

## 결혼초기 부부관계향상 프로그램 개발에 관한 연구\* - 긍정주의 심리치료 접근 중심으로 -

김 희 진<sup>†</sup>  
평택대학교

본 연구는 결혼 초기 부부관계향상 프로그램 개발에 주 목적을 두었다. 이러한 연구목적에 보다 효과적으로 달성하기 위하여 다음과 같은 연구과정을 거쳐 프로그램을 개발하였다. 첫째, 1970년 ~2003년까지 국내에서 발표된 결혼만족과 관련된 문헌연구와 임상전문가들의 평가 및 전문가 협의체의 자문을 통해서 전반적인 결혼만족의 핵심요인을 다섯 가지로 탐색·선정하였다. 즉 부부 의사소통, 갈등해결 및 스트레스 대처방법, 부부의 성(性), 배우자 원 가족과의 관계, 역할분담 및 자녀양육 등의 요인이다. 둘째, 이와 같이 탐색·선정된 결혼만족의 다섯 가지 요인에 긍정적 감정 및 친밀감 형성요소를 첨가하여 부부프로그램의 기본내용으로 구체화하여 결혼 초기 부부관계향상 교육프로그램으로 조직화 하였다. 프로그램은 총 8회기 과정으로 자원한 쌍의 부부를 대상으로 교회에서 실시하였다. 참가한 부부들은 1년 ~ 3년 이내의 결혼초기 부부들이었으며, 프로그램의 한 회기는 150분으로 총 20시간을 할애했다. 셋째, 긍정주의 심리치료 접근방법을 프로그램에 적용하여 문제중심에서 탈피하고 부부들이 가지고 있는 긍정적인 자원과 내적 힘에 초점을 두었다. 넷째, 본 프로그램에 참여한 부부들의 변화효과에 대한 검증은 프로그램 진행과정분석과 이를 지지해 줄 수 있는 보조 자료로 삼기 위해 양적 분석을 병행하였다. 프로그램 진행과정 분석에서는 참여부부들이 반응한 자기보고를 중심으로 변화과정을 분석하였고, 양적 분석에서는 참가집단과 비 참가집단 부부에게 사전·사후검사를 실시하여 집단 간·집단 내 비교를 하였다. 따라서 본 연구에서 탐색·선정한 전반적인 결혼만족의 핵심 요인들에 대한 교육이 참여부부들의 긍정적인 변화 및 관계향상에 효과가 있었음을 확인하였다. 이와 같은 효과 검증을 통해서 본 프로그램은 한국 상황에서 실제적이고 효과적으로 적용할만한 결혼초기 부부관계향상 교육프로그램으로써 제시할 수 있을 것이다. 나아가 본 연구에서 탐색·선정한 다섯 가지 결혼만족요인들도 전반적인 부부관계의 변화와 향상을 목표로 하는 부부교육프로그램의 핵심요인으로 활용될 수 있으리라 사료된다.

주요어 : 부부관계향상 프로그램, 결혼초기, 결혼만족에 영향을 미치는 요인, 긍정주의 심리치료, Gottman의 부부 프로그램

\* 이 논문은 저자의 2005년도 서울여자대학교 대학원 박사학위 논문을 요약한 것이다.

<sup>†</sup> 교신저자 : 김 희 진 평택대학교 상담대학원, 경기도 평택시 용이동 111번지

E-mail : hjk@ptu.ac.kr

결혼초기는 부부의 공통적인 삶을 위하여 일상생활 방식과 습관들에서부터 친밀한 관계를 추구하는 방식, 화를 내거나 화를 푸는 방식, 의사소통방식, 삶에 대한 가치관 등에 이르기까지 자신들이 가지고 있는 서로 다른 두 개의 패러다임을 끊임없이 조정하고 함께 협상해가는 과정이다(Minuchin, Roseman & Baker, 1978). 그러한 과정에서 필연적으로 일어나는 갈등들을 원활한 상호작용을 통해 해결하면서 부부라는 새로운 체계를 안정적으로 형성하며 결혼만족에 이른다고 볼 수 있다. 그러나 결혼초기의 갈등 문제에 효과적으로 대처하지 못하고 적응에 실패할 때에 부부가 이혼에 이르는 확률이 가장 높은 것으로 드러나고 있다.

최근 통계청 자료(2004)에 따르면, 2003년 우리나라 부부의 총 이혼건수는 전년도에 비해 15.0% 늘어났으며, 특히 2003년 한해 전체 이혼건수 가운데 결혼기간이 0~4년 사이의 이혼건수가 전체 이혼건수의 24.6%로 나타나, 다른 결혼연수(결혼 10~14년 19.6%, 20년 이상 17.8%)에 비해 결혼초기의 이혼건수가 가장 높게 나타나고 있다(통계청, 2004).

그러므로 본 연구에서는 현재 급증하고 있는 결혼초기 부부의 이혼을 예방하며 나아가 부부의 원활한 상호작용을 통해서 실제적이고도 정서적인 친밀감을 형성하고 만족한 결혼생활을 영위해 가도록 돕기 위해 결혼 초기 부부관계향상 프로그램 개발에 주 목적을 두었다. 이러한 연구목적에 보다 효과적으로 달성하기 위하여 다음과 같은 연구과정을 거쳐 프로그램을 개발하였다.

첫째, 1970년에서 2003년까지의 국내에서 발표된 결혼만족과 관련된 문헌연구를 하였다. 이를 통해서 전반적인 결혼만족의 핵심요인을 탐색하여 다섯 가지 주요요인을 선정하였다.

둘째, 탐색·선정된 결혼만족의 다섯 가지 요인위에 긍정적 감정 및 친밀감 형성요소를 첨가하여 기본내용으로 구체화함으로써 8주간의 교육프로그램으로 조직화 하였다. 셋째, 긍정적 심리치료 접근이론에 기초하여 문제중심에서 탈피하고 부부들이 가지고 있는 긍정적인 자원과 내적 힘에 초점을 두었다. 넷째, 전문가의 일 방향적인 지시적 교육에서 탈피하여, 인도자와 참여자간에 그리고 참여부부들 간에 상호 협동하는 양 방향적 접근을 시도하였다. 다섯째, 본 프로그램에 참여한 부부들의 변화 효과에 대한 검증은 먼저 프로그램 진행과정 분석으로서 부부들이 나타난 반응들을 중심으로 변화과정을 분석하였고, 다음으로 변화효과에 대한 보조 자료로 삼기위하여 양적분석을 하였다. 여섯째, 프로그램 종료 및 효과검증 후에 보다 실제적이고 효과적으로 적용할 만한 프로그램을 제시하였다.

#### 결혼초기 부부관계의 특성

결혼초기 단계에 있는 대부분의 부부들은 자신의 원 가족관계 안에서 익숙한 방식대로 생활을 하게 되며 서로의 방식을 인정하지 못한 채 자신의 방식만을 주장하는 경우가 많아 부부간에 원활한 협상을 이루지 못하고 갈등에 부딪치게 된다. 부부는 이러한 갈등을 조절하고 해결해 가는 과정을 통해 '부부'라는 새로운 체계를 안정적으로 형성할 수 있게 된다. 그러나 갈등에 효과적으로 대처하지 못하여 적응에 실패한다면 이혼을 결정하기 쉽고 한다(최혜경, 노지영, 박의순, 1994). 그러므로 부부가 만족한 결혼생활을 이루기 위해서는 부부의 태도와 노력이 무엇보다 필요하지만 먼저 결혼초기 부부관계의 특성을 정확히

인식하고 서로에 대해 잘 적응하도록 돕기 위한 결혼생활의 지침이나 안내에 대한 이해 또한 절실히 필요하다. 그러나 부부의 결혼만족과 관련된 많은 연구들 중에서 결혼초기에 대한 연구는 연구자들의 관심부족과 연구대상선정의 어려움 등으로 거의 이루어지지 않고 있다. 이는 부부를 대상으로 한 교육프로그램들에서도 예외는 아니어서 한국에서 결혼초기 부부를 대상으로 한 부부 교육프로그램은 2001년 이후 5개 정도(김명숙 2001; 김영실 2003; 방현주, 2002; 우혜민, 2001; 유은희, 2002)밖에 없는 실정이다. 이는 결혼초기의 부부를 대상으로 결혼만족에 영향을 미치는 총체적인 요인들을 강화하여 앞으로 나타나는 결혼생활의 문제에 잘 대처하고 적응할 수 있는 제반능력을 길러주는 프로그램연구가 무엇보다 시급한 과제를 시사하고 있다.

#### 결혼만족의 개념과 결혼만족에 영향을 미치는 요인

‘결혼만족(marital satisfaction)’이란 결혼생활 전반에 대한 부부의 주관적 감정과 태도를 나타내는 일반적 용어이다. 그동안 결혼만족은 결혼생활의 성공여부를 가늠할 수 있는 하나의 기준으로서 부부와 가족에 대한 연구 분야에서 많은 관심을 가지고 다루어져 왔다. 국내외 학자들(김득성, 1992; 김미숙, 1990; 최연실, 1987; Booth, Johnson, White & Edwards, 1986)역시 결혼만족을 부부의 안정적인 결혼을 예측하는 가장 강력한 요소로 확인하였다.

결혼만족의 개념과 관련된 연구들에서 흔히 지적되는 문제는 개념과 용어가 확고하게 정립되어 있지 않다는 것이다. 이는 만족이란 한 개인이 충족되는 욕구의 정도를 나타내는

주관적이고 개인적인 상태를 의미하는데 누구에게나 일반화하여 규정하는 것은 쉽지 않기 때문이다.

결혼만족은 많은 연구자들에 의해 조금씩 다르게 정의되고 있는데, 즉 결혼적응(marital adjustment), 결혼행복(marital happiness), 결혼성공(marital succession), 결혼 안정성(marital stability) 및 결혼의 질(marital quality) 등과 같이 다양한 용어들을 사용하고 있다.

결혼만족에 대한 견해 설정에 있어서도 개인의 객관적인 견해와 주관적인 경험으로 나누고 있으며 여러 학자들의 견해에서도 객관성과 주관성을 지지하는 학자들이 구별되어 있다. 결혼만족의 객관성에 동의하는 학자들(Lenthall, 1977; Lewis & Spanier, 1979)은 결혼만족을 한 개인이 결혼에 대해 가지는 기대와 실제로 받는 보상이 일치하는 정도로써 정의하고 있다. 또한 결혼만족의 주관성에 동의하는 학자들(김명자, 1985; 유영주, 1976; Hawkins, 1968; Jeries, 1979; Rollins & Fledman, 1970)은 결혼만족을 결혼생활 전반에 대한 즐거움, 만족, 행복 그리고 목표달성 정도 등 개인이 경험하는 주관적 반응을 중요시 하고 있다. 이러한 결혼만족에 대한 다양한 용어와 개념정의를 종합하여 볼 때 결혼만족(marital satisfaction)이란 결혼생활에 관련되어 있는 객관적 요인과 주관적 요인에 의해 영향을 받는 것으로써 일반화하여 규정하기란 쉽지 않음을 볼 수 있다.

결혼만족에 대한 개념과 아울러 결혼만족에 영향을 주는 요인들을 밝혀내려는 연구들도 있다. 연구 결과 결혼만족에 영향을 미치는 요인들도 매우 다양하여 여러 가지 변인들이 복합적으로 영향을 주고 있는 것으로 나타났다. 여기에서는 국내외의 여러 선행 연구결과를

통해 결혼만족요인들로 밝혀진 것들에 관하여 고찰해 보고자 한다.

1970년대 이후 국내외 여러 연구를 통해 밝혀진 결혼만족에 영향을 미치는 변인들은 크게 심리적 변인·대인간 변인·사회·인구학적 변인으로 나누어 살펴볼 수 있다.<sup>1)</sup>

심리적 변인들에는 성격, 가치관, 자아개념과 자아 존중감, 자아분화 및 내적 통제성 등이 있으며, 대인간 변인들에는 의사소통과 갈등해결 방식, 부부의 성(性) 및 성역할 태도, 부부간의 역할기대와 역할수행의 일치도 및 배우자의 원 가족과의 관계 등이 영향을 미치는 것으로 나타나고 있다. 심리적 변인과 대인간 변인 외에 사회·인구학적 변인들 중에서는 성별, 연령, 사회경제적 지위와 교육수준, 결혼 연수 및 종교 등이 결혼만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 같은 선행연구 결과들을 볼 때, 부부의 결혼만족에는 어느 한 가지 요인만 작용하는 것이 아니라 부부와 관련된 모든 요인들이 복합적으로 작용하여 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 그러나 대부분의 연구들이 결혼만족에 영향을 미치는 개별적 요인들을 확인하고, 각 요인들이 미치는 영향과 상호작용 효과 등을 검증하는 연구들이었으며, 결혼만족에 영향을 미치는 요인들을 총체적으로 탐색·규명한 연구는 발견할 수 없었다.

그러므로 본 연구에서 한국 부부의 결혼만족에 영향을 미치는 기본적 요인들을 탐색·규명하고 부부관계향상프로그램구성을 위한 핵심요인으로 제공하여 프로그램을 개발하고자 한 시도는 시의 적절한 것이라 사료된다.

1) 결혼만족에 영향을 미치는 변인들에 대한 근거는 본 연구자의 박사학위 논문 p. 9~18에 제시되어 있다.

## 부부관계향상 프로그램

부부관계향상프로그램(Marriage Enrichment Program)은 부부들로 하여금 결혼생활에서의 자기발견과 인격적 성장 그리고 이러한 변화와 성장 가능성에 근거를 두고 부부관계의 질을 향상시키고자 하는데 그 목적을 둔다(Warner, 1981). 과거에는 주로 부부관계의 문제점 파악 및 개선과 치료에 초점을 두던 것을 최근에는 보다 예방적이고 부부 개인의 성장잠재력 측면에 주안점을 두고 진행되고 있다. 이 프로그램들은 대부분 부부관계의 질, 상황변화에 따른 대처능력 그리고 가족발달 등에 따른 적응능력 등을 향상시키는 것을 목표로 하고 있다(Guerney, 1979; Miller, Nunnally & Wackman, 1975)

서구에서는 부부관계 향상을 위해 다양한 프로그램들이 개발·실시되어 왔다. 그 중 대표적인 프로그램들로 Miller 등(1976)이 개발한 미네소타 부부의사소통 프로그램(Minnesota Couple Communication Program), Travis와 Travis(1975)의 부부관계 프로그램(Pairing Enrichment Program), Stein(1975)의 부부관계 진단실습(Marriage Diagnostic Laboratory), Smith와 Smith(1976)의 부부의사소통 실습프로그램, Rappaport(1976)의 부부관계 수정 프로그램, Guerney(1977)의 부부관계증진 프로그램 (Conjoint Relationship Enhancement), Stanly, Markman의 결혼문제 예방 및 결혼생활향상프로그램(Prevention and Relationship Enhancement Program: PREP), 그리고 Gordon(1984)의 PAIRS (Practical Application of Intimate Relationship Skills) 등이 있다. 이러한 프로그램들은 공통적으로 개인의 잠재력에 대한 인식 및 개발, 의사소통기술, 친밀성 증진, 행동수정 기술, 성적인 만족 증진 등을 기본으로 하고 있다(모

의회, 2001).

국내에서 1990년대 이후부터 부부에게 적용하기 위해서 개발·실시된 프로그램들 중 대표적인 것들은 다음과 같다. 가톨릭교회에서 활성화되어 있는 Calvo(1967)의 ME(Marriage Encounter) 프로그램, 송정아(1994)의 중년기 부부관계향상 프로그램, 오윤자(1994)의 부부관계향상 프로그램, 정현숙(1995)의 부부관계 프로그램(일, 사랑, 가족 함께 가기), 최정숙(1997)의 부부 의사소통 교육 프로그램, 채규만과 최규련(1996)의 한국형 MCCP(Minnesota Couple Communication Program), 이창숙과 유영주(1998)의 부부 갈등해결 교육 프로그램, 이현숙(1998)의 인지-행동적 부부 의사소통 프로그램, 권정혜와 채규만(2000)의 부부 적응 프로그램, 박남숙(2000)의 부부 성장 집단상담 프로그램, 모의회(2002)의 부부적응 집단상담 프로그램 등이 있다.

이상에서 살펴본 프로그램들은 각각 지적하는 양상이 조금씩 다르지만 일반적으로 다음과 같은 문제점들이 있다.

첫째, 기법이 너무 어려워 부부들이 스스로 이용하기에 무리가 있고 실생활에 적용하기 힘들다. 둘째, 부부관계를 중심으로 한 활동보다는 기술습득에 치중하며, 특히 의사소통 기술에 편중되어 있다. 셋째, 외국 프로그램에 바탕을 두어 한국 부부들의 요구를 충분히 반영하지 못하고 있다. 넷째, 앞에서 소개한 프로그램들을 제외하고 대부분의 프로그램들이 프로그램 구성을 위한 배경이론이 미비하고, 이론적 배경이 있어도 교육내용과 접목되는 부분이 미약한 편이다(이창숙, 1998). 다섯째, 교육내용이 의사소통과 갈등해결, 인지적 재구조화를 통한 행동수정 등 부분적인 요인에 초점을 두는 경향이 있다.

이상과 같은 문제점들을 개선·보완하기 위

해 본 연구에서는 전반적인 부부관계의 변화와 향상을 가져올 수 있는 주요 요인들을 탐색·규명하고 이를 본 프로그램에 기본요인으로 구성하였다. 그리고 부부들의 실제 생활에서 긍정적인 요인들을 강화함으로써 부부들이 가지고 있는 가능한 잠재력들을 효율적으로 적용할 수 있는 부부관계향상 프로그램을 개발하였다.

### 긍정주의 심리치료 (Positive Psychotherapy)

긍정주의 심리치료는 Nossrat Peseschkian이 그 창설자로서 내담자들의 다문화적 역사적(transcultural-historical) 배경을 중요시하며, 초이론적 재해석(metatheoretical reinterpretations)에 초점을 두는 접근법으로 발전시켰다(Peseschkian, 1986).

긍정주의 심리치료에서 가장 기본적인 개념은 개인은 본질적으로 타고난 두 가지 기본적인 능력으로 ‘알고자하는 능력(ability to know, 인지-cognition)’과 ‘사랑하고자 하는 능력(ability to love)’이 있다고 본다. ‘알고자 하는 능력’은 모든 사람은 현실적인 범위 안에서 상호연관성을 인식하려고 한다는 것이다. 즉 자신이 누구이며, 어디서 왔는지를 알고자 하며 해답을 얻으려는 지각 능력이다. ‘사랑하고자 하는 능력’은 개인의 정서적이며 감정 영역으로서 정서적 관계라고 할 수 있는 영역으로, 상호관계성에서 사랑하고자 하는 능력에 대한 표현이다. 그리고 이러한 두 가지 기본적인 능력을 확장시키며 강화해가는 것은 인간이 자신의 장애를 긍정적으로 재평가할 수 있는 잠재력을 가지고 있음을 전제로 한다. 그러므로 긍정주의 심리치료에서는 내담자를 고통 받는 수동적인 존재가 아니라 ‘자조 능력이 있는

대상(the subject of self-help)'으로 보고 긍정적인 평가를 한다(Peseschkian, 2000). 그리고 내담자의 견해, 개념 그리고 다른 문화배경을 가진 집단들의 규범들 및 가족들까지 치료적 체계에 포함시킨다. 이처럼 동양과 서양의 다문화배경의 차이를 고려하여 환자의 주관성을 중요하게 다루는 치료적 접근은 어떤 상황의 어떤 사람에게도 적용할만한 접근의 융통성을 가지고 있다고 할 수 있다.

긍정주의 심리치료 접근은 다음의 네 가지로 요약할 수 있다. 첫째, 긍정적인 재해석(Positive reinterpretation)을 한다. 이는 치료가 시작되는 시점에서 나타나는 실제적인 사실들에 초점을 두고, 증상에 대한 다양한 평가들을 통하여 치료적인 관점을 변화시켜 '긍정적'의미를 얻으려는 것이다.(Peseschkian, 1990). 둘째, 실제적이고 기본적인 인간의 잠재력(Basic human capability) 탐색을 통한 자조능력을 강화한다.(Peseschkian, 1985). 셋째, 다양성(Unity in Diversity)과 조화를 이루어가게 한다. 이는 인간의 능력에는 환경과 바람직한 상호작용을 통해서 개발할 수 있는 기본적인 능력들이 있음을 전제로 하는 것이다. 넷째, 문화를 초월하여 발생하는 갈등유발의 네 가지 영역<sup>2)</sup>들을 다룬다. 즉 네 가지 갈등 영역은 문화를 초월하여 어느 민족에게나 공통적인 구조를 가지고 있으므로 문화를 초월한 접근이 가능하다.

2) 네 가지 갈등영역은 ① 신체-감각, ② 이성 성취감, ③ 전통-접촉, ④ 직관-미래의 영역이 있는데, 유럽과 북미 지역에서는 그 배경에 이성(reason)과 성취감이 있는 반면 동양에서는 신체, 사회적 관계, 직관적인 감각과 장래에 더 높은 가치를 두는 경향이 있다(Peseschkian, 1990)고 보았다.

본 연구에서는 이러한 긍정주의 심리치료의 개념과 접근방법 및 전략들을 프로그램의 기본 바탕으로 채택하여 다음과 같이 적용하였다.

첫째, 인간의 긍정적인 능력과 잠재력을 부부들이 가지고 있는 내적 자원과 연결하여 적용하였다. 즉 개인이 가지고 있는 긍정적인 능력인 알고자 하는 능력과 사랑하고자 하는 능력을 도출하여 부부 상호간의 자조능력을 강화하였다. 둘째, 부부 각자의 주관성을 증시하여 표현하고자 하는 것을 솔직하게 이야기하게 하였다. 그리고 이러한 경험을 통해 부부에게 발생하는 문제에 대처해 갈 때 배우자를 있는 그대로 수용하고 배려해 주며 함께 상의하는 법을 향상하게 하였다. 셋째, 실제 결혼생활에서 나타나는 사실들 및 다양한 문제 영역의 갈등들을 긍정적으로 재해석할 수 있는 방안들을 부부가 서로 격려하게 하였다. 넷째, 배우자마다 서로 다른 문화적 환경에서 익숙해 온 행동 및 생활습관들을 이해함으로써 잠재력을 향상시키며 융통성을 가지는데 주안점을 두었다. 다섯째, 다양성에 조화를 이루도록 부부 주변의 인간관계 및 환경과 원활한 상호작용을 할 수 있게 하였다. 마지막으로, 각 부부들이 이루고 싶은 소망들과 연결시켜 미래지향적인 성취에 목표를 두게 하였다. 이는 부부가 가지고 있는 소망의 근원을 과거에서 찾기 보다는 미래 지향적인 희망으로 표현하는 작업과 연결지어 부부의 행복한 미래를 설계하게 하였다.

이상과 같은 긍정주의 심리치료 이론이 프로그램의 배경이론으로 접목되었고, 이 이론과 유사한 맥락으로 구성되어 있는 Gottman의 부부프로그램을 본 프로그램의 기본 틀로서 차용하여 재구성하였다.

### Gottman의 부부 프로그램

Gottman은 부부간의 정서, 생리현상, 그리고 의사소통을 다루어 결혼 안정성과 이혼을 예견할 수 있는 연구를 하였다(Gottman & Silver, 1999). 그는 16년 동안 천여 쌍의 부부를 면접하여 그 중 650쌍의 부부를 14년간 추적 조사·관찰하고, 과학적인 측정을 통해 내용 분석하여 행복한 결혼과 불행한 결혼의 차이점을 규명하려 하였으며, 나아가 결혼생활에서 애정을 잃지 않고 행복한 결혼생활을 할 수 있는 방법을 연구하였다(Gottman 외, 1998). 그 결과 일상생활에서 약간의 노력으로 부부관계를 개선하고 강화시킬 수 있는 실질적인 7가지 원칙<sup>3)</sup>을 이끌어냈다. 그리고 이 원칙을 바탕으로 '건강한 부부의 집(Sound Marital House)'이라는 개념을 제시하였으며, 부부관계가 친밀해지고 좋아지는 기본적인 틀을 개념화하였다(Gottman, 1999). 이와 같은 Gottman의 이론을 긍정주의 심리치료 이론과 접목하여 본 결혼초기 부부관계향상 프로그램의 기본내용으로 재구성하였다. 재구성된 프로그램의 기본 내용에는 Gottman이 제시한 행복한 결혼을 위한 7가지 원칙 가운데 다음과 같은 5가지 원칙을 채택하여 포함하였다. 이는 원칙 1 애정지도(Love Maps) 상세히 그리기, 원칙 2 좋아하고 칭찬하는 관계 만들기, 원칙 3 같이 있는 것 대 서로 멀어지는 것, 원칙 4 배우자의 영향 수용하기, 원칙 5 해결 가능한 문

3) 1: 애정지도(Love Maps) 상세히 그리기, 원칙 2: 좋아하고 칭찬하는 관계 만들기, 원칙 3: 같이 있는 것 대 서로 멀어지는 것, 원칙 4: 배우자의 영향 수용하기, 원칙 5: 해결 가능한 문제 해결하기. 원칙 6: 서로의 꿈(dream)을 지지하기. 원칙 7: 결혼의 상징을 같이 나누기

제 해결하기' 등이다. 그리고 Gottman의 프로그램에서의 7가지 원칙 가운데, 원칙 6 서로의 꿈(dream)을 지지하기'와 원칙 7 결혼의 상징을 같이 나누기'는 본 프로그램에는 적절하지 않다고 판단되어 프로그램의 기본 내용에서 제외하였다. 이는 부부들이 서로의 꿈을 발견하고 결혼의 상징을 나누는 작업은 부부 각자의 과거, 특히 숨겨져 있는 내면의 욕구와 관련되어 있기 때문에 부부 치료나 치료 중심 프로그램에 적절하다고 판단하였기 때문이다.

## 방 법

### 프로그램의 개발 및 실시

#### 한국 부부의 결혼만족 요인 탐색절차

본 연구는 결혼초기 부부를 대상으로 한 부부관계향상 프로그램을 개발하는데 그 목적이 있다. 이를 위해 프로그램의 내용구성에 있어 중심 요인이 되는 한국 부부의 결혼만족에 영향을 미치는 주요요인들을 다음과 같은 세 단계 과정을 거쳐 선정하였다.

첫째, 문헌연구를 통해 결혼만족과 관련하여 1970년~2003년 6월까지 국내에서 발표된 박사학위논문 12편, 석사학위논문 143편, 학술지논문 55편 등 총 210편에서 나타난 결혼만족 변인들을 빈도 분석하였다. 그 결과, 결혼만족에 주요하게 영향을 미치는 70개의 요인을 확인하였으며, 그 중에서 빈도수가 낮은 변인들과 이질적인 변인들을 제외하고 유사한 성격의 변인들을 통합하여 32개의 변인들을 선정하였다. 둘째, 선정된 32개 변인의 중요도를 평가하기 위한 설문지를 구성하여 임상전문가들에게 e-mail을 통하여 배포하고 그들의

견해를 조사·추출하였다. 조사대상인 임상전문가들은 한국가족치료학회, 한국상담학회 내 가족상담학회 소속 전문가들 7명이었다. 그리고 임상전문가들이 중요도를 평가한 32개 변인간의 상호관계성 및 공통된 특성을 동일한 요인으로 묶기 위해 요인 분석한 결과, 7개의 핵심요인으로 구분되었다. 7개의 요인으로 추출되면서 나타난 설명력은 60.5이다.<sup>4)</sup> 요인 1에는 원 가족 부모에 대한 애착, 배우자의 원 가족 문제, 부모에 대한 부양부담, 부부간 역할인지 및 평가가 포함되었다. 요인 2에는 스트레스 대처방법, 스트레스, 감정 및 자기노출, 내외통제성, 갈등해결 방법, 자녀 양육으로 묶였고, 요인 3에는 성생활 만족, 의사소통 효율성, 의사소통 유형, 자아분화 수준, 결혼관이 포함되었다. 요인 4에는 취업과 관련된 주부의 역할갈등, 가정관리 능력, 주부취업에 대한 남편의 지지도, 책임귀인 양식으로 구성되었으며, 요인 5에는 성역할 인지, 성역할 태도, 성역할 정체감으로 묶였다. 요인 6에는 자아개념, 자아 존중감, 주관적 자원인지가 포함되었고, 마지막 요인 7에는 성격특성 성격 유형, 배우자 선택으로 구성되었다.

마지막으로, 5인의 “전문가 협의체”-부부 및 가족치료 임상전문가, 교육심리 및 상담학 교수 등 5인의 전문학자로 구성-를 구성하여 요인분석 결과에서 나타난 결과에 대한 자문을 얻고, 최종적으로 한국 부부의 결혼만족에 영향을 미치는 5가지 핵심요인을 선정하였다. 전문가들은 먼저 요인분석에서 동일한 요인으로 묶인 변인들 중 그 성격이 이질적인 것으로 생각되는 것을 분류하여, 성격이 유사한

요인에 포함시키는 작업을 하였다. 그래서 요인2에 속한 자녀양육 변인을 요인4에, 요인3에 속한 성생활 만족을 요인5에 포함시켰다. 또한 요인 2에서 스트레스 및 스트레스 대처방법 변인은 갈등해결방법 변인과 같은 요인으로 묶였으므로 부부갈등해결방법에서 스트레스를 함께 다루어 주어도 무방하겠다고 의견을 모았다. 다음으로, 전문가들은 또한 분류된 요인 중 자아와 관련된 요인 및 성격과 관련된 요인은 전반적인 부부관계향상 프로그램에서 다루기보다 그 요인만 중심으로 한 부부 프로그램이든지 또는 부부 및 개인치료에서 장기간에 걸쳐 심도 깊게 다루어져야 할 요인으로 판단하여 프로그램의 내용요소에서 제외하도록 조언을 주었다. 이와 같은 과정으로 전문가들이 토의한 결혼만족요인 분석결과의 타당성에 대한 검토 및 조언을 바탕으로 연구자는 부부관계향상 프로그램을 구성하는데 실제적이고 구체적으로 적용, 가능한 요인을 최종적으로 평가하여 핵심요인으로써 5개의 요인을 선정하였다. 선정된 요인은 표 1에 나타난 바와 같다.

프로그램 내용구성을 위해서도 “전문가 협의체”에서는 다음과 같은 조언을 하였다.

먼저 전문가들은 임상경험으로 미루어 볼 때 프로그램은 한 분야만을 집중적으로 다루기보다는 결혼생활과 관련된 요인들을 전체적으로 다루어 주는 것은 매우 중요한 결정이라고 하였다. 따라서 본 연구에서 선정된 5개의 핵심요인은 전반적인 부부관계향상을 목적으로 하는 프로그램의 내용요소로 적절하다고 제안하였다. 다음으로 프로그램에서는 부부의 부정적인 문제를 강조하는 것에서 탈피하여 보다 긍정적인 요인(예; 정서적 친밀감, 애정)을 더 부각시키고 이를 강화시켜주는 것이 바

4) 한국부부의 결혼만족에 영향을 미치는 요인을 탐색·규명한 과정에 대한 자세한 설명은 본 연구자의 박사학위 논문 p. 39~46에 제시되어 있다.

표 1. 연구를 통해 선정된 한국 부부의 결혼만족에 영향을 미치는 핵심요인

	요인 1	요인 2	요인 3	요인 4	요인 5
요인 내용	부부 의사소통	갈등해결 방법 및 스트레스 대처방법	부부의 성(性)	배우자 원 가족과의 관계	역할 분담 및 자녀양육

람직하다고 지지하였다. 마지막으로 프로그램 진행과 관련하여 현실적으로 프로그램은 8회가 적절하며, 참가한 부부들이 프로그램 내용을 숙지하고 적용하기 위해서는 한 회기 시간은 적어도 3~4시간이 적절하다고 조언하였다. 연구자는 이상과 같은 전문가 협의체에서 논의하여 제안한 점들을 프로그램 내용 체계화에 적극적으로 참조·활용하였다.

프로그램 내용의 체계화

정적인 자원을 탐색하여 보다 효과적으로 발전시킨다. 둘째, 부부의 긍정적인 감정 및 친밀성을 증진시켜 부부의 우정을 새롭게 확립한다. 셋째, 부부의 결혼만족에 영향을 미치는 것으로 확정된 5가지 요인들을 강화시켜 실제 생활에 적용·활성화한다. 넷째, 확정된 5가지 요인을 실제 생활에 적용·활성화하는 것을 통해 부부관계를 향상시킨다. 다섯째, 부부들이 가지고 있는 소망을 확장하여 보다 긍정적인 부부의 미래를 설계한다.

목표 설정

첫째, 부부가 원활하게 상호 작용해 온 긍정적

내용요소의 선정 및 계열화

연구자는 이상과 같이 설정된 프로그램 목표

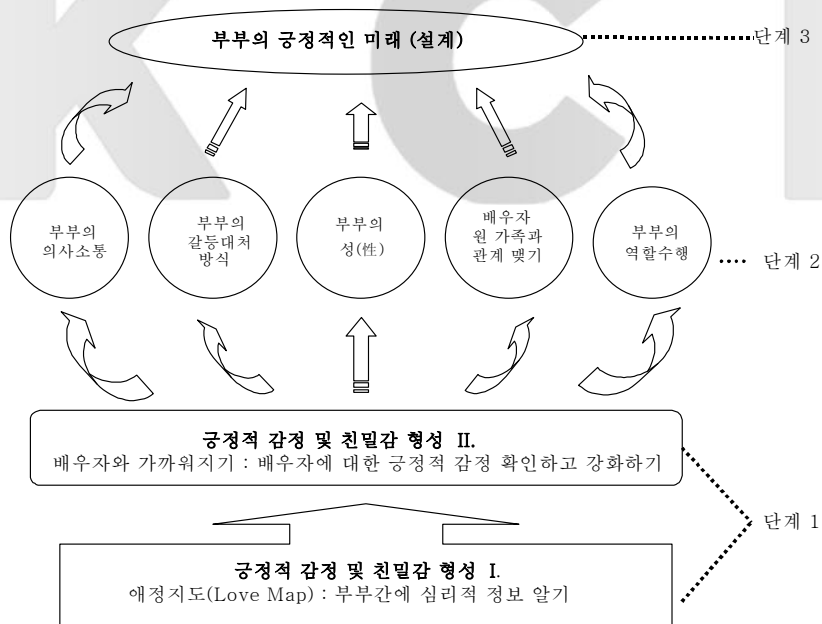


그림 1. 프로그램 내용요소의 계열화 설계

표를 달성하기 위하여 다음과 같이 프로그램의 내용요소를 선정하고 이를 계열화 하였다. 첫째, 연구자는 앞에서 한국부부의 결혼만족에 영향을 미치는 핵심요인으로 선정한 5가지 핵심 요인을 내용요소로 선정하였다. 둘째, 위의 요인들 이외에 '부부간의 긍정적 감정 및 친밀감 형성'을 프로그램의 내용요소로 포함하였다. 셋째, 전문가협의체의 조언을 참고하여 프로그램을 8회기로 정하고 위와 같이 선정된 내용 요소를 프로그램의 목적에 맞추어 계열화하였다. 그림 1은 프로그램의 내용요소를 계열화 한 설계를 도표화 한 것이다.

**내용 요소에 적절한 활동요소 구성 및 조직**

선정한 프로그램의 내용요소에 입각하여 활동요소를 구성하고 조직할 때 연구자는 다음과 같은 두 가지 점에 초점을 두었다. 첫째, 기존의 프로그램들과는 다른 방향의 접근을 시도하여 양방향접근을 시도하고자 하였다. 즉 전문가적인 틀에 맞추어진 기술 습득이나 행동수정에 초점을 두는 일 방향적인 프로그램보다는 참여자와 집단 지도자가 함께 협력할 뿐 아니라 참여 부부들의 상호 협력적인 자세로 함께 만들어가는 프로그램에 주안점을

두었다. 둘째, 참여한 부부들의 긍정적인 자원에 초점을 두고 그들이 가지고 있는 장점 및 강점을 찾아 각 부부만의 방법을 찾고 협의하는 것에 강조점을 두었다.

위와 같은 프로그램조직을 통하여 강조된 내용요소에 입각하여, 연구자가 구성한 활동 요소에 대한 구체적인 내용은 아래의 네 가지로 요약된다. 첫째, 본 프로그램에서 인도자는 '강의'를 하지 않고 방향을 안내해 주는 역할을 한다. 즉 회기에서 다루고자 하는 내용을 이론적으로 정형화되어 있는 틀에 맞춰 따라가게 하기 보다는 내용을 소개하여주고, 부부들은 탐색하여 자신들의 상황에 맞게 변형·발전시켜 갈 수 있는 방향을 제시하는 '안내'를 한다. 둘째, 참여자들의 활동 중 부부활동을 강조하여 구성한다. 부부활동은 부부들의 자발적인 참여를 유도하기 위하여 게임이나 실연(enactment), 역할극(role playing), 찾아보기, 이야기 나누기, 부부가 협의하기 등 다양한 방법을 통해 이루어진다. 셋째, 소집단 활동을 통해 구성원들의 자발적 참여와 상호작용이 원활하게 이루어지게 한다. 참여한 부부들은 소집단 활동을 통해 다른 부부들의 부부관계 패턴을 관찰하여 모델링 하는 기회를 가질

표 2. 프로그램 회기별 주제와 부부가 추구하고 변화해야 할 영역 및 세부 활동

회기	회기별 주제	부부가 추구하고 변화해야 할 영역	세 부 활동
1회기	긍정적 감정 및 친밀감 형성 I 애정지도 (Love Map): 부부간의 심리적 정보 알기	<ul style="list-style-type: none"> <li>프로그램의 목적과 진행방법 이해.</li> <li>구성원간의 친근한 관계형성</li> <li>집단 참여의 동기 부여</li> <li>애정지도(Love Map)만들기를 통해 부부가 배우자에 대해 알고 있는 것이 어느 정도인지 깨닫고 배우자와 더 친숙할 수 있는 방법을 탐색, 발전시키기.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>전체 프로그램 안내 (orientation)</li> <li>안녕하세요? : 구성원 소개하기</li> <li>부부 별칭 짓기</li> <li>구성원들에게 자기소개하기</li> <li>애정지도(Love Map)만들기</li> <li>사랑만들기계획서 작성 및 과제부여</li> </ul>

표 2. 계속

회기	회기별 주제	부부가 추구하고 변화해야 할 영역	세 부 활동
2 회기	긍정적 감정 및 친밀감 형성 II 배우자와 가까워지기: 배우자에 대한 긍정적 감정 확인하고 강화하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 부부간의 긍정적인 감정과 잠재되어 있는 강점을 끌어내어 확인하기</li> <li>▪ 부부간의 긍정적 감정을 강화시켜 줌으로써 부부사이의 우정을 쌓아가기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 과제 점검하기</li> <li>▪ 당신이 너무 좋아요</li> <li>- 배우자 장점 확인 및 지지하기</li> <li>▪ 애정은행 예금에 대해 안내하기</li> <li>▪ 당신과 함께 하고 싶어요.</li> <li>- 배우자와 함께 하고 싶은 일 찾기</li> <li>▪ 3분 애정 뉴스</li> <li>- 만남에서 결혼까지 과정 돌아보기</li> <li>▪ 사랑만들기계획서 작성 및 과제부여</li> </ul>
3 회기	부부의 의사소통	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 대화습관 확인하고 대화습관이 부부관계에 미친 긍정적, 부정적인 영향 탐색.</li> <li>▪ 배우자의 감정을 상하지 않으면서 자신의 생각과 감정을 분명하고 정확하게 전달하는 방법 발견하기</li> <li>▪ 주의를 기울여 배우자의 이야기를 있는 그대로 잘 듣는 방법 발견하기.</li> <li>▪ 부부가 변화시키고자 하는 대화법을 발전시켜 실생활에 적용, 활용하기.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 과제 점검하기</li> <li>▪ 대화를 시작할 때의 특징 탐색</li> <li>▪ 부드럽게 시작하기 VS 거칠게 시작하기: 탐색 및 역할극</li> <li>▪ 내 마음을 잘 표현하여 말하기</li> <li>- 부부간에 말하기 실연하기</li> <li>▪ 자신의 듣는 태도 탐색하기</li> <li>▪ 배우자의 표현 잘 들어주기</li> <li>- 부부간에 듣기 실연하기</li> <li>▪ 배우자와 대화할 때 변화할 점 탐색</li> <li>▪ 사랑 만들기 계획서 작성 및 과제 부여</li> </ul>
4 회기	부부의 갈등 대처방식	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 부부사이에 일어날 수 있는 갈등에는 해결 가능한 갈등과 지속되는 갈등이 있음을 알고 구별하기.</li> <li>▪ 부부가 지속적인 갈등을 확대하기 보다는 협동하여 해결 가능한 갈등을 효과적으로 조절하는 방법을 찾고 적용하기.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 갈등 유형 구분하기</li> <li>- 해결 가능한 갈등과 지속적인 갈등</li> <li>▪ 해결 가능한 갈등 다루기</li> <li>- 부드럽게 대화 시작하기</li> <li>- 회복시도로 진정시키기 (Repair and De-escalation)</li> <li>- 자기감정 다독이기 (self-shooting)</li> <li>- 배우자의 의견 수용하기</li> <li>▪ 사랑 만들기 계획서 작성 및 과제 부여</li> </ul>

표 2. 계속

회기	회기별 주제	부부가 추구하고 변화해야 할 영역	세 부 활동
5 회기	부부의 친밀한 성(性)	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 부부관계에서 성의 중요성 인식하기</li> <li>▪ 성지식에 대해 바르게 이해하기</li> <li>▪ 부부간의 성적 친밀감과 이에 관련된 의사소통 수준을 향상시키기.</li> <li>▪ 성에 대한 태도, 말, 행동에 관련된 건강한 성의 기술 익히기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 성에 대한 이해 VS 오해</li> <li>- 내가 알고 있는 성(性)지식 탐색하기</li> <li>▪ 친밀한 부부의 성생활을 위하여</li> <li>- 성 지식에 대한 안내</li> <li>▪ 내가 느끼는 성(性), 원하는 성(性)</li> <li>- 성 만족도 확인하기</li> <li>- 어떻게 표현할까요?</li> <li>▪ 우리 부부의 친밀한 성을 위하여</li> <li>- 성생활과 관련하여 충족되기를 원하는 자신의 소원 혹은 최근에 경험했던 좋았던 점을 구체적으로 배우자에게 표현한다.</li> <li>▪ 사랑 만들기 계획서 작성 및 과제부여</li> </ul>
6 회기	배우자 원 가족과 관계 맺기	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 배우자의 원 가족에 대해 이해하는 시간 갖기.</li> <li>▪ 자신의 원 가족으로부터 비롯된 긍정적 또는 부정적 영향을 살펴보고, 현재 배우자와의 관계에 부정적영향을 미치는 요인을 발견하기.</li> <li>▪ 배우자 원 가족에 대한 기대를 확인하고 이를 현실적·합리적으로 조정할 수 있는 대처능력 키우기.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 나의 원 가족 이해하기</li> <li>- 나의 이마고(imago), 부모의 이마고(imago) 탐색하기</li> <li>- 부모의 결혼생활이 나의 결혼생활에 미치는 영향 탐색하기</li> <li>▪ 배우자 원 가족과 관계 맺기</li> <li>- 배우자 가족에 대한 기대 다루기</li> <li>- 배우자 원 가족과 관련된 문제 다루기</li> <li>▪ 사랑 만들기 계획서 작성 및 과제부여</li> </ul>
7 회기	부부의 역할수행	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 서로 잘 수행해온 역할 확인하고 지지하기</li> <li>▪ 배우자에게 기대하는 역할 확인하고 조정하기.</li> <li>▪ 자녀양육의 책임은 부부 모두의 역할임을 인식하고 양육책임을 함께 나누는 방법 찾기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 나와 배우자가 기대하는 부부역할</li> <li>- 그동안 잘 수행해온 역할 확인하기</li> <li>- 배우자에게 기대하는 역할 확인하고 협의하기</li> <li>▪ 함께하는 자녀양육</li> <li>- 자녀양육의 어려움 함께 나누기</li> <li>- 자녀양육에서의 책임감 나누기</li> <li>▪ 사랑 만들기 계획서 작성 및 과제부여</li> </ul>
8 회기	부부의 긍정적인 미래 설계	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 프로그램을 통해 강화된 요인들을 바탕으로 부부의 긍정적인 미래를 설계하기</li> <li>▪ 프로그램 종결 및 축하하기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 부부 플라쥬 만들기</li> <li>▪ 새로 만드는 언약서 작성하기</li> <li>▪ 축복 합니다: 부부 및 구성원들과 프로그램 종결 축하하기/피드백 나누기</li> </ul>

수 있으며, 집단 구성원들 간에 생각과 감정을 공유할 수 있게 된다. 마지막으로 부부가 '사랑 만들기 계획서'를 작성하여 프로그램 과정에서 발견한 자신들의 장점과 잠재되어 있는 가능성, 그리고 영향을 받은 점 등을 실제 부부생활에서 협력하여 구체적으로 협력하고 실천하게 한다. 위와 같은 활동요소를 바탕으로 연구자는 프로그램을 각 회기 당 180분, 총 8회기로 조직하였다.

표 2는 이상과 같은 과정을 거쳐 구체화된 프로그램의 회기별 주제와 부부가 추구하고 변화해야 할 영역 및 세부 활동을 요약한 것이다.

#### 프로그램 예비실시 및 수정

구성한 프로그램을 검증하기 위하여 교회에서 광고하고 부부관계향상 프로그램에 참여할 결혼초기 부부들을 모집하였다. 모두 5쌍의 부부들이 지원하여 이들을 대상으로 예비 프로그램을 실시하였다. 기간은 2004년 4월 11일 ~ 5월 30일까지 매주 1회, 3시간(180분)씩 8주 동안 실시하였다. 예비프로그램에 참여한 부부들의 인구학적 특성을 보면, 연령은 28세 ~ 35세에 이르며 평균 연령은 29.6세이다. 학력은 모두 대졸(10명)로 구성되었고, 직업은 회사원(7명), 교사(1명), 전문직(1명), 자영업(1명)으로 구성되었다. 결혼기간은 1년 미만이 1쌍, 1~2년 1쌍, 2~3년까지가 3쌍이며, 대부분 중산층 가정으로 구성되었다.

프로그램의 예비실시 결과, 참여자들은 프로그램에 대해 매우 적극적이었으며 긍정적인 피드백을 주었다. 참여자들의 피드백과 연구자가 프로그램을 진행했던 경험을 토대로 본 실시 프로그램을 재편성·구성하였다. 재편성한 프로그램은 회기 당 시간을 180분에서 150

분으로 줄였으며, 5회기에서 '부부의 성'을 다룰 때에는 소집단활동을 남녀 집단으로 구분하여 토의하고 남자집단과 여자집단의 대표자가 의견을 발표하는 형식으로 바꾸었다. 그리고 결혼초기부부의 성생활과 관련된 비디오풀을 구입하여 20분정도 관람하고 소감을 나누는 시간을 갖도록 재구성 하였다.

#### 프로그램 완성 및 실시

##### 절차

본 프로그램은 '사랑과 우정을 키우는 부부'라는 명칭으로 교회에서 결혼초기 부부들을 대상으로 모집공고를 하고 자원한 부부들을 대상으로 실시하였다. 참가신청을 한 11쌍의 부부 가운데 8쌍이 본 프로그램에 참여하였고, 3쌍은 1회기 참석 후 시간상의 이유 및 자녀 돌볼 사람을 찾지 못한 이유로 참가하지 못했다. 프로그램은 매주 2시간 30분(150분)씩 총 8회에 걸쳐 실시되었다. 실시기간은 2004년 8월 8일 시작하여 9월 26일에 종료하였다.

**참가집단의 인구통계학적 특성:** 본 프로그램에 참가한 부부는 결혼 5년 미만의 결혼초기 부부들로 모두 8쌍이었으며, 8회기 모두 참가하였다. 참가한 부부들의 인구통계학적 특성은 표 3과 같다.

#### 프로그램의 효과 검증

##### 검증을 위한 준거 설정

본 연구에서 개발한 부부관계향상 프로그램의 효과검증을 위한 구체적 내용은 다음과 같다.

1) 프로그램에 참가한 부부들의 친밀감은 향상될 것인가?

표 3. 참가한 부부들의 인구통계학적 특성

구분		빈도(%)	구분		빈도(%)
성별	남	8(50.0)	자녀수	없음	6(37.5)
	여	8(50.0)		1명	10(62.5)
연령	26-30 세	3(18.8)	학력	고등학교 졸업	1(6.3)
	30-35 세	12(75.0)		(전문)대학교 졸업	15(93.8)
	36-40 세	1(6.3)		대학원 이상	-
월평균 소득	200-250 만원 미만	4(25.0)	결혼 기간	12개월 미만	4(25.0)
	250-300 만원 미만	2(12.5)		12-24개월	-
	300-350 만원 미만	6(37.5)		25-36개월	4(25.0)
	350-400 만원 미만	2(12.5)		37-48개월	4(25.0)
	400만원 이상	2(12.5)		49-59개월	4(25.0)
결혼 형태	연애	10(62.5)	직업	주부	4(25.0)
	중매	2(12.5)		판매/서비스직	1(6.3)
	중매+연애	4(25.0)		소규모자영업	2(12.5)
본인이 생각하는 경제수준	상	-		일반 사무직	4(25.0)
	중	16(100.0)		일반 전문기술직	4(25.0)
	하	-		고위 전문직	1(6.3)

- 2) 프로그램에 참가한 부부들의 의사소통 방식은 긍정적으로 변화할 것인가?
- 3) 프로그램에 참가한 부부들의 갈등상황에 대한 대처방식은 보다 긍정적으로 변화할 것인가?
- 4) 프로그램에 참가한 부부들은 성 만족에 긍정적인 변화를 보일 것인가?
- 5) 프로그램에 참가한 부부들의 배우자 원가족과의 관계는 긍정적으로 변화할 것인가?
- 6) 프로그램에 참가한 부부들의 역할수행은 긍정적으로 원활하게 변화할 것인가?
- 7) 프로그램에 참가한 부부들의 결혼만족도에 긍정적인 변화가 있을 것인가?

**검증방법 및 절차**

결혼초기 부부들에게 프로그램을 적용·실

시한 후에 효과검증을 두 가지 방법으로 분석하였다. 하나는 프로그램 진행과정 분석방법이며 다른 하나는 양적분석방법이다. 먼저 프로그램 진행과정 분석에서는 참여부부들이 나타난 반응을 중심으로 변화과정을 분석하였고, 다음으로 변화효과의 보조 자료로 삼기위하여 양적분석을 병행하였다.

**프로그램 진행과정 분석 절차**

프로그램 진행과정 분석을 위하여 참가한 부부들에게 각 회기에 프로그램이 끝난 후 프로그램에 대한 자기보고서를 작성하도록 하였다. 그리고 프로그램 1회기~8회기까지의 전 과정을 녹음하고 비디오로 녹화하였으며, 녹화한 내용에 대한 축어록을 작성하였다. 이러한 분석 자료를 바탕으로 표 4에 제시된 분석

표 4. 프로그램 진행과정 분석의 틀

분석 단계	단계별 목표	회기	각 회기별 활동내용 및 요인	각 회기별 분석주제
단계1	부부의 긍정적 감정 및 친밀감 형성 단계	1회기	애정지도 만들기 : 부부간의 심리적 정보 탐색하기	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 긍정적인 자원 탐색</li> <li>▪ 프로그램에서 영향 받은 점</li> </ul>
		2회기	배우자와 가까워지기 : 배우자에 대한 긍정적 감정 확인하고 나누기	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 실제 부부생활에서 적용할 점</li> </ul>
단계2	결혼만족에 영향을 미치는 요인 강화 단계	3회기	부부의 의사소통 요인	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 긍정적인 자원 탐색</li> </ul>
		4회기	갈등대처방식 요인	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 프로그램에서 영향 받은 점</li> </ul>
		5회기	부부의 성(性) 요인	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 실제 부부생활에서 적용할 점</li> </ul>
		6회기	배우자의 원 가족과 관계 맺기	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 실제 부부생활에서 적용할 점</li> </ul>
		7회기	부부의 역할수행요인	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 긍정적인 자원 탐색</li> <li>▪ 프로그램에서 영향 받은 점</li> </ul>
단계3	부부의 미래설계 단계	8회기	긍정적인 부부의 미래 설계	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ 실제 부부생활에서 적용할 점</li> </ul>

표 5. 비참가집단 부부들의 인구통계학적 특성

구분		빈도(%)	구분		빈도(%)
성별	남	8(50.0)	자녀수	없음	6(37.5)
	여	8(50.0)		1명	10(62.5)
연령	26-30 세	3(18.7)	학력	고등학교 졸업	-
	30-35 세	6(37.5)		(전문)대학교 졸업	13(81.0)
	36-40 세	7(43.8)		대학원 이상	3(18.0)
월평균 소득	200-250 만원 미만	2(12.5)	결혼 기간	12개월 미만	2(12.5)
	250-300 만원 미만	2(12.5)		12-24개월	4(25.0)
	300-350 만원 미만	6(37.5)		25-36개월	6(37.5)
	350-400 만원 미만	4(25.0)		37-48개월	2(12.5)
	400만원 이상	2(12.5)		49-59개월	2(12.5)
결혼 형태	연애	14(87.4)	직업	주부	-
	중매	1(6.3)		판매/서비스직	2(12.5)
	중매+연애	1(6.3)		소규모자영업	-
본인이 생각하는 경제수준	상	2(12.0)		일반 사무직	7(43.8)
	중	14(88.0)		일반 전문기술직	4(25.0)
	하	-	고위 전문직	3(18.0)	

들을 기초하여 진행과정을 분석하였다.

### 양적 분석 절차

양적분석을 위해서 비참가집단을 참가집단 부부들이 속한 교회에서 편의 표집하였다. 이들은 참가집단 부부들과 비슷한 인구통계학적 특성을 가진 결혼 5년 미만의 결혼초기 부부 8쌍이었다.

표 5는 비참가집단의 인구통계학적 특성을 나타낸 것이다.

변화효과의 보조 자료로 삼기위하여 참가집단과 비참가집단에게 사전·사후검사를 실시하였다. 참가집단과 비참가집단 모두 동일하게 프로그램 실시 첫 회기인 8월 8일에 사전검사가 실시되었고, 프로그램 마지막 회기인 9월 26일에 사후검사가 실시되었다.

### 측정 도구

#### 부부 친밀성

부부의 친밀성을 측정하기 위해 Schlein(1971)의 상호친밀성 척도(Interspersal Relationship Scale: IRS)를 사용하였다. 이 척도는 총 52문항으로 구성된 5점 척도이며, 부부의 상호친밀성 정도를 측정한다. 배우자에 대한 신뢰와 친밀감, 의사소통에서의 개방성 등의 요인으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 박남숙(2000)이 번역하여 4명의 전문가들을 통해 내용 타당화 과정을 거친 것을 사용하였다. 이 검사의 검사-재검사 신뢰도는 .92이고, 박남숙(2000)의 연구에서는 .96였으며, 본 연구에서 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$  계수)는 .84였다.

#### 부부의 의사소통

참가집단 및 비참가집단 부부의 전반적인

대화수준을 측정하기 위하여 Bienvenu(1970)의 '부부 대화 척도 (Marital Communication Inventory :MCI)'를 박남숙(2000)이 번역하여 내용타당화 과정을 거친 것을 사용하였다. 이 척도는 총 46문항으로 구성된 4점 척도이며, 부부의 전반적 대화수준 즉 부부가 평소 일상사나 경제적 문제, 부부관계에서 경험하는 감정적인 면에서 얼마나 터놓고 대화하는가를 측정한다. 이 척도의 반분 신뢰도 계수는 .93이고, 박남숙(2000)의 연구에서는 .92였다. 본 연구에서 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$  계수)는 .72였다.

#### 갈등상황에 대한 대처방식

부부가 갈등상황에서 대처하는 행동을 측정하기 위해 Christern과 Sullaway(1984)가 개발한 Communication Patterns Questionnaire(CPQ)를 이현숙(1999)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 부부관계에서 어떤 문제가 처음 생길 때, 문제를 의논할 때, 문제에 대한 의논이 끝난 후의 세 단계에서 자신과 배우자의 특정한 갈등대처행동에 대한 지각을 '전혀 그렇지 않다'에서 '언제나 그렇다'의 5점 척도로 평정하도록 되어 있다. 본 연구에서 검사-재검사 신뢰도는 .75였으며 Cronbach's  $\alpha$  계수는 .72였다.

#### 부부의 성 만족도

부부의 성에 대한 태도와 성생활 및 배우자에 대한 성적 만족 등 전반적인 성 생활과 관련된 만족을 측정하기 위한 것이다. 이 척도는 Hudson의 ISS(Index of Sexual Satisfaction)을 김효현(1996)이 수정한 것을 사용하였다. 총 24문항으로 구성된 5점 척도이며, 질문에 대해 본인이 느끼는 만족정도를 매우 그렇지 않다(1점)~매우 그렇다(5점)까지 평가하도록 하며 만족도의 총점은 24~120점까지이다. 본 연구에서

검사-재검사 신뢰도는 .92였으며, Cronbach's  $\alpha$  계수는 .84였다.

**부부의 배우자 원 가족과의 관계:** 부부의 배우자 원 가족과의 관계에 영향을 미치는 변인들을 측정하기 위하여 먼저 부부의 원 가족과의 관계를 알아보는 자아분화 척도를 사용하였다. 자아분화척도는 제석봉(1989)이 Bowen의 자아분화척도를 한국 실정에 맞게 개발한 것을 재사용한 전춘애(1994)의 자아분화 척도를 기초로 김미라(2001)가 수정한 것을 사용하였다. 이 척도는 제석봉(1989)의 자아분화척도 중에서 삼각화 척도 3문항과 부모와의 정서적 융합 정도를 측정하는 정서적 단절 하위 척도 11문항만을 선택해 사용한 것으로서 총 14문항의 5점 척도로 구성되어 있다. 이 척도의 검사-재검사 신뢰도는 .89이며, 본 연구에서 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$  계수)는 .79였다. 다음으로 배우자 가족으로 인한 부부 갈등 정도 평가하기 위하여 한국판 결혼만족도 검사(K-MSI)의 하위척도인 배우자 가족과의 갈등척도(CIL)를 재사용하였다. 총 10문항으로 예(T) 또는 아니오(F)로 답하도록 구성되어 있으며 불만족 정도를 측정하여 점수가 높을수록 배우자 가족과의 관계로 인해 부부갈등이 심하다는 것을 의미한다.

#### 부부의 역할수행

본 프로그램에 참가한 부부들의 역할 수행 정도를 부부간의 역할분담 정도와 자녀양육과 관련한 부모역할 갈등으로 구분하여 측정하고자 하였다. 부부의 역할분담과 역할수행 정도를 측정하기 위해서 김정자(1998), 김순주(1993), 서광희와 조병은(1993), 이윤미(1995)의 연구를 토대로 장병옥(1997)이 작성한 부부역할수행 척도를 사용하였다. 이 척도는 하위

영역으로 배우자 역할, 부모 역할, 머느리·사위 역할, 가사역할 및 경제 역할 등에서의 역할 수행정도를 측정하도록 되어 있으며, 5점 척도로 각각 점수가 높을수록 역할수행을 잘하고 있음을 뜻한다. 척도의 문항은 장병옥(1997)이 예비조사를 거쳐 최종적으로 남편의 경우 21문항, 부인은 23문항을 채택하여 구성하였다. 자녀양육과 관련된 부모역할 갈등을 측정하기 위해서는 김혜신(2003)이 사용한 부모역할갈등 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 16개 문항으로 구성된 5점 척도이며, 본 연구에서 검사-재검사 신뢰도는 .92였으며, Cronbach's  $\alpha$  계수는 .86이었다.

#### 결혼만족도

본 프로그램에 참가한 부부 집단 및 비참가 집단 부부의 결혼만족도를 알아보기 위하여 한국판 결혼만족도 검사(Korean Marital Satisfaction Inventory, 권정혜, 채규만, 1998)를 사용하였다. 이 검사는 미국의 임상심리학자인 Snyder 박사가 개발한 결혼만족도 검사와 이 검사의 개정판을 기초로 한국 부부들의 결혼만족도를 평가하기 위해 개발된 것이다. 결혼만족에 중요한 측면인 부부관계 내 공격행동 정도를 평가하는 척도를 추가하였으며, 우리나라의 결혼 생활에서 배우자 가족과의 관계가 중요한 영향을 미치는 점을 고려하여 배우자 가족과의 갈등척도를 추가하였다. 부부갈등으로 치료를 받으러 온 부부들의 전반적인 결혼 불만족 정도와 결혼생활의 11개 영역에 대한 세부적 결혼 불만족을 평가한다. 총 150문항으로 구성되며, 제시된 문항이 자신과 일치하면 예, 그렇지 않으면 아니오에 표한다. 초반 139문항은 모든 응답자가 반응하며, 나머지 21개 문항은 자녀를 둔 경우에만 응답한다. 한국판

표 6. 1 회기 참여부부들의 반응 요약

단계별 목표	1단계 부부의 긍정적 감정 및 친밀감 형성
회기	1회기
회기별 활동주제	부부의 심리적 정보 탐색하기
활동 내용	애정지도(Love Map)만들기
긍정적인 자원탐색	애정지도를 만들면서 참여한 부부들은 서로의 일상생활에 대해서는 잘 알고 있는 편이었다. 그들은 평소 부부생활에서 나름대로 대화를 하려고 노력한 편이었으며 그러한 노력 때문에 자신들이 서로의 생활에 대해 알 수 있었다고 하였다
회기별 분석 주제	프로그램에서 영향 받은 점 (프로그램을 통해 새롭게 알게 된 점) 참여자들은 배우자에 관한 정보를 찾고 공유하는 과정을 통해 그동안 자신들이 서로 알고 있다고 생각했으나 그것이 자신의 관점에서 피상적이었음을 알았다. 배우자의 스트레스나 미래에 대한 꿈 등을 간파하고 바쁜 생활이나 자녀양육 때문에 상대적으로 배우자에 대해 무관심했었음을 깨달았다. 그리고 배우자의 생활에 더 관심을 가져야겠다고 하였으며, 애정지도를 통해서도 배우자에 대해 더 자세히 알게 되었으나 앞으로 배우자에 대해 구체적인 부분까지 확인하고 알고자 하는 노력을 기울여 더 깊은 대화까지 할 수 있는 지금 상황을 유지해야겠다고 하였다.
실제 부부 생활에 적 용할 점	참여자들은 각자 배우자에 대해 더 많이 알고 이해하기 위하여 앞으로 부부가 매일 서로의 생활에 관심을 갖고 이야기할 시간을 갖는 것이 필요하다고 인정하였다. 이를 위해 부부들은 하루에 한번 서로에 대해 칭찬해 주어야 하겠다는 부부, 취침 전 10분간 하루의 생활과 어려운 점들을 이야기하기로 한 부부, 3개월에 한번 정도 부부만의 시간을 가져 서로의 삶과 미래의 계획에 대해 공유하는 시간을 갖기로 정하는 부부 등 다양한 적용을 보여주었다.

결혼만족도 검사의 각 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach's  $\alpha$ 계수)는 .70~.93으로 나타났다.

행 전, 후의 차이는 paired  $t$ -test를 사용하여 비교하였다.

### 분석 방법

프로그램의 효과를 알아보기 위해 참가집단과 비참가 집단의 부부에게 프로그램 시행 전과 후에 각각 사전-사후검사를 실시하였다. 그리고 참가집단과 비참가집단별로 부부의 응답을 합산하여 프로그램의 실시여부에 따른 집단간 차이를 확인하기 위하여 독립  $t$ -test를 실시하여 비교 하였다. 참가집단의 프로그램 시

### 결 과

#### 프로그램 진행과정분석 결과

#### 분석준거에 의한 단계별 분석

본 프로그램의 진행과정은 연구자가 설계한 분석 틀에 따라 단계별, 회기별로 분석되었다.

먼저 전체 프로그램 진행과정 분석 결과가 요약되어 표로 제시되고 그 다음으로 구체적인 각 회기별 진행과정 분석내용을 제시하였다.<sup>5)</sup>

1회기 아는 것은 사랑하는 것: 부부소개 및 애정지도(Love Map) 만들기

1회기에는 부부간의 긍정적 감정 및 친밀감 형성을 돕기 위해 애정지도(Love Map)만들기를 통해 서로 배우자의 인생 및 생활과 관련된 정보를 얼마나 알고 있는지 탐색하였다. 표 6은 참여한 부부들이 1회기에 나타난 반응과 진행과정을 분석한 것이다.<sup>6)</sup>

프로그램의 초기 과정이라 할 수 있는 1회기는 참여한 부부들이 배우자에 대한 긍정적 정서 및 친밀감을 형성하는 것을 목표로 하였다. 그 결과, 참여한 부부들은 배우자에 대해 서로 알고 있다고 생각했으나 자신의 관점에서 피상적으로 알고 있는 것이 많았고, 특히 배우자의 스트레스나 미래에 대한 꿈 등에 대해 간과하고 있었음을 발견하였다. 그리고 배우자가 장점이 많음에도 불구하고 평소에는 잘 깨닫지 못하였고, 배우자의 장점을 알고도 이를 지지하고 칭찬하지 못했다는 것을 고백하였다. 이렇게 새롭게 발견한 점을 바탕으로 참여한 부부들은 활동을 통해 서로의 장점을 찾아 지지해주며, 거꾸로 배우자를 통해 자신이 가지고 있는 장점을 새롭게 발견하는 계기를 삼았다. 이러한 참여자들의 반응을 통해 1회기에 부부간에 긍정적인 감정이 형성되고 서로에 대한 친밀감이 향상되어 가고 있음을 확인할 수 있었다.

- 5) 여기에서는 지면관계상 1 회기만을 진행과정 분석의 예로 소개하기로 한다.
- 6) 여기에서는 지면관계상 1 회기 참여자들의 반응이 나타난 축어록의 요약본만 제시한다. 전체 8 회기 축어록의 자세한 내용은 본 연구자의 박사학위논문에 구체적으로 서술되어 있다.

### 프로그램 내용에 대한 만족도와 후속 프로그램 참가 희망도

프로그램 종료 후 본 프로그램이 참가한 부부들에게 어떻게 도움이 되었는지를 알아보기 위하여 자기보고서 형식을 통해 프로그램의 전반적인 내용에 대한 만족도를 평가하였다. 그 결과, 본 프로그램에서 참가한 부부들은 전반적으로 프로그램의 내용에 대해 만족하는 것으로 나타났다. 결혼만족에 영향을 미치는 요인을 구성요소로 한 본 프로그램의 내용에 대한 만족도를 묻는 문항들에 대해 참가한 부부들의 대부분은 '그렇다(74.46%)'와 '매우 그렇다'(25.47%)에 응답하였다. 참가자들은 프로그램에 참가한 경험이 자신과 배우자의 부부관계에 도움이 되고 변화를 가져왔으며, 결혼만족에 영향을 미치는 각 요인들과 관련하여 긍정적인 변화를 가져왔다고 응답하였다.

프로그램 종료 후 본 프로그램이 참가한 부부들에게 후속 프로그램이 개설될 경우의 참가 희망도를 조사하였다. 참가한 부부들은 대부분 후속 프로그램이 개설된다면 참가하기를 희망하는 것(그렇다 50%, 매우 그렇다 50%)으로 나타나, 본 프로그램에 대한 긍정적인 태도를 갖고 있는 것으로 나타났다 그리고 본 프로그램을 다른 결혼초기 부부들에게 권하고 싶어 하며(그렇다 62.5%, 매우 그렇다 37.5%), 결혼연수가 5년 이상인 부부들에게 실시해도 효과가 있을 것이라는 희망을 나타냈다(그렇다 75%, 매우 그렇다 25%).

### 양적 분석 결과

양적 분석을 하기 전에 참가집단과 비참가 집단의 등분산성을 알아보기 위하여 사전 검사에서 각 척도별로 두 집단의 편중을 실시

하였다. 그 결과, 모든 척도에서 두 집단간에 유의한 차이가 나타나지 않았다. 즉 참가집단과 비참가집단은 결혼만족도, 부부친밀성, 부부 대화수준, 갈등상황에 대한 대처방식, 성만족, 부부 역할수행 등에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 따라서 참가집단과 비참가집단 모두 등분산성 집단으로 보아도 무방하다 하겠다.

#### 부부 친밀성에 미치는 효과

프로그램이 부부 친밀성에 미치는 효과를 알아보기 위해 부부친밀성 검사결과에 대한 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 독립 *t*-test를 사용하여 참가집단과 비참가집단을 비교하였다. 그 결과, 사후검사( $t=-1.480, p<.10$ )에서 집단간 유의한 차이가 나타났다. 참가집단의 경우 평균값(Mean)이 사전검사에서 194.56, 사후검사에서 194.75로 나타난 반면에 비참가집단의 경우는 사전검사에서 평균값이 196.75, 사후검사에서 204.75로 증가하여 유의한 차이가 있는 것으로 분석되었다. 다음으로 참가집단의 친밀성의 변화 정도를 알아보기 위하여 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 paired *t*-test를 사용하여 비교하였다. 그 결과 참가집단의 사전-사후검사 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

#### 부부 의사소통에 미치는 효과

프로그램이 부부의 의사소통에 미치는 효과를 알아보기 위해 부부 대화수준 검사결과에 대한 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 독립 *t*-test를 사용하여 참가집단과 비참가집단을 비교하였다. 그 결과, 사전검사에서 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 나타났다( $t=-1.873, p<.10$ ). 즉 참가집단의 부부들이

비참가집단의 부부들보다 부부간의 대화수준이 낮음을 알 수 있다. 그러나 사후검사에서는 부부 대화수준에서 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이러한 결과는 참가한 부부들의 대화수준이 증가했음을 의미하는 것이라 할 수 있다. 다음으로 참가집단의 대화수준 변화 정도를 알아보기 위하여 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 paired *t*-test를 사용하여 비교하였다. 그 결과 참가집단의 사전-사후검사에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다( $t=-1.761, p<.10$ ). 이는 참가한 부부들의 대화수준 정도가 프로그램에 참가하기 전보다 증가한 것을 나타내는 것으로, 프로그램이 참가집단의 대화수준 증진에 효과가 있음을 나타내는 것이라 할 수 있다.

#### 부부의 갈등상황에 대처하는 방식에 미치는 효과

프로그램이 부부의 갈등상황 대처 방식에 미치는 효과를 알아보기 위해 부부갈등 대화 검사결과에 대한 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 독립 *t*-test를 사용하여 참가집단과 비참가집단을 비교하였다. 그 결과, 사전, 사후 검사 모두에서 집단간 유의한 차이가 나타나지 않았다. 다음으로 참가집단의 대화수준의 변화 정도를 알아보기 위하여 사전 사후 평균과 표준편차를 산출하고 paired *t*-test를 사용하여 비교한 결과, 사전-사후검사 모두에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

#### 부부의 성 만족에 미치는 효과

프로그램이 부부의 성적 만족에 미치는 효과를 알아보기 위해 부부의 성만족도 검사결과에 대한 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 독립 *t*-test를 사용하여 참가집단과 비참

가집단을 비교하였다. 그 결과, 사전검사에서는 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 나타났다( $t=-3.160, p<.05$ ). 즉 참가집단이 비참가 집단보다 성 만족도를 낮게 지각하고 있음을 알 수 있다. 그러나 사후검사에서는 두 집단간에 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 이는 참가집단의 성 만족도가 증가했음을 의미하는 것이라 할 수 있다. 다음으로 참가집단의 성 만족도의 변화 정도를 알아보기 위하여 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 paired  $t$ -test를 사용하여 비교한 결과에서는 통계적으로 유의한 차이가 나타났다( $t=-3.339, p<.05$ ). 이는 참가집단의 성 만족도가 프로그램에 참가하기 전보다 증가한 것을 나타내는 것으로, 프로그램이 참가집단의 성 만족도 증진에 효과가 있음을 나타내는 것이라 할 수 있다.

#### 부부의 배우자 원 가족과의 관계에 미치는 효과

프로그램이 배우자 원 가족과의 관계에 미치는 효과를 알아보기 위해 먼저 원 가족으로부터의 분화정도를 측정하여 검사결과에 대한 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 독립  $t$ -test를 사용하여 두 집단간 비교하였다. 그 결과, 사전검사에서는 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았으나 사후검사에서는 통계적으로 유의한 차이가 나타났다( $t=1.737, p<.10$ ). 이는 참가집단이 비참가집단보다 자신의 원 가족으로부터 분화정도가 높아졌다는 것을 나타내는 것이다. 참가집단이 자신의 원 가족에서 분화되는 정도를 알아보기 위하여 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 paired  $t$ -test를 사용하여 비교하였다. 그 결과, 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

#### 부부의 역할수행에 미치는 효과

본 프로그램에 참가한 부부들의 역할 수행 정도를 부부간의 역할분담 정도와 자녀양육과 관련한 부모역할 갈등으로 구분하여 측정하였다. 먼저 배우자 역할, 부모 역할, 며느리·사위 역할, 가사역할 및 경제 역할 등에서의 부부간의 역할 수행정도를 측정한 결과, 참가집단과 비참가집단간에 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 그러나 참가집단의 역할 수행 정도의 변화를 알아보기 위하여 사전 사후 평균과 표준편차를 산출하고 paired  $t$ -test를 사용하여 비교한 결과에서는 통계적으로 유의한 차이가 나타났다( $t=-1.534, p<.10$ ). 이는 참가집단의 역할수행 정도가 프로그램에 참여하기 전보다 증가한 것을 나타내는 것이라 할 수 있다.

다음으로 부부의 역할 중 자녀양육과 관련하여 자신이 지각하는 부모역할과 역할갈등 정도를 측정하여 검사결과에 대한 사전 사후 평균과 표준편차를 산출하고 두 집단간 비교하였다. 그 결과, 사전 사후 검사 모두에서 집단간 유의한 차이가 나타나지 않았다. 또한 참가집단의 부모역할에서 느끼는 갈등 변화를 알아보기 위하여 사전 사후 평균과 표준편차를 산출하고 paired  $t$ -test를 사용하여 비교한 결과에서도 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

#### 부부의 결혼만족도에 미치는 효과

프로그램이 참가한 부부들의 결혼만족도에 미치는 효과를 알아보기 위해 한국판 결혼만족도 검사(K-MSI)결과에 대한 사전-사후 평균과 표준편차를 산출하고 독립  $t$ -test를 사용하여 참가집단과 비참가집단간을 비교하였다. 그 결과, 사전 사후 검사 모두 두 집단간에

통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다. 다음으로 참가집단의 결혼만족도의 변화 정도를 알아보기 위하여 사전 사후 평균과 표준편차를 산출하고 paired t-test를 사용하여 비교한 결과에서는 배우자 가족과의 갈등척도( $t = 1.381, p < .10$ )에서 통계적으로 유의한 차이가 나타났다. 이는 참가집단의 배우자 가족으로 인한 부부갈등 정도가 프로그램에 참가하기 전보다 감소한 것을 나타내는 것이다. 그리고 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았으나 결혼만족도의 하위척도 중 전반적 불만족 척도, 정서적 의사소통 불만족 척도, 문제해결 의사소통 불만족 척도, 공격행동 척도, 공유시간 갈등 척도, 성적 불만족 척도, 원 가족 문제 척도 등 7개의 하위척도의 점수가 사전검사보다 사후검사에서 낮아지는 경향성을 보였다.

## 논 의

본 연구는 결혼초기 부부를 위한 부부관계 향상 프로그램 개발에 주 목적을 두었다. 이는 우선 한국에서 결혼초기 부부들의 급증하는 이혼을 감소시키기 위한 대안을 제시할 뿐만 아니라 나아가 결혼초기 부부생활을 건강하게 영위하여 부부관계를 질적으로 향상시켜 갈 수 있는 능력을 배양시킴으로써 보다 안정적인 결혼만족을 성취하게 할 사회적 필요성을 충족시키기 위함이다. 이와 같은 연구목적보다 효과적으로 성취하기 위해서 먼저 부부의 결혼만족에 영향을 주는 필수적인 핵심요인들을 판별(identify)하였고, 다음으로 그 요인들을 중심으로 결혼의 안정성을 유지하고 재고하여 결혼 만족을 향상시켜 갈 수 있는 목

표를 달성할 수 있도록 프로그램 내용을 구성하는 노력을 기울였다.

이러한 연구목적 및 프로그램 목표 성취를 위해서 문헌연구를 바탕으로 적용할만한 근거 이론을 채택하였고 실제적이고 활용 가능한 프로그램개발에 기본이론으로 접목하였다. 프로그램개발을 위한 연구절차와 내용구성 및 프로그램실시 후 변화효과를 검증한 결과에 이르기까지 논의할 점들은 다음과 같다.

첫째, 결혼초기 부부관계향상 프로그램개발의 효율성을 위해 문헌연구와 전문가들의 평가 및 검증을 통하여 한국 부부들의 전반적인 결혼만족에 영향을 미치는 핵심요인들을 탐색·규명하여 그 과정에서 결혼만족에 필수적인 핵심요인을 다섯 가지로 선정한 바, 요인 1은 의사소통, 요인 2는 갈등해결방법, 요인 3은 성 요인, 요인 4는 배우자 원 가족과의 관계, 요인 5는 역할 분담 및 자녀양육 등이었다. 따라서 본 연구를 통해 선정된 결혼만족의 요인들은 한국 부부들의 친밀한 관계형성에서 가장 기본적이며 구체적인 것으로 볼 수 있으며, 부부관계향상 프로그램을 구성하는 기초 자료로 제공될 수 있을 것이다.

둘째, 본 프로그램내용의 효과적인 구성을 위하여 연구자는 앞에서 제시된 한국부부의 결혼만족에 영향을 미치는 다섯 가지 핵심요인을 기본내용요소로 체계화 하였다. 그 이유는 국내에서 실시된 부부관계향상 프로그램들이 전반적인 부부관계를 향상시키고 부부의 정서적 감정과 친밀성영역까지 변화를 가져오기에는 제한적이기 때문이다(박남숙, 2000). 따라서 결혼과 관련된 전반적이고 핵심적인 요인들을 총체적으로 다루어 부부관계향상에 실제적인 도움을 줄 수 있는 프로그램을 위해 본 연구자가 선정한 5개의 핵심요인을 중심으

로 내용요소를 구성하는 것은 매우 의미가 있는 것으로 평가되었다. 또한 프로그램 내용 구성에서 5가지 요인들 이외에 Gottman의 부부프로그램에서 채택한 '부부간의 긍정적 감정 및 친밀감 형성' 단계를 포함시켜 내용요소로 구성·체계화하였다. 이는 배우자에 대한 긍정적 감정을 탐색·강화하여 부부간의 친밀감과 우정을 형성시키고 이를 바탕으로 결혼생활과 관련된 여러 요인들이 다루어 질 때 보다 긍정적인 변화를 도출하고자 한 것이다.

셋째, 본 프로그램의 가장 중심적인 부분은 참여부부들이 가진 내적 힘과 긍정적인 자원을 활용하는데 두었다. 이를 위하여 연구자는 Peseschkian 이 창설한 '긍정주의 심리치료'를 배경이론으로 하여 이와 유사한 경로를 따르고 있는 Gottman의 부부교육프로그램을 본 프로그램의 근본원리로 접목하였다. 긍정주의 심리치료접근이 문제점에 치중하기 보다는 사람이 본질적으로 가지고 있는 '긍정적 능력'을 보다 확장하여 자조능력으로 발전시켜 가는데 목적을 두는 이론이었으며, Gottman의 부부프로그램 또한 부부들의 긍정적인 부분들을 강화하는데 초점을 두고 있어 본 프로그램의 맥락과 일치하였기 때문이다. 이와 같이 부부들이 가지고 있는 내적 힘과 긍정적 자원을 활용하여 부부간의 수용력을 향상시키고, 자조능력이 강화되게 함으로써 결혼생활에서의 탄력성을 가지게 할 수 있는 프로그램의 개발은 매우 의미 있는 일이라 사료된다. 또한, 연구자는 프로그램개발의 실제에서 기존의 프로그램과 차별화하는 시도의 하나로 전문가의 지시적인 일 방향적인 교육에서 탈피하여 인도자와 참여자의 상호작용적인 양 방향적 접근을 시도하였다. 국내 프로그램들은 대부분 전문가의 일 방향적인 지시적이며 훈련적인 교

육부분이 강조되어 있으나 본 연구에서는 인도는 참여 부부들이 스스로 탐색하여 자신의 상황에 맞게 변형·발전시켜 갈 수 있는 방향을 제시하는 '안내자' 역할만 함으로써 참여자들을 격려·지지하여 전문가적인 권위를 약화하고 참여부부들의 잠재력을 강화하는 방향으로 새롭게 접목한 부분 등은 의미 있는 노력의 일환이라 하겠다.

넷째, 본 프로그램의 효과검증을 위해 프로그램 진행과정 분석과 양적분석을 하였다. 프로그램 진행과정 분석에서는 참여부부들이 반응한 자기보고를 중심으로 변화과정을 분석하였고, 이를 뒷받침하기 할 수 있는 보조 자료로 삼기위한 양적분석에서는 참가집단과 비참가집단 부부에게 사전·사후검사를 실시하여 집단 간·집단 내 비교를 하였다.

먼저 프로그램진행과정분석은 다음의 여섯 가지로 요약된다. a) 참가집단 부부들은 상호 긍정적인 감정을 확인하고 정서적인 친밀감을 느끼게 되었으며, 이전보다 배우자를 더 신뢰하게 되어 부부의 친밀성이 높아졌음을 확인하였다. b) 배우자와 대화할 때 자신의 생각과 감정을 원하는 대로 표현할 수 있게 되었고, 배우자의 말을 경청할 수 있게 되어 긍정적이고 수용적인방식으로 의사소통방식이 변화하였음을 확인하였다. c) 갈등해결 방식에서 갈등을 새로운 관점으로 평가하고, 각 부부 나름대로 해결 가능한 갈등을 효과적으로 조절하는 방법을 찾고 적용해 가려는 태도가 긍정적으로 변화되었다. d) 부부의 성(性)에 대해서는 프로그램에 참가하기 이전보다 상호 개방적으로 이야기하고 자신이 원하는 기법이나 욕구를 적극적으로 표현할 수 있게 되어 보다 적극적·개방적인 방법으로 부부간의 성적 만족을 위해 노력하는 모습을 확인하였다. e) 원

가족과의 관계에 대해서 프로그램에 참가한 이후 배우자와 배우자의 원 가족에 대한 보다 넓은 이해를 바탕으로 보다 바람직한 관계를 맺기 위해 구체적·실제적인 방법을 찾아 실천하기로 부부가 타협하는 변화를 확인할 수 있었다. f) 부부의 역할수행에서는 서로 협의하여 공평하게 역할을 분담하고, 자녀양육에 대한 책임을 나누고 협력하려는 태도의 변화를 보였다. 프로그램 종료 후 요인 만족도 평가에서 참가집단 부부들은 프로그램 참가 후 부부관계와 결혼생활 전반에서 긍정적인 변화를 보였으며, 결혼생활에 대한 만족감이 높아졌음을 확인하였다.

다음으로 참가부부들의 변화효과에 대한 양적분석결과는 다음과 같다. 참가집단 부부들의 대화수준 정도는 프로그램 참가 후 실시한 집단간·집단내 비교에서 모두 증가하는 효과가 있었으며, 성 만족도에서도 프로그램 참가 후 실시한 집단간·집단내 비교에서 모두 증가하여 성 만족도가 향상되는 효과를 확인하였다. 또한 원 가족과의 분화수준에서 참가집단 부부들의 원 가족으로부터 분화정도가 비 참가집단에 비해 프로그램 실시 후 증가하였고, 배우자 가족과의 갈등을 낮게 지각하는 것으로 나타났다. 부부들의 역할분담에서도 참가집단 부부들은 참가하기 이전보다 부부 역할 수행 정도가 증가하였으며, 결혼만족도 또한 프로그램 참가 후 실시한 집단간·집단내 비교에서 결혼만족도의 하위척도 중 배우자 가족과의 갈등척도에서 통계적으로 유의한 차이가 나타나 부부간에 배우자 원 가족으로 인한 갈등이 감소하였음을 확인하였다. 이 외에 전반적 불만족 척도, 정서적 의사소통 불만족 척도, 문제해결 의사소통 불만족 척도, 공격행동 척도, 공유시간 갈등 척도, 성적 불만족 척

도, 원 가족 문제 척도 등 일곱 개의 하위척도에서 사전검사보다 사후검사에서 평균점수가 낮아져 프로그램에 참가한 부부들이 결혼만족도와 관련된 영역에서 불만족수준이 낮아졌다. 이로 미루어 부부관계수준이 긍정적으로 변화하였음이 확인되었고 전반적으로 부부관계가 향상되는 효과가 있었다고 추론할 수 있다.

그러나 부부 친밀성과 갈등상황에 대처하는 방식 및 부부의 역할 중 자녀양육과 관련한 역할갈등에서는 유의한 차이가 나타나지 않았다. 부부 친밀성의 경우 참가집단이 결혼초기 부부들로 아직까지 심각한 갈등상황에 있지 않고, 부부간의 상호친밀성 수준이 프로그램에 참가하기 이전부터 높은 부부들이었기 때문에 별다른 차이를 보이지 않을 수 있다는 점과 행동변화와 달리 친밀성과 같은 정서적 변화가 8주간의 짧은 기간에 통계적으로 유의한 차이를 나타내는 것에 한계가 있기 때문이라고 할 수 있다. 이는 참가집단 부부들이 사전검사에서 상호친밀성을 측정 한 평균점수가 상위에 속하였을 뿐만 아니라 또 다른 척도인 한국판 결혼만족도(K-MSI) 하위척도 중 배우자에게 느끼는 애정이나 친밀성 결여정도를 나타내는 ‘정서적 의사소통 불만족 척도’에서 “하”(T점수 50점 이하) 범위에 속하는 점수(40~45점)를 받은 것에서 추론해 볼 수 있다. 임상적 관점에서 이 범위에 속한 부부들은 부부관계 및 결혼생활이 만족스럽고, 배우자를 애정이 깊고 지지적인 사람으로 생각할 경향이 높으며 친밀감을 공유하는 사람들이기 때문이다(권정혜·채규만 편역, 2002). 다음으로 부부가 갈등상황에 대처하는 방식에서 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않은 것은 참가한 부부들이 결혼초기의 부부들로 누적되어

은 갈등이 비교적 적었고, 대부분 만족스러운 부부관계를 유지하고 있었으며, 만약 갈등이 있다 하더라도 사소한 것이거나 오래되지 않았을 가능성이 높은 부부들이었기 때문에 나타난 결과라고 가정해 볼 수 있다. 결혼초기 부부들의 경우는 특별히 갈등이 심한 부부를 제외하고는 결혼연수가 5년 이상인 부부들보다는 상대적으로 결혼만족이 높은 편이다(송말희·이정우, 1986; 정현숙, 1999; Lewis & Spaniner, 1979). 그리고 또 다른 척도인 한국판 결혼만족도(K-MSI)의 사전검사에서 참가부부들의 경우 결혼만족도 하위척도 중 문제해결의사소통 불만족' 척도에서 "하"(T점수 50점 이하)범위에 속하는 점수(40~45점)를 받았다. 임상적인 관점에서 "하" 범위에 속하는 부부들은 결혼생활 및 부부관계에서 곁으로 드러난 불화는 거의 없는 편이며, 부부간에 불일치가 있을 때 이를 적극적으로 효과적으로 해결하며, 타협점을 찾을 수 있는 사람들이라고 한다(권정혜·채규만 편역, 2002). 그러므로 질적 분석과 달리 양적분석결과에서 참가한 부부들의 갈등대처 방식 변화에 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다고 할 수 있다. 부부의 역할 중 자녀양육과 관련한 역할갈등 역시 참가집단이 결혼초기 부부들로 자녀가 없거나 유아인 경우가 많아 부부역할 수행에서 유의한 차이가 나타난 반면 자녀양육과 관련한 역할에서는 유의한 차이가 나타나지 않은 것으로 생각할 수 있다.

본 연구에서 나타난 결과와 논의에 근거하여 앞으로의 연구에 대한 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 프로그램의 장기효과를 측정할 수 있는 종단적인 연구가 필요하다. 본 연구에서 개발한 프로그램의 경우 부부 관계를 향상시

키는데 영향을 미치는 전반적인 요인들을 구성요소로 선정하였기 때문에 8주라는 짧은 시간에 그 효과성을 측정하기에는 한계가 있었다. 또한 참가집단의 부부들이 결혼초기의 부부들이기 때문에 시간이 경과함에 따라 부부관계 및 결혼만족에서 어떠한 차이를 보이는지를 추적 조사할 필요가 있다. 그러므로 5년 후, 10년 후의 종단적인 연구를 통해서 한국 부부의 결혼만족에 영향을 미치는 요인들에 변화가 있는지, 그리고 기존의 전문가적인 틀에 맞추어진 프로그램들과 달리 부부가 상호협력적인 자세로 함께 만들어가는 프로그램의 효과성은 얼마나 지속되는지를 연구해 볼 필요성이 제기된다.

둘째, 결혼 연수가 5년 이상인 부부들을 대상으로 하는 후속 프로그램 개발이 요구된다. 프로그램을 종료한 후 사후 평가를 위한 자기 보고서에서 참여한 부부들은 모두 결혼 연수가 5년 이상인 부부들에게 이 프로그램을 실시해도 효과가 있을 것이라 제안하였고, 후속 프로그램이 개설된다면 참여하기를 희망하는 것으로 나타났다. 그러므로 본 연구에서 선정한 5개의 요인이 결혼 연수가 다른 부부들에게도 적용 가능한 요인임으로 이를 바탕으로 후속 프로그램 개발의 필요성도 제기된다 하겠다.

셋째, 프로그램 내용구성에서 부부간의 의사소통을 두 회기에 걸쳐 다루는 방법도 고려할 필요가 있다. 본 프로그램에서 의사소통의 말하기와 듣기를 한 회기에서 다루었는데 시간할애의 비중이 '듣기' 부분에 충분하지 않았다. 프로그램 진행 후 참여자들은 말하기보다 상대적으로 '듣기'의 비중이 적었다는 평가를 하였다. 그러므로 전체적으로 말하기와 듣기 과정을 균형 있게 다루기 위해서는 부부의

의사소통 요인을 두 회기에 걸쳐 말하기와 듣기 회기를 별도로 다룰 필요가 있음을 제안하고자 한다.

넷째, 연구자들은 흔히 프로그램 시행에만 초점을 두게 되는데, 결혼초기 부부들을 대상으로 프로그램을 실시할 경우에, 프로그램과 연계된 환경적 문제까지도 충분히 고려해야 한다. 즉 결혼초기의 부부들의 경우 자녀가 5세 미만이기 때문에 장시간 부모와 떨어져 있기 곤란한 경우가 많다. 그러므로 특정하게 돌봐줄 양육자가 없는 경우 8주 동안 자녀를 맡긴다는 것이 어렵고 이 일이 스트레스로 작용하여 프로그램에서 탈락될 경우도 생길 수 있다. 본 프로그램에 신청한 부부들 중에서도 이러한 문제 때문에 결국 참석하지 못한 경우도 있었다. 또한 시간대도 저녁시간 보다는 낮 시간(주말 오후)의 경우가 바람직하다 하겠다.

따라서 결혼초기 부부들을 대상으로 부부프로그램을 실시할 때는, 사전에 부부들이 프로그램에 집중할 수 있도록 부부들의 참여가 수월한 시간대 및 아울러 나이 어린 자녀를 돌봐줄 수 있는 협조체계에 대한 충분한 토의 및 필요성을 사전에 인식해야 할 것이다.

### 참고문헌

- 권정혜, 채규만 (2000). 부부적응프로그램의 개발과 그 효과에 관한 연구. 한국임상심리학회지 19(2), 207-218.
- 김득성 (1994). 결혼초기 결혼만족도와 결혼안정성간의 관계 : 사회교환이론적 접근. 부산대학교 가정대학 연구보고 제 20집, 25-34.
- 김명자 (1985). 가족관계에 대한 부부의 가치의식과 결혼만족도에 관한 연구. 아세아여성연구 24, 139-166, 숙명여자대학교 아세아여성연구소.
- 김명숙 (2001). 결혼초기 크리스천 부부를 위한 관계증진 프로그램 개발. 한남대학교 석사학위 청구논문.
- 김미라 (2001). 부부 친밀도에 미치는 요인 연구. 목원대학교 석사학위 청구논문
- 김순주 (1994). 가정내 남편의 역할 수행에 대한 부부의 기대 및 평가와 결혼만족도. 서울대학교 석사학위 청구논문.
- 김영실 (2003). 결혼초기 부부들의 결혼만족도, 의사소통, 상호수용에 대한 부부적응 프로그램의 효과. 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김은정 (1992). 결혼초기 주부의 역할갈등 및 갈등해결방법과 결혼만족도. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김혜경 (1987). 결혼초기 부부의 갈등에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김혜신 (2003). 맞벌이부부의 부모역할갈등과 심리적 복지. 전남대학교 대학원 석사학위 청구 논문
- 김효현 (1996). 성생활 만족도가 부부 적응에 미치는 영향: 도시의 기혼 남녀를 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문
- 모의회 (2002). 자기존중감과 의사소통 훈련을 통한 부부적응 집단상담 프로그램의 개발. 한양대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 방현주 (2002). 결혼초기 부부를 위한 의사소통 프로그램의 개발 및 평가. 신라대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박남숙 (2000). 부부성장 집단상담 프로그램. 연

- 세대학교 대학원 박사학위 청구논문
- 서광희, 조병은 (1993). 농촌주부의 배우자역할 평가와 결혼만족도. *대한가정학회지* 9(2), 97-120.
- 송성자 (1995). 가족과 가족치료. 서울: 법문사.
- 오윤자 (1992). 가족생활교육 프로그램 개발을 위한 기초연구-부부교육을 중심으로. *한국가정관리학회지* 10(2), 209-229.
- 우혜민 (2001). 결혼초기 부부관계 향상프로그램의 구성 및 효과검증. 부산대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 유은희 (2002). 결혼초기 부부관계향상 프로그램의 효과 검증: PREP(Prevention and Relationship Enhancement Program)을 중심으로. 부산대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이선미 (2001). 결혼초기 부부갈등과 갈등대처방식이 결혼만족도에 미치는 영향. 경북대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이신영 (1984). 결혼초기의 부부갈등에 관한 조사연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이윤미 (1995). 배우자에 대한 가정내 역할기대 수행평가의 차이가 부부 스트레스에 미치는 영향. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문
- 이인수, 유영주 (1986). 결혼만족도척도의 타당화 연구. *한국가정관리학회지* 7권, 1-14.
- 이종성 외 (2000). 사회과학 연구를 위한 통계방법. 서울: 박영사.
- 이창숙 (1998). 부부갈등해결 교육프로그램 개발 연구: Baucom과 Epstein의 인지-행동적 치료모델에 기초하여. 경희대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 이창숙, 유영주 (1998). 부부갈등해결 교육프로그램 개발연구, *한국가족관계학회지* 3(1), 46-71.
- 이현숙 (1999). 인지행동적 부부 의사소통 프로그램 개발에 관한 연구. 서울여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 이호신 (2000). 결혼생활만족에 관련된 부부의 상호작용 요인들. 성신여자대학교 대학원 석사학위 청구논문
- 장병욱 (1997). 취업주부의 부부 역할수행·가정생활 기여도 및 만족도. 숙명여자대학교 대학원 박사학위 청구논문
- 제석봉 (1989). 자아분화와 역기능적 행동과의 관계: Bowen의 가족체제이론을 중심으로. 부산대학교 대학원 박사학위 청구논문
- 전춘애 (1994). 부부의 자아분화수준과 출생가족에 대한 정서적 건강 지각이 결혼안정성에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 정현숙 (1996). 도시 부부의 결혼만족도 변화 패턴. *한국가정관리학회지* 30, 51-60.
- 정현숙 (1997). 부부관계 프로그램; 일·사랑·가족 함께 가기, *한국가족관계학회지 추계학술대회*, 34-36.
- 최규련 (1987). 한국 도시부부의 결혼만족도 요인에 관한 연구. 고려대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 최규련 (1995). 가족체계의 기능성, 부부간 갈등 및 대처방안과 부부의 심리적 적응과의 관계. *대한가정학회지* 106, 99-113.
- 최혜경, 노지영, 박의순 (1994). 결혼초기 부부를 위한 부부교육프로그램의 구성. *한국가정관리학회지*, 12, 171-180.
- 통계청 (2004). 인구동태통계연보. 서울.
- 한국결혼지능연구소 (2004). Gottman 모델 부

- 부치료의 임상적 적용. 부부치료 전문가 교육과정 1. 한국결혼지능연구소.
- Allgood, S. M., & Crane, D. R. (1991). Predicting Marital Therapy Dropouts. *Journal of Marital and Family Therapy*, 17(1), 73-79.
- Arcus, M. E. (1987). A framework for life-span family life education, *Family Relation*, 36(1), 390- 393.
- Baucom, D. H., Shoham, V., Mueser, K., Daiuto, A. D., & Stickle, T. R.(1998). Empirically supported couple and family intervention for marital distress and adult mental health problem. *Journal of consulting and clinical Psychology*, 66, 53-88.
- Carter, W. L. (1980). *The Relationship among Self-Esteem, Marital Communication, and Marital Adjustment*. Doctoral dissertation , North Texas State University.
- Floyd, F. J., Markman, H. J., Kelly, S., Blumberg, S. L., & Stanly, S. M. (1995). Preventive intervention and relationship enhancement, In N.S. Jacobson, *Clinical Handbook of couple therapy*. The Guilfords Press: New York, London.
- Gale, J., & Newfield, N. (1992). A Conversation Analysis of a Solution-Focused Marital Therapy Session. *Journal of Marital and Family Therapy*, 18(2) 153-165
- Gall, M. D., Borg, W. R., & Gall, J. P. (1996). *Educational Research: An Introduction*. Longman Publishers, U.S.A.: NY.
- Gilford, R. (1986). Marriage on later life. *Generations*, 10 , 16-20.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital Interaction and Satisfaction: A Longitudinal View. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 47-52
- Gottman, John M.(1991). Predicting the Longitudinal Course of Marriages. *Journal of Marital and Family Therapy*, 17, 3-7.
- Gottman, J. M. (1995). *Why Marriages Succeed or Fail*. Simon & Schuster.
- Gottman, John M. (1993). The Roles of Conflict Engagement, Escalation, and Avoidance in Marital Interaction: A Longitudinal View of Five Types of Couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 6-15.
- Gottman, J. M. & Coan, J., & Carrere, S., & Swanson, C. (1998) Predicting Marital Happiness and Stability from Newlywed Interactions. *Journal of Marriage and the Family* 60, 5-22.
- Gottman, John M.(1999). *The Marriage Clinic*. W.W. Norton & Company : New York.
- Gottman, J. M. & Silver, N.(1999). *The Seven Principles for Making Marriage Work*. Three Rivers Press : New York.
- Gottman, J. M. & DeClare, J.(2001). *The Relationship Cure*. Three Rivers Press : New York.
- Guerny, G. B., Jr. (1979). *Relationship Enhancement*. San Francisco: Jossey-Bbass.
- Hoyt, M. F. (1998). *The Handbook of Constructive Therapies*. New York : The Guilford Press.
- Jacobson, N. S. & Addis, M. E.(1993). Research on Couples and Couple Therapy: What Do We Know? Where Are We Going? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 85-93
- Juni, S., Grimm, D. W. (1994). Marital Satisfaction

- as a Function of Dyadic Gender-Role Constellations. *American Journal of Family Therapy*, 22(2), 106-112
- Kayser, K. (1996). The Marital Disaffection Scale: An Inventory for Assessing Emotional Estrangement in Marriage. *American Journal of Family Therapy*, 24(1), 83-88
- Lenthall, G. (1977). Marital Satisfaction and Marital Stability. *Journal of Marriage and Family Counseling*, 3(4), 25-31
- Lewis, R. A & Spanier, G. B(1979). Theorizing about th quality and stability of marriage, In Burr, W., Hill, R., Nye, I, & Reiss, I(ed.), *Contemporary theories about the family*, Vol 1, New York: Free Press.
- McCahan, G. R. (1973). *The relationship between self-concept and marital satisfaction*. Doctoral dissertation, University of South Dakota.
- Minuchin, S., Roseman, B. L., & Baker, L.(1978). *Psychosomatic Families: Anorexia nervosa in context*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Miller, S., Nunnally, E., & Wackman, D. B. (1975). *Alive and aware Minneapolis* : Interpersonal Communication Program, Inc.
- Peseshkian, N. (1985). *In Search of Menaing*. Springer-Verlag Berlin.
- Peseshkian, N. (1986). *Positive Family Therapy*. Springer-Verlag Heidelberg.
- Peseshkian, N. (1990). Positive Psychotherapy: A Transcultural and Interdisciplinary Approach to Psychotherapy. *Psychotherapy and psychosomatics*. 53, p.1-4.
- Peseshkian, N. (2000). *Positive Psychotherapy: Theory and Practice of a New Method*. Sterling Publisher Pvt. Ltd., New delhi.
- Rappaport, A. F. (1976). *Conjugal Relationship Enhancement Program*: In D. Olson(Ed.). *Treating Relationship*. Lake mills, Iowa: Graphic Publishing.
- Schafer, R. B. & Keith, P. M. (1999). Change in adult self-esteem: a longitudinal assessment. *British journal of Social Psychology*, 38, 303-314.
- Stanley, S. M., Blumberg, S. L., & Markman, H. J. (1999). Helping Couples Fight for Their Marriages: The PREP Approach. In R. Berger & M. Hannah, (Eds.), *Handbook of preventive approaches in couple therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Tuckman, B. W. (1999). *Conducting Educational Research*. Harcourt Brace : Orlando.
- Turner, S. G. (2001). Resilience and Social Work practice: Three Case Studies. *The Journal of contemporary Human Service*. 82(5), pp. 441-448
- Warner, M. D., (1981). *Comparison of a Religious Marriage Enrichment Program with an Established Communication Training Enrichment Program*. Doctoral dissertation. Purdue University.
- Webb, D. G. (1972). *Comparison of a religious marriage enrichment program with an established communication training enrichment program*. Doctoral dissertation, Purdue University.

원 고 접 수 일 : 2005. 8. 29

수정원고접수일 : 2005. 10. 19

게재결정일 : 2005. 11. 5

## A Study on the Development of the Marital Relationship Enhancement Program for Early Married Couples Based on Positive Psychotherapy

Kim, Hee Jin

Pyungtaek University

The following study focuses on the development of a marital relationship enhancement program for early married couples. In order to achieve this goal, the current study was conducted as follows. First, a preliminary study was conducted to select the core factors of overall marital satisfaction that were used for the couple's education program, on the basis of an extensive literature review on marital satisfaction in Korea from 1970 to 2003. The major variations of marital satisfaction were examined and five core factors were identified: (a) couple's communications, (b) ways to solve conflicts and manage stress, (c) the couple's sex life, (d) the relationship with spouse's family, and (e) the sharing of gender roles and child rearing. Second, an eight-week program for enhancing couples' relationships was developed that incorporated the five core factors with an addition of a new factor labeled positive emotion and intimacy. The enhancement program was administered in a church for eight sessions with eight couples who had been married for a period of one to five years. Each session was conducted for 150 minutes and thus a total of 20 hours of intervention was administered over the course of the program. Third, the Positive Psychotherapy Approach was adopted for this program that focused on the positive resources and inner potentials of the couples. Fourth, the changes in the couples that attended the enhancement program were observed. This was performed through a process analysis of how couples responded during the program. To enhance the understanding of the qualitative analysis better, a quantitative analysis was also conducted. The quantitative analysis included a pre and post test that was administered to eight participating couples and eight nonparticipating couples. Accordingly, the education on core factors of overall marital satisfaction was found effective for the participating couples' positive change and the enhancement in mutual relationships. Given the observed effectiveness of the program intervention, the enhancement program has promise to help married couples in the Korean context. Furthermore, the five factors of marital satisfaction can be put into practical use for a program for marital relationship changes and enhancement.

*Key words* : early marriage, marital relationship enhancement program, marital satisfaction, positive psychotherapy, Gottman's couple program