

부부관계강화 프로그램의 개발과 효과 검증*

-선택이론, 인지정서행동이론, 관계향상기법을 기초로-

A Study on the effectiveness and composition of a Marriage Enrichment Program: Based on reality therapy and rational-emotive therapy

우석대학교 아동가정복지학부

부 교수 이성희**

Dept. of Family welfare, Woosuk University

Associaton Professor: Lee, Sung -Hee

〈Abstract〉

The purpose of this study is to develop a Marriage Enrichment Program that can be applied to the actual lives of Korean families and couples, as well as adopted in family welfare programs. For this study, a quasi-experimental group design was employed and pre- and post- tests on Internal-External Control, Couple Communication, and Marital Satisfaction were conducted.

Experimental participants consisted of six volunteer couples who responded to an advertisement by the Chonbuk Family Counseling Center printed in a daily newspaper.

The experimental group received two hours of education on marital relationship enhancement every week for eight weeks. The control group received no such treatment. The effectiveness of the education was measured by Wilcox matched pair test, using a SAS program, as well as by the self-report of the participants.

The results show that there was statistically significant improvement for the experimental group in all three areas of marriage-- internal control, couple communication, and marital satisfaction. In addition, the participants' evaluations were generally positive about the program. The participants reported that it was most helpful to learn through the educational program that individuals differ in basic needs and that they should not force personal beliefs on others. They also reported that their understanding of their spouse improved.

▲ 주요어: 부부관계강화 프로그램(couple enrichment program), 내적통제성(internal control), 부부의사소통(couple communication), 결혼만족도(marital satisfaction)

1. 문제의 제기

오늘날과 같은 핵가족의 시대에서는 부부단위가 전체 가족기능에 중요한 영향을 미치기 때문에(김정옥, 1995; 이창숙, 유영주 1998; 최규련, 1994), 다른 어떤 하위의 가족관계보다 부부관계의

기능은 더욱 효율적으로 움직여야 할 필요성이 있다. 부부관계의 기능성을 향상시키기 위한 개입방법으로 부부관계강화 프로그램을 통하여 부부관계를 향상시키는 방법이 유효하고 적절한 하나의 대안으로 제시되고 있다. 부부관계강화는 부부 및 가족치료가 치료적 접근만으로는 내담자들을 돕는데 한계가 있다는 Mace & Mace(1976, 이재형, 1998에서 재인용)의 지적이 있고 나서 이러한 한계를 극복하려는 노력의 하나로 부부관계 강화(향상 또는 증진) 활동이 60년대 초부터 시작되었다. Mace는 이러한 예방적

* 본 논문은 2003년도 우석대학교 학술지원금으로 수행되었음.

**주저자 : 이성희(E-Mail : sorak61@hanmail.net)

이고 성장지향적인 접근을 부부관계강화라는 개념으로 정립시켰고 Miller, Nunally, Rappaport 등에 의해서 더욱 체계화되었고 부부관계강화는 하나의 독립된 연구영역으로까지 발전하게 되었다(조선경, 1989에서 재인용). 이러한 부부관계강화 활동은 1960년대 초에 프로그램 형태로 출발하여 오늘날 급격히 확산되고 있다. 이러한 프로그램은 대부분의 경우에 부부관계의 질, 상황 변화에 따른 대처능력, 그리고 가족 발달 등에 따른 적응능력을 향상시키는데 도움을 주고 있다. 특히 부부관계강화 활동은 예방적, 교육적 접근이라는 점에서 가족상담이나 가족치료에 비해 한국부부들의 지니친 권위 지향적인 성향과 체면유지, 개인노출에 대한 두려움을 손상하지 않는 접근방법이라고 할 수 있다.

이와 관련된 프로그램들을 살펴보면 미네소타 부부의사소통 프로그램(Minnesota Couple Communication Program), 카톨릭재단에서 개발한 부부 참 만남 프로그램(Marriage Encounter Program), Guerney(1977)의 부부관계 증진 프로그램(Conjugal Relationship Program), Mace & Mace의 부부관계증진 프로그램, Travis & Travis 부부관계증진 프로그램(Pairing Enrichment Program), Dinkmayer와 Carlson의 부부관계증진 프로그램(Training in Marriage Enrichment Program), Rappaport의 부부관계수정 프로그램(Conjugal Relationship Modification Program) 등이 있다. 이들 프로그램들은 자기 다른 특징들을 지니고 있으면서 참가 부부들의 관계를 향상시키도록 돕는다는 공통점이 있으나 한국사회에서 사용하는 데 있어서 종교적 색채로 일반적이지 못하거나, 기술이 너무 어려워 부부들이 일상생활 장면에서 쉽게 활용되지 못하는 점, 문화적 배경이 다르다에서 오는 제한점 등을 지적해 볼 수 있다.

이러한 문제점을 극복하고자 최근 국내에서 개발된 부부관계 향상 프로그램으로는 송정아(1996)의 중년기 부부관계향상 프로그램, 한국가족관계학회(1997)의 부부관계 프로그램, 이창숙·유영주(1998)의 부부갈등해결교육 프로그램, 오윤자(1998)의 부부관계향상 프로그램, 농업인 부부를 대상으로 한 최규련(2002)의 농촌부부평등 교육 프로그램 등을 들 수 있다. 이들 선행 프로그램들에서는 프로그램실시 후 부부관계 향상에 긍정적인 효과를 주는 것으로 보고되고 있으며, 그 내용구성에 있어서 긍정적인 의사소통기술과 바람직한 갈등해결방법 등을 포함하고 있어 주로 부부간 대인관계 기술증진에 초점을 맞추고 있다. 따라서 이들 프로그램들에서는 개인의 내적 변화에 대한 훈련이 미흡하다고 볼 수 있어 이에 대한 보강이 이루어진다면 훨씬 효과적인 부부교육프로그램이 될 것으로 보인다.

실제 가족생활의 결과를 예측하는 변인의 기준으로서 개인적 특성이 보다 중요한가 아니면 상호작용적 과정이나에 대한 논의는 계속되고 있다. Kelly와 Conley(1987, 김현정, 김명자, 1999 재인용)는 최근, 개인적 특성의 관점이 간과되고 있지만 가족생활의 상호작용을 포괄적으로 분석하는데는 개인적 특성을 고려

해야 함을 주장하고 있으며, 정현숙(2000)도 자신에 대한 긍정적 관점인 자존감이 부부관계에 중요한 영향을 미치는 변인으로 부부관계의 이해를 위해서는 개인적 차원에서 자존감과 자율성의 획득, 관계에 대한 책임감이 우선 교육되어야 함을 강조하고 있다. 사실 가족 내에서 일어나고 있는 많은 문제를 상대방 혹은 환경의 탓으로만 돌리고 무책임하게 대처하거나 부정적인 행동을 할 때 가족간에 발생하는 문제는 더욱 가속화 될 것은 당연하다.

William Glasser(1998)의 선택이론에 의하면, 인간관계의 갈등은 상대를 통제하려는 데서 시작되는 것이며 만약 상대방을 통제하려는 충동을 제거할 수 있다면 가족들은 지금보다 훨씬 강해질 것으로 보고 있다. 또한 인간은 누구나 스스로의 삶이 주인이 될 수 있고 자신이 삶의 주인이 될 때에만 행복을 느낄 수 있다고 한다. 우리의 모든 행동이라는 것은 외부작용이 아닌 내부작용에 의해서 행해지고 있고 있으며, 우리의 느낌, 생각, 행동은 타인이나 외부상황에 의해서 좌우되는 것이 아니라 우리 스스로가 선택한다는 것이다. 따라서 적절한 선택을 통하여 자기통제의 방법을 배우게 되면 문제를 비난하는 대신 문제를 해결하는 데에 긍정적인 쪽으로 에너지를 사용할 수 있다고 주장하고 있다. 이러한 선택이론은 Albert Ellis의 인지정서행동 이론과도 연결될 수 있다. 즉 Albert Ellis는 인간의 정서적 또는 심리적 혼란상태는 사건에 대한 비합리적이고 비논리적인 사고의 결과로 보면서, 어떤 사건에 대해서 그것을 어떻게 해석하고 받아들이느냐가 내담자의 감정을 좌우한다고 보고 있다. 또한 비합리적 신념을 가지고 있는 사람은 강압이나 직접적 대화의 회피로 갈등을 해결하고자 하며 분명한 의사소통을 하지 않으면서 배우자가 자신이 원하는 대로 하지 않을 때 불만을 가지게 되면서 합리적인 신념을 가진 사람에 비해 의사소통이 원활하지 못하고 이에 따라 부부관계에서의 결혼만족도가 떨어질 것으로 보고 있다.

따라서 대인관계인 부부관계의 강화를 위해서는 일차적으로 부부관계에서 나타나는 문제와 스트레스를 어떻게 받아들이고 이해할 것인가와 함께 이에 대한 자신의 통제능력을 향상시키기 위한 개입이 우선되어야 할 것이다. 이러한 일차적 수준에서의 내적 변화는 대인간 기술의 습득과 관계만족도에 중요한 역할을 하는 긍정적 자원으로 기여할 것으로 보며, 이에 본 연구자는 부부관계 강화를 위한 프로그램의 구성을 크게 두 가지 개입수준으로 접근하고자 한다. 먼저 개인적 차원에서의 개입방법으로는 선택이론을 근간으로 개인 내적능력 향상을 가져오도록 할 것이며, 관계차원에서의 개입방법으로서 상대방의 행동에 대하여 유용한 해석을 할 수 있도록 도와주는 인지정서행동이론과 함께 부부관계 강화 프로그램에 관련된 선행연구들(송정아, 1996; 오윤자, 1998; 이창숙·유영주, 1998; 정현숙, 1998; 최규련, 2002)에서 꾸준히 강조되고 있는 관계향상 기법들을 활용하여 부부간 의사소통 능력의 향상과 더불어 부부간의 결혼만족도를 향상시

키도록 한다.

따라서 본 연구에서는 프로그램에 참여한 부부들이 개별성장
과 더불어 부부관계의 성장을 함께 이루어나가는 것에 목표를
두고자 한다. 이러한 목표를 수행하였는지를 파악하기 위하여,
개인적 자원인 내적 통제성, 대인관계기술인 의사소통능력, 그리
고 부부관계의 결과인 결혼만족도의 세 영역에서 그 효과를 검
증해 보고, 이와 함께 가족복지 현장에서 본 프로그램이 유용하
게 사용될 수 있는지에 대한 논의를 해 보고자 한다.

II. 프로그램 구성의 이론적 내용

선택이론, 인지정서행동이론은 둘 다 인본주의적이고, 인지적
이고, 행동을 증시하는 기법으로 공통점은 책임성을 강조한다는
점이다. 즉 자신의 행동에 대해서 책임을 져야한다고 보는 점이
며, 또한 현재에 초점을 맞추고 내담자에게 어떤 의미에서 재교
육을 시도한다는 점에서 유용하게 사용될 수 있다(우애령, 1994).

이와 같은 맥락에서 본 프로그램 구성의 기초이론으로서 현실
치료의 선택이론과 인지정서행동치료 모델의 내용들을 구조화하
여 회기에 반영할 것이며, 이와 함께 관계향상을 위해서 기존의
부부관계증진과 관련된 선행연구들에서 항상 강조되고 있는 대
인관계기술에 관한 내용을 포함시켜 구성하고자 한다.

1. 이론적 기초

1) 선택이론

현실치료가 William Glasser의 선택이론에 의하면, 자신의 삶
에서 중요한 선택을 스스로 할 수 있고, 그 선택한 것에 대해 책
임을 지는 사람이 행복하다고 하였다. 이러한 욕구를 충족시키기
위해 행하는 우리의 행동은 유목적적이고 스스로 선택한 것이고
또한 자신의 욕구를 충족하는 것은 자기책임이라는 것을 강조한
다. 즉 선택이론에서는 우선적으로 책임을 강조하여 다른 사람의
욕구충족을 방해하지 않으면서 자신의 욕구를 충족시키며 보다
나은 삶을 위한 행동을 자신이 선택하도록 하며, 자신을 통제하
는 힘을 갖게 하는 것이다. 그리고 과거 탐색에 대해서는 가치를
두지 않으면서 현재의 지각만을 중점적으로 다루며, 보다 나은
삶을 선택하여 현실 세계를 어떻게 질적인 세계로 조정할 것이
냐에 대해 더 큰 의미를 두게 되는 것이다. 이와 같은 선택이론
의 내용 중 본 프로그램에서 적용한 개념들을 간략히 살펴보면
다음과 같다.

① 인간의 기본적 욕구: 인간의 행복을 위한 기본적 욕구로서
생존, 애정과 소속, 힘, 자유, 즐거움의 다섯 가지의 욕구를 다루
고 있으며, 이 기본적인 욕구들이 잘 충족되지 않을 경우에 불균
형과 고통의 상태로 들어가게 된다고 보고 있다.

② 인식된 세계와 질적인 세계: 각 개인은 욕구를 충족시켜

나가는 데에 필요한 이미지로 구성된 내면세계의 사진첩을 만들
어 나간다. 이러한 사진첩은 우리가 그 안에 살고 싶어하는 세계
이며 우리의 모든 욕망과 갈등조차도 충족되는 것이다. 그 세계
가 질적인 세계로 정의 될 수 있으며, 이 질적인 세계와 현실간
의 괴리가 너무 클 때 인간은 고통을 경험하게 되고 그 고통을
경감시키기 위해 행동을 하게 되는 것으로 보고 있다.

③ 전행동: 선택이론에서는 행동을 구성하는 요소로서 Doing
(활동)/Thinking(사고)/Feeling(감정)/Physiology(생리작용)의 네
가지로 보고 있다. 그러나 우리가 어떤 특정행위를 바라볼 때 이
와 같이 네 요소로 이루어진 전행동으로 보지 않고 하나의 분리
된 행위로 이해하는 성향이 있기 때문에 행동에 대한 네 가지
요소의 통합으로 이해될 필요가 있다. 그리고 전행동 중 활동과
사고는 통제 가능한 것인 반면, 감정, 생리작용은 통제가 어려운
것으로 보고 감정을 바꾸기 위해서는 먼저 활동과 사고를 바꾸
어나가는 선택으로 감정을 통제할 수 있는 것으로 보고 있다.

④ 갈등을 다루는 절차적 과정: 인간관계에서 갈등이 일어날
때 취해지는 절차적 요소로서 Wanting(바람)/ Doing(활
동)/Evaluation(평가)/Planning(계획)의 과정으로 다루고 있다.

이와 같은 선택이론의 내용을 기초로 하여 1회기에는 자신의
선택에 대한 강조로서 '결혼생활과 책임성'으로 2회기는 인간의
기본적 욕구의 내용을 '행복을 위한 욕구 다루기'로 3회기에는
욕구가 충족되어지는 질적인 세계의 내용을 '결혼생활과 질적인
세계'로 4회기는 전행동에 대한 내용을 '좋은 상황 내 것으로 만
들기'로 구조화하여 구성하였다. 그리고 인간관계에서 갈등이 일
어날 때 취해지는 절차적 요소인 W,D,E,P과정을 마지막 회기인
8회기의 내용으로 구성하였다.

2) 인지정서행동이론

인지정서행동치료적 모델에서는 인간의 행동변화는 인지 및
사고의 변화의 결과물으로써 클라이언트의 주된 자기 패배적 신념
을 최소화하고 더욱 현실적이고 관대한 인생철학을 얻도록 하는
적극적-지시적인 치료형태로서 사고, 판단, 결정, 분석, 행동 등
을 강조하는 인지적, 행동적, 정서적 방법까지 포함하는 포괄적
인 접근방법이라고 할 수 있다(양옥경 외, 2000). 인간의 정서적
또는 심리적 혼란상태는 사건에 대한 비합리적이고 비논리적인
사고의 결과로서 관계에 임해서 어떤 신념을 가지느냐에 따라
대인 관계 만족을 감소시키고 상호 변화를 위한 서로의 협력을
제한하기도 하는데, 특히 결혼관계 안에서의 어려움은 부부가 자
기 자신이나 자신의 배우자에 관한 비현실적인 기대를 갖는 경
향 때문이라고 보았다. 이러한 기대들은 성가신 잔소리나 불평과
같은 비생산적인 행동뿐만 아니라 분노나 다른 부정적인 정서를
일으키게 되는 것이다. 예를 들어, 배우자가 비난하는 소리를 듣
고 나서 화가 났다고 하면 배우자가 그를 화나게 만들었다고 가
정할 수 있다. 그러나 여기에서 비난을 한 배우자의 행동이 화를

내게 했다고보다는 그 사람의 기대(너는 결코 나를 비난해서는 안 된다는)와 그 배우자의 실제행동 사이의 불일치 때문인 것이다. Albert Ellis는 이러한 결혼생활의 갈등이 부부로 하여금 그들의 비현실적이고 비합리적인 기대를 좀더 현실적인 것으로 대치하도록 격려함으로써 감소시킬 수 있다고 믿었다(신수련, 1993). 즉 인간은 그를 비합리적으로 이끄는 강력한 생물학적, 사회적인 힘이 있는 반면, 이성적일 수 있는 잠재력 또한 가지고 있으므로, 부정적이고 자기 패배적인 사고와 감정은 지각과 사고를 재조직하도록 공격받음으로써 논리적이고 합리적이 될 수 있다는 것이다. 본 프로그램에서는 이러한 Ellis의 개입과정 도식인 A(사실, Activating events), B(신념, Belief system), C(결과, Consequence), D(논박, Disputing), E(효과, Effects) 원리를 익히게 함으로써 부부 각자의 인지양식과 자신의 행동변화를 구체화시키도록 하였다.

이와 같은 내용을 기초로 하여 5회기, 6회기의 '건강한 감정적 상호작용1,2'로 구성하였으며, 5회기에서는 배우자 이해와 관련된 생각의 전환을 목표로 배우자 이해와 관련된 비합리적 신념과 이를 합리적 신념으로 바꾸기 위한 ABCDE 절차에 대한 내용을 포함시켰다. 6회기의 일부는 배우자 이해와 관련된 태도의 전환을 목표로 배우자를 이해하기 위한 온정적, 공감적 태도에 관련된 내용을 포함시켜 구성하였다.

3) 관계향상 기법

건강한 부부관계의 기초로서 Curran(1985)은 갈등과 스트레스를 정상적인 부분으로 지각하고 효율적으로 대처하며 자기개발과 공감적 경청을 통해 협동적인 갈등해결 기술을 발달시켜 나가고 자신이 변화하는 방법을 찾는 부부관계로 설명하고 있다. 또한 부부간의 의사소통은 부부간에 이루어지는 언어·비언어적인 상호교환 되는 메시지로써 상호관계의 질을 좌우할 정도로 중요하며, 이와 같은 대화법을 가르치는 프로그램들에서는(예: 미네소타 대화법 프로그램) 상호존중된 태도와 준비된 대화, 자기표현 및 경청기술 뿐만 아니라 갈등해결 기술들을 포함하고 있다. 또한 국내의 부부성장 및 관계증진을 위한 기존의 부부교육프로그램들(송정아,1996; 오윤자,1998; 이지현,1997; 정현숙, 1998; 최규련, 2002)에서도 긍정적인 의사소통 기술, 건설적인 갈등해결 방법 등에 관한 내용을 포함시키고 있다.

따라서 본 프로그램에서도 부부관계향상을 위한 대인관계 기법으로서, 이와 같은 내용을 기초로 하여 6회기 '건강한 감정적 상호작용 2'의 일부로서 나- 전달법에 대한 내용으로, 7회기에서는 '바람직한 문제해결'의 내용으로 부부갈등에 대한 올바른 이해와 건설적인 갈등해결방법으로 구성하였다.

2. 부부관계 강화와 관련된 변인

부부관계 강화에 관한 연구들의 결과, 대부분의 부부관계강화

프로그램이 부부간 의사소통, 부부적응, 부부간 결혼만족, 부부관계의 질, 대인관계, 문제해결, 자기노출, 내적통제성 그리고 자기 존중감을 긍정적으로 변화시킬 수 있다고 밝히고 있다(Dillon, 1986). 국내의 부부관계향상 프로그램 중 중년기 부부를 대상으로 한 송정아(1996)연구에서는 프로그램 실시 후 의사소통능력, 갈등대처능력, 부부간 차이인정 및 존중감의 긍정적 향상을 보고하고 있으며, 부부간 갈등해결에 초점을 맞추어서 구성된 이창숙·유영주(1998)는 부부관계를 강화하기 위한 접근으로서 갈등해결능력의 향상을 그 기초로 하고 있으며, 농업인 부부를 대상으로 한 최근의 최규련(2001)의 연구에서는 부부관계의 향상의 증거로서 자존감, 결혼만족, 의사소통 및 갈등대처능력의 향상을 들고 있다.

본 프로그램에서는 선택이론의 개인의 책임성과 선택의 강조, 인지정서행동이론의 비합리적 신념 바꾸기, 그리고 관계향상기법으로 강조하고 있는 의사소통 및 갈등해결 방법 등의 내용을 기본으로 구성되어 있으므로, 개인자원인 내적통제성, 상호과정으로서의 의사소통, 부부관계의 결과인 결혼만족도라는 세 변인을 선정하여 이와 관련된 연구들을 살펴보도록 한다. 실제 이의 세 변인은 독립된 변인이라기 보다 서로 영향을 미침으로써 부부관계를 강화하는 요인으로서 작용되기도 한다. 박성호(2001)는 부부간의 개인 특성인 내적통제성, 부부간 의사소통과 결혼만족도와 상호관련성을 밝히면서 이들의 세 변인이 궁극적으로 부부관계를 긍정적으로 향상시키는 데에 기여하고 있음을 보고하고 있다.

1) 내외통제성

내외통제성은 개인이 자신의 성공과 실패의 원인을 어디에 두는가에 대한 통제소재를 말한다. 내적 통제성과 외적 통제성은 성격과 사회적 행동의 여러 면에서 차이를 보여준다. 이 중 내적 통제성을 지닌 사람은 보다 적극적이고 효율적으로 정보를 추구하고 관심을 기울이며 모호한 상황으로부터 필요한 정보를 빨리 알아내어 문제 해결에 이용한다고 한다. Abramovitz(1973, 박성호, 2001에서 재인용)는 내적 통제성을 가진 사람이 외적통제성을 가진 사람보다 더욱 더 건설적인 방향으로 반응하고 어려운 문제를 해결하려는 성향이 강하다고 하였다. 대부분 내적통제성은 성격의 통합정도가 높고 지배성, 인내성, 사회성, 협조성, 관용성 등과 같은 성격 및 긍정적 자아개념과 관련되며 외적통제성은 적대적이며 공격적이라고 하였다. Phares(1975)는 내외통제성과 책임성을 연구한 바 있는데 이 연구에서 내적통제성을 가진 사람이 외적통제성을 가진 사람보다 그들 스스로 뿐만 아니라 타인에게도 그들의 환경에 대해 더 책임성 있게 행동하고 있음을 보고하고 있다. 내적통제성을 가진 남편, 또는 아내는 자신에게서 이유를 찾기 때문에 결혼생활을 잘 해나가기 위한 노력을 더 기울일 것으로 생각될 수 있다. 실제로 내적통제성이 높아

결수록 결혼만족도가 유의미하게 상승하는 것으로 보고되고 있다(박성호, 2001; 이종숙, 1988). 즉 통제소재는 인간관계에 있어서 매우 중요한 개념으로 사람의 인성이나 인생관, 결혼생활과 관련되어 있다고 볼 수 있을 것이다.

따라서 본 프로그램에서 강조하고 있는 Glasser의 선택이론의 '인간은 기본욕구를 충족하려고 내면적으로 동기화 되어 행동하고 인간은 누구나 자신이 자기 삶의 주인이 되어 자신의 삶을 통제할 수 있을 때 행복을 느낀다'는 선택성과 책임성에 대한 강조는 개인의 내적통제성을 향상시킬 것이며, 이는 곧 부부관계의 강화에 도움을 주는 요소로 볼 수 있다.

2) 부부간 의사소통

부부간 의사소통은 부부관계강화의 가장 중요한 요소 중의 하나로 항상 거론되어진다. Feldman(1965; 최정숙 1996에서 인용)은 부부의사소통 시간이 많을수록 부부의 만족감 및 부부상호작용에 긍정적인 영향을 미친다고 하였으며, Navran(1976; 이재형, 1998에서 재인용)은 행복한 부부일수록 부부간의 상호의사소통이 많으며 서로의 감정과 이해를 주고받는다 하였다. 이근후·이동원(1973)은 의사소통이 결혼생활에 주요한 요인이며 부부간의 의사소통은 부부간의 이해를 가능하게 함으로써 부부간의 질적 향상을 가져온다고 하였으며, 송성자(1985)는 문제가족의 의사소통 유형에 관한 조사에서 대부분의 문제가족 부부들은 효율적인 의사소통 기술이 부족하다는 점을 밝히면서 의사소통이 결혼생활을 성공적으로 이끄는 열쇠임을 강조하고 있으며, Otto(1975) 역시 의사소통의 부족이 곧 부부관계의 실패원인중의 하나라고 주장하고 있다. 따라서 대부분의 부부관계강화활동 맥락에서의 프로그램들(Carl Clarke, 1970 ; Robert, 1974; Campbell, 1974; Dillon, 1976; Davis, 1980)에서는 효과적인 의사소통을 강조하고 있다(최정숙, 1996에서 재인용). 이는 부부의사소통훈련 프로그램의 효과에서 확실한 부부관계의 변화를 보고하고 있는 경우가 많기 때문일 것이다. Satir(1972)도 자신의 가치를 낮게 생각하는 사람은 간접적인 의사소통과 모호하고 솔직하지 못한 의사소통을 하며, 자신을 높이 생각하는 사람은 직접적이고 분명하며 확실한 의사소통을 하는 사람들이라고 밝힘으로써 의사소통이 자아존중감과도 관계가 있음을 밝혔다. 또한 그는 비합리적인 신념을 가지고 있는 사람은 강압이나 혹은 직접적인 대화의 회피로 갈등 해결을 하려고 하며 분명한 의사소통을 하려는 노력을 하지 않고 배우자가 자신이 원하는 대로하지 않을 때 불만을 가진다고 하였다. 즉, 비합리적인 신념을 가진 사람은 합리적인 신념을 가진 사람에 비해 부부관계와 의사소통이 원활하지 못하다는 것이다. 실제 신수련(1993)의 연구에 의하면 의사소통과 비합리적 신념과는 부적상관을 보이고 있으며, 이는 결국 부부관계에도 영향을 미치고 있음을 밝히고 있다.

위와 같이 살펴볼 때 부부의사소통은 부부관계의 핵심적인

요소가 되고, 부부관계의 강화를 위하여 중요한 요인이 되므로 Ellis의 인지정서행동치료 모델을 통한 의사소통의 향상으로 부부관계의 강화를 도울 수 있을 것이다.

3) 결혼만족도

결혼만족도는 결혼생활 전반에 대한 부부의 주관적인 감정이며 일종의 태도로서 결혼만족도에 영향을 미치는 요인으로는 성별, 교육수준, 수입, 가족생활주기, 연령, 직업 등의 사회인구학적 요인들이 결혼만족도와 많은 연관이 있다고 보고되고(김명자, 1978; 김미숙, 1989; 박태은, 1983; 이인수, 1986; 이옥진, 1982; 이정은, 1999) 있으나, 또 다른 연구들에서는 사회인구학적 요인보다는 애정, 성, 의사소통, 동료감, 역할기대, 역할평가 등의 상호작용 요인과 가치관이나 태도의 일치, 성역할 태도 등의 사회심리학적 요인이 결혼만족도와 많은 관련성이 있으며(김양호, 1989; 민경신, 1987; 박미령, 1988; 박성호, 2000; 이선우, 1990), 금전, 자녀교육, 여가, 친구관계, 가사분담 등에 대한 부부간의 유사성과 일치도가 클수록 높은 결혼안정과 결혼만족을 보이고 있다고 밝히고 있다(최규련, 1987).

이상의 연구를 통해서 보면 만족이란 이에 영향을 미치는 요인이 물질이든 정신이든 인간이 심리적 또는 주관적으로 느끼는 느낌이며 일반적으로 충족되어진 욕구의 정도로서 결혼에 대한 만족감의 상승은 곧 부부관계의 강화라고 볼 수 있다. 인간의 욕구체계는 개인에 따라 다르며 만족감도 매우 개인적인 경험이라고 볼 때 선택이론에서는 부부의 기본욕구충족을 중요시한다. 여기에 서로 통제하려 들지 않고 부부가 함께 취미생활이나 여가생활을 하고 새롭게 배워가며 부부간의 즐거움을 나눌 때 더 만족스럽고 행복한 부부관계를 유지할 수 있을 것이다.

현실요법의 선택이론과 결혼만족도의 관련성에 대한 김임용(1994)의 실증적 연구에서는 현실치료집단훈련이 주부들의 자아존중감과 결혼만족도 향상에 상당히 효과적임을 입증하였다. 즉 부부들이 각자 서로의 욕구를 이해하고 인정하고 수용하는 방법을 배워 실생활에 적용한다면 결혼만족도가 향상될 수 있을 것으로 볼 수 있다.

이상의 연구결과를 기초로, 본 프로그램이 부부관계를 강화시키고자 하는 목표를 달성하고 있는지를 검증하기 위한 분석방법으로서 프로그램 실시 후에 나타나는 개인의 내적통제성의 증가, 부부간 의사소통 능력의 향상, 결혼만족도의 상승을 그 지표로 삼고자 한다.

III. 프로그램의 구성과 실시

1. 프로그램의 구성기초 및 내용

본 교육 프로그램에서는 건강한 대인관계 형성을 위해서는 먼

저 자신에 대한 긍정적 인식이 중요하다는 관점을 가지고 자신의 욕구는 자신이 관리하고 통제할 수 있도록 이론화한 현실치료의 선택이론을 적용하여 구성하였다. 그리고 부부관계가 나빠지는 원인으로 배우자에 대한 생각 또는 신념이나 기대 및 의사소통 기법 등이 부부관계에 영향을 미치는 중요한 변인으로 검토되고 있는 바, 인지정서행동치료적 모델의 이론을 적용하였으며, 더불어 부부성장 및 관계증진을 위한 기존의 부부교육프로그램(송정아, 1996; 오윤자, 1998; 이창숙·유영주, 1998; 정현숙, 1998; 최규련, 2002) 등에서 꾸준히 강조하고 있는 관계향상의 기법에 관한 내용을 포함시켜 구성하였다. 즉 본 연구에서는 선택이론과 인지정서행동이론, 관계향상기법들을 조화시킴으로써 이들 이론이 강조하는 개인의 책임성과 인본주의적이고 인지적이며 행동변화를 중요시하는 점에 중점을 두고, 접근법은 일반적인 집단상담의 원칙을 적용하여 구성하였다.

총8회기 중 1회기는 오리엔테이션, 2,3,4회기는 주로 선택이론의 내용으로 구성하였으며, 5회기, 6회기의 일부는 주로 인지정서행동이론, 또한 6회기의 일부와 7회기는 관계향상기법으로 구성하였으며 그리고 마지막 8회기는 종합하는 통합과정으로 현실치료의 실제에서 쓰여지는 절차적 요소인 W,D,E,P과정을 익히는 것으로 구성하였다.

프로그램의 진행은 구조화된 계획에 따라 운영되는데, 각 회기별 구조는 1회기에서는 도입(40분)-강의(20분)-적용(30분)-평가(20분)-종결(10분)으로 구성하였으며, 2회기 부터는 도입(20분)-강의(30분)-적용(30분)-평가(30분)-종결(10분)로 구성하였고, 휴식은 강의와 적용시간 사이에 융통성 있게 배분하였다.

구체적인 각 회기별 주제와 목표 및 각 진행절차에 따른 세부 내용은 다음과 같다.

1 회기		주제: 참가부부 소개 및 프로그램 안내	
목 표	① 리더 및 성원들간의 친밀감 형성하기 ② 프로그램의 참여 동기 부여하기 ③ 프로그램 진행 사항 숙지하기		
진 행	내 용	준 비 물	
도 입	- 사전검사 - 오리엔테이션(진행자 소개, 프로그램의 목적, 진행, 참여방침 소개, 집단의 규칙과 동의서 작성) - 워밍업	출석부, 녹음기, 명상음악, 명찰, 진행방침, 참가동의서, 사전검사지	
강 의	1. 결혼생활과 책임성	개인용 교육자료화일	
적 용 활 동	1. 부부의 소개/ 별칭 정하기 2. 프로그램에 대한 기대 나누기	백지명찰	
평 가	1. 느낀 점과 집단에 대한 성원들의 참여 각오를 나눈다. 2. 집단에 대한 성원들의 바람과 기대를 나눈다.	펜, 나의 want 점검표, 회기별 평가, A4용지	
과 제 및 종 결	1. 부부관계에 어려움을 주는 차이점(성격, 가치관 기호 등에서) 3가씩 적어오기 2. 8회기 모두 성공적으로 참여할 수 있게 됨을 강조하기	과제물 paper	

2 회기			주제: 행복을 위한 욕구 다루기	
목 표	① 인간의 기본적인 5가지 욕구 이해하기 ② 자신의 욕구강도 프로파일 점검 ③ 각자의 욕구강도와 결혼의 구조화에 대한 이해			
진 행	내 용	준 비 물		
도 입	- 지난 주간의 생활과 과제 체크, 평가 - 지난 모임의 정리 - 오늘의 목표 설명	출석부, 녹음기, 명찰, 공테요, 간식		
강 의	1. 인간의 기본적인 5가지 욕구의 이해 생존에 대한 욕구 / 애정과 소속의 욕구 / 힘에 대한 욕구 / 자유에 대한 욕구 / 즐거움에 대한 욕구 2. 욕구충족 방법 3. 개인마다 다른 욕구강도와 이에 대한 수 용	개인용 교육자료화일		
적 용 활 동	1. 설문지를 이용하여 자신의 욕구강도 탐색하기 2. 자신의 욕구 프로파일에 대해 이야기하기 3. 부부간 욕구강도에 대해 비교해보고 이에 대해 이야기 나누기	욕구강도프로파일 설문지		
평 가	1. 새롭게 배우고 느낀 점, 그것을 자신과 어떻게 연결할 수 있는가? 2. 오늘 모임에 대한 성원들의 Feedback과 앞으로 기대를 나눈다.	펜, 나의 want 점검표, 회기별 평가, A4용지		
과 제 및 종 결	1. 내가 좋아하는 사람 5인과 나를 좋아한다고 생각되는 사람 5인을 생각해보고 그 사람이 나의 어떤 욕구를 채워줄 수 있는지, 나는 그 사람의 어떤 욕구를 채워주고 있는지를 적어오기.	과제물 paper		
3 회기				
주제: 결혼생활과 질적인 세계				
목 표	① 자신의 질적인 세계(quality world)탐색 ② 질적인 세계를 만들기 위한 quality hour점검 ③ 바람직한 욕구조절 방법 학습			
진 행	내 용	준 비 물		
도 입	- 지난 주간의 생활과 과제 체크, 평가 - 지난 모임의 정리 - 오늘의 목표 설명	출석부, 녹음기, 공테요, 명찰, 간식		
강 의	1. 질적인 세계(quality world)에 대한 이해 2. 자신의 활동과 질적인 세계를 일치시키는 것에 대한 이해	개인용 교육용 자료화일		
적 용 활 동	1. 질적인 세계 탐색하기(자신이 좋아하는 사람, 장소, 사물, 신념) 2. 자신이 주로 하고 있는 활동을 적어보기 - 자신이 주로 하는 활동과 질적인 시간이 일치하는지를 점검	A4용지, 질적인 시간관리 목록표		
평 가	1. 새롭게 배우고 느낀 점, 그것을 자신과 어떻게 연결할 수 있는가? 2. 오늘 모임에 대한 성원들의 Feedback과 기대를 나눈다.	펜, 나의 want 점검표, 회기별 평가, A4용지		
과 제 및 종 결	1. 나의 질적인 세계 안에 들어있는 것 5가지를 써오기 (사람, 사물, 추상명사, 장소 등 모든 것 중에서)	과제물 paper		

4 회기	주제: 좋은 상황 내 것으로 만들기	
목 표	① 상황의 선택에 대한 자신의 역할 자각 ② 나쁜 상황을 좋은 상황으로 바꾸어 나가는 과정 ③ 전 행동에 대한 이해 증진	
진 행	내 용	준 비 물
도 입	- 지난 주간의 생활과 과제 체크, 평가 - 지난 모임의 정리 - 오늘의 목표 설명	출석부, 녹음기, 공테잎, 명찰, 간식
강 의	1. 전 행동에 대한 이해 행동의 4요소-활동, 사고, 감정, 신체요소 구성에 대한 이해 2. 활동/사고에의 통제로 인한 감정/신체요소의 효과에 대한 이해	개인용 교육자료화일지
적 용 활 동	1. 전 행동에 대한 이해를 돕기 위해 다음의 지시에 따르게 한다. - 눈을 감아보세요, 손에 땀이 나게 해보세요, 슬프게 느껴보세요 산을 생각해 보세요, 박수를 쳐보세요 2. 부부싸움을 하였을 때의 상황을 점검해보고 전 행동에 따라서 상황을 분석해보고 이야기 나누기	
평 가	1. 새롭게 배우고 느낀 점, 그것을 자신과 어떻게 연결할 수 있는가 2. 오늘 모임에 대한 성원들의 Feedback과 기대를 나눈다.	펜, 나의 want 점검표, 회기별평가, A4용지
과 제	1. 가족성원들과 한 주동안 지내면서 나타난 갈등상황에서 전행동으로 분석해보기	과제물 paper
5 회기	주제: 건강한 감정적 상호작용 1	
목 표	① 배우자 이해와 관련된 비합리적 생각 이해하기 ② 배우자 이해를 위해 합리적 생각 대처하기 ③ 배우자 이해를 위한 ABCDE 원리 익히기	
진 행	내 용	준 비 물
도 입	- 지난 주간의 생활과 과제 체크, 평가 - 지난 모임의 정리 - 오늘의 목표 설명	출석부, 녹음기, 공테잎, 명찰, 간식
강 의	1. 배우자 이해 배우자 이해의 중요성/ 배우자에 대한 생각의 전환/ ABCDE 원리 익히기	개인용교육자료 화일, ABCDE원리 도표
적 용 활 동	1. 배우자에 관련된 생각을 배우자 이해와 관련된 합리적인 생각으로 대처하기 실습	실습자료
평 가	1. 새롭게 배우고 느낀 점, 그것을 자신과 어떻게 연결할 수 있는가? 2. 오늘 모임에 대한 성원들의 피드백과 기대를 나눈다.	펜, 나의 want 점검표, 회기별평가, A4용지
과 제	1. 배우자에게 한가지 이상 칭찬하고 그 내용과 배우자로부터 들은 칭찬내용을 적어오기	과제물 paper

6 회기	주제: 건강한 감정적 상호작용 2	
목 표	① 배우자 이해를 위한 공감적 태도의 능력 향상 ② 역기능적 의사소통에 대한 자각 ③ 나 이해시키기에 필요한 건설적인 의사소통 능력	
진 행	내 용	준 비 물
도 입	- 지난주간의 생활과 과제 체크, 평가 - 지난 모임의 정리 - 오늘의 목표 설명	출석부, 녹음기, 공테잎, 명찰, 간식
강 의	1. 배우자 이해의 태도 온정적 반응/공감적 반응 2. 나 전달법에 대한 이해	개인용 교육자료화일, 개인자유의 새로운 의미
적 용 활 동	1. 온정적 반응과 공감적 반응 제시 예시 실습하기 2. 부부갈등 상황을 선정하고 이에 따라 실습해 보기	온정요소 평가척도
평 가	1. 새롭게 배우고 느낀 점, 그것을 자신과 어떻게 연결할 수 있는가? 2. 오늘 모임에 대한 성원들의 피드백과 기대를 나눈다.	펜, 나의 want 점검표, 회기별평가, A4용지
과 제	1. 나 전달법 기법으로 말하기를 의도적으로 적용하고 그 내용 적어오기	
7 회기	주제: 바람직한 문제해결	
목 표	① 역기능적인 문제해결 방법에 대한 자각 ② 부부간 타협의 중요성 인식 ③ 바람직한 단계적 문제해결과정 학습	
진 행	내 용	준 비 물
도 입	- 지난주간의 생활과 과제 체크, 평가 - 지난 모임의 정리 - 다음모임이 집단의 종결시간임을 알림 - 오늘의 목표 설명	출석부, 녹음기, 공테잎, 명찰, 간식
강 의	1. 부부갈등의 의미 이해 갈등해결의 중요성/ 갈등해결 유형/ 분노 조절 및 표현방법 2. 협동적 갈등해결의 7단계 설명	개인용 교육자료화일
적 용 활 동	1. Role-Play	
평 가	1. 새롭게 배우고 느낀 점, 그것을 자신과 어떻게 연결할 수 있는가? 2. 오늘 모임에 대한 성원들의 피드백과 종결모임에 대한 느낌을 나눈다	펜, 나의 want 점검표, 회기별평가, A4용지
과 제	1. 자신이 화가 나는 상황을 하나 적어보고 그 상황에서 내가 원하는 것은 무엇인가, 나는 그것을 위해 무엇을 하고 있는가, 지금 하고있는 것이 내게 도움이 되는가, 생각하고 적어오기	과제물 paper

8 회기	주제: 통합의 과정	
목 표	① 갈등상황에서 부부관계를 방해하는 비합리적인 사고를 합리적인 사고로 대처하기 ② 실제 부부갈등 상황에서 대화법의 적용 ③ 건강한 부부관계를 위한 지속적인 노력과 훈련 필요성 강조	
진 행	내 용	준 비 물
도 입	- 지난주간의 생활과 과제 체크, 평가 - 지난 모임의 정리 - 오늘의 목표와 모임의 종결 설명	출석부, 녹음기, 공테잎, 명찰, 간식
강 의	1. 내용 복습 2. 원하는 것을 얻을 수 있는 계획 세우기 -W,D,E,P 원리 익히기 want/ doing/ evaluation/ planning 에 대한 이해	개인용 교육자료 화일, 행복한 결혼과 창의성 유인물
적 용 활 동	1. 자신의 최근에 가장 원하는 것과 그것을 이루기 위한 계획 나누기(인생곡선 그리기) 2. 프로그램을 마치고 실생활에서 계획을 세울 때 어떤 점을 유의하여 세우고 싶은지 나누기	A4용지, 펜
평 가	1. 새롭게 배우고 느낀 점, 그것을 자신과 어떻게 연결 할 수 있는가? 2. 종결모임에 대한 성원들의 피드백과 생활에서의 적용과 기대를 나눈다.	펜, 나의 want 점검표, 회기별 평가, A4용지
전 체 평 가 및 종 결	성원들이 그간 집단에서 가장 도움을 받았던 점, 가장 기억에 남는 부분, 아쉬웠던 점을 이야기하고 개인적인 느낌이나 경험에 대해 나누고, 지도자는 의견들과 그동안 배운 점을 연결시켜 총 점검하고 마무리한다.	사후검사지, 성원간 feedback자료, 다과

2. 프로그램의 실시방법 및 실시과정

본 프로그램의 참가자는 도내 거주 부부들로서 2001년 9월초 지역일간지 및 라디오 방송을 통해 홍보하였고, 9월말까지 자발적으로 신청한 8쌍의 부부들을 접수받아 실시하였다. 프로그램의 실시기간은 2001년 10월부터 12월에 걸쳐 매주 1회 저녁7시부터 9시까지 2시간동안 실시되었으며 교육비는 전라북도의 후원으로 무료로 실시되었다. 교육의 전반부인 도입 및 전체진행과 강의는 주로 본 연구자가 하였으며, 후반부인 적용활동은 집단상담자인 보조진행자의 도움을 받아 실시하였다. 회기별 진행과정을 간략히 소개하면 다음과 같다.

1) 1회기: 사전검사를 실시하면서, 전원 참석 후 오리엔테이션을 진행하였다. 본 연구자 및 보조진행자들의 소개 및 프로그램의 목적과 목표를 소개하고 리더와 성원들이 집단의 규칙을 확인하고 동의서를 작성하고 사인하였다. 프로그램 전체 워킹업을 한 후, 이어 '결혼생활과 책임성'에 대해 강의하고 적용활동으로 자신과 부부의 소개/ 팀별 별칭을 정하고 별칭 외우기 게임을 통하여 팀원간의 친밀감을 형성하였다. 평가시간을 통해 많은 것

을 배우고 싶어하는 바람이 있음을 알 수 있었고 아내의 권유로 참석하였다는 남편들이 많았지만 비교적 자발적으로 참여한 부부라서 프로그램에 대한 동기가 강하고 역기능적이기보다는 성장하기 위하여 참여한 부부들로 파악되었다.

2) 2회기: '인간의 기본욕구'에 대한 강의 후, 적용활동시간에는 자신의 기본욕구에 대한 탐색을 하였다. ㄱ팀의 아내는 남편이 생존에 대한 욕구가 높은 반면 자신이 힘에 대한 욕구가 높아서 그동안 힘들었던 것 같으면서 놀라워했고 ㄱ팀은 최고연장자 팀으로 남편이 힘에 대한 욕구가 큰 반면 아내는 자유와 즐거움에 대한 욕구가 매우 높아 아내가 그동안 힘들었던 점을 토로했다. ㄴ팀은 비교적 비슷하고 아내가 즐거움의 욕구가 높았고, ㄷ팀은 남편의 애정에 대한 욕구가 높은 반면 아내가 힘에 대한 욕구가 높았고, ㄹ팀 남편은 자유에 대한 욕구가 높아 현재 직장과 대학원에서 힘들어하고 있다고 하였다. ㅂ팀은 부부의 욕구가 서로 비슷하였으나 모든 욕구들이 낮은 편이어서 본인들이 재점검을 하고자 하기도 하였다. 평가 시에는 전체토론으로 오늘의 활동들이 부부관계에서뿐만 아니라 직장에서의 인간관계 등의 실생활에 적용할 수 있는 것이라며 많은 것을 생각할 수 있는 계기가 되었다고 만족해하였다.

3) 3회기: 지난주간의 성원들간 서로 연락하여 과제상황을 의논하기도 하고(ㄱ팀과 ㄹ팀) 집단의 과정에서도 편안하게 자기노출을 하여 집단역동이 활발하였다. 자신의 '질적인 세계'에 대한 강의 후, 적용활동으로는 질적인 세계에 대한 탐색을 하였으며, 그리고 자신이 주로 하고 있는 활동이 질적인 시간과 일치하는지에 대한 적용에 대하여 무척 흥미를 가지고 임했다. 평가 시에는 전체토론으로 자신의 선택의 배경이 되는 것이 무엇인지를 알게 되었고 비현실적인 꿈을 현실적으로 대처하는 것에 대해 알게 되었다고 하였다.

4) 4회기: ㄴ팀이 지각을 하여 조금 늦게 시작하였고, ㄹ팀이 아이를 데리고 참석하여 약간 어수선하기도 하였으나 ㄹ팀 남편이 아이를 잘 보살핀다고 ㄴ팀의 아내가 부러워하기도 하여 잠시 부부평등에 대해 토론이 벌어지기도 하였다. '전 행동'에 대한 이해에 대하여 강의가 있고 나서 요가활동으로 몸풀기를 한 후, 적용활동으로는 지도자의 지시에 따르게 하여(눈을 감아보세요, 손에 땀이 나게 해보세요, 슬프게 느껴보세요, 산을 생각해보세요, 박수를 쳐보세요) 전 행동에 대한 이해를 돕도록 하였다. 평가 시에는 자신의 욕구를 충족시키면서 타인의 욕구 역시 방해하지 않고 자신의 삶을 통제할 수 있다는 것이 새롭기도 하고 어렵기도 하다는 ㄱ팀 아내가 말하자 ㄴ팀이 자신들이 지각하여 여러분의 욕구를 훼손시켜 죄송하다는 말에 모두들 웃기도 하였다.

5) 5회기: 지난 주간의 생활 및 과제를 확인하는 과정동안 내 ㅂ팀의 남편이 아내의 손을 꼬옥 잡고 있는 것을 리더가 보고 이에 지지해주자, 남편이 자신 때문에 아내가 너무 고생이 많으면서, 결혼 12년째인 이들 부부는 결혼 전부터 남편 자신이 우울 증세를 보이면서 아내의 지극한 보살핌으로 직장 일을 계속할 수 있었다고 하자, 성원들과 리더가 이에 대한 지지발언이 있

었다. 이후 '배우자 이해하기-건강한 감정적 상호작용'에 대한 강의 후, 적용활동시간에는 배우자에 관련된 일반적인 생각을 배우자 이해와 관련된 합리적인 생각으로 대처하기의 실습, 발표가 있었다. 평가 시에는 전체토론으로 실습하는 성원들의 모습이 진지하였고 성원들 서로간 지지하는 모습도 많이 발전된 것으로 평가하였다. 그러나 우울증 증세에 대한 고백한 남편이 계속 우울하였으며, 실습에 적극적으로 참여하지 않음이 눈에 띄었다.

6) 6회기 : 과제 점검과 지난주 생활에 대해 이야기하는 동안 7팀 남편이 아들과 다툰 이야기를 꺼내자 다른 성원들이 아들의 입장에서 서서 의견을 내놓게 되고 아내 마저 아들의 입장만을 지지하게 되자, 7팀 남편에 대해 리더가 약간 염려의 마음을 갖고 있다고 말하자 그는 "전혀 그렇지 않다, 아들의 마음을 알게 되어 다행이다"라고 자신을 추수했다. 이에 8팀 남편은 아들에게 폰 메시지를 보내보시라고 권하기도 하고 리더가 이메일을 보내보시도록 권하니 그것이 좋겠다고 수용한 후 지금부터 이메일 보내는 방법을 배워서 해보겠다고 수용하였다. 이에 7팀 아내는 너무나 만족스러워 하였다. 집단이 약간 다른 곳으로 흐른다는 느낌에 리더가 수습하고 '배우자 이해-배우자에 대한 태도의 전환'에 대한 강의를 하였다. 유머시리즈로 화목활동을 한 후, 적용활동시간에는 온정과 공감적 반응 실습이 진행되었다. 평가토론에서는 집단이 종반으로 접어들면서 집단의 역동은 활발하고 좋아졌지만 긴장이 적어지면서 약간 느슨하다는 의견도 있었다.

7) 7회기 : 종반으로 들어가면서 그 동안에 비해 실제적인 작업이 진행되었다. 부부갈등의 의미와 문제해결에 대한 강의에 이어 실시한 Role-Play시간에는 아내와 남편의 역할을 바꾸어 진행될 때 그 역할에 충실하게 집중하는 모습을 보였다. 8팀 남편의 선창으로 '사랑을 위하여'를 불렀으며, 또 전체 성원이 3개의 팀으로 나뉘어 진행된 적용활동시간에는 매우 활발하게 진행되었고 약간 소극적이던 8팀의 남편이 적극적으로 참여하였다. 평가 시에는 오늘 모임이 생활 속에서 일어날 수 있는 문제점을 다루어서 좋았다면서 모두들 좋은 피드백을 주었고 직접 가족문제와 관련된 상담사례를 다룰 수 있는 시간이 있어야 한다는 의견을 나오기도 하였다. 다음주 종결모임에 대한 의견을 나누는 등 종결에 대한 준비가 서서히 이루어졌다.

8) 8회기 : 프로그램의 회기마다의 내용을 상기시키면서 배운 점과 자신이 변화한 점, 앞으로 더 변화가 필요한 점을 작성하여 발표하게 함으로써 앞으로 자신이 해나가야 할 작업을 확인하는 계기를 마련하였고 전체 프로그램 평가를 통하여 배운 점을 재강화 하였다. 부부간 애정표현하기 활동을 하고, 적용활동시간에는 인생곡선 그리기를 통해 W.D.E.P 과정을 설명하였다. 전체평가와 종결에 대한 느낌 나누기 시간에는 모두들 아쉬움과 성취감을 토로하였고 7팀의 아내는 그 동안 남편이 가장장적이어서 많이 힘들게 살아왔는데 젊은 사람들과 함께 하면서 많이 변화하였다고 감사해하며 울먹이었고 남편은 이렇게 연속모임에 참여해 본적이 처음이라면서 특별히 즐거운 시간이었다고 하였다.

성원들이 모두들 자신의 느낌을 나누고 리더가 그 동안 진행사항에 맞게 연결시켜 총 점검하고 마무리 한 후 사후검사를 실시한 후, 수료증 교부와 사진촬영 후 모든 회기를 마쳤다. 참가부부 중 두 팀이 자발적으로 추후 자신의 가족문제에 관련된 상담을 받고자 원하여 상담시간을 세팅하였다.

IV. 프로그램의 평가

1. 평가도구

1) 내외통제척도

Rotter(1966)가 제작한 내외통제성 척도를 차재호 등(1973)이 국내에서 번안, 수정하여 한국실정에 맞게 제작한 것을 사용하였다. 각 문항에는 내적 통제와 외적 통제를 반영하는 2문장이 한 쌍으로 구성되어 있어서 두 문장 중 하나를 선택하여 반응하게 되어있다. 허구문항 6개를 합쳐 모두 총 21문항으로 구성되어 있고 점수는 각 문항에서 내적 통제에 반응한 점수를 1점으로, 외적 통제에 반응한 점수를 0점으로 하여 그 총점이 높게 나타날 경우 내적 통제성이 강한 것을 의미한다. 문항별 최대의 내적 통제 평균점수는 1점이고 최소의 내적 통제 평균점수는 0점으로 처리하였다.

2) 부부의사소통 이해도 검사

홍신례(1987)가 번안하여 12문항으로 구성된 척도를 다시 신수련(1993), 김숙경(1994)등이 사용한 MCI(Marital Communication Inventory)를 사용하였다. 척도의 구성내용으로는 배우자를 이해해주는 방법이 10문항, 자신의 생각과 느낌을 전달하는 방법이 8문항, 서로간에 타협하는 방법이 7문항으로 총 25문항으로 가장 긍정적인 것부터 가장 부정적인 것까지 5단계 척도로 응답한다(신뢰도 계수=.84).

3) 결혼만족도 검사

결혼만족도를 측정하기 위해 Roach, Frazier와 Bowden의 MSS(Marital Satisfaction Scale)의 송말희(1986)의 번안을 사용하였다. 척도의 구성내용으로는 배우자 만족 영역이 5문항, 배우자와의 대화 만족 영역이 6문항, 결혼자체에 대한 만족 영역이 7문항, 결혼생활에서의 기대 및 역할 만족 영역 3문항, 가정에서의 역할 및 직업 만족 영역이 4문항으로 총 25문항으로, 가장 긍정적인 것부터 가장 부정적인 것까지 5단계 척도로 응답한다(신뢰도 계수=.67).

4) 주관적 평가의 설문내용

프로그램의 수강경로, 참여동기, 가장 도움을 준 내용, 새로이 배우게 된 점, 전체 프로그램의 진행 및 제안점 등에 관한 내용

을 개방형 질문으로 구성하였다.

5) 회기별 평가내용

매 회기, 집단진행과 참여만족, 프로그램의 내용만족도, 과제물 유용도에 대하여 5점 척도로 응답하게 하였다

2. 평가방법

본 프로그램의 평가를 위한 실험집단은 본 프로그램에 대한 홍보를 통하여 자발적으로 신청한 8쌍의 부부들이었으며, 접수시 작성된 신청서를 통해 연령, 결혼기간, 교육수준, 가족 월수입 등의 사회인구학적 변인을 고려하여 통제집단을 동일배합법으로 홍보와 인적관계망을 통하여 10월 15일까지 모집하였다. 프로그램의 효과성 측정은 실험집단의 경우 1회기 시작시에, 사후검사는 8회기를 마친 12월 14일에 실시하였고, 통제집단 역시 사전검사를 실시하고 아무런 처치없이 8주 후 사후검사를 실시하였다. 최종분석대상은 총8회기를 모두 참석한 6쌍이 되었으며, 이에 따라 통제집단도 6쌍이었다.

자료처리는 SAS 프로그램을 사용하여 분석하였고, 통계방법으로는 Wilcoxon matched pair test를 사용하였고 주관적 평가는 개인별 사후질문지와 회기별 평가자료를 분석하였다.

3. 평가대상자의 특성

본 프로그램의 효과를 분석하기 위한 대상자 6쌍의 부부, 총 12명의 일반적 특성은 다음과 같다.

<표 1> 대상자의 일반적 사항에 대한 빈도와 백분율

구분	실험집단		통제집단	
	범 위	빈 도(%)	범 위	빈 도(%)
교육 수준	고 졸	3 25.0	고 졸	4 33.3
	전문대졸	1 8.3	전문대졸	1 8.3
	대 졸	5 41.6	대 졸	6 50.0
	대학원이상	3 25.0	대학원이상	1 8.3
종 교	기독교	10 83.3	기독교	4 33.3
	천주교	2 16.6	천주교	2 16.6
	불 교	2 16.6	불 교	2 16.6
결혼 기간	1-5년	2 16.6	1-5년	4 33.3
	6-10년	6 50.0	6-10년	2 16.6
	10년 이상	4 33.3	10년 이상	6 50.0
직 업	교 사	1 8.3	공무원	2 16.6
	회사원	5 41.6	회사원	3 25.0
	전도사	1 8.3	자영업	1 8.3
	건축직	1 8.3	건축직	1 8.3
	전업주부	5 41.6	전업주부	5 41.6
연 령	30-40세	9 75.0	30-40세	8 66.6
	41-50세	1 8.3	41-50세	4 33.3
	51-60세	2 16.6		
자녀 의수	1명	4 33.3	무 자녀	2 16.6
	2명	8 66.6	2명	10 83.3
가족 월 수입	100-150	4 33.3	100-150	2 16.6
	160-200	8 66.6	160-200	4 33.3
			200이상	6 50.0

V. 평가결과 및 분석

1. 통계적 결과 분석

1) 내외 통제 사전-사후 검사결과 비교

내적 통제의 사전-사후 검사결과를 보면, 실험집단의 프로그램 실시 이전 내적통제성은 평균 0.76이었고 실시 이후는 평균 0.92로 상승된 점수를 보이고 있어, 본 프로그램에서 지향하고 있는 내적통제성 향상이라는 효과가 뚜렷하게 입증되었다. 반면 통제집단의 내적통제성은 사전검사 시 평균 0.76에서 사후검사 시에는 0.74로 오히려 약간 줄어들었음을 보여주고 있었다.

<표 2> 내적통제성 사전-사후 검사결과

변 수	측정시기	평 균	평균값 차	윌콕슨 검정통계량
실험집단 (N=12)	사전	0.76	.16	-2.73**
	사후	0.92		
통제집단 (N=12)	사전	0.76	-.02	.20
	사후	0.74		

**p<.01

2) 부부의사소통 사전-사후 검사결과 비교

의사소통의 사전, 사후검사결과를 보면, 실험집단의 프로그램 실시 후의 각 영역에서 의사소통능력 향상의 변화가 뚜렷하여, 본 프로그램의 교육효과가 입증되었다. 그러나 통제집단에서도 배우자 이해영역에서 유의미한 긍정적 변화를 보였고, 다른 영역에서 통계적으로 유의미하지 않지만 조금씩 향상된 점이 흥미롭다. 이는 부부간에 어떤 구조화된 처치를 하지 않더라도 이와 같은 질문을 통하여 어느 정도 부부관계에 의식을 집중한 결과로 나타난 것으로 볼 수 있거나, 동일한 설문지를 반복 응답하면서 나타난 익숙함의 결과로도 보여질 수 있다.

<표3> 부부의사소통 사전-사후 검사결과

집단	영역	측정시기	평균	표준편차	윌콕슨검정 통계량
실험집단 (N=12)	배우자이해 영역	사전	29.66	2.01	-4.16***
		사후	43.75	1.42	
	나 전달 영역	사전	23.41	2.67	-4.14***
		사후	39.41	1.83	
	타협의 영역	사전	16.91	1.62	-4.17***
		사후	26.91	1.50	
통제집단 (N=12)	배우자이해 영역	사전	31.75	3.10	-1.42*
		사후	34.16	3.02	
	나 전달 영역	사전	25.50	3.84	-.92
		사후	27.16	4.87	
	타협의 영역	사전	19.08	2.39	-.29
		사후	19.41	1.72	

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

3) 결혼만족도 사전-사후 검사 결과 비교

결혼만족도의 사전, 사후검사결과를 보면, 실험집단의 프로그램 실시 후의 네 하위영역에서 결혼만족도의 긍정적인 변화가 뚜렷하여, 본 프로그램의 교육효과가 입증되었다. 그러나 가정에서 역할, 직업에 대한 영역에서의 긍정적인 변화가 나타나지 않은 것은 본 프로그램에서 지향하고 있는 교육내용만으로는 변화를 유도할 수 없는 한계성 때문이라 보여진다. 그럼에도 불구하고 전반적으로 평가해 볼 때, 본 프로그램의 가지는 효과는 상당히 긍정적이라 할 수 있다.

반면, 통제집단에서도 두 하위영역에서 유의미한 긍정적 변화를 보였고, 다른 영역에서 통계적으로 유의미하지 않지만 조금씩 향상되었다. 이러한 연구결과 역시, 위의 의사소통에서와 마찬가지로의 결과로 볼 수 있다.

<표4> 결혼만족도 사전-사후검사 결과 비교

집단	영역	측정시기	평균	표준편차	윌콕슨검정 통계량
실험집단 (N=12)	배우자 만족영역	사전	17.08	2.15	-4.17***
		사후	23.58	.99	
	배우자와 대화에 관한 영역	사전	21.16	3.71	-3.30**
		사후	25.83	1.26	
	결혼자체에 관한 영역	사전	24.75	3.74	-4.15***
		사후	31.50	1.31	
	결혼생활의 기대 및 역할에 대한 영역	사전	7.90	1.79	-3.26**
		사후	11.40	1.57	
	가정에서 역할, 직업에 대한 영역	사전	10.60	1.17	1.15
		사후	11.23	1.57	
통제집단 (N=12)	배우자 만족영역	사전	16.75	2.89	-2.32*
		사후	19.98	2.46	
	배우자와 대화에 관한 영역	사전	20.91	2.15	-.97
		사후	21.83	1.19	
	결혼자체에 관한 영역	사전	24.00	1.90	.00
		사후	24.00	2.92	
	결혼생활의 기대 및 역할에 대한 영역	사전	8.85	1.34	-2.43*
		사후	11.85	.69	
	가정에서 역할, 직업에 대한 영역	사전	11.57	1.90	1.12
		사후	11.85	2.26	

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

2. 프로그램에 대한 주관적 평가 분석

프로그램에 관하여 계량적인 측정도구를 통한 사전-사후 검사 외에 프로그램의 진행 및 내용에 대한 참여자들의 자세한 느낌이나 변화, 평가정도를 살펴보기 위하여 사후질문지 평가와 각

회기별 평가 내용을 분석하였다.

1) 사후 질문지 평가

프로그램에 관한 참가자들의 의견을 묻는 주관식 질문에 작성된 응답 내용을 토대로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 본 프로그램에 참여동기에 대한 질문에는 아내가 권해서 3명, 함께 참여한 분이 권해서 2명, 아는 상담자가 권해서 2명 등으로 타인의 권유로 참여한 사람이 과반수 이상이었고 부부가 함께 할 시간을 위해서, 교육의 흥미로, 남편의 폭넓은 대인관계를 위해서 등이 각각 1명씩으로 참여동기가 다양하였다. 둘째, 가장 도움이 되었던 내용으로는 상대에게 내 생각을 강요하지 않음이 2명, 인간의 욕구가 서로 다르다는 것을 알게 됨이 2명, 남편이나 아이에게 나의 기대를 강요하지 않아야 함이 1명, 모든 일이 자신의 선택으로 이루어짐이 1명, 비합리적인 신념이 문제를 발생시킨다가 1명으로 과반수 이상이 개인이 선택성에 초점을 두고 응답했으며, 어떤 일을 계획할 때 작은 행동에서부터 시작해야 한다는 것에 1명, 문제 발생 시 감정보다는 행동과 사고에 비중을 두는 것이 좋다가 1명 등은 행동의 중요성에 대해서 답했다. 또한 프로그램에 참여하기 전보다 부부간 서로 이해하려는 마음이 많아졌음이 1명, 어떤 일에 대해 좋은 쪽으로 생각하게 됨이 1명 등은 긍정적으로 생각하게 되었다고 응답하여 매 회기 목표가 비교적 고르게 잘 달성되었음을 보여준다.

2) 회기별 평가

성원들이 느끼는 평가정도를 살펴보기 위하여 매 회기 프로그램 참여한 후 자신의 목표가 얼마나 달성되었는지 5점 척도로 응답한 개인평가 결과는 <표5>와 같이 나타났다

첫째, 집단의 진행과 참여 만족도에 관한 질문의 응답은 5점 척도에서 4.32, 프로그램 내용에 대해서는 4.41점으로 비교적 높은 점수로서, 성원들의 참여만족도는 회기가 더해감에 따라 비교적 상승했고 가장 높은 회기는 8회기로 거의 만점에 가까운 수치를 보이는데 이는 성원들의 응집력이 좋아지고 활동들이 활발해지며 성취감까지 더해진 결과라 하겠다. 아직 전체의 역동이 살아나지 않은 1회기를 제외하고는 점수가 가장 낮은 회기는 6회기로 특히 집단 진행과 참여 만족도에서 낮은 점수를 보이고 있었다. 이는 6회기의 도입 부분에서 진행이 약간 다른 부분으로 흘러 집단성원들의 공통적인 주제에서 벗어났기 때문으로 보여진다. 둘째, 과제의 유용 정도를 묻는 항목으로는 7, 8회기를 제외하고 보통수준인 3점 대를 보여 타 항목에 비해 상대적으로 낮은 점수를 보이고 있어 과제를 제시 방법 등의 변화가 고려될 필요가 있다.

<표 5> 회기별 평가 분포

회기	내용			회기별 평균
	집단진행과 참여 만족	프로그램의 내용 만족	과제물 유용 정도	
1회기	4.18	4.00	*	4.09
2회기	4.27	4.18	3.45	3.63
3회기	4.45	4.00	3.36	3.93
4회기	4.41	4.58	3.91	4.30
5회기	4.41	4.75	3.58	4.25
6회기	3.50	4.41	4.08	3.12
7회기	4.58	4.58	4.41	3.39
8회기	4.83	4.83	*	4.83
항목별평균	4.33	4.42	3.79	3.94

*1회기, 8회기에는 과제물 부과가 없었으므로 제외됨

VI. 결론 및 논의

본 연구는 서구에서 개발된 이론이 한국의 가족 및 부부관계를 강화시키는 데 적용될 수 있는지의 가능성을 탐색해보고, 실생활에 맞는 프로그램을 개발하여 가족복지의 실천현장에서 활용할 수 있는 자료로 삼고자 하는데 그 목적이 있다. 본 프로그램은 일간지 등에 홍보한 내용을 보고 자발적으로 신청을 접수한 부부 8쌍이며, 이렇게 접수된 부부를 기준으로 하여 실험의 효과를 비교검증하기 위한 통제집단을 모집하였다. 그 중 본 프로그램의 효과를 검증하기 위한 평가대상은 1회기부터 8회기까지 모두 참석한 부부 6쌍으로 2001년 10월 26일부터 12월 14일까지 8주동안 주1회 2시간씩 총16시간에 걸쳐 부부관계강화를 위한 프로그램을 실시한 대상을 실험집단으로 배치하였으며, 통제집단에는 아무런 처치도 하지 않았다.

프로그램의 구성은 총8회기로 부부의 참여동기 부여-기본욕구 다루기-질적세계의 탐색-상황선택에 대한 자신의 역할 자각-건강한 감정적 상호작용1, 2 - 바람직한 문제해결과정- 마무리로 구성되었으며, 프로그램의 진행구조는 '도입-강의-적용활동-평가-과제부여' 순으로 본 연구자, 집단활동 보조진행자, 기록자로 구성되었다. 본 연구에서 실시한 효과성 측정을 위한 통계적 결과는 SAS 프로그램의 Wilcoxon matched pair test를 사용하였다.

본 프로그램의 적용을 통한 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 본 프로그램의 효과성 검증을 위한 선정된 내적 통제성, 의사소통, 결혼만족도의 세 영역 모두에서 연구대상자들은 교육 전보다 교육 후 세 측면 모두에서 통계적으로 유의미한 긍정적인 향상을 나타냈다.

둘째, 프로그램의 내용에 대한 주관적 평가와 회기별 평가분석 결과, 집단진행과 참여만족, 프로그램의 내용만족, 과제물의 유용 정도 등의 응답에서 전반적으로 긍정적인 평가를 하였다. 가장 도움이 된 내용으로는 인간의 기본 욕구가 다르다는 것, 상대에게 내 생각을 강요하지 않기, 부부간 이해가 많아진 점, 모든 일이 자신의 선택으로 이루어진다는 것을 알게된 점을 제시하였다.

셋째, 본 프로그램에서 참여한 6팀 중 2팀의 부부가 추후 자신들의 가족문제에 대한 상담을 자발적으로 원하였다. 이 역시 본 프로그램이 가지는 긍정성으로서 가족생활교육을 통하여 부수적인 효과를 수행한 것으로 볼 수 있다. 즉 상담과 치료에 부정적인 인식을 가지고 있는 내담자가 교육시간을 통해서 자발적인 상담의 동기화를 형성하게 되는 과정이 이루어졌다고 볼 수 있다.

이러한 결과들에서 본 프로그램의 부부관계 강화 효과는 입증되었다고 볼 수 있으며, 가족복지를 추구하는 지역사회 내 복지기관이나 시설, 또는 가족상담기관에서 활용할 수 있을 것으로 평가된다. 본 프로그램이 일반적인 부부들의 부부관계를 강화하기 위한 프로그램으로서 보다 건설적으로 활용하기 위해서 본 연구결과를 토대로 하여 다음과 같은 논의를 하고자 한다.

첫째, 본 프로그램의 배경이 되는 이론과 관련하여, 선택이론, 인지정서행동이론, 관계향상기법을 혼용하여 프로그램을 개발하고 실시한 후 그 가능성을 고찰하였기 때문에 실험적인 양상을 띠었다고 할 수 있다. 통계적 결과를 통해 실험집단의 내적 통제, 부부의사소통, 결혼만족도가 모두 유의미하게 향상되었는데, 계속된 연구를 통해 또 다른 영역에서의 프로그램의 효과성도 연구될 수 있을 것이다.

둘째, 프로그램에 투입되는 다양한 요소 중 어떤 요소가 효과성을 가져오는지 프로그램 투입요소 각각이 미치는 영향에 대해 구분하는 설계를 통해 프로그램 구성의 질을 높일 수 있는 과학적 연구가 필요하다. 즉 부부관계 강화를 위해서 과연 개인의 내적 능력의 향상기법이 더 도움이 되는지, 관계기술 습득이 부부관계향상에 더 도움이 되는지를 면밀하게 살펴볼 필요가 있을 것이다. 실제 참여자들의 프로그램 진행과 내용에 관한 주관적 평가를 보면, 회기가 진행될수록 높은 점수의 평가를 주었지만 이는 참여집단 구성원들간에 높아진 친밀감, 진행자들에 대한 인간적 호의 등의 원인도 있을 것으로 보인다. 반면, 본 연구자가 집단을 진행하면서 느꼈던 역동성은 오히려 초기 2,3,4회기가 가장 활발하여 개인적 자원인 자율성, 책임성, 자존감 등을 향상시키는 것이 부부공동의 차원인 대인관계 기술습득보다 집단성원들에게 훨씬 효과적인 것으로 인식되었다. 특히 남성들에게 있어서는 개인수준의 개입방법이 관계수준의 개입방법보다 유용하게 수용되어짐을 강하게 느낄 수 있었다. 이러한 본 연구자의 논의는 Costa(1981)의 부부관계강화를 위한 프로그램은 개인보다는 관계에 비중을 두어야 한다는 주장(신수련, 1993에서 재인용)보다는 정현숙(2000: 22)의 부부관계의 이해를 위해서는 개인적 자원들에 대한 교육이 우선 되어져야 한다는 주장을 지지해 볼 수 있다.

셋째, 프로그램의 구성과 관련하여, 참여자의 대부분이 30대이고 50대 부부 1쌍이 포함되어, 연령상 약간 이질적으로 구성되었는데 이들이 서로서로 조언과 힘을 실어주는 등의 지지가 될 수 있기도 하였지만, 세대 차로 인하여 서로의 감정에 공감을 얻어 내지 못하는 측면도 발견되었다. 연령대별이나 결혼기간이 같은,

즉 가족생활주기를 고려하여 가족과업이 같은 단계들로 동질적으로 구성되는 것이 더 효과적일지를 검토해 볼 필요가 있다.

넷째, 프로그램 진행과 관련하여 볼 때, 진행에 대한 사전 조사 없이 본 연구자가 일반적인 집단진행의 특성을 고려하여 회기와 시간을 결정하였는데, 실제 6회기가 넘어가면서 집단참여자들의 참여를 고무시키기 위한 노력을 별도로 해야 하는 것이 본 연구자가 느낀 어려움이였다. 참여자들의 사후평가에서도 한 회기의 2시간은 짧고, 총 8회기는 약간 길다고 평가하여, 프로그램의 진행회기와 시간의 재조정이 필요할 것으로 보인다. 본 프로그램을 실시하는데 있어서도 회기 진행시간은 1회기 당 2시간을 넘긴 적이 많았다. 따라서 지속되는 교육 프로그램의 적당한 회기는 6회기, 1회기 시간은 2시간 30분에서 3시간 정도가 적합한 회기구성으로 보여진다.

마지막으로 본 프로그램에서 나타나는 긍정적 효과는 본 프로그램의 지도자가 연구의 이론적 배경이 되는 선택이론과 인지행동의 두 이론적 모델에 대하여 워낙 등을 통해 지식이나 기술을 갖추고 또한 가족문제에 대한 상담기술 경험이 매 회기에 폭발적으로 나타나는 가족문제에 대한 안내를 할 수 있었다는 점, 그리고 이와 함께 집단진행에 대한 풍부한 경험이 있는 보조진행자가 있어 프로그램의 효과성을 높이는 주요 요인이 되었다고 본다. 사실 프로그램의 효과여부는 프로그램의 구성도 중요하지만 프로그램을 이끌어가는 진행자들의 능력 또한 중요할 것이다. 각 회기에서 돌발적으로 나타날 수 있는 상황에 어떻게 대처할 것이며, 각 회기마다의 적용활동을 집단의 역동성과 어떻게 연결시킬 것인가는 프로그램의 효과 산출에 중요한 요소라 하겠다. 따라서 본 프로그램에서는 강의의 이끄는 주 진행자 이외에 집단진행에서 나타나는 역동성과 부부단위로 이루어질 때 필수적으로 따라야 하는 감성적 공감활동, 지루함을 완화시키기 위한 신체활동 등을 이끄는 보조 집단 진행자로 이루어진 강사 구성이 유효하였다고 본다.

본 연구가 가지는 한계점을 중심으로 한 제언으로는 첫째, 본 연구에서는 집단별 전체의 사전-사후 차이검증만을 하였으나 실험집단 내 성별이나, 연령별, 또는 결혼연수 등의 변인에 따른 사전-사후 차이검증을 통하여 프로그램이 어떤 대상에서 더 효과적일지 등을 밝힐 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구의 통제집단 선정시, 실험집단과의 사회경제적 변인만을 고려하였으나 부부관계 측면 등의 다양한 변인들도 고려할 필요가 있을 것이다. 그러나 본 연구에서 실시한 전반적인 부부관계 측면의 사전검사 점수에서 실험집단과 통제집단과의 점수 차이가 거의 나타나지 않은 점은 이러한 한계점을 어느 정도 극복할 수 있을 것이다. 셋째, 본 연구에서는 이루어지지 못했으나 프로그램의 장기적 효과성을 측정하기 위해 일정기간 후에 추후검사가 필요할 것이며, 또한 효과성 검증을 교육대상자 뿐만 아니라 피교육자인 다른 가족구성원들의 응답을 통하여 부부관계가 미치는 전체 가족역

동성 변화를 진단해 해보는 것도 유용할 것이다. 넷째, 본 연구 결과의 일반화를 위해서 좀더 다양한 표본을 대상으로 한 실험 연구가 필요할 것이다.

□ 접수 일 : 2002년 7월 15일

□ 심사완료일 : 2002년 10월 30일

【참 고 문 헌】

- 김명자(1985). 가족관계에 대한 부부의 가치의식과 결혼만족도에 관한 연구. 숙명여자대학교 아세아여성연구, 24, 123-125.
- 김미숙(1989). 도시부부의 결혼안정성 및 관련변인 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김양호(1989). 부부의 성역할 정체감에 따른 부부간의 만족도에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김인숙(1988). 부부간의 의사소통 유형 재차원에 따른 결혼만족도와 의 관계에 관한 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김임용(1994). 현실요법집단훈련이 주부들의 자기존중감과 결혼만족도에 미치는 효과. 효성여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정옥(1995). 가족스트레스, 가족체계유형, 가족복지와의 관계 분석. 대한가정학회지, 33(3), 101-112.
- 김현정·김명자(1999). 근원가족 건강도, 자아존중감, 결혼적응의 관계. 한국가족관계학회지, 4(2), 39-60.
- 민경신(1987). 우리나라 주부의 성역할 정체감 유형에 따른 결혼만족도에 관한 연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 박경애(1997). 인지·정서·행동치료. 서울: 학지사.
- 박미령(1988). 한국취업주부의 결혼만족도에 관한 일 연구. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 박성호(2001). 부부의 자아 존중감, 내적 통제성 및 의사소통과 결혼만족도와 의 관계. 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 박태은(1983). 도시주부의 성역할 태도와 결혼만족도와 의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 송말희(1986). 도시주부의 커뮤니케이션 이해도와 결혼만족도간의 관계 연구. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 송정아(1996). 중년기 부부관계 향상 프로그램 개발. 한국가정관리학회지, 14(1), 113-130.
- 신수련(1993). 부부관계와 부부 의사소통 및 비합리적 신념과의 관계분석. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 양옥경 외(2000). 사회복지실천론. 서울: 나남 출판.
- 오윤자(1998). 부부관계향상 프로그램, 한국가족관계학회편, 가족생활교육. 서울: 도서출판 하우.
- 우애령(1994). 현실요법을 이용한 집단사회사업 프로그램 개발. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 이근후·이동원(1973). 도시가족내의 부부간 커뮤니케이션에 관한 연구. 이화여자대학교 논총, 22, 278-279.
- 이선우(1990). 한국주부의 심리적 양성성과 결혼만족도에 관한 연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문.

- 이옥진(1982). 부부의 결혼만족도에 관련된 가정환경변인에 관한 연구. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 이인수(1986). 결혼만족도 척도의 타당화 연구. 경희대학교 대학원 석사학위논문.
- 이재형(1998). 부부관계 강화훈련 프로그램이 부부의사소통 및 부부관계촉진에 미치는 효과. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 이정은(1999). 개인특성, 스트레스 및 부부간 의사소통과 결혼만족도의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이종숙(1988). 주부의 내외통제성과 결혼만족도에 관한 연구. 건국대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지현(1997). 가정행복지수 높이는 66가지 지혜. 서울 : 규장.
- 이창숙·유영주(1998). 부부갈등해결 교육프로그램 개발연구. 한국가족관계학회지, 3(1), 46-71.
- 정현숙(2000). 부부관계교육 프로그램의 교육내용 안. 한국가정관리학회지, 18(1), 17-30.
- 조선경(1989). 의사소통을 위한 부부관계강화프로그램. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 차재호 외(1973). 심리척도 핸드북, 서울 : 한국행동과학연구소.
- 최규련(1987). 한국도시부부의 결혼만족도 요인에 관한 연구. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 최규련(1994). 가족체계 유형과 부부간 갈등 및 대처방안에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 12(2), 140-152.
- 최규련(2002). 농촌 부부평등교육 프로그램 개발 및 효과검증. 한국가정관리학회지, 20(3), 73-85.
- 최정숙(1996). 부부관계향상을 위한 부부의사소통교육프로그램의 효과성에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 통계청(2001). 한국의 사회지표.
- 한국가족관계학회 편(1997). 가족생활교육. 서울: 도서출판 하우.
- Curran, D.(1985). *Stress and the healthy family*. New York: Harper & Row.
- Dillon, J. L.(1979). *Marital communication and its relation to self-esteem* Doctoral Dissertation, United States International University.
- Otto, H. A.(1975). *The use of family strength concepts and methods in family life education: A Handbook* Beverly Hills, California : Holistic Press
- Phares, E. J. (1976). *Locus of control in personality*. Morristown, N. J.: General Learning Press.
- Satir, V.(1972). *People making*. Palo Alto, California : Science of Behavior Books, Inc.
- William Glasser, 우애령 역(2000). *결혼의 비밀*. 서울: 하늘재.
- William Glasser, 김인자·우애령(1998). *행복의 심리*. 서울: 한국심리상담연구소.