 입장에서 이해해 보려고 노력은 하지만 아직도 이것이 상대방에 대한 존중인지 아니면 포기인지 그 경계가 불명확하다고 한다. 전문가의 입장에서 이 문제에 관해 명확한 경계를 제시해 주면 부부생활에 도움이 될 것이라는 조언이 있었다.

둘째, 부부관계에서는 본인이 취약점이라고 생각되는 부분을 배우자가 건드렸을 때 관계가 나빠지는 경우가 많다. 잘못된 점에 대해 배우자로부터 지적을 받은 사람은 자존심이 상하고 자신의 인격이 무시되었다는 감정을 갖게 된다. 그러나 본인이 중

요하게 여기지 않는 부분에 대해 건드렸을 경우에는 전혀 문제가 되지 않는다. 본인의 마음이 편하고 너그러울 때는 상대방이 뭐라고 해도 자극을 받지 않으나 본인의 몸이나 심기가 불편할 때 상대방이 건드리면 싸움으로 발전하게 된다. 따라서 부부문제 는 자신의 내적 감정이 어떠한가에 의해서도 많이 좌우된다고 생각한다. 그러나 반대로 본인이 취약한 부분이라고 생각되는 부분을 상대방이 감싸주고 배려해 줄 때는 결혼하기 참 잘했구나 싶은 생각이 든다고 한다. 이와 같이 결혼생활에서 건강한 자아 상태와 상대방의 따뜻한 배려가 결합되면 상처를 남기지만 이것이 잘 충족되면 두 사람의 부부관계를 더욱 좋게 하고 있음을 알 수 있다.

셋째, 어느 한쪽 배우자든지 배우자에게 과도한 표준을 가지고 있을 때 그 배우자는 힘들다는 것을 느낀다. 이는 마치 남편 혹은 아내가 상대방을 자신이 상정한 어떤 틀 안에 가두려 하는 것 같아 상대방은 갑갑하게 느껴지므로 자신을 그냥 있는 그대로 수용해 주었으면 좋겠다는 바람을 갖는다는 것이다.

넷째, 40대를 넘긴 남편들의 경우는 자신들이 30대와는 다른 무엇인가를 느끼고 있음을 토로한다. 왜 부모님들이 나이가 들어가면서 잔소리가 많아지고 노파심이 많아지는지를 이해할 수 있을 것 같다고 한다. 뭔가 남편의 늙어감에 대해 부인의 이해가 있었으면 좋겠다고 하였다.

위와 같은 두 가지 기초 작업에서 도출된 결론을 토대로 하여 본 연구에서는 성격에 대한 이해, 원가족과의 관계 검토, 자신의 생활습관을 구성하고 있는 규칙에 대한 이해, 억압되고 표현되지 못한 감정의 해소와 같은 중심 주제들을 본 프로그램 내용으로 조직하였다.

2) 프로그램의 이론적 배경

여기에서는 자기인식을 통한 부부친밀감 증진 교육의 기반이 되는 이론적 배경을 살펴보고자 한다. 이 프로그램의 2회와 3회에 걸친 자기성격 분석은 Jung의 성격발달이론에 기초한 MBTI 성격검사에 기반을 두었다. 4회에 5회에 걸친 자신의 생활태도에 대한 분석은 Bowen의 정서적 단절, Berne의 각

본이론, Satir의 가족규칙 개념에 기초하였다. 이를 순서대로 간략히 살펴보면 다음과 같다.

(1) Jung의 성격발달이론 및 MBTI 성격검사

1920년 Jung은 심리유형이라는 이론을 집대성하였다. 이 책은 거의 20년에 걸친 그의 연구 성과로서, 정신과 의사인 그가 임상에서 경험하고 관찰해 왔던 지식을 축적하여 새롭게 탄생시킨 성격발달이론이다.

융은 인간의 심리적 에너지가 그 사람의 내부에서 또는 바깥에서 연유한다고 보았다. 이에 따라 어떤 사람은 내향성이 되고 어떤 사람은 외향성이 된다. 또한 인간이 외부 환경에 대하는 방법에도 각기 개인차가 있으며 이는 바로 독특한 마음의 기능에서 연유하는 것으로 해석했다. 어떤 사람은 직관이나 감각을 많이 사용하는 인식형이고 어떤 사람은 사고나 감정 기능을 주로 사용하는 판단형임을 발견하였다. 이러한 경향성은 어떤 민족이나 문화를 막론하고 모든 인간에게 본질적인 것으로 믿었다(김정택, 1995).

또한 MBTI(Myers-Briggs-Type-Indicator)는 Briggs와 그녀의 딸 Isabel Myers, 그리고 손자 Peter Myers가 융의 성격발달이론에 기초하여 1900년에서 1975년에 걸쳐 70여년의 세월을 투자한 성격유형 검사이다. 이 도구는 심리적 선호를 통해 개인의 성격 유형을 알아보는 비진단 검사이다.

MBTI에서는 인간의 성격 유형이 네 가지 선호성의 조합으로 이루어지며, 네 가지 선호척도의 기능을 보다 깊이 이해함으로써 자신의 이해 뿐 아니라 타인의 이해에도 도움을 주어 보다 원활한 인간관계를 이루어 가는 데 도움이 됨을 강조하고 있다. MBTI에서 나타내고 있는 네 가지 선호성 지표에 따라 16가지 유형이 도출된다³⁾. 각 선호성 지표의 의미는 다음과 같다.

외향성(E)-내향성 지표(I)는 주의 집중과 에너지의 방향을, 감각(S)-직관(N) 지표는 정보인식 기능을, 사고(T)-감정(F) 지표는 의사결정기능을, 판단(J)-인식(P) 지표는 외부세계에 대한 태도를 나타낸다. 외향성·내향성 (EI)지표는 개인이 외부세계와

자신의 내적세계 중 어디에 더 초점을 두는가를 나타내주는 것으로 보통 인간관계에서 이 두 상반된 경향성은 보완되는 경향이 있다. 감각·직관(SN)지표는 사물에 대한 정보를 수집함에 있어 오관에 기초하느냐 아니면 의식을 넘어서 직관에 의존하느냐의 차이를 나타내는 것으로 지표의 방향성이 다를 경우 생활의 여러 곳에서 첨예한 갈등을 나타낼 수 있다. 보통 이러한 방향성의 차이는 현실적인가 혹은 이상적인가와 같은 가치에서, 성실하고 꼼꼼한지 혹은 보다 먼 미래의 장래성에 관하여 대립을 보이는 경우가 많다. 사고·감정(TF)차원은 일단 접수된 정보를 어떻게 판단, 결정, 선택하느냐와 관련된 지표로서 사고형의 사람은 결정의 근거를 논리적 절차에 의거하는 반면 감정형의 사람은 인간적인 가치에서 찾는다. 보통 이러한 두 방향성의 차이는 인간에 대한 배려가 기준이 되는지 합리적인 객관성이 기준이 되는지에 따라 상대적 지표를 가진 사람의 눈에는 몰인정한 사람으로 혹은 비합리적인 사람으로 오인될 수 있다. 마지막으로 판단·인식(JP)차원은 외부세계를 받아들이는 방식이나 외부세계에 대한 한 개인의 태도에 대해 알려주고 있다. 따라서 이 지표는 개인이 외부세계를 다루는 데 있어 우선적으로 사용하는 과정을 묘사한다. J차원의 태도를 선호하는 사람은 계획을 세우고 질서정연하게 살아가기를 원하는 반면 P차원을 선호하는 사람은 상황에 맞추어 적응하고 자율적으로 즉흥적으로 살아가기를 원한다. 이 두 차원의 대립은 수용성의 정도와 시간관념의 차이로 종종 갈등을 빚는다.

(2) Bowen의 정서적 단절 및 다세대 전수이론

Bowen(1976)이 개발한 가족치료적 접근의 핵심적인 개념 및 방법은 개인과 가족의 자아분화수준에 대한 이해로부터 출발한다. 한 개인의 자아분화수준이 낮으면 이에 상응하여 자아분화수준이 낮은 배우자를 만나 자아분화수준이 낮은 가족체계를 만들

3) MBTI 16가지 성격에 대한 자세한 설명은 '나의 모습 나의 얼굴' (김정택·심혜숙·임승환 공역, 1993)이나 '16가지 성격유형집' (김정택·심혜숙 편저, 1991)을 참조하기 바람.

어 났으로써 정서적 융합인 삼각관계를 발생시키게 된다. 정서적 융합이 일어나는 맥락은 단지 핵가족적 문제일 뿐만 아니라 배우자 각각의 원가족에까지 그 연원을 찾을 수 있다.

그에 따르면, 한 개인은 그들 부모와의 관계에서 과거에 해결하지 못한 정서적 애착을 제대로 처리하지 못하여 핵가족 내에서 정서적으로 독립적이지 못하고 정서적 융합을 피한다는 것이다. 원가족과의 관계에서 분화가 잘 이루어지지 않은 경우 부모와는 정서적 단절을 피하는 대신 부부관계에서는 과도한 융합을 형성하는 경향이 있다는 것이다.

따라서 각 개인의 부모의 부부관계 및 부모-자녀 관계를 면밀히 검토하여 현 부부관계에 어떠한 양상으로 영향을 미치는지 고찰할 필요가 있다. 검토 방법으로는 원가족에 대한 가계도를 그리도록 하여 부모들의 부부관계를 탐색해보고, 부모와 나와 의 관계에서 어떠한 미해결된 과제가 남아있는지, 그리고 정서적으로 독립되지 않은 부분은 무엇인지 탐색해보고자 한다.

(3) Berne의 각본이론

각본이란 우리들의 삶을 규정하는 하나의 인생설계라고 볼 수 있는데, 이는 대부분 각 개인의 어린 시절에 부모와의 상호작용을 통해 형성되고 성장기 동안 체험에 의하여 강화되고 고정화된 인생계획이며 청사진인 것이다. 각본의 영향력은 그것이 각 개인의 내면에 보통 금지령으로 자리잡아 인생의 중요한 결정시기에 자신의 선택에 지대한 영향을 미치는 힘을 갖게 된다(Berne, 1977).

따라서 각본을 분석함으로써 지금까지 자기가 무의식중에 선택하고 결정하여 자연스럽다고 여겼던 것들이 실제로는 자신의 금지령내에서 제한적으로 선택되었던 것이었음을 깨닫게 된다. 또 앞서 고찰해 보았던 성격형성과도 맞물려 자신을 제한하고 한정했던 인생태도나 성격을 형성한 것임을 자세히 성찰할 수 있게끔 한다. 그래서 자기가 어떠한 인생각본은 연출하고 있는가를 알아내어 지금까지의 비건설적이고 성장을 방해한 각본을 다시 고쳐썹으로써 거기로부터의 지배를 벗어나 참된 자신의 삶을 살

수 있는 가능성을 모색할 수 있다. 다시 말해 개인의 각본은 개인의 초기 실존적 결단에 바탕을 두고 있는데 살아오면서 더욱 강화되는 신념체계로 발달할 수 있으나 자신의 성찰을 통해 진정한 자신의 모습으로 변형시킬 수 있는 것이다. 따라서 이러한 분석작업을 통해 자신의 행동 양식을 검토해 볼 수 있다.

여기에서 개인의 각본을 크게 파괴적 각본, 평범한 각본, 성공자 각본의 세 가지로 분류할 수 있다(김규수·류태보, 1996). 이 세 가지 유형 중에서 성공의 각본은 인생의 목표를 자기 스스로 결정하고 그것을 향하여 전력을 다하며 그것을 완수하는 각본이다. 하지만 파괴적 각본을 가지고 있는 사람은 자기의 목표를 스스로 결정하기 어려울 뿐 아니라 인생에서 어려움을 겪게 되면 책임을 타인에게 전가시키던지 과거의 실패에서 벗어나지 못하는 등 자기파괴적 게임을 연출하는 사람이다. 또한 평범한 각본을 연출하는 사람은 보통의 자기로서 훌륭한 삶을 살아가고 있으나 자기가 가진 재능을 충분히 발휘하지 못하며 좀 더 노력하여 사회적으로 공헌할 수 있는 삶을 저버리는 아쉬움을 갖는다. 이러한 후자의 두 각본은 '금지령'이라고 하는 부모의 커다란 영향력 하에 구성된 것이므로 자신을 구속하고 있는 '금지령'에 대해 검토해 보는 것이 진정한 자기의 삶을 실현하는 데 도움을 줄 것으로 보인다.

금지령은 부모의 표현적 메시지와는 다르게 암묵적으로 전달되는 강력한 메시지에 의해 형성되는데, 이러한 금지령에는 여러 가지가 있다. 자신의 존재에 대한 긍정적 평가를 낮게 하는 '존재해서는 안 된다', 자신의 성적 정체감을 거부하게 만드는 '여자(남자)여서는 안 된다', 자연스런 감정을 표출하지 못하게 만드는 '자연스런 감정을 체험해서는 안 된다', 오로지 일과 성취에만 가치를 두는 '즐거워서는 안 된다', 애정이나 관심을 병이 났을 때와 같이 특수한 상황에서만 보상을 받았을 경우에 형성되는 '건강해서는 안 된다', 자신이 수행한 일에 관하여 긍정적인 보상을 받지 못하고 비난만을 받거나 부모가 미리 알아서 자신의 일을 대행해 준 습관에 길들여져 있는 '스스로 성공·실행해서는 안 된다', 늘 어린이와 같은 상태로 머물러 있을 것을 기대 받아

은 '성장해서는 안 된다', 부모에게 애정철회의 상처를 지닌 '사랑해서는 안 된다' 등 여러 가지가 있다.

이러한 여러 종류의 금지령에 관해 자신을 성찰해봄으로써 자신이 자유롭게 선택하지 못했던 많은 제한점들을 발견하고 부부관계에는 어떠한 영향력을 미쳤는지 탐색하여 그로부터 벗어날 수 있는 인지적 능력을 획득하는 데 도움을 줄 것이다.

(4) Satir의 가족규칙

Satir는 가족규칙을 가족구조 내에서 필수적이고 역동적이며 영향력이 강한 행동규범으로 보았다(송성자·정문자, 1996). 따라서 어떠한 가족이든 부부 사이에 혹은 부모 자녀 사이에 어떤 규칙들이 존재한다고 전제하였다. 다만 그 규칙이 명시적으로 드러나 있는지 아니면 암묵적으로 드러나지 않는지의 차이만이 존재한다.

일반적으로 규칙은 돈, 성역할, 가족의 계획, 규칙을 위반한 것에 대한 처리 등에 관한 생활규범적 규칙이 눈에 띄는 규칙이지만 Satir(1972)에 의하면 특히 감정에 관한 규칙이 중요한 것으로 인식된다. 가족내에 존재하는 감정의 규칙은 무엇인가, 건드려서는 안 되는 금지된 화제는 무엇인가, 자신의 성장을 방해하는 고통을 주는 규칙은 무엇인가를 밝혀냄으로써 비합리적 가족규칙으로부터 벗어날 수 있다. Satir(1972)는 문제의 원인을 "나쁜 사람"에게서 찾지 않고 "나쁜 규칙"에서 찾아내는데 이는 각 개인의 무한한 긍정적 잠재력을 존중하기 때문이다. 이러한 가족규칙 역시 부부 사이의 진정한 만남을 방해하는 요소로 작용한다. 예를 들어 집안의 어른은 남편이어야 한다든지, 남자가 집안의 사소한 일

들에 참견해서는 안 된다든지 등의 규칙이다.

부부관계를 점검해 보는 데 유용할 것으로 보이는 생활 규범에 관한 가족규칙들은 다음과 같다. '가족의 특별한 날(결혼기념일 이나 생일날)은 꼭 기억해서 잘 챙겨야 한다', '그 날 일어난 일은 부부 혹은 가족 모두가 알아야 한다', '사치하지 말고 검소해야 한다', '성에 관한 이야기는 창피한 것이므로 이야기해서는 안 된다', '여자는 성관계를 요구해서는 안 된다', '항상 성실해야 한다', '집안에는 위계질서가 있어야 한다', '부인은 남편의 의견에 반대해서는 안 된다', '집안 일은 여자가 해야 한다', '남자는 말이 적어야 한다', '남자는 포용력이 있어야 한다', '자녀양육은 엄마가 책임져야 한다'.

또한 Satir(1972)가 중요시 여겼던 감정규칙에는 다음과 같은 것들이 있다. '감정을 표현하지 말라', '남에게 싫은 말을 해서는 안 된다', '원하는 것을 이야기하기보다는 해 줄 때까지 기다린다', '남의 흉을 보아서는 안 된다', '부정적 감정을 터뜨려서는 안 된다'. 이러한 규칙들은 자신도 모르는 사이에 부부나 가족관계의 성장을 방해하는 요인이 된다. 따라서 개인 및 가족 역기능의 원인이 되는 가족규칙을 깨닫게 하여 규칙을 하나의 지침으로 재형성해 볼 수 있다. 가족규칙을 건설적 지침으로 바꾸는 원리는 <표 1>과 같다.

III. 프로그램 실행계획

여기에서는 앞의 프로그램 설계 과정을 바탕으로

<표 1> 가족규칙을 바꾸는 원리

단 계	내 용	변 형
규 칙	나는 어른에게 복종해야만 한다	
지침 1단계	나는 어른에게 복종할 수 있다	해야만 한다는 할 수 있다로 바꿈으로써 강제가 선택으로 변하게 한다
지침 2단계	나는 어른에게 가끔 복종할 수 있다	가끔을 첨가함으로써 선택의 폭을 넓힌다.
지침 3단계	나는 어른이 합리적인 때 복종할 수 있다	일 때를 첨가함으로써 가능성의 폭을 넓힌다

(송성자·정문자, 1996)

구성한 프로그램의 실제에 관해 서술하고자 한다. 먼저 프로그램의 전체적인 개요에 관해 설명한 후 각 회의 프로그램 내용에 관해 구체적으로 살펴보고자 한다.

1. 프로그램의 개요

1) 프로그램의 명칭

본 프로그램의 명칭은 '우리 부부에 대해 새롭게 알기'라고 정하였다.

2) 프로그램의 기본방향

본 프로그램은 다음과 같은 몇 가지 특성을 기본 전제로 설계되었다.

첫째, 프로그램의 전체적인 방식을 집단 상담의 원리에 기초하였다. 다시 말해 강의식 교육을 지양하고 대신 그룹원들 스스로 자신의 혹은 배우자의 잠재적 가치를 발견하고 자신들 부부 고유의 관계성을 탐색할 수 있도록 고안하였다. 여기에서 교육자의 역할은 새로운 지식을 전달하기보다 자신들의 내적 가치를 새롭게 발견하도록 돕는 역할을 담당한다. 따라서 교육자의 강의 시간은 가장 적게, 꼭 필요한 부분에만 배분되고 그룹 활동중심의 프로그램이 되도록 한다.

둘째, 본 프로그램은 문제해결 기술의 습득보다는 자신 및 각 부부 고유 관계의 성격을 탐색하는 인지적 측면에 중점을 둔다. 개별 부부는 자신들 고유의 문화와 상호작용 특성을 지니고 이러한 특성은 기본적으로 개별 부부들에게 꼭 맞는 최선의 형태였음을 인식토록 한다. 즉, 부부관계에 대한 어떤 특정 가치나 모델을 상정하고 이를 목표모델로 삼는 것이 아니라, 개별 부부 고유의 특성에 맞는 다양성을 수용하는 것에 초점을 두어 각 부부들에게 이미 존재했던 기본적 자원을 개발한다.

셋째, 본 프로그램은 결혼생활을 십 년 이상 지속해왔던 부부를 대상으로 하기 때문에 기존 관계의 부정적 측면들을 최소화하기 위해 약간의 치료적 성격을 갖는다. 부부들의 자원인지를 획득하는 기본적인 방식은 새로운 자원을 새롭게 개발해 내는 것이

아니라, 자기인식을 통한 자기성찰에 기초하여 자신의 내적인 자원을 관계향상에 충분히 활용하지 못하게 했던 요인들을 탐색하고 이를 극복하도록 하는 것이다. 다시 말해, 부부친밀감을 방해하고 있는 자신의 성격적 특성이 무엇인지, 배우자를 이해하지 못했던 자신의 편견은 무엇인지, 나의 존재에 스며있었던 고정관념 및 부정적 생활습관은 무엇인지, 타인 특히 부모의 기대에 부응하기 위해 내가 취할 수밖에 없었던 삶의 각본은 무엇인지를 탐색하는 자기성찰과 반성을 촉구하는 프로그램이다.

3) 교육대상

이 프로그램은 중년 초기의 부부를 대상으로 한다. 연령의 제한은 없으나 교육대상의 동질성을 확보하기 위해 막내자녀가 초등학교 저학년인 재학중인 부부로 제한하고자 한다. 기존의 중년기 부부교육 프로그램(송정아, 1996)에서는 대상 연령층의 연령범위가 너무 크기 때문에 세대차이를 지니고 있는 대상들이 공존하는 어려움이 있을 것으로 보여 연령층의 폭을 비교적 좁게 설정하였다. 특히 이 시기의 부부를 대상으로 하는 까닭은 다음과 같은 이유에서이다. 첫째, 이혼연령의 변화추이를 보거나⁴⁾ 한 상담기관의 지난 십 년 간 상담에 대한 통계를 보면(태화기독교사회복지관, 1994), 16세에서 45세까지의 여성들의 상담이 거의 대부분을 차지하는 86%에 이른다. 이 중 미혼자를 제외하면 20대 후반부터 45세까지의 주부들이 상담의 대부분을 차지하고 있음을 알 수 있다. 이는 이들 연령층의 주부들이 많은 어려움을 겪고 있어 교육의 필요성이 있음을 나타낸다고 볼 수 있다. 둘째, 막내 자녀가 학동기에 들어가는 시기가 되어야 부부가 프로그램에 참여할 수 있는 시간적 여유가 있어 교육프로그램에 참가할 수 있을 것으로 예상되기 때문이다.

집단구성은 프로그램의 성격상 토론과 느낌 나누기 등을 충분히 전달하고 공감하기 위하여 4-5쌍의 부부로 한다. 모집방법은 가족생활교육 프로그램을 실시할 수 있는 기관과 협조하여 지역신문 광고를

4) 앞의 주*참조.

통하여 모집하는 방법과 남편의 직장을 통하여 모집하는 두 가지 방법을 모두 시도해 보고자 한다.

4) 프로그램 목표

이 프로그램은 부부친밀감⁵⁾을 증진시키는 것을 목표로 한다. 이를 위하여 세부적으로 세 가지의 목적을 가진다. 첫째, 자신과 배우자의 성격적 특성을 이해하여 부부관계에 어떻게 투영되는지 인식하도록 한다(2, 3회). 둘째, 자신과 배우자를 옷 입히고 있는 성역할, 문화적 고정관념, 개인적 편견, 강박적 생활습관 등이 무엇인지 스스로 통찰하여 부부관계에 어떻게 투영되는지 인식하게 한다(4, 5회). 셋째, 그 동안 부정적인 상호작용을 통하여 감정적으로 상처를 주었던 부분은 없는지, 존재를 무시해오지는 않았는지를 반성함으로써 상처받은 마음의 찌꺼기를 해소하도록 유도한다(6회).

5) 프로그램의 실시방법

이 프로그램은 남편의 귀가시간 때문에 토요일 오후를 이용하여 대학교 부설 가족상담실에서 매주 실시한다. 총 6회로 1회당 2시간-2시간 30분 정도의 시간이 소요된다. 각 회의 진행방법은 강의와 집단토의, 그리고 발표를 진행 내용에 맞게 혼합하여 실시한다. 강의에 필요한 유인물은 워크북을 만들어 참석자들에게 배부한다.

2. 프로그램의 내용

1) 1회 : 들어가기

본 프로그램의 한 가지 특징이 집단 상담의 성격

5) 부부친밀감은 부부가 각자의 자율성을 토대로 하여 상대방의 결점까지도 수용하는 상호공유적인 인지적, 정서적, 성적 밀접함의 정도이다(이경희, 1998).

1회 : 나눔의 시간

진행단계	내용	준비물
목표	*프로그램의 전체 윤곽과 내용 소개 *프로그램 규칙 바로알기 *교육자와 그룹, 그룹간 라포 형성하기	
도입 (60분)	(1) 친숙해지기(20분) ① 진행자의 자기소개 ② 참가자들의 자기소개 : 프로그램에 참여하게 된 계기/현재의 느낌/프로그램에 대한 기대/별칭지어 의미 이야기 하기 (2) 집단규칙 정하기(10분) : 지각·결석하지 않기/대신 말해주지 않기/독점하지 않기/비밀보장/집단 내의 바람직한 대화관계 유지에 힘쓸 것 (3) 화제 도입하기(30분) : 프로그램 방향성을 표방하기 위한 진행자의 이야기 즉 간단한 우화나 어른 동화읽고 감상나누기(예로 안도현의 '구두를 이해하는 법') - 감상나누기 정리해주기	명찰표, 필기도구
강의 및 활동 (80분)	(4) 현재의 부부관계 점검하기(20분) ① 자신의 부부문제 적어보기 ② 문제를 해결하기 위해 변해야 할 사람이 누구인지 점검해보기 ③ 부부친밀감 척도 검사 실시 (5) 성격검사 소개 및 실시(60분) ① MBTI 소개 : Jung의 성격발달이론과 MBTI검사에 대한 설명 ② 검사 실시	워크북 필기도구 검사지
종결 및 과제 (10분)	(6) 마무리(10분) ① 오늘의 내용에 대한 전체적인 마무리 ② 다음회 할 일과 숙제부여하기(상대방 배우자의 장점 10개씩 찾아오기)	

을 지닌다는 점에서, 다시 말해 집단 상담의 효과는 교육자와 참석자들간의 라포 형성이 프로그램 성공의 주요한 열쇠를 지닌다는 점에서 첫 회의 상당부분을 참석자와 교육자의 공감대 형성의 시간으로 할애하는 것이 효과적인 것으로 생각된다. 또한 첫 회의 지니는 중요성은 참석자들의 프로그램 참여에 대한 동기유발을 어떻게 잘 이끄느냐 하는 점이다.

참석자들에게 지금까지와는 다른 새로운 관점을 제시하고, 자신의 프로그램 참여에 대한 동기를 점검하여, 이에 상응하는 프로그램 운영의 융통성이 첨가되어야 할 것으로 보인다. 마지막으로 참석자들로 하여금 다음 회에 오고 싶다는 호기심을 강하게 자극하는 설계가 필요할 것으로 생각되어⁶⁾ 성격유형에 대한 검사만을 실시하고 다음 시간에 그 결과를 바탕으로 내용을 구성하였다.

2) 2회 : 성격이해 I

자신의 성격에서 장점을 발견하고 이를 통해 자신에 대한 자긍심을 갖는다. 또한 배우자의 장점을 생각하도록 유도하고 성격특성에 대한 설명을 강의함으로써 나와 다른 남에 대한 이해를 높인다. 다음으로 각 배우자의 장점이 그들 부부관계에서 순기능적으로 작용하는 측면을 발견하도록 한다.

3) 3회 : 성격이해 II

지난 주 동안 일어났던 자연스런 변화에 대해 참

6) 가족치료학과 중의 하나인 Milan Group에서는 상담자가 각 회기의 마지막에 많은 설명을 하지 않고 역설적 가설만을 짧게 제시함으로써 내담자들의 다음 회기 참여 동기를 높이는 기법을 사용하고 있다(Fussner, 1998).

2회 : 나의 밝은 곳 비주기

진행단계	내 용	준비물
목 표	*MBTI 성격 검사를 통해 자신의 장점에 대해 발견하여 자신에 대한 자긍심을 높이고 배우자에 대한 이해를 높인다. *자신과 배우자 성격의 장점이 부부관계에 어떻게 도움이 되는지 인식하기	
도 입 (50분)	(1) 분위기 조성(10분) : 지난 주 동안 체험한 중요 경험이나 진행자의 간단한 화제 도입 (2) 배우자 장점 발표하기(40분)	
강의 및 활동 (80분)	(3) MBTI 성격유형에 대한 설명(40분) : 검사결과를 바탕으로 (4) 현재의 부부관계에 서로의 성격이 어떻게 이롭게 보완되고 있는지 발견하고 발표하기(40분)	OHP 워크 북 필기도구
종결 및 과제 (10분)	(5) 마무리(10분) ① 새롭게 발견한 부부관계에 대해 이야기하고 상대방에게 감사하기 ② 다음회기 할 일과 숙제부여하기(상대방 배우자의 단점 5가지 적어오기)	

3회 : 나의 그림자 비주기

진행단계	내 용	준비물
목 표	*MBTI 성격 검사를 통해 자신과 배우자의 단점에 대해 발견한다. *자신과 배우자 성격의 단점이 부부사이를 나쁘게 하는지 인식하기	
도 입 (40분)	(1) 분위기 조성(10분) : 진행자의 화제도입 (2) 배우자 단점 발표하기(30분)	

진행단계	내 용	준비물
강의 및 활동 (80분)	(3) 유형에 관한 취약점 설명하기(40분) ① 각 성격유형의 취약한 부분 및 게임방식에 대해 설명하기 ② 서로 부딪치기 쉬운 차원에 대해 설명하기(N-S, T-F, J-P 차원) (4) 각 부부들 사이에 발생하는 충돌 이야기 나누기(40분)	OHP 워크북 펼기도구
종결 및 과제 (20분)	(5) 마무리(20분) : 활동에 대한 느낌 나누기 - 자신과 배우자의 성격 차이를 총체적으로 평가하고 이것이 부부관계에 어떻게 영향을 미쳤는지 함께 이야기 나누기	

4회 : 나는 누구인가

진행단계	내 용	준비물
목 표	*지나온 성장배경을 통해 현재의 나를 진단해보기	
강의 및 활동 (100분)	(2) 강의(20분) - Bowen의 가계도 설명 - Berne의 각본이론과 Satir의 가족규칙에 대한 설명: 자신의 원가족 각본 및 규칙 발견하기 (3) 토의(80분) ① 가계도를 그리고 가족규칙 생각해보기 ② 현재 우리 가족에서도 드러나는 자신의 각본과 금지령 그리고 가족규칙 발견하기 ③ 가족규칙의 변형 ④ 미해결과제다루기	OHP 워크북 펼기도구
종결 및 과제 (10분)	(4) 마무리(10분) - 인지적 친밀감에 대한 정리(자신 및 배우자에 대한 인지적 이해를 바탕으로 공감하기)	

석자들 스스로 평가해 보도록 유도하고 이러한 변화에 대해 교육자는 긍정적으로 지지해준다. MBTI 성격검사를 통해 성격의 장점만을 고찰하기보다 부부관계의 개선을 위해서는 자신의 성격이 지닌 단점에 대해 고찰해 봄으로써 어떠한 갈등의 소지가 있는지 탐색해보도록 한다.

4) 4회 : 원가족과의 관계 및 생활태도 이해

지난 주 동안 일어났던 자연스런 변화에 대해 참석자들 스스로 평가해 보도록 유도하고 이러한 변화에 대해 교육자는 긍정적으로 지지해준다. 다음으로 진정한 부부의 만남을 방해하는 요인들을 제거하기 위해서는 자신의 행동양식을 제한하는 습관과 규칙들을 점검해보도록 한다.

5) 5회 : 변화에 주목하기

한국 사회에서 남성과 여성으로 살아간다는 점에 대해 서로의 이해를 촉구할 수 있는 토론의 장을 마련하고 생활속의 다면적인 어려움을 발견하도록 한다. 또한 두 사람간의 관계라는 것은 끊임없이 변화하고 조정해 가는 역동적인 것임을 인식하도록 하여 역기능적으로 설정된 부부관계의 폐단에서 벗어날 수 있도록 돕는다.

6) 6회 : 정서적 치유단계

부부친밀감의 획득은 서로에 대한 상대방의 부족한 부분에 대한 감싸줌이다. 지난 회 동안 그 사람이 그럴 수밖에 없음을 이해한 것을 바탕으로 정서적 포용능력만이 상대방을 스스로 변화할 수 있도록 하는 계기가 된다고 본다.

5회 : 특히 요즈음은 이런 게 힘들어요

진행단계	내용	준비물
목 표	*결혼 10여 년을 지난 요즈음의 심리적·육체적 변화에 대해 발견하기 *생활속에 묻혀 있는 남녀의 성차·성관계 발견하기 *가족·친족관계에서의 어려움 발견하기	
강의 및 활동 (90분)	(1) 강의(20분) ① 중년기의 변화에 대해 설명 ② 성적 친밀감에 대한 강의 (2) 토의(30분) ① 남편들끼리, 부인들끼리 성별로 그룹을 지어 '우리는 이렇다'에 대해 토론하고 발표하기 ② 성관계의 남녀인식차이와 어려움 점검하기 (3) 발표 및 소감 전하기(40분) ① 남편 대표와 부인 대표가 각각의 힘든 점, 이해 받고 싶은 발표하기 ② 발표자의 내용을 듣고 느낌 나누기	OHP 워크 북 필기도구
종결 및 과제 (20분)	(4) 마무리 및 과제부여 새로운 관계 모색하기 : 부부 각각 개별 토의	

6회 : 상처어루만져주기

진행단계	내용	준비물
목 표	* 배우자가 가장 힘들었던 것이나 현재 힘든 부분에 대해 알고 이를 보듬어주기	
강의 및 활동 (100분)	(1) 활동(100분) ① 나는 부모/배우자/자식/역할들로 인해 얼마나 힘들었는가, 특히 배우자로부터 상처받고 거리감을 느꼈던 것은 무엇이었는가를 이야기 나누기 ② 부부의 의사소통 차이로 인한 상처 점검하기 ③ 개별 활동 후 전체적으로 함께 느낌나누기(정서적 친밀감에 대한 정리)	워크 북 필기도구
종결 및 과제 (40분)	(2) 마무리(40분) ① 부부친밀감에 대한 최종적 정리 : 척도 검사 실시 ② 1회 때 실시한 부부친밀감 척도의 점수와 지금의 것을 보며 부부가 이야기 나누기 ③ 전체 프로그램에 대한 평가	

IV. 프로그램의 평가방법

이 프로그램은 부부친밀감을 증진시키는 것을 목표로 실시되는 것이므로 프로그램의 효과는 이에 준하여 평가된다. 구체적인 방법은 첫 회와 최종 회 시간에 부부친밀감 척도로 검사를 실시하여 효과 정도를 측정한다.

첫 회에 각자 자기 부부의 문제를 적어보게 하고

이 프로그램을 통하여 도움이 되지 않았던 문제에 관해서는 개별적인 상담과 연계하여 부부상담으로 이어지도록 한다.

프로그램의 내용구성이나 진행방법 등에 관한 평가는 전체 프로그램이 끝난 후 참가자들에게 구조적·개방적 응답으로 평가자에 작성하게 한 후 이를 기초하여 다음 프로그램 운영에 반영하도록 한다.

V. 프로그램의 의의 및 제언

이 프로그램은 부부관계를 지속하고 있지만 아직도 부부친밀감을 획득하는데 어려움을 겪고 있는 중년 초기의 부부관계를 새롭게 증진시킬 목적으로 개발되었다.

대부분의 사람들은 부부관계에서 상대방의 인격을 존중해주기보다는 자신의 요구대로 상대방이 변화해 주기를 바란다. 하지만 어떤 사람도 자기 스스로 변화해야 한다는 자각 없이는 변화하기 힘들다. 따라서 이 프로그램을 통하여 자신이 어떠한 사람인지 또한 배우자가 어떠한 사람인지에 관해 이해하고, 자신이 관계에서 어떠한 위치를 점하는지를 통찰함으로써 자신의 부족함을 깨닫고 자기 스스로 변화해야겠다는 자각을 하도록 함으로써 부부관계 개선에 도움을 주고자 한다. 이러한 자기성찰은 곧 평생교육에서 현재의 자기 모습을 평가하여 진정한 자기를 찾기 위한 앞으로의 여정에 도움이 될 것이다. 더불어 이러한 자기성찰은 개인적 차원에만 머무는 것이 아니라 관계적 차원에서도 상대방을 배려하고 수용하는 특징을 지닌 성장하는 부부관계를 향한 발판이 되리라고 생각된다. 기존의 부부관계증진 교육 프로그램에서도 부부간의 차이를 더 잘 수용할 수 있도록 '나' 자신에 대한 이해, 부부의 성격적 특성 이해하기, 부부간의 차이와 부부 각자의 근원가족의 특성에 대한 이해를 높일 수 있는 내용이 보다 심층적으로 제공되어야 할 것으로 제시된 바(정현숙, 1998), 본 연구의 프로그램은 이러한 제한점을 다소나마 충족시킬 것으로 기대된다.

그러나 이 프로그램이 부부관계 증진을 위한 모든 목표와 내용, 기술을 모두 포괄할 수 없는 한계를 지니므로, 이 프로그램은 다른 프로그램에서 제공할 수 있는 별도의 내용과 많이 겹치지 않도록 구성하였다. 이는 이 프로그램의 특성이기도 하지만 단점이 될 수 있는 부분이다. 그러므로 비록 자신 및 배우자에 대한 이해는 이루어졌으나 이를 표현하는 방법을 모른다거나 기술이 부족 할 경우 상대방이 이해받고 배려받고 있다는 것을 느끼지 못하는 경우도 빈번하리라 생각된다. 따라서 이와 같은

경우 부부의 의사소통증진이나 갈등해결방식의 변화와 같은 세부적인 행동변화를 초점으로 하는 후속 프로그램과 연계를 가지고 운용된다면 보다 심화된 부부관계 교육이 이루어질 것으로 생각된다.

또한 부부관계 증진 프로그램 운영에서 가장 큰 실제적인 어려움은 부부를 쌍으로 프로그램에 참여시키는 문제이다. 남편들의 경우 프로그램에 참여할 동기가 높지 않기 때문에 이에 대한 실제적인 대책이 필요하리라 생각된다.

■ 참고문헌

- 1) 김갑숙·최외선(1992). 아내가 인지한 부부갈등에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 10(2), 133-143.
- 2) 김규수·류태보(1996). 교류분석치료. 서울: 형설출판사.
- 3) 김정옥(1993). 이혼 원인의 실증적 연구. 이혼과 가족문제. 한국가족학연구회(편). 서울: 도서출판하우.
- 4) 김정택(1995). 융(Jung)의 열등기능론과 상담과 심리치료에서의 활용. 한국심리유형학회지, 2(1), 1-21.
- 5) 김정택·심혜숙(1991). 16가지 성격유형집. 한국심리검사연구소.
- 6) 김정택·심혜숙·임승환(1993). 나의 모습 나의 얼굴. 한국심리검사연구소.
- 7) 김혜석(1990). 결혼준비 성인교육프로그램 개발 연구. 이화여대 박사학위논문.
- 8) 1997여성통계연보(1997). 한국여성개발원.
- 9) 박미경·김득성(1997). 예비부부를 위한 결혼준비교육 프로그램. 대한가정학회지, 35(4), 47-77.
- 10) 송성자·정문자(1996). 경험적 가족치료. 서울: 중앙적성출판사.
- 11) 송정아(1996). 중년기 부부관계 향상 프로그램. 한국가정관리학회지, 14(1), 113-131.
- 12) 오윤자(1998). 부부관계 향상 프로그램. 한국가족관계학회편, 가족생활교육, pp.175~200, 서울: 도서출판 하우.

- 13) 원효종(1997). 도시 핵가족 주부의 사회관계망 유형 연구. 서울대 박사학위논문.
- 14) 유영주·이정연·오윤자(1998). 건강한 가족생활을 위한 결혼 준비 프로그램. 한국가족관계학회편, 가족생활교육, pp.87-112, 서울: 도서출판 하우.
- 15) 이경희(1998). 부인이 지각한 갈등과 친밀감에 따른 부부관계유형. 서울대 박사학위논문.
- 16) 이정연(1998). 가족생활교육의 본질. 한국가족관계학회편, 가족생활교육, pp.3-36, 서울: 도서출판 하우.
- 17) 전춘애(1994). 부부의 자아분화수준과 출생가족에 대한 정서적 건강 지각이 결혼안 정성에 미친 영향. 이화여대 박사학위논문.
- 18) 정민자(1995). 결혼준비교육프로그램의 개발에 관한 연구 I. 대한가정학회지 34(4), 373-391.
- 19) 정현숙(1998). 부부관계 프로그램: 일·사랑·가족 함께하기. 한국가족관계학회편, 가족생활교육, pp. 134-148, 서울: 도서출판 하우.
- 20) 정현숙·유은희(1995). 신혼부부를 위한 부부교육 프로그램. 한국가족상담연구소, 연구보고서 2권, 44-58.
- 21) 최규련(1994). 가족체계유형과 부부간 갈등 및 대처방안에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 12(2), 140-152.
- 22) 최혜경(1998). 결혼초기 부부를 위한 교육 프로그램. 한국가족관계학회편, 가족생활교육, pp. 113-133, 서울: 도서출판 하우.
- 23) 최혜경·노치영·박의순(1994). 결혼초기 부부를 위한 부부교육 프로그램 구성. 한국가정관리학회지, 12(1), 171-180.
- 24) 태화기독교사회복지관(1994). 태화상담사례집. 서울: 태화기독교사회복지관
- 25) Berne, E (1977). *Intuition and Ego States*, San Francisco: Harper & Row.
- 26) Bowen, M. (1976). Theory in the practice of psychotherapy. In P.M. Guerin, Jr. (Ed.), *Family Therapy: Theory and Practice*. pp. 80-125, NY: Gardner Press.
- 27) Conlin, M.A. (1994). Toward an understanding of intimacy in married couples: A meta-analysis. Unpublished doctoral dissertation, Pepperdine University.
- 28) Erikson, E. (1963). *Childhood and Society*. NY: Norton.
- 29) Fussner, A. (1998). 한국 가족에 대한 체계론적 밀란모델의 적용. 한국가족치료학회 제 14회 Workshop.
- 30) Hatfield, E. (1984). The danger of intimacy. In V.J. Derlega (Ed.), *Communication, Intimacy, and Close relationship*. pp.207-221, NY: Academic Press.
- 31) Mace, M. (1979). Marriage and family enrichment - A new field? *The Family Coordinator*, Vol.28, 417-421.
- 32) Satir, V. (1972). *New People Making*. Palo Alto, CA: Science & Behavior Books, Inc.
- 33) Waring E.M., Schaefer, B. & Fry, R. (1994). The influence of therapeutic self-disclosure on perceived marital intimacy. *Journal of Sex and Marital Therapy*, 20(2), 135-145.