

결혼생활 적응을 위한 결혼 전 상담 프로그램 효과검증 연구

Evaluation of a Premarital Counseling Program for Marital Adjustment

백석대학교 기독교학부
겸임교수 김 미 경
백석대학교 상담대학원
교수 송 정 아

Department of Christian Studies, Baekseok University
Adjunct Professor : Kim, Mi Kyoung
Graduate School of Counseling, Baekseok University
Professor : Song, Jung Ah

목 차

- | | |
|----------------------|------------|
| I. 서론 | IV. 연구결과 |
| II. 연구방법 | V. 논의 및 결론 |
| III. 결혼 전 상담 프로그램 개발 | 참고문헌 |

<Abstract>

This study focused on a premarital counseling program and examined its effectiveness. The program consisted of eight sessions and was conducted with twelve premarital couples: six in the experimental group and six in the control group. The results were as followings. First, the premarital counselling program influenced the relationships of the premarital couples such as communication, sexual attitude, conflict solution, financial management, openness, interpersonal trust, and intimacy. Second, the male group significantly improved more than the female group in the areas of communication, conflict solution, and sexual attitude. The effects of the program continued to be effective after three months.

주제어(Key Words): 결혼전 상담(premarital counseling), 상호신뢰(interpersonal trust), 상호친밀감(interpersonal intimacy), 결혼적응(marital adjustment)

I. 서론

최근 우리나라의 이혼율은 2003년 53%를 정점으로 가파르게 증가하다가 2004년 44.8%, 2005년 40.6%로 다소 감소

하고 있으나 여전히 높은 이혼율을 보이고 있다. 이혼은 가족의 해체를 의미하는 것으로 이혼하는 부부 당사자와 자녀들은 물론 부모, 친지 모두에게 심리적 안정과 정신건강에 엄청난 고통을 가져오므로 큰 사회적문제가 아닐 수 없다.

과거에 비해 여성의 사회진출이 많아지고 여성들이 경제력을 갖게 되면서 가사노동을 둘러싼 부부갈등, 시가와 처가와의 갈등, 자기중심적 가치관과 성도덕의 위기, 용이한 이혼법 등이 이혼율의 증가를 가져왔다고 보여 진다. 그러나 그 보다 더 중요한 요인은 결혼에 대한 준비결여, 결혼의 참 의미와 그 본질에 대한 깨달음의 결여가 오늘날 이혼 위기의 핵심적 요인이라 생각된다.

현대사회에서의 결혼이란 적절한 연령에 도달한 남녀가 자유로운 이성교제를 통하여 애정과 신뢰를 확인하고 자유의사 결정에 의해서 정신적, 육체적으로 결합하는 것을 의미한다. 그러나 결혼한 남녀가 서로에게 일치감과 진정한 사랑을 느낀다고 해서 그들이 결혼할 준비가 되어 있다는 것을 의미하지는 않으며 안정된 결혼생활을 해 나갈 것이라고 단정 지을 수는 없을 것이다. 서로 다른 환경과 문화, 습관, 일반적인 사회조건 등이 결혼을 통해서 맺어지게 된 부부 관계는 일시적이고 고정된 것이 아니라 끊임없이 변화하고 성장하는 관계이기 때문에 지속적인 적응이 필요하다. 따라서 결혼은 부부의 지속적인 적응 과정이며 이 적응 과정은 결혼식 이전부터 두 남녀가 교제하는 과정에서부터 시작되어야 할 것이다.

텔레비전이나 비디오, 신문, 인터넷 등의 대중매체와 각종 기관에서 제공하는 검증되지 않은 정보로 인해 결혼에 대한 높은 기대감과 결혼식을 위한 준비도는 높으나 정작 결혼생활을 위한 준비도는 낮은 상황이다. 결혼에 대한 비현실적 기대감이나 결혼생활에서 일어날 수 있는 수많은 사건과 갈등을 효율적으로 처리하는데 필요한 기술과 능력이 준비되지 않은 채 성립된 결혼관계는 결혼생활에서 문제가 발생했을 때 쉽게 흔들리거나 깨어지기 쉽다.

요즘에 이에 대한 해결책으로 부부상담이나 가족상담 등의 치료적 서비스가 활발하게 이루어지고 있으나, 무엇보다도 중요한 것은 결혼생활을 시작하기 전 단계에서의 준비가 안정된 결혼생활을 위해 매우 중요하다는 인식이다.

부부관계는 성숙한 남녀가 결혼이라는 제도를 통해서 결합되는 관계로서 육체적 결합은 물론 정신적, 심리적, 정서적, 경제적 결합을 기초로 하여 형성되는 인간관계에서 가장 핵심이 되는 관계이다.

부부가 되기 전에는 각자가 독신으로서의 정체성을 갖고 있었지만 이제는 한 쌍의 부부로서 새로운 정체성 확립과 적응이 필요하다. 특히 결혼초기는 성장 배경이 다른 두 남녀가 만나서 한 가족을 형성하는 과정이므로 조정과 협력이 가장 요구되는 시기로서 배우자간의 호혜성이 얼마나 잘 유지되고 불균형을 얼마나 잘 해결하느냐에 의해 건강한 결혼의 성공여부가 좌우된다(Scanzoni & Scanzoni, 1988).

Olson(1983)은 결혼 전 상담의 필요성에 대해 결혼 전에 있었던 문제들이 결혼 후에도 여전히 문제로 존재하고 있고,

긍정적인 의사소통과 문제해결 기술 등은 당사자들의 문제가 더 심각해지기 전에 배우는 것이 중요하며 비현실적인 기대를 현실화시킬 수 있는 좋은 기회(송정아, 전영자, 김득성, 1998. 재인용)라고 진술하였고, Smith(2003)는 결혼 전 상담은 두 사람의 관계에서 성장할 수 있는 영역을 강화할 수 있도록 기회를 제공하여, 결혼 후 예상되는 가족 관계의 문제점들을 미리 탐색하여 잘 대처하도록 대처방법과 기술들을 획득하는 기회라고 하였다.

국내에서는 1970년 대 말부터 결혼적응 및 결혼만족도에 대한 연구들이 시작되었으며, 결혼적응, 결혼만족도, 결혼안정성 등의 용어는 부부간의 순응과 조절에 관련되는 과정으로 정의되고 있으며 때로는 유사하게 또는 다르게 사용되었다(이정은, 이용호, 2000). 결혼적응은 부부가 서로 얼마나 잘 조화를 이루며 살아가고 있는지에 대한 정도를 나타내는 것으로 부부 사이가 친숙하고 충돌의 횟수가 적고 긴장상태가 적은 상태를 의미하며 결혼의 성공을 판단하는 하나의 기준이 되었다(유영주, 김경선, 김순옥, 1998). 결혼초기의 발달과업 성취는 앞으로의 결혼생활에 긍정적인 영향을 미치게 됨으로 결혼 전에 있는 예비부부들이 결혼관계에서 나타날 문제들에 대해 잘 적응하고 해결할 수 있도록 결혼 전과 결혼초기에 달성해야 할 발달과업과 적응에 관해 알아야 할 것이다. 뿐만 아니라 결혼초기는 결혼에 관해 가질 수 있는 낭만적인 기대들과 책임감에 대한 현실적 이해가 동시에 공존하는 시기이므로 결혼 전 상담에서 부부관계를 위한 문제점 인식과 해결책 모색이 또한 필요하다.

결혼적응을 위한 결혼준비기의 발달과업은 자아정체감 확립, 친밀성 개발과 헌신(김광률, 2002)을 들고 있으며, 결혼준비기의 상담 및 교육내용에는 동반자로서의 결혼, 자신과 원가족과의 분화, 자아상 확립, 자신과 배우자와의 성격 이해, 부부 상호작용 패턴, 배우자에 대한 헌신, 대화 및 갈등 해결 기술, 친밀감 형성, 성역할 및 부부역할 이해, 부부의 성 이해, 재정관리, 시댁과 처가와의 적응, 가족과 직장생활의 조화, 취미와 여가활동, 가족계획, 종교생활(송정아 외 2인, 1998) 등의 내용이 포함되어야 할 것을 강조하였다. 결혼 후의 초기적응은 부부간의 인격 적응, 성적 적응, 경제적인 적응이 필요하다고 보았고(서병숙, 1999), 배우자와의 성격 및 습관 차이, 부부의 성생활, 시댁 및 처가 친족과의 관계, 경제적 부담, 자녀양육 문제들(유계숙, 2000)을 언급하였다.

따라서 행복한 결혼을 위해서는 결혼의 의미와 목적, 결혼의 원리 등을 이해하고, 결혼생활을 효율적으로 잘 적응할 수 있도록 배우는 결혼 전 상담과 교육이 필요하다. 예비부부들을 위한 결혼 전 상담이나 결혼 전 교육은 부부문제 예방하고 부부의 삶의 질과 가족구성원 간의 관계의 질을 높일 뿐 아니라 가족의 안녕과 사회복지에 절대적으로 필요하다

다(송정아 외 2인, 1998). 또한 두 사람의 현재의 관계를 점검하고 성장할 수 있는 기회를 제공함으로써 결혼에 대한 올바른 결정을 하도록 도움을 주며 안정된 결혼생활과 결혼적응에 도움이 된다(Stanley & Markman, 1997; Silliman, Stanly, Coffin, Markman & Jordan, 2001). Olson(2004)은 예비부부들이 결혼 전 상담에 적극적으로 참여하여 결혼생활에서 직면 할 수 있는 문제들을 결혼 전에 심도 있게 토론하고 결혼생활에 들어가는 것이 증가하는 이혼을 감소에 대한 최선의 대응책이라고 진술하였다.

이와 같이 결혼 전 상담이 부부의 안정된 결혼생활이나 결혼적응에 많은 도움이 됨에도 불구하고, 그동안 예비부부들을 위한 연구들은 주로 프로그램 개발이나 프로그램의 효과에 대한 양적연구가 주를 이루었고, 프로그램 참가자들의 역동이나 변화에 대한 연구는 미약한 실정이었다. 일부 효과검증이 된 프로그램도 사전-사후 검사만 이루어졌을 뿐 추후검사가 이루어진 것은 소수의 연구(박미경, 1997; 정미향, 김득성, 2001; 김광률, 2002)에 불과하고, 남녀의 차이에 대한 연구는 거의 없는 실정이다. 특별히 결혼초기는 성장 배경이 다른 두 남녀 간의 결혼적응과 호혜성이 건강한 결혼생활을 좌우하는 바로미터라 생각되어, 본 연구에서는 집단의 역동에 초점을 둔 결혼 전 상담 프로그램을 개발하여, 사전, 사후, 추후검사를 통한 프로그램의 효과분석과 프로그램의 효과 지속성, 그리고 남녀 간의 차이를 알아보고자 한다.

본 연구의 궁극적인 목적은 결혼 전에 있는 예비부부들에게 결혼에 대한 적응을 준비하게 함으로써 현대 사회에서 급증하는 이혼을 줄이고 결혼생활의 부적응과 부부 갈등 등의 문제들을 미연에 방지하여 부부 관계 향상과 친밀감을 증진 시키는데 있다.

II. 연구방법

1. 참가자 모집 및 참가자 특성

본 연구의 대상은 열두 커플이며 G교회에서 2003년 5월 4일부터 5월 31일까지 광고를 통해 자원한 예비커플들이다. 프로그램의 효과검증을 위해 선정된 실험집단과 통제집단의 인구통계학적 특성은 <표 1>과 같다.

2. 측정도구

본 연구에서 사용된 Olson, Fournier, Druckman(1987)의 PREPARE II (Premarital Personal and Relationship Evaluation)는 김혜석(1990)이 번역한 것을 본 연구에 맞게 수정 보완하여 사용하였다. 척도는 의사소통, 갈등해결, 성 태도, 재정관리 등 4개 하위척도로 구성되었다. 본 척도는 5

표1. 실험집단-통제집단의 인구통계학적 특성

단 위: N(%)

구분		실험집단	통제집단	합계
성별	남성	6(50.0)	6(50.0)	12(50.0)
	여성	6(50.0)	6(50.0)	12(50.0)
연령	만 23세미만	1(8.3)	1(8.3)	2(8.3)
	24-26세	2(16.7)	4(33.3)	6(25.0)
	27-29세	5(41.7)	7(58.3)	12(50.0)
	30-33세	4(33.3)		4(16.7)
학력	대학원 졸업	3(25.0)		3(12.5)
	대졸	7(58.3)	10(83.3)	17(70.8)
	대학 재학	2(16.7)	2(16.7)	4(16.7)
직업	회사원	4(33.3)	7(58.3)	11(45.8)
	학원강사/교사	2(16.7)	3(25.0)	5(20.8)
	간호사/의사	1(8.3)	2(16.7)	3(12.5)
	대학생	2(16.7)		2(8.3)
	기타	3(25.0)		3(12.5)
종교	기독교	12(100.0)	11(91.7)	23(95.8)
	가톨릭		1(8.3)	1(4.2)
소득	150-150만원	4(33.3)	4(33.3)	8(33.3)
	150-200만원	4(33.3)	5(41.7)	9(37.5)
	200-250만원	4(33.3)	3(25.0)	7(29.2)
만남의 방법	연애	10(83.3)	12(100.0)	22(91.7)
	중매 반 연애 반	2(16.7)		2(8.3)
교제 기간	1년 미만		2(16.7)	2(8.3)
	1-2년	2(16.7)	8(66.7)	10(41.7)
	3-4년	6(50.0)	2(16.7)	8(33.3)
	5년 이상	4(33.3)		4(16.7)
결혼 예정일	0-2개월		4(33.3)	4(16.7)
	3-6개월	10(83.3)	6(50.0)	16(66.7)
	7-12개월		2(16.7)	2(8.3)
	아직 계획 없음	2(16.7)		2(8.3)

점 Likert 척도이며 점수가 높을수록 의사소통이 잘 이루어지며, 갈등해결을 잘하고, 성에 대한 태도가 긍정적이며, 재정관리의 효율성이 높음을 의미한다. 의사소통의 신뢰도 계수 Cronbach's α =.78, 갈등해결 Cronbach's α =.78, 성에 대한 태도 Cronbach's α =.65, 재정관리 Cronbach's α =.87로 나타났다.

또한 친밀감 척도는 Schllein의 상호친밀감 척도 ((Interpersonal Relationship Scale:IRS)를 박남숙(2000)이 번역한 것을 사용하였다. 친밀감 척도는 상호신뢰, 친밀감, 개방성 등의 3개의 하위영역으로 구성되었다. 각 하위별 신뢰도는 상호신뢰 Cronbach's =.86, 친밀감 Cronbach's =.78, 개방성 Cronbach's =.80으로 나타났다. 5점 Likert 척도로써 척도의 점수가 높을수록 개방성이 높고, 상호신뢰가 높으며 친밀감이 높음을 의미한다.

3. 자료처리 및 분석방법

자료 분석은 SPSSWIN 10.0 Program을 이용하여 측정도

구에 대한 신뢰도를 산출하였고, 연구대상자의 인구통계학적 특성을 파악하기 위하여 빈도분석과 백분율을 구하였다. 결혼 전 상담 프로그램의 효과를 검증하기 위하여 실험집단과 통제집단에게 사전-사후검사 간 paired-t검증을 실시하였고 프로그램 효과의 지속성을 알아보기 위하여 사전-추후, 사후-추후 간 paired-t 검증을 실시하였다. 또한 프로그램 실시에 따른 참가자들의 변화 양상과 프로그램의 내용 분석을 위해 회기별 녹음테이프를 사용하였다.

III. 결혼 전 상담 프로그램 개발

본 장에서는 결혼 전 상담 프로그램을 개발하기 위해 프로그램 개발과정, 프로그램 실시, 프로그램의 목표, 프로그램 회기별 내용이 제시되었다.

1. 프로그램 개발과정

1) 요구도 조사

결혼 전 상담 프로그램을 개발하기 위한 문헌조사로 국내의 결혼 전 상담 프로그램과 국외의 문헌연구(Miller, Nunnally, Wackman 1971; Gordon, 1993; Bucker & Salts 1985; Olson, 1983)에서 다루고 있는 내용들을 알아보았다.

유영주, 오윤자, 이정연(1995)은 결혼에 대한 비합리적인 기대, 결혼동기, 상호친밀감 성장, 건강한 성생활, 효율적인 의사소통, 재정관리, 친척관계, 가정에 대한 책임감과 긍정적인 태도 등을 다루었다. 정민자(1996)는 소속하기와 독립하기, 결혼생활과 가치관, 성지식, 의사소통 훈련, 성생활과 우리의 미래 등으로 프로그램을 구성하였고, 박미경(1997)은 결혼에 대한 기대, 서로에 대한 이해, 역할기대, 의사소통 듣기와 친밀감, 갈등해결, 성에 대한 태도, 재정관리(생활양식)등을 주제로 프로그램을 구성하였다. 정미향과 김득성(2001)의 연구에서는 결혼에 대한 기대와 현실, 자기이해와 자아수용, 관계에서의 역할과 친밀감, 의사소통, 갈등해결 등 개인적 차원과 관계적 차원에서 프로그램을 구성하였다. 백지은(2003)의 연구는 사랑과 애착을 통한 관계이해, 성에 대한 남녀의 행동과 태도에 있어 차이 이해, 효과적인 의사소통 기술습득, 결혼의 의미와 새로운 가족관계에 대한 정보 습득 등의 내용으로 구성되었다.

Miller, Nunnally, Wackman(1971)은 의사소통 기술, 상호작용 향상에 대한 지각의 기술습득, Bucker & Salts(1985)는 커플의 데이트 역사, 역할 기대, 육아, 재정, 가족 친척 관계, 의사소통과 갈등해결, 가치와 성의 내용으로 구성하였다. Olson(1983)은 결혼에 대한 기대, 성격, 의사소통, 갈등해결, 재정관리, 여가활동, 성관계, 자녀양육, 가족과 친구, 역할분

담, 종교적 지향성, 원가족과의 순응성과 결합력 등을 내용으로 하였다. 이들 프로그램에서 공통적으로 가장 많이 다루고 있는 내용을 보면 의사소통이 가장 많이 언급되었으며 갈등해결, 성생활, 결혼의 이상과 현실, 가족관계, 가정경제, 부부역할, 자녀교육, 결혼에 대한 이해 등으로 이루어졌음을 알 수 있다.

본 연구를 위한 요구도 조사는 2003년 1월 6일부터 9일까지 미혼, 기혼, 프로그램 참가자 총 70명을 대상으로 실시하였다. 가장 높은 요구도를 보인 내용은 결혼에 대한 현실적인 기대, 결혼에 대한 이유와 동기, 서로의 성격이해와 수용하기, 문제해결 및 갈등해결 기술, 부부의 성 이해, 합리적인 가정생활이었다. 본 연구의 요구도 내용과 선행연구들을 종합하여 본 프로그램에서는 결혼의 이상과 실제, 원가족 이해, 자기 자신과 상대방에 대한 이해 및 수용, 효과적인 의사소통, 갈등 해결하기, 아름다운 우리의 성, 가정경제 등 총 8 회기의 내용으로 구성하였다.

2. 프로그램의 목표

본 프로그램은 예비부부에게 자신의 강점과 약점을 평가할 기회를 제공하고 결혼준비 과정을 도움으로써 결혼 적응을 돕고 부부 갈등을 예방하여 질 높은 결혼관계를 유지하도록 하는데 그 목적이 있으며 목적달성을 위한 구체적인 목표는 다음과 같다.

첫째, 결혼에 대한 비합리적 신념과 기대를 감소시키고 결혼에 대한 현실적 기대를 갖게 한다. 둘째, 서로 자라온 성장배경을 탐색하고 원가족 이해 및 새로운 가족과의 관계를 증진시킨다. 셋째, 서로의 성격유형과 차이점에 대한 이해를 통해 상호존중과 관계를 향상시킨다. 넷째, 바람직한 관계향상 기술을 습득함으로써 갈등을 해결하여 결혼적응을 돕는다. 다섯째, 부부의 성적 친밀감 및 부부의 성생활 적응을 높인다. 여섯째, 가정경제에 대한 서로의 가치관을 점검하고 효과적인 가계관리를 위한 전략을 수립하여 미래를 준비한다.

3. 프로그램의 내용

결혼 전 상담 프로그램 내용은 국내외의 선행연구와 문헌고찰 그리고 요구도 조사를 참조하였다. 본 결혼 전 상담 프로그램이 기존의 프로그램과 다른 점은 사전, 사후, 추후검사를 통하여 프로그램 효과의 지속성을 알아보았다는 것과 집단의 역동에 초점을 두었다는 점이다.

본 연구에서 지향하고자하는 프로그램의 성격은 상대방에 대한 이해와 문제예방에 초점을 두고 부부의 역동적인 상호관계성에 필요한 기술 훈련인 동시에 잠재적인 문제를 인식하고 해결해나가는 대처과정을 중시하는 교육과 상담이 병행된 프로그램이다. 전달방법은 이론 강의, 집단토론, 사

(표 2) 회기별 결혼 전 상담 프로그램 내용

회기	제목	활동내용	준비물
1	Orientation 및 친밀감 형성	1. 프로그램 소개와 참가자들 소개 2. 프로그램 활성화와 축진을 위한 활동 : Yarn Game 3. 참가동기 및 프로그램을 통해서 변화되기를 바라는 점 나누기 4. 프로그램을 실시하기 전 사전검사 실시 과제 : 결혼에 대한 자신의 기대와 결혼의 의미에 대해서 생각해 보기	Workbook 이름표 털실 사전 검사지
2	결혼의 이상과 현실	1. 결혼에 대한 자신의 기대와 결혼의 의미 발표 2. 결혼에 대한 질문지 작성 후 나누기 3. '떠남'의 사례연구. 4. 배우자와 '연함' 하여 하나 됨을 위해 서로 노력해야 될 것이 무엇인지 파트너와 나누기	Workbook 이름표
3	원가족 이해하기	1. 가족관계 질문지, 성장배경 분석 질문지를 작성하고 커플끼리 나누기 2. 가계도 작성하고 이를 중심으로 커플끼리 나누기 - 가정 안에서의 자신의 역할과 가정의 배경이 자신에게 긍정적 또는 부정적인 영향을 준 점에 대해서 나누기 - 두 사람의 관계에 영향을 미칠 수 있는 근원가족의 패턴을 서로 토론하고 전체에서 나누기 3. 시부모님, 친정 부모님, 형제들, 친척들과 어떻게 관계를 유지하는 것이 바람직한가 서로의 의견을 교환해 본다. 4. 새로운 가족이 될 친족의 춘수, 호칭, 관계 및 역할 알아보기 과제 : MBTI 검사지 작성해오기	Workbook 성장배경분석 설문지 가계도 그림 이름표 MBTI 검사지
4	자신과 상대방에 대한 이해 및 수용	1. 과제로 해온 MBTI 검사 채점 2. 8가지 선호도에 대한 강의를 들으면서 자신과 파트너의 유형에 대해 자가 추측해 본다. 3. 자가 추측한 것과 MBTI 검사 채점 한 것을 대비해 보도록 한다. 4. 서로의 성격차이로 인해 좋았던 점, 힘들었던 점, 상대방에게 상처를 준 점에 대해서 집단에서 나누기 5. 성격유형에 따라 서로의 만족도를 높일 수 있는 대처방법에 대해 생각해 본 다음 집단에서 나누기 (커플끼리 작업한 것을 OHP로 발표한다) 과제 : 자신과 상대방 가족 구성원의 성격유형 추측해보기	Workbook 이름표 MBTI 검사지 및 해석지, OHP 필름
5	효과적인 의사소통	1. 의사소통의 걸림돌 경험 및 빈번히 사용하는 걸림돌 고르기 2. Satir의 의사소통 유형 실습을 통해 자신의 의사소통 유형 찾기 3. 효과적인 의사소통 기술 실습 - 상대방의 비난으로 말미암아 기분이 상했던 상황 설정 및 실습 - I-Message/You-Message/SOLAR 전달 후 또는 받은 후의 느낌 발표 - 공감반응 실습하기 4. 자신의 의사소통으로 인해서 상대방에게 상처를 주었던 부분에 대해서 용서하는 시간과 축복의 시간을 통해 친밀감을 경험하게 한다. 과제 : 커플끼리 I-Message, SOLAR, 공감반응을 사용하여 대화하기 두 사람 사이에 빈번하게 발생하는 갈등 상황 적어오기	Workbook 이름표 필기도구
6	갈등 해결하기	1. 갈등대화 척도 질문지 작성 후 파트너와 바꾸어 나누기 2. 남편의 차이에 대한 이해부족으로 인해서 갈등을 겪었던 경험 나누기 3. 갈등상황에 직면했을 때의 패턴 점검 4. 건설적인 갈등해결 방법과 활용법을 연습하기 - XYZ 표현 기법 실습, - Time Out 기술 사용해서 대화하기 - 갈등 시 서로 희망하는 규칙 정하기. 5. 최선의 해결책을 선택하고 시행한다. 과제 : '성'에 대한 자신의 느낌, 감정, 생각들을 적거나 그림 그려오기	Workbook 이름표 필기도구
7	아름다운 우리의 성	1. '성'에 대한 자신의 느낌, 감정, 생각들을 나누기 2. 성에 대한 자신의 태도 점검 질문지 작성 후 커플끼리 서로의 차이점과 공통점에 대해 나누기 3. 성기관의 구조와 명칭, 성 행위예나 느낌에 대한 성지식과 성태도 점검 4. 성관련 시청각 자료를 보고 자신의 느낌과 생명의 소중함에 대한 결단 나누기 5. 신혼 첫날밤에 대한 orientation 과제 : 우리 가정의 한달 가계예산 함께 작성하기 내가 소망하는 결혼의 모습 적기	Workbook, 성관련 시청각자료 OHP필름 이름표 필기도구
8	가정경제	1. 지난 시간 내준 과제 '내가 소망하는 결혼의 모습'을 집단에서 나누기 2. 가정경제에 관한 점검표를 작성하고 서로 다르게 생각하는 부분에 대해서 파트너와 나누기 3. 두 사람이 함께 극복해야 할 경제적 문제가 무엇인지 커플끼리 나누기 4. 가정경제에 대한 장기, 단기 목표 작성하기(개인, 커플) 5. 약혼식 및 결혼식에 드는 비용 작성하기 5. 프로그램에 대한 전체 평가서 작성 및 사후검사 과제 : 프로그램 참석이 두 사람의 관계에 어떤 변화를 주었는지 작성해서 추후 모임 때 발표하기	Workbook 이름표 전체평가서 사후검사지

레발표, 역할극, 성격유형검사, 게임 등 다양한 시청각 교육 매체를 활용하였다. 참가자들은 이와 같은 다양한 활동을 수행하는 과정 속에서 감정공유와 함께 자기 자신을 돌아보고 자각하게 되어 각자가 가진 잠재력을 충분히 발휘하게 됨으로써 실제적이고 구체적인 결혼준비와 결혼에 대한 이해를 높여갈 수 있게 된다. 매 회기 진행은 강의 30분, 활동 및 실습 100분, 종결 및 과제 20분으로 총 150분으로 진행되었다. 회기별 구체적인 프로그램의 내용은 <표 2>와 같다.

4. 실행 절차

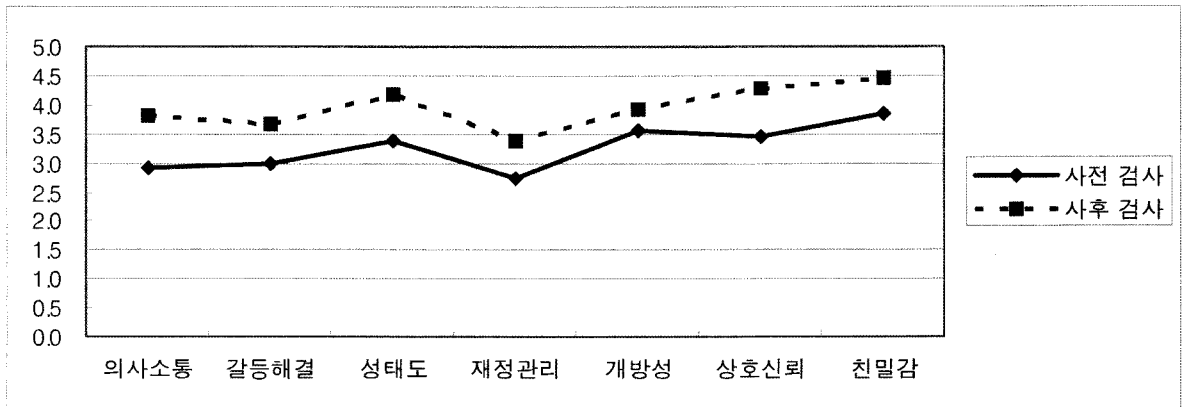
본 결혼 전 상담 프로그램은 2003년 6월 7일부터 8월 2일 까지 8주에 걸쳐 매주 2시간 30분 동안 G교회 세미나실에서 진행되었다. 프로그램 시행 첫날인 2003년 6월 7일에 실험

집단의 예비부부들을 대상으로 사전검사를 실시하였고, 프로그램이 종료하는 2003년 8월 2일에 사후검사를 실시하였다. 통제집단 예비부부는 2003년 6월 15일과 8월 20일에 실험집단과 비슷한 시기에 사전-사후검사를 실시하였다. 또한 프로그램 효과의 지속성을 알아보기 위해서 프로그램이 종료된 3개월 후인 2003년 11월 10일에 실험집단 예비부부에게 추후검사를 실시하였다.

IV. 연구결과

1. 결혼 전 상담 프로그램이 관계향상에 미친 효과

본 프로그램의 실험집단과 통제집단의 사전-사후 검사



<그림 1> 실험집단의 관계향상 사전-사후검사 결과

표 3. 실험집단과 통제집단의 관계향상 사전-사후검사 차이검증

구분		사전검사		사후검사		t
		M	SD	M	SD	
의사소통	실험집단	2.90	.63	3.83	.87	-3.387**
	통제집단	3.19	.47	3.58	1.07	
갈등해결	실험집단	2.97	.47	3.67	.64	-2.990*
	통제집단	3.17	.37	3.07	.39	
성 태도	실험집단	3.37	.29	4.19	1.05	-2.727*
	통제집단	3.38	.33	3.52	.94	
재정관리	실험집단	2.73	.66	3.38	.23	-2.708*
	통제집단	3.11	.36	3.28	.60	
개방성	실험집단	3.15	.91	3.92	.47	-2.810*
	통제집단	3.56	.40	3.35	.43	
상호신뢰	실험집단	3.32	.66	4.29	.29	-5.057***
	통제집단	3.47	.86	3.32	.60	
친밀감	실험집단	3.85	.48	4.45	.44	-4.180**
	통제집단	3.85	.67	3.73	.52	

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

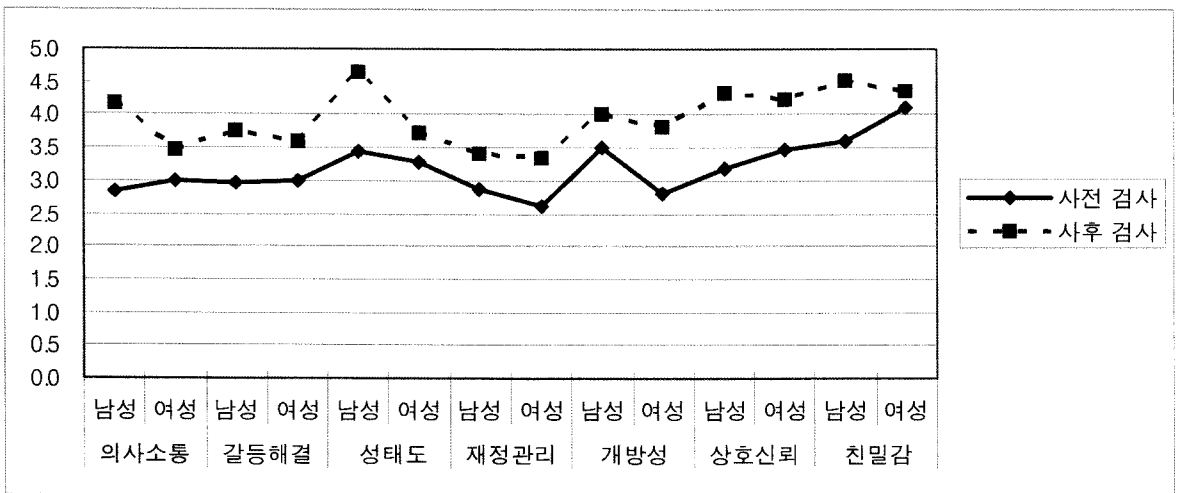
결과는 <표 3>과 <그림 1>에 나타나 있다. 프로그램에 참여한 커플들이 프로그램에 참여하지 않은 커플보다 모든 영역에서 유의미하게 향상되었음을 알 수 있다. 구체적인 영역으로는 의사소통, 갈등해결, 성 태도, 재정관리, 개방성, 상호신뢰, 친밀감 등에서 실험집단이 통제집단에 비해 유의미하게 향상된 것으로 나타났다.

실험집단 관계향상의 사전-사후검사 결과를 그래프로 나타내면 <그림 1>과 같다.

2. 결혼 전 상담 프로그램의 성별에 따른 변화 차이 검증
 성별에 따른 변화에 대한 차이 결과는 <표 4>와 <그림 2>

에 나타나 있다. 개방성과 재정관리를 제외하고는 전체적으로 남성이 여성보다 유의미한 향상을 보였다. 이를 영역별로 살펴보면 의사소통, 갈등해결, 성 태도, 상호신뢰, 친밀감 등에서 남성은 유의미하게 향상되다. 재정관리는 여성이나 남성 모두 유의미한 차이를 보이지 않았다. 개방성의 경우 남성은 유의미한 향상을 보이지 않았으나 여성은 유의미하게 향상된 것으로 나타났다. 즉 본 결혼 전 상담 프로그램은 의사소통, 갈등해결, 성 태도, 상호신뢰, 친밀감에서 여성보다 남성에게 더 효과가 있는 것으로 나타났고, 여성은 개방성이 더 향상된 것으로 나타났다.

실험집단 남녀의 관계향상 사전-사후검사 결과를 그래프



<그림 2> 성별에 따른 관계향상 사전-사후검사 결과

표 4. 성별에 따른 관계향상 변화 차이검증

구분		사전검사		사후검사		t
		M	SD	M	SD	
의사소통	남성	2.82	.39	4.17	.92	-3.747*
	여성	2.98	.84	3.48	.75	-1.409
갈등해결	남성	2.95	.47	3.75	.63	-2.591*
	여성	2.98	.50	3.60	.70	-1.601
성 태도	남성	3.45	.37	4.64	.87	-3.317*
	여성	3.28	.18	3.74	1.08	-.975
재정관리	남성	2.87	.72	3.40	.20	-1.484
	여성	2.60	.64	3.35	.28	-2.229
개방성	남성	3.50	.88	4.00	.47	-1.181
	여성	2.79	.87	3.83	.49	-2.975*
상호신뢰	남성	3.17	.52	4.33	.28	-5.422**
	여성	3.47	.80	4.25	.31	-2.445*
친밀감	남성	3.60	.40	4.53	.41	-9.439***
	여성	4.10	.45	4.37	.50	-1.397*

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

로 나타내면 <그림 2>와 같다.

3. 결혼 전 상담 프로그램의 지속성 효과

프로그램에 참여한 커플들의 지속성 효과검증을 사전-추후검사(t1), 사후-추후검사(t2)를 실시하였고 그 결과가 <표 5>과 <그림 3>에 나타나 있다. 의사소통은 사전-추후검사에서는 매우 유의미한 향상을 보였으나 사후-추후검사에서는 유의미한 차이를 보이지 않았다. 갈등해결의 영역은 사전-추후검사에서는 매우 유의미한 향상을 보였고 사후-추후검사에서도 유의미한 향상을 보인 것으로 나타나 갈등해결이 지속적으로 향상되었음을 알 수 있다. 성 태도는 사전-추후검사에서는 매우 유의미한 차이를 보였고 사후-추후검사에서는 유의미한 차이가 없었다. 성 태도는 프로그램 참가 당시는 향상을 보였으나 프로그램 종료 후 시간이 지나면서는 차이를 보이지 않고 비슷한 수준을 유지하고 있는 것으로 나타났다. 재정관리는 사전-사후검사에서는 매우 유의미한 차이를 보였으며 사후-추후검사에서도 유의미한 차이를 보인 것으로 나타났다.

개방성, 상호신뢰, 친밀감은 사전-추후검사에서는 매우 유의미하게 향상되었으며 사후-추후검사에서도 유의미한 향상을 보인 것으로 나타나 프로그램 참가 후 시간이 지나도 개방

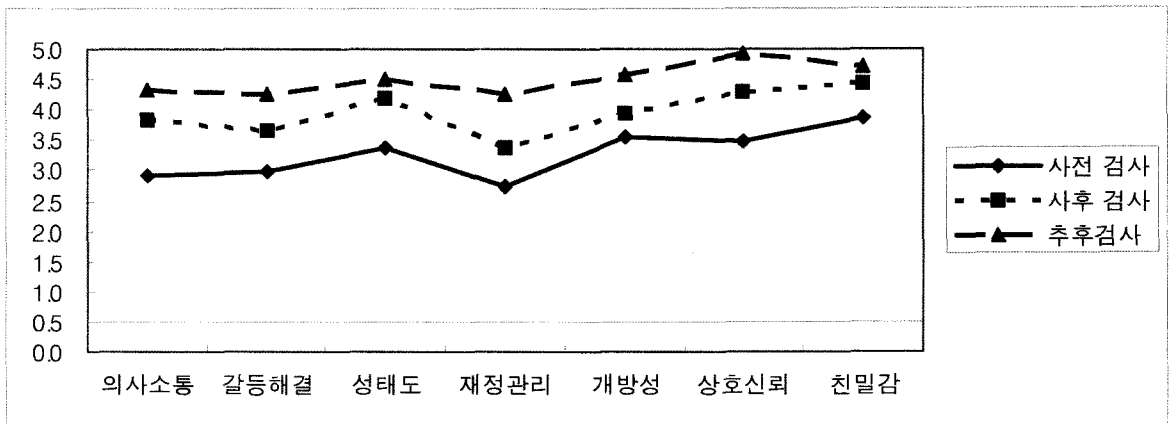
성, 상호신뢰, 친밀감은 향상되어가고 있음을 알 수 있다.

실험집단의 관계향상 사전-사후-추후검사 결과를 그래프로 나타내면 <그림 3>과 같다.

4. 총괄 평가

총괄평가에 의한 결과를 요약하면 다음과 같다. 프로그램을 통해 집단원이 가장 유익했다고 보고한 내용은 효과적인 의사소통, 갈등 해결하기, 자신과 상대방에 대한 이해 및 수용, 결혼의 이상과 현실, 아름다운 우리의 성, 갈등 해결하기, 가정경제, 원가족 이해하기 순으로 나타났다. 회기별 2시간 30분의 시간이 너무 짧았으며 결혼 후 신혼부부를 위한 후속 프로그램의 필요성 등을 제안하였다. 프로그램의 내용에 대한 만족도에 대해서 대부분의 참가자(91.7%)들은 프로그램이 매우 유익했다는 긍정적인 평가와 더불어 결혼을 준비하는데 많은 도움이 되었다는 반응을 보여 전반적으로 프로그램의 내용에 만족하는 것으로 나타났다.

프로그램의 진행방법에 대해서는 안전한 분위기에서 자기를 표현할 수 있었다라고 참석자의 80%가 응답함으로써 프로그램 진행방법에 대해서도 대부분 만족하는 것으로 나타났다. 또한 커플로 참석하여 결혼을 준비하는데 많은 도움이 되



<그림 3> 지속성 효과 검증을 위한 사전-사후-추후검사 결과

<표 5> 지속성 효과 검증을 위한 사전-사후-추후검사

구분	사전		사후		추후		t1	t2
	M	SD	M	SD	M	SD		
의사소통	2.90	.63	3.83	.87	4.34	.12	-8.073***	-1.986
갈등해결	2.97	.47	3.67	.64	4.27	.17	-8.652***	-2.835*
성 태도	3.37	.29	4.19	1.05	4.49	.44	-7.585***	-1.132
재정관리	2.73	.66	3.38	.23	4.27	.21	-9.172***	-9.000***
개방성	3.32	.66	4.29	.29	4.58	.19	-5.979***	4.457**
상호신뢰	3.85	.48	4.45	.44	4.93	.13	-6.744***	-3.656**
친밀감	3.44	.53	4.22	.33	4.71	.13	-7.190***	-4.143**

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

t1: 사전-추후 차이, t2: 사후-추후 차이

있으며 자신과 상대방에 대한 차이점을 인정함으로써 서로에 대한 이해의 폭이 넓어졌으며 동료의식을 가질 수 있었다고 응답하여 전체적으로 참가자들은 프로그램에 대해서 매우 큰 만족도를 보였음을 알 수 있었다. 프로그램을 마친 뒤에도 정기적인 모임을 갖고 서로의 삶에 대해서 나누고 도움이 필요할 때 도움을 받고 싶다는 등의 내용들이 제시되었다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 결혼 전 상담 프로그램을 개발하여 예비부부들에게 적용하고 그 효과를 검증하고자 하였다. 프로그램을 개발하기 위하여 국내외 문헌조사와 프로그램 요구도 조사를 종합하여 총 8회기로 결혼 전 상담 프로그램을 구성하고 시행하였다. 결혼 전 상담 프로그램에 참가한 예비부부들은 개인적 권유 또는 주변의 권유로 참가하기를 희망한 남녀 예비커플로써, 실험집단 여섯 쌍과 통제집단 여섯 쌍으로 구성되었다. 실험집단과 통제집단의 사전 사후 추후 검사에 의한 프로그램 효과에 대한 평가분석은 다음과 같다.

첫째, 프로그램이 예비부부의 관계향상에 미친 효과를 영역별로 보면 의사소통과 갈등해결 영역이 유의미하게 향상된 것으로 나타났다. 이는 예비커플들이 함께 참여하여 대화하고 갈등해결에 대한 실습을 함으로써, 자기의 감정과 느낌을 솔직하게 표현하고 전달할 수 있는 기회를 통해 서로가 충분히 이해할 수 있는 경험을 가졌기 때문이라 생각된다. 본 프로그램에서 갈등을 해결하는 방법으로 XYZ 표현기법, Time-Out 사용하기, 갈등 시 희망하는 규칙 정하기 등을 커플 간 훈련함으로써 자신과 배우자의 문제점을 함께 돌아볼 수 있는 성찰의 계기가 되었고, 앞에서 진술한 의사소통의 유의미한 향상이 갈등해결 향상에 상승효과를 주었을 것으로 생각된다.

예비부부의 성 태도가 유의미하게 향상되었다. 성에 대한 올바른 지식과 신념을 갖는다는 것은 부부의 삶을 건강하고 운택하게 살 수 있는 중요한 주춧돌이 되기 때문에 성에 대해 자연스럽게 이야기를 나누며 성에 대한 올바른 가치관과 지식을 결혼 전에 갖는 것이 중요하다고 생각된다. 이 결과는 만족스러운 부부 성생활은 부부간의 친밀감과 결혼만족도를 증진시킨다는 송정아(1995)의 연구와 같은 결과이다. 따라서 결혼하기 전에 예비부부들을 위한 결혼 전 상담이나 교육을 통하여 부부 성생활에 대하여 긍정적인 태도를 갖도록 하는 것이 중요하다.

재정관리는 유의미하게 향상된 것으로 나타났다. 결혼 전에 재정관리나 가정경제, 돈에 대해서 다루어야 할 부분임에도 불구하고 많은 예비부부들이 재정에 관해서 이야기 하는

것을 꺼려하는 경향이 있어 결혼 후에 이로 인해 많은 갈등을 겪곤 한다. 따라서 프로그램 과정 중에 가정경제에 대한 점검표를 작성하고, 재정에 관한 단기, 장기 계획을 세우고 자신들의 한달 가계예산을 작성해보면서 예비부부가 함께 극복해야 할 경제적 문제가 무엇인지 미리 알아보는 과정은 아주 중요하리라 생각된다. 정현숙(2004)은 미혼과 신혼부부들에게 있어서 경제적 안정을 중요한 결혼의 동기로 보았는데 이는 결혼생활에서 경제적 문제에 대한 이해가 중요한 영역이 되고 있다는 것을 시사하는 것이다.

예비부부들의 개방성과 상호신뢰, 친밀감은 유의미하게 향상된 것으로 나타났다. 이러한 결과는 예비커플들이 활동과 실습을 통해서 점점 자기를 솔직하게 노출하고 함께 나눔으로써 향상된 것이라 생각되며, 본 프로그램에 참가한 예비부부들이 모두 기독교인이므로 친밀감이 높게 나타날 수 있었던 것으로 생각된다. 이는 동일한 종교를 가진 부부가 친밀감이 더 높으며, 종교를 가진 사람이 갖지 않은 사람보다 친밀감이 더 높다고 진술한 이호신(2000)의 연구와 같은 결과이다.

둘째, 성별에 따른 프로그램의 효과를 보면 의사소통의 경우 남성의 의사소통 기술은 증가하였으나 여성은 별 차이가 없었다. 이 결과는, 프로그램에 참가하기 전 남성들은 여성에 비하여 대화기술이 부족함으로 남성들이 프로그램에 참여하여 습득한 의사소통 기술을 예비부부 관계에 적용하게 됨으로써 여성보다 더 많이 유의미하게 증진되었을 것으로 생각된다. 갈등해결에 있어서도 남성의 갈등해결은 유의미하게 향상되었으나 여성은 별 차이가 없는 것으로 나타났다. 성 태도는 여성, 남성 모두 향상된 것으로 나타났다. 이러한 결과는 예비부부들이 프로그램에 참가하면서 성에 대한 남녀의 차이를 이해하게 되고, 그동안 알지 못했던 또는 잘못 알고 있었던 성지식에 대해 많은 이해가 있었음을 알 수 있었다. 또한 그동안 이야기하기 꺼려하던 성에 대해 집단원들과 자연스럽게 편안하게 이야기할 수 있는 기회가 제공됨으로써 솔직하게 자신을 공개할 수 있었던 것도 도움이 된 것으로 보여 진다.

재정관리의 영역은 남성이나 여성 모두 유의미한 차이를 보이지 않아 후속 프로그램 진행시 재정관리 영역의 수정이 필요하다고 생각된다. 개방성은 여성이 남성에 비해 유의미하게 향상된 것으로 나타났다. 이는 프로그램에 참여하기 전에는 여성들이 남성에 비하여 상대방에게 자기를 노출하는데 소극적이었으나, 회기가 진행되면서 커플끼리 혹은 집단원들로부터 이해받으면서 자기의 감정과 느낌, 생각들을 솔직하게 드러내는 과정에서 개방성이 향상된 것으로 추론해 볼 수 있다. 상호신뢰와 친밀감은 남녀 모두 높게 지각하는 것으로 나타났는데 상호친밀성은 일방적인 것이 아니라 쌍

방적인 것으로 커플이 동시에 느끼는 상호작용적 특성이 있기 때문이라 사료된다.

셋째, 프로그램의 지속성에 관한 효과를 보면 습득한 의사소통 기술은 시간이 지나도 지속하는 것으로 나타났다. 이것은 본 프로그램이 예비부부의 관계를 향상시키는데 필요한 구체적이고 효율적인 의사소통 기법을 익히도록 구성되었기 때문이라고 생각된다. 또한 총괄평가에서 가장 도움을 받은 내용으로 효과적인 의사소통이라고 한 것과도 일치한다. 갈등해결 기술과 상호신뢰, 친밀감도 지속적으로 향상된 것으로 나타났다. 성 태도는 프로그램 참가 당시에는 향상을 보였으나 시간이 지나면서 차이를 보이지 않고 비슷한 수준을 보이는 것으로 나타났다.

넷째, 프로그램의 내용에 대한 만족도, 진행방법, 진행자에 대한 평가는 전체적으로 긍정적인 평가를 하고 있으며, 결혼을 준비하는데 많은 도움이 되었다는 반응을 보여 전반적으로 프로그램에 만족하는 것으로 나타났다.

따라서 본 결혼 전 상담 프로그램은 예비부부들의 관계향상에 효과적인 프로그램이었다고 말할 수 있을 것이다. 그러나 본 연구가 소수의 예비부부들에 의한 연구 결과임으로 본 프로그램의 결과를 일반화 하는 것은 무리가 있다. 안정되고 건강한 결혼생활이라는 것이 결혼 전 준비로만 이루어지는 것이 아니기 때문에 가족생활주기 전반에 걸친 지속적인 부부관계 연구가 필요하다고 보며, 이혼예방 및 이혼율 감소를 위해서 결혼 전 상담을 결혼의 필수적인 것으로 제도화하는 것도 고려해볼 문제라 생각된다.

■ 참고문헌

김광률(2002). 기독교인의 결혼준비 집단상담의 개발 및 효과검증. 계명대학교 대학원 박사학위 논문.
 김혜석(1990). 결혼준비 성인교육 프로그램 개발 연구. 이화여자대학교 대학원 박사학위 논문.
 박남숙(2000). 부부성장 집단상담 프로그램 개발. 연세대학교 대학원 박사학위 논문.
 박미경(1997). 예비부부를 위한 결혼준비교육프로그램. 부산대학교 대학원 석사학위 논문.
 백지은, 서선영, 신수진(2003). 예비부부를 위한 교육프로그램 구성. 한국가족관계학회지, 8(1), 1-27.
 서병숙(1999). *결혼과 가족*. 서울 : 교문사
 송정아(1995). 한국 도시 부부의 건강한 결혼 관련 변인연구. 한국가정관리학회지. 13(1), 69-78.
 송정아, 전영자, 김득성(1998). *가족생활교육론*. 서울:교문사.
 오윤자(2001). 교육학적 관점을 기초로 한 결혼예비교육 프

로그래 개발 및 효과검증. 한국가족관계학회지, 6(1), 109-135.
 유계숙(2000). 비교가족 교육을 위한 강의안 개발 및 평가. 한국가족관계학회지, 5(1), 233-251.
 유영주, 김경선, 김순옥(1998). *가족관계학*. 서울 : 교문사.
 유영주, 오윤자, 이정연(1995). 건강한 가족생활을 위한 결혼준비교육 프로그램 개발 연구. 경희대학교 논문집 제 24집. 147-171.
 이정은, 이용호(2000). 개인특성, 스트레스 및 부부간 의사소통과 결혼만족도의 관계. 한국심리학회 : 임상, 19(3), 531-548.
 이호신(2000). 결혼생활 만족에 관련된 부부의 상호작용 변인들. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
 정미향, 김득성(2001). 결혼 전 관계향상 프로그램 구성 및 효과검증. 한국가정관리학회지, 19(4), 69-83.
 정민자(1996). 결혼준비교육 프로그램 개발에 관한 연구 I. 대한가정학회지, 34(4), 373-391.
 정현숙(2004). 결혼 전 교육프로그램 개발을 위한 기초연구. 한국가정관리학회지, 2(1), 91-101.
 홍성목(1999). *아름다운 사랑과 성*. 서울 : 학지사.
 Bucker, L. P., & Salts, L. J. (1985). A Premarital Assesment Program. *Family Relation*, 34(4), 513-520.
 Golden, L. (1993). *Passage to intimacy*, NY : Simon & Schuster.
 Miller, S, Nunnally, E. W., & Wackmen, D. B. (1971). *Alive and aware : Improving communication relationships*. Minneapolis, MN : Interpersonal Communication Program.
 Olson, D. H. (1983). How Effective Is Marriage Preparation? *Prevention in Family Service*, ed. D. R. Mace, Beverly Hills: SAGE, 65-75.
 Olson, D. H., D. G. Fournier and J. M. Druckman (1986). *PREPARE II, Minneapolis : Prepare - Enrich Inc.*
 Scanzoni, & Scanzoni (1988). *Men, woman and change*. NY : McGrow-Hill.
 Silliman, B., S., Stanley, Coffin, W., Markham, H., & Jordan, O. (2001). Preventive interventions for couples. In H. Liddle. D. Santisteban, R. Levant, & J. Bray(Eds). *Family Psychology : Science-Based Intervention*. Washington, D. C : APA Publication.
 Smith, M. (2003). Counseling Before Marriage Makes Couples Stronger. *Family Relations* 4. 115-126.

Song, J. A., Bergen, M. B., & Schumm, W. R. (1995).
Sexual Satisfaction Among Korean-American
Couples in the Midwestern United States. *Journal
of Sex & Marital Therapy*, Vol. 21, No. 3. 147-158.
Stanley, & Markman. (1997). *Marriage in the 90s : A*

national random phone survey denver, Colorado
: PRET, Inc.

(2005년 10월 31일 접수, 2006년 8월 21일 채택)