

신혼기 부부 예방적 단기상담에서 PREPARE/ENRICH-CV 활용 상담과 통합적 부부상담의 효과와 내담자 경험 비교 연구*

오 윤 석

조 은 숙**

(상명대학교 가족복지학과 박사과정) (상명대학교 가족복지학과 조교수)

본 연구는 신혼기 부부상담에서 PREPARE/ENRICH-CV(P/E)를 활용하는 것과 통합적 모델을 활용하는 것 간의 효과와 내담자경험을 비교하여 신혼기 단기 부부상담을 위한 효과적인 모델 구축을 위한 기초자료를 제공하는데 그 목적을 둔다. 이를 위해 P/E를 활용한 상담과 통합적 부부상담의 양적 효과를 결혼만족도 및 역기능적 의사소통 척도로 사전-사후-추후 시점에 측정하였다. 또한 회기평가지 및 사후, 추후 면접자료를 통해 내담자 경험에 대한 질적 분석을 병행하였다. 연구 참여자는 결혼 5년 이내 무자녀 부부 12쌍이었으며 이들을 P/E상담 집단과 통합적 부부상담 집단으로 무작위 할당하여 부부 당 4회기씩의 상담을 각각 실시하였다. 사전-사후-추후검사에서 나타난 집단 내 변화를 분석한 결과, 양 집단 모두에서 상담 종료 시, 그리고 종료 후 6주 이후에 측정한 결혼만족도가 사전검사에 비해 유의미하게 향상되었으나, 역기능적 의사소통 점수의 감소는 P/E상담 집단에 상대적으로 더 뚜렷하였다. 그러나 사후 및 추후검사 성과 점수의 집단 간 차이는 유의미하지 않아 P/E상담과 통합적 부부상담의 효과가 집단 간에 유의미한 차이가 없음을 알 수 있었다. 내담자 경험에 대한 질적자료 분석 결과, P/E상담은 상담동기향상, 문제인식과 해결방법의 구체성과 실천용이성에 있어서, 그리고 통합적 상담은 부부 문제에 대한 통찰과 배우자 이해를 통한 수용성의 증가에 있어서 각각 강점을 가지는 것으로 나타났다. 본 연구는 서로 다른 접근법을 활용한 단기 부부상담의 효과와 내담자 경험을 비교하여 보여줌으로써 향후 신혼기 부부의 예방적 단기상담 모델 구축을 위한 기초자료로 활용될 수 있을 것으로 기대한다.

주제어 : 신혼기 부부, PREPARE/ENRICH-CV, 통합적 부부상담, 내담자 경험

* 본 논문은 제1저자의 석사학위논문을 토대로 발전시킨 것임.

** 교신저자 : 조은숙 / 상명대학교 가족복지학과 조교수 / 서울시 종로구 홍지문 2길 20 상명대학교

Tel : 02-781-7782 / E-mail : grace123@smu.ac.kr

I. 서 론

신혼기는 가족생활주기상 결혼적응기의 단계로 아직 자녀가 없고 서로의 성격과 생활습관에 적응하며 가족관계의 패턴을 형성해나가는 시기이다. 신혼기의 문제들은 주로 원가족과의 관계문제, 새로운 체계에 대한 헌신의 부족, 성적 부적응 등에서 발생하는데, 결혼초기적응이 실패하여 이혼에 이르는 경우가 많다(Carter & McGoldrick, 2005). 일반적으로 결혼 4년 이하 신혼부부들이 다른 가족생활주기에 비해 상대적으로 높은 이혼율(통계청, 2017)을 나타내는 것은 이와 같은 신혼기 적응에서의 어려움을 시사하고 있다. 여러 가지 적응 어려움에도 불구하고 이 시기는 갈등의 초기단계에 해당하며 동시에 좋은 결혼에 대한 욕구는 강한 편이어서 신혼기는 부부상담을 실시하기에 가장 적합한 시기라고 할 수 있다. 이에 연구자들은 문제가 심각해지기 전의 신혼기 부부들을 위한 예방적 차원의 부부상담 단기모델이 필요하다고 보고 있다.

한편, 결혼준비교육, 부부관계증진 프로그램 및 상담에 대한 수요가 점점 증가하게 되면서 커플관계를 정확히 진단하고, 커플관계의 강점 및 성장필요영역을 파악할 수 있는 과학적으로 연구된 검사도구의 필요성도 함께 증가되었다. 검사도구의 사용은 교육 및 상담의 대상을 파악하는 용도뿐만 아니라 피교육생 및 내담자의 참여도를 높이는 용도로도 유용하다(김윤정, 강명수, 김덕일, 2015). 신혼부부들이 쉽게 접근할 수 있는 예방적 부부상담이 되려면 상담이 단기적 모델일 필요가 있는데, 이에 연구자들은 단기상담의 효과성을 높이는 데 이러한 검사도구를 활용하는 것이 어떤 유익이 있는지에 대해 관심을 가지게 된다.

이를 위해 본 연구에서는 단기 부부상담을 비교적 구조화된 사정 및 개입 도구를 활용한 상담모델과 그러한 도구 없이 통합적 접근방법으로 상담하는 두 가지 모델을 비교하는 것을 통해 효과적인 단기 부부상담 모델에 공인된 검사도구 등을 활용하는 것이 가지는 효용성을 탐색하고자 한다. 이를 위해 본 연구에서는 사정 및 개입 도구로 PREPARE/ENRICH-CV를 활용하고자 한다. 즉, PREPARE/ENRICH-CV라는 검사 도구를 활용해 초기사정을 하고, 구조화된 워크북을 활용하여 각 부부의 문제영역에 맞춘 상담을 진행하는 상담(이하 P/E상담)과 가계도, 빙산탐색, 의사소통, 해결중심적 질문 등을 활용한 통합적 부부상담을 양 집단에 각각 4회기씩 실시하여 그 효과와 내담자 경험을 비교하려는 것이다. 이러한 효과의 비교 검토는 신혼기 부부를 위한 효율적인 단기 예방적 부부상담 모델 구축을 위한 자료가 될 것이라 생각하기 때문이다.

PREPARE/ENRICH-CV(Customized Version)(Olson & Larson, 2008)는 커플의 관계를 측정하는 온라인기반의 검사도구이다. 이 검사는 검사 후 상담에 활용할 수 있는 워크북 형태의 개입프로그램이 함께 개발되어 있어, 검사 후에 이 워크북을 활용하여 상담을 진행할 수 있다. 지금까지 이 검사도구 및 워크북을 활용한 프로그램의 효과성 검증 연구가 다수 이루어진 바 있으나(권수정, 전영주, 2007; 김덕일, 박재우, 송원영, 이지연, 2009; 김덕일, 김나미, 서영석, 2012; Fowers & Olson, 1986, 1992; Knutson & Olson, 2003; Olson & Larson, 2008; Olson & Olson, 2000; Olson, Olson & Larson, 2012). 개별부부상담에서의 효과검증은 국내에서는 이루어지지 못하고 있다.

통합적 부부상담이란 한 가지 이론에만

업매이지 않고 다양한 접근법들을 절충, 혼용, 통합적으로 사용하는 부부상담을 말한다(Nichols & Schwartz, 2013). 여기서 말하는 ‘통합’의 수준은 이론적으로 다양한 방법들로부터 온 개입을 사용하는 기술적 절충의 차원과 하나의 추상적 수준에서 이론들과 관련된 기법들을 결합시키는 이론적 통합의 차원으로 나뉘어질 수 있다(Messer, 2001). 본 연구에서는 기술적 절충의 차원으로 통합적 부부상담에 접근하고 있는데, 구체적으로는 Bowen의 다세대 모델, 경험적 모델, 해결중심단기치료 모델 등 다양한 부부치료모델로부터 도출된 가계도 작업, 의사소통 유형 및 문제해결방식 탐색, 병산탐색, 가족규칙, 해결중심적 질문기법, 부부의 인생목적 나눔 등과 같은 기법을 각 부부의 상황에 맞게 절충하고 통합하여 사용하는 상담을 말한다.

본 연구는 이와 같은 P/E 상담과 통합적 부부상담을 두드러진 갈등문제가 없는 신혼기 부부에게 4회기의 단기 개별상담으로 실시하여 그 효과와 내담자 경험을 비교하고자 한다. 본 연구에서는 갈등 발생 이전에 실시하는 ‘신혼기 예방적 단기 부부상담’이 가지는 효용성에 주목하고, 이 대상을 위한 단기상담모델 개발을 장기적인 목적으로 하고 있기 때문에 연구대상을 갈등이 심하지 않은 부부로 제한하였다. 상담의 효과는 상담직후의 사후검사와 6주 후의 추후검사를 통하여 양적으로 측정하며, 회기평가지 및 사후 및 추후면접을 활용한 질적 분석도 병행하고자 한다.

이와 같은 작업을 통해 본 연구는 다음과 같은 연구문제를 규명하고자 한다.

연구문제 1. 신혼기 부부의 예방적 단기상담에서 P/E 상담과 통합적 부부상담이 내담부부의 결혼만족과 역기능적 의사소통에 미치는

효과는 각각 어떠한가?

연구문제 2. 신혼기 부부의 예방적 단기상담에서 P/E 상담과 통합적 부부상담에 대한 내담부부들의 상담경험은 각각 어떠한가?

이상의 연구문제를 통해 본 연구는 신혼부부를 대상으로 한 예방적 단기상담에서 P/E를 활용한 부부상담모델과 통합적 부부상담모델의 효과와 내담자 경험을 비교하게 된다. 이러한 본 연구의 결과는 각 모델의 타당성과 강점을 파악하여 단기 상담모델에서 취사선택하게 함으로써, 예방적 부부상담의 적기라고 할 수 있는 신혼기 부부들을 위한 효율적인 초단기 부부상담 모델을 구축하는데 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

II. 선행연구 고찰

1. PREPARE/ENRICH-CV 활용 부부상담

PREPARE/ENRICH-CV는 가장 널리 연구된 평가도구이자 상담 프로그램 중 하나이다. PREPARE/ENRICH(P/E) 부부관계 검사와 상담 프로그램은 1977년 David Olson과 동료들에 의해 개발되었다. ENRICH(Evaluating Nurturing Relationship Issues, Communication, Happiness)는 부부관계의 10가지 영역을 분석하여 강점과 약점을 평가하고 이를 바탕으로 관계를 세워 나가도록 상담을 진행하는 사정척도이자 상담 프로그램이며 다섯 차례의 개정을 거쳐 2008년에 온라인을 통해 내담자의 배경특성에 맞춘 질문꾸러미를 제공하는 내담자 맞춤형 버전(CV)으로 만들어졌다(Olson & Larson, 2008). 이 온라인 검사는 즉시적인 평가 보고서를 출력할 수 있도록 해주는데, 이 보고서는 평가

결과 상담에서 유용하게 활용된다.

PREPARE/ENRICH-CV는 평가와 검사의 신뢰성과 타당성을 뒷받침하는 실질적인 증거가 있는 우수한 측정도구이며 커플 관계를 개선하는 데 효과적으로 사용될 수 있는 도구로 평가되고 있다(Geisinger, Carlson, & Jonson, 2017). 한국어판에 대한 신뢰도, 타당도 검증 작업도 이루어졌는데, ‘한국판 ENRICH 결혼만족 검사의 타당화 연구’(김덕일 등, 2009)와 ‘한국판 PREPARE 검사의 요인 구조 분석 및 타당화 연구’(김덕일 등, 2012)는 이 검사의 한국 적용 타당성과 신뢰성을 입증하였다. 한국판 PREPARE-ENRICH-CV 온라인 커플 만족 검사에 대한 타당화 연구에서도 만족할만한 신뢰도와 타당성이 입증된 바 있다(Kim, 2018).

PREPARE/ENRICH-CV가 부부관계향상을 위한 개입도구로서의 유용성이 있는지에 대한 평가연구가 개발자들에 의해 이루어졌는데, 이들은 PREPARE/ENRICH-CV 검사와 피드백을 통한 커플상담을 진행한 집단, PREPARE/ENRICH-CV 검사로 평가만 한 집단, 그리고 통제 집단을 비교하였다. 그 결과 검사와 피드백을 통한 상담 회기가 있었던 그룹이 가장 많은 변화가 있었음은 물론이지만, PREPARE/ENRICH-CV 평가만 있던 그룹에서도 10개 영역 중 3개영역에서의 향상을 나타내 PREPARE/ENRICH-CV 검사와 검사결과고지 과정 자체가 커플관계에 각성을 가져오고 있음을 보여주었다. 아울러 검사와 상담이 겸해진 집단은 ‘활기찬 커플’의 수가 52%가 증가하였고, ‘갈등있는 커플’이 83% 감소하는 변화를 나타냈다. 또한 개별상담과 집단상담을 비교한 연구에서는 둘 다 비슷한 효과가 있음이 밝혀졌다(Olson, Olson, & Larson, 2012).

PREPARE/ENRICH 프로그램이란 P/E 검사와

연동된 워크북을 활용한 맞춤형 개입방법을 통칭하는 말이다(김덕일 등, 2009). 이 프로그램은 Childs와 Duncan(2012)에 의해 이루어진 미국 내 결혼예비교육프로그램 비교 연구에서 이론과 연구, 맥락의 고려, 적용가능성, 결혼 전 관계예측력 등 영역 전반에서 가장 높은 평가를 받은, 커플관계향상을 위한 대표적인 프로그램으로 손꼽히고 있다. 이를 활용한 국내 연구로는 권수정과 전영주(2007), 강리리(2010), 서아연과 최연실(2019) 등의 연구를 포함한 여러 연구들이 있으며 박미경(2013)의 연구를 제외하고는 모두 집단프로그램 개발에 P/E 검사와 매뉴얼 내용을 선택적으로 활용하는 방식으로 연구가 실시되었다. 그러나 대부분이 집단상담 위주의 프로그램으로서 P/E를 활용한 개별상담에 대한 적용 연구가 거의 없거나 단순 기술연구에 그치고 있어(예를 들어, 박미경, 2013) 효과검증에는 이르지 못하였다.

2. 다양한 부부상담 모델과 통합적 부부상담

부부상담 프로그램에서 활용되는 이론과 치료모델로는 원가족 요인과 분화를 다루는 Bowen의 다세대 모델, 갈등해결을 위한 의사소통기술, 분노조절기술, 태도의 변화 등을 포함하는 인지행동 모델, 의사소통과 자아존중감에 초점을 둔 경험적 모델, 관계향상을 돕는 강점이론과 긍정심리치료 및 해결중심 모델 등이 있다(Gurman, Lebow, & Snyder, 2015). 그러나 실제로 임상현장에서는 비슷한 점이 많이 있고 중복되며, 상담자는 특정한 이론에서 시작하나 결국 다른 이론에서 이론적 개념의 타당성과 기법의 유용성을 발견하는 경우가 많아 절충, 통합적 부부상담이 현장에서는 많이 활용되고 있다(Nichols & Schwartz, 2013).

우리나라에서 진행된 부부상담 모델 개발과 효과검증 연구로는, 갈등해결을 위한 프로그램(최규련, 2009), 부부적응 프로그램(권정혜, 채규만, 2000), 부부관계향상 프로그램(공성숙, 2004; 김재정, 김정민, 이미영, 2015; 원복연, 박태수, 허철수, 김성봉, 2013; 천성문, 함경애, 조용재, 2015), 부부성장 프로그램(박남숙, 연문희, 2002; 이동숙, 2008; 이화자, 최연실, 2010), 결혼만족도 향상 부부집단 프로그램(장진경, 전종미, 이주원, 2015) 등이 있다. 이러한 연구들은 특정 위기상황과 갈등을 경험하거나, 일정한 부부발달 단계에만 적용된다는 특성을 띠고 있으며, 주로 5~8쌍의 부부들을 대상으로 집단상담 형식 혹은 교육과 집단상담이 병행된 형식으로 구성되었다. 또한 단기간이라고 하더라도 평균 1회기에 2시간씩 6회기에서 12회기로 실시되는 집단프로그램이다. 또한 부부상담 모델개발의 토대가 된 이론적 배경이 주로 문제해결, 의사소통훈련, 사티어 모델, Gottman 모델, 인지행동이론 등 대부분 하나의 이론에 초점을 두고 접근하고 있다.

또한, 기 개발된 프로그램들은 집단 역동을 활용한 부부집단상담 형식으로 제공되고 있는데, 개별부부들의 입장에서는 가용한 시간과 장소에서 집단프로그램이 열릴 가능성이 높지 않을 뿐 아니라 집단프로그램이 다루지 못하는 부부의 개별적인 문제들이 존재한다는 점에서 개별 부부상담의 중요성이 큰데(Long & Young, 2009; Nichols, 1988), 이에 대해서는 마땅한 모델개발이 이루어지지 않고 있음에 주목하게 된다.

최규련(2009)은 부부갈등문제를 위한 통합적인 접근 모델을 개발했는데, 여기에서는 개별 부부상담과 집단 부부상담 프로그램이 병행구조로 제시되나, 총 11회기로 장기간을 요하며

부부갈등이 심한 부부를 대상으로 하고 있어 갈등이 심하지 않고 시간적 여유가 없는 신혼기 부부에게는 적합한 모델이 아니었다. 이후 이 모델은 개별부부를 대상으로 변용되어 ‘통합적 부부상담모델’로 제시되고 있다(최규련, 2015). 이 부부상담모델은 Long과 Young(2009)의 통합적 부부상담 모델과 더불어 국내에 소개된 소수의 개별 부부상담 모델에 포함된다.

한편 신혼기 부부를 대상으로 한 부부상담 프로그램의 개발과 효과검증은 신혼기가 부부관계의 초석을 다지는 중요한 시기임에도 불구하고 별로 이루어지지 않고 있다. 소수의 선행연구에서는 신혼부부를 대상으로 주로 교육과 집단상담 형식의 프로그램이 개발되었는데 집단프로그램으로서의 효과성은 나타내고 있으나 부부의 개별적인 문제에는 접근하지 못한 제한점이 있다(권수정, 전영주, 2007; 김희진, 2005; 유은희, 김득성, 2005).

이상 부부상담 모델에 대한 선행연구를 통해 볼 때, 국내의 부부상담 모델 연구는 집단상담 프로그램 개발에 치중되어 있어 개별 부부상담에 적용할만한 모델개발이 이루어지지 않고 있다는 점, 그리고 신혼기 부부관계의 초석을 다지는 예방적 부부상담 모델이 희소하다는 점, 그리고 긴 회기구성과 집단 프로그램이라는 형식을 벗어난 개별부부 대상의 예방적, 단기적인 개입모델 개발에 대한 시도가 없다는 점 등으로 정리된다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구의 참여자는 서울과 인접수도권 지

역에 거주하는 결혼 5년 이하의 무자녀 부부를 대상으로 눈덩이표집법을 활용하여 모집되었다. 4회기 부부 상담에 부부가 함께 참여하고 수차례의 질문지나 면접이 행해지는 연구 조건으로 인해 참여부부를 찾는 것이 쉽지 않았으나 P/E 검사에 대한 호기심은 대상자 모집의 좋은 유인이 되었으며 총 4회기의 상담을 무료로 받게 되는 것도 참가자들의 동기를 유발시켰다. 예방적 부부 상담이라는 조건을 고려하여, 연구자들의 판단 하에 부부갈등이 심하거나 동거하지 않는 부부는 대상에서 제외하였다. 이렇게 모집된 참여 부부는 모두 12쌍, 24명으로 이들의 연령은 남편 평균 35세, 아내 평균 33세였고, 평균 3년 6개월의 연애기간과 15개월의 결혼기간을 가지고 있었다. 100% 연애결혼이었으며, 교육수준은 대졸 이상으로 전문직이나 사무직 등에 분포하였고, 종교는 기독교와 무교가 많은 편이었으며, 부부 모두 취업한 경우가 대부분이었다.

연구자는 참여부부에게 연구과정에 대한 자세한 설명을 제공한 후 자발적 동의가 있는 경우에만 연구를 진행하였다. 자료조사과정의 윤리적 기준은 사전에 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인을 받았다(승인번호: BE2018-25).

2. 실험설계

모집된 연구 참여자들은 각 사례별로 부호화시켜 익명성을 확보한 후, 사전검사로 측정한 결혼만족도와 역기능적 의사소통 점수, 그리고 표 1에 제시된 인구학적 특성 등을 참작하여 연구자들에 의해 양 집단에 할당되었다. 이렇게 구성된 두 집단의 동질성 여부를 검증하기 위해 인구학적 특성에 대한 X^2 검증이 이루어져 집단 간 차이가 없음을 확인하였다(표

1 참고). 또한 사전검사로 측정한 결혼만족도와 역기능적 의사소통 점수에 대한 독립표본 t 검증을 통해 두 집단이 차이가 없음을 확인하였다(표 2 참고). 표본의 수가 적은 관계로 t 검증을 위한 모집단의 정규분포성과 등분산성 가정 충족여부를 먼저 검토하였다. Kolmogorov-Smirnov의 z 값이 변수별로 .41 ~ .82($p=.518 \sim .847$)로 분포하여 유의미하지 않았으므로 정규분포가정을 충족하여 모수통계인 t 검증에 적합한 것으로 판단되었다(이학식, 임지훈, 2014). Levene's test 결과 등분산성 가정도 “경멸” 영역을 제외하고는 충족되어, “경멸” 영역의 t 값은 등분산성가정이 충족되지 않은 경우의 t 값으로 제시하였다. 독립표본 t 검증 결과 실험집단과 비교집단은 사전검사의 모든 변수에서 차이가 없는 것으로 나타나 동질집단인 것으로 판단되었다.

연구 참여자들은 상담시작 전 연구자와 사전미팅을 가졌으며, 이때 연구 참여 동의서가 작성되고, 사전검사가 시행되었다. 실험집단(P/E 상담)은 상담시작 전에 가정 등에서 컴퓨터를 활용하여 PREPARE/ENRICH-CV 검사를 실시한 후, 1회기에 검사 보고서를 수령하고 검사해석을 받았으며, 이후 커플 워크북을 활용하여 검사결과 취약한 영역을 중심으로 부부별로 4회기 상담을 매 주 1회 90분씩 실시하였다. P/E 상담은 개발자들이 제시한 가이드라인에 맞추어 진행되었으나, 중간에 부부갈등이 불거진 한 커플(사례4)에 대해서는 초기 회기계획을 변경하여 갈등해결 영역에 2회기를 할애하는 약간의 융통성을 허락하였다. 통합적 부부상담은 특별한 검사나 도구 없이 1회기에 3세대 가계도 탐색으로 시작하여 마지막 회기에 부부의 변화확인파 유지, 인생의 목적 나누기로 종결하였으며 호소 문제를 중

〈표 1〉 연구 참여자의 일반적 특성

	구분	실험집단 (P/E 상담)		비교집단 (통합 상담)		X ² *
		N	%	N	%	
성별	남	6	50.0	6	50.0	.00
	여	6	50.0	6	50.0	
연령	남편	25-29세	0	0.0	0	0.0
		30-34세	3	50.0	4	66.7
		35-39세	3	50.0	2	33.3
	아내	25-29세	1	16.7	1	16.7
		30-34세	2	33.3	4	66.7
		35-39세	3	50.0	1	16.7
학력	남편	대졸	5	83.3	5	83.3
		대학원졸	1	16.7	1	16.7
	아내	대졸	5	83.3	6	100.0
		대학원졸	1	16.7	0	0.0
직업	남편	사무 종사자	2	33.3	2	33.3
		전문가 및 관련 종사자	4	66.7	4	66.7
	아내	사무 종사자	3	50.0	2	33.3
		전문가 및 관련 종사자	3	50.0	4	66.7
종교	남편	기독교	2	33.3	5	83.3
		천주교	1	16.7	0	0.0
		무교	3	50.0	1	16.7
	아내	기독교	3	50.0	5	83.3
		천주교	0	0.0	0	0.0
		무교	3	50.0	1	16.7
연애 기간		1년 미만	1	16.7	1	16.7
		1년 이상-2년 미만	2	33.3	1	16.7
		2년 이상-3년 미만	2	33.3	2	33.3
		3년 이상	1	16.7	2	33.3
결혼 형태	연애	12	100	12	100	.00

〈표 1〉 연구 참여자의 일반적 특성

(계속)

구분	실험집단 (P/E 상담)		비교집단 (통합 상담)		X ^{2*}	
	N	%	N	%		
결혼 기간	1년 미만	3	50.0	2	33.3	.40
	1년 이상-2년 미만	2	33.3	3	50.0	
	2년 이상-3년 미만	1	16.7	1	16.7	
가계 월소득	200만원 이상-300만원 이하	0	0.0	1	16.7	5.00
	300만원 이상-400만원 이하	1	16.7	3	50.0	
	400만원 이상-500만원 이하	3	50.0	0	0.0	
	500만원 이상	2	33.3	2	33.3	
맞벌이 여부	부부 풀타임	4	66.7	5	83.3	.44
	남편 풀타임-아내 파트파임	2	33.3	1	16.7	

* 모든 X^2 값은 $p>.10$ 수준을 나타냄

〈표 2〉 P/E 상담과 통합적 상담 참여자 간의 동질성 검증

변인	집단	<i>n</i>	평균	표준편차	<i>t</i>	<i>p</i>
결혼만족도	P/E	12	187.25	17.87	-.18	.86
	통합	12	188.58	18.91		
역기능적 의사소통 유형	비난	P/E	12	26.17	.48	.64
		통합	12	25.25		
	경멸	P/E	12	27.08	.03	.98
		통합	12	27.00		
	방어	P/E	12	31.58	.08	.94
		통합	12	31.42		
	냉담	P/E	12	15.08	.13	.90
		통합	12	14.83		

심으로 다루되, 부부의 문제에 대한 통찰과
심도 있는 이해가 일어난 후 의사소통이나 갈등
해결과 같은 실제적인 부분에 대한 점검과
연습이 별도의 도구 없이 상담자의 리드에 의

해 이루어졌다(표 3 참고). 모든 상담은 2018
년 4월~6월 사이에 이루어졌고 종결 6주 후
추후검증이 이루어졌다. 상담은 모두 주연구
자 1인이 진행하였고, 모든 상담은 내담자의

〈표 3〉 P/E 상담 및 통합적 상담의 상담 내용과 방식 비교

집단	사례	공통된 상담내용 및 방식	사례별 차이나는 상담내용
P/E 상담	1	- 내용: 1회기에 P/E검사보고서 해	성과 애정 표현, 갈등 해결
	2	석으로 시작, 공통의 관심사인	재정관리, 의사소통, 커플 및 가족 지도, 여가활동
	3	자녀양육과 부모역할 영역 다룸	의사소통, 커플 및 가족 지도
	4	- 방식: 검사결과에 준하여 취약한	갈등해결 2회기
	5	영역 중심으로 커플 워크북 활	의사소통, 커플 및 가족 지도, 삶의 목표
	6	용(워크북 자료읽기, 활동하기, 연습하기 등)	여가활동, 커플 및 가족 지도
통합 상담	7		문제탐색과 갈등 다루기, 역할분담, 가족규칙, 문제해결 대안 찾기
	8	- 내용: 첫회기에 가계도 탐색으로	의사소통 유형 파악과 문제해결 방식 탐색, 의사소통 연습, 내면 빙산탐색과 문제해결 대안 찾기
	9	시작, 마지막 회기에 변화 유지 확대와 인생의 목적 나누기로 마무리	의사소통 유형 파악과 문제해결 방식 탐색, 의사소통 개선과 갈등 다루기
	10	- 방식: 호소문제 중심으로 접근, 탐색과 통찰 우선, 변화 필요성	의사소통 유형 파악과 문제해결 방식 탐색, 갈등 해결 연습, 원가족과 분화하기
	11	느끼는 부분 중심으로 연습, 대안 찾기 실시	부부의 이해와 수용 증진하기, 갈등문제 해결 연습, 여가활동 찾기
	12		의사소통 유형 파악과 문제해결 방식 탐색, 의사소통 연습, 내면 빙산탐색, 문제해결 대안 찾기

동의하에 녹음되었으며, 회기 중간에 상담자는 상담내용 및 특이사항을 기록하였다. 내담자들의 이동편의를 위해 상담 장소는 사설상담소 상담실 1군데와 대여용 접견실 등이 활용되었다.

효과성의 양적 검증을 위해 결혼만족도와 역기능적 의사소통 유형 척도를 상담 전과 상담 종결 직후, 그리고 종결 6주 후 등 3회 측정하였으며, P/E 상담 집단은 P/E 검사를 사전-사후-추후 총 3회 실시하였다¹⁾. 상담효과

에 대한 내담자의 경험을 알아보기 위해 각 회기 평가지를 주어 부부 각자 주어진 문항에 주관식으로 답하게 하였으며, 상담사후 면접과 6주 후의 추후 면접은 부부가 함께 참여하였으나 반구조화된 질문목록을 사용하여 부부 각자 자신의 의견을 말하게 하였고 면접당 15~30분 정도의 면접이 진행되었다. 면접은 주연구자에 의해 진행되었으며 면접내용은 모두 녹음되었다.

부부상담을 진행한 주연구자는 PREPARE/ENRICH-CV 공식상담사 및 전문강사로 6년간의 경력(51사례, 340시간 상담)²⁾을 가지고 있

1) P/E검사의 사전-사후-추후 변화에 대한 내용은 본 논문의 범위를 넘어서는 관계로 본 논문에서는 제시하지 않음.

으며, 부부가족상담 전문상담사 자격증을 가지고 있는 가족상담 전공 박사과정 학생이다. 다양한 가족치료모델의 워크숍에 350시간 이상 참여하여 훈련하였으며 지역센터에서 부부가족상담사로 통합적 모델을 사용하면서 3년 이상 활동(43사례, 450시간 상담)해오고 있어 자신의 P/E 상담에 대한 능력과 통합적 부부 상담에 대한 능력이 비슷한 수준이라고 지각하고 있다. 또한 상담진행과정은 공동연구자인 부부가족상담 슈퍼바이저에 의해 지속적으로 점검, 지도되어 혹시라도 있을지 모르는 모델에 대한 충성효과(allegiance effect)가 연구 결과에 영향을 미치는 일이 없도록(Sprenkle & Blow, 2004) 철저한 주의를 기울이고자 했다.

3. 측정도구

1) PREPARE/ENRICH-CV 커플검사

P/E 상담 참여 부부의 부부관계 검사를 위해서 PREPARE/ENRICH-CV 검사를 사용하였다. 기혼부부를 대상으로 한 한국판 ENRICH 검사의 신뢰도(Cronbach's alpha)는 역할영역이 .63으로 낮은 것을 제외하고 모두 .72~.86의 내적일치도를 보였다(김덕일 등, 2009). 커플의 상황에 따른 맞춤형 질문이 제공되므로 문항수는 약 260~280 문항으로 변동적이며, 5점 리커트(Likert) 척도를 사용하고 있다.

2) 결혼만족도 척도

부부들의 주관적인 결혼만족도 측정을 위해 Roach가 고안하고 이인수와 유영주(1986)가 번안, 축약한 Marital Satisfaction Scale(MSS)를 사용하였다. MSS는 원래 Roach가 만들 당시 총 73

2) 최근 3년간 P/E 상담은 거의 하고 있지 않아 실질적 경험은 3년에 가깝다고 볼 수 있음.

문항이던 것을 Bowden이 문항 변별도가 높은 48문항을 재구성하였다(Roach, Frazier & Bowden, 1981). 이것을 이인수와 유영주(1986)가 38문항으로 축약하였으며 축약된 척도의 신뢰도(Cronbach's alpha)는 .95였다. 점수 총점의 범위는 48점에서 240점이고, 점수가 높을수록 주관적 결혼만족이 높은 것을 의미한다. 본 연구의 사전-사후-추후검사에서의 신뢰도(Cronbach's alpha)는 .91~.92로 나타났다.

3) 역기능적 의사소통 유형 척도

부부들의 의사소통 양식의 변화를 알아보기 위해 Gottman의 역기능적 의사소통 유형 척도를 사용하였다. 본 연구에서 사용한 척도는 Gottman의 척도를 김수연과 김득성(2001)이 번안한 것으로 네 개의 하위 척도인 비난 9문항, 경멸 12문항, 방어 11문항, 냉담 6문항으로 구성되어 있다. 5점 리커트(Likert) 척도로 김수연과 김득성(2001)의 연구에서 내적일관성 신뢰도는 비난이 .75, 경멸이 .90, 방어가 .80, 냉담이 .78이었다. 본 연구의 사전-사후-추후 검사에서의 신뢰도(Cronbach's alpha)는 비난이 .56~.68, 경멸이 .78~.84, 방어가 .63~.80, 냉담이 .61~.81로 나타났다. 역기능적 의사소통 점수 총점의 범위는 비난이 9점에서 45점, 경멸이 12점에서 60점, 방어가 11점에서 55점, 냉담이 6점에서 30점이다. 점수가 높을수록 의사소통 유형이 역기능적이라는 것을 의미한다.

4) 질적 자료 측정도구

본 연구에서는 회기별 내담자 피드백과 사후 및 추후 면접을 위해 선행연구(Williams Edwards, Patterson, & Chamow, 2019)를 참고하고 연구자들의 논의를 통해 질문목록을 구성하였다.

(1) 회기경험 질문목록

매 회기 종료시 회기경험에 대한 내담자의 응답을 얻기 위해 회기에서 도움이 된 점, 아쉬운 점, 상담을 통해 자신과 배우자에 대한 이해가 어떻게 변화하였는지 등 4문항의 서술형 질문지를 사용하였다. 질문지는 서면으로 제공되어 각 배우자가 독립적으로 서술형의 응답을 하였다.

(2) 사후면접 질문목록

4회기 상담 이후 사후면접 질문내용은, 상담 후의 변화, 상담을 통해 나와 배우자를 이해한 점, 상담 중에 힘들었거나 아쉬운 점, 상담에 대한 전체적인 느낌, P/E보고서를 처음 받았을 때의 느낌과 커플유형 결과를 받았을 때의 느낌(마지막 두 문항은 P/E상담 집단에만 적용) 등이다.

(3) 추후면접 질문목록

상담종료 6주 후 진행된 추후면접에서는 상담 후의 변화, 상담이 도움이 된 점, 상담 이후 변화가 지속된 이유, 6주가 지난 후 상담에서 가장 기억에 남는 사건과 순간 등이 질문되었다.

4. 분석 방법

1) 양적 자료 분석

P/E상담 집단과 통합적상담 집단의 사전동질성 검사와 집단 간 비교 및 사전-사후-추후검증에서의 집단 내 변화량에 대한 통계적 검증을 위해 독립표본 t 검증과 대응표본 t 검증을 실시하였다. 본 연구의 표본수가 실험 및 비교집단 각각 12명씩으로 소수인 관계로, Kolmogorov-Smirnov 검증으로 표본의 정규성이

검증됨을 확인하고 모수통계인 t 검증을 실시하였다.

2) 질적 자료 분석

질적 자료는 내용분석 및 합의적 질적 연구 방법(Consensual Qualitative Research: CQR)을 원용하여 분석되었다. CQR은 다른 질적 연구 방법보다 구조화되어 있어 참여자의 시각과 경험, 다양한 조망을 포괄할 수 있는 질적 방법의 장점을 취하면서도 자료 분석 과정에서 발생하는 객관성 결여의 문제를 보완할 수 있는 방법이다(Hill, 2016). 또한, 본 연구의 질적 자료는 현상학이나 내러티브 방법에서 추구하는 화자의 심층적인 의미 세계를 탐색하기 위한 목적의 자료는 아니라고 보아 본 연구의 질적 자료의 분석방법으로 채택되었다.

분석에 사용된 질적 자료는 회기별 평가질문지와 사후 및 추후 면접 축어록이었으나, 이외에도 상담자가 작성한 회기 기록지, 매 회기 상담 축어록 등이 참고자료로 활용되어 자료의 삼각화를 도모하였다. 연구자들은 상담회기 안에 이루어진 내용에 대해 잘 알고 있는 상태에서 이상의 질적 자료를 분석하였다. 합의적 질적 연구방법을 원용한 질적 자료 분석에는 질적 연구 워크샵을 40시간 이상하고 박사과정에서 임상연구방법론을 수강한 주연구자와, 여러 편의 질적 연구를 출판한 경험을 가진 공동연구자, 그리고 질적 연구 수행경험이 있는 1명의 외부 연구자가 상호검점하며 공동으로 분석하였다.

반구조화된 질문지를 활용하여 수집된 본 연구의 질적 자료는 ‘측정도구’ 영역에서 제시된 질문을 통해 영역이 나뉘어져 있었기 때문에 분석 시에는 그 영역을 그대로 활용하면서 (예. 회기별 평가지에서 “회기에서 도움이 된

점은 무엇인가?”라는 질문에 대한 응답은 처음부터 ‘상담의 도움 된 점’이라는 항목으로 분류하여 분석함) 그 안에서 핵심개념 도출을 하고 교차분석을 하는 순서로 분석이 진행되었다(Hill, 2016). 핵심개념 도출시 연구자 3인이 함께 모여 2사례에 대해 전사된 면담자료를 읽고 코딩하면서 합의과정을 통하여 핵심개념을 도출하였고 나머지 사례는 주연구자에 의해 코딩과 핵심개념 도출이 이루어졌다. 이후 연구자들이 도출된 핵심개념을 교차적으로 검토하며 변경 및 통합하는 과정을 거쳤으며, 몇 개의 핵심개념에 대해 교차분석을 실시하였고, 나머지 핵심개념에 대한 교차분석은 주연구자에 의해 이루어졌다. 회기평가질문지는 내담자에 의해 작성된 내용이 많지 않았기 때문에 간단한 내용분석을 통해 핵심개념을 도출하여 교차분석을 하였다. 이후 분석된 결과에 대해 연구자들이 재검토하여 원자료와 다시 대조, 검토하는 피드백 작업을 여러 차례 거쳐 분석을 완료하였다.

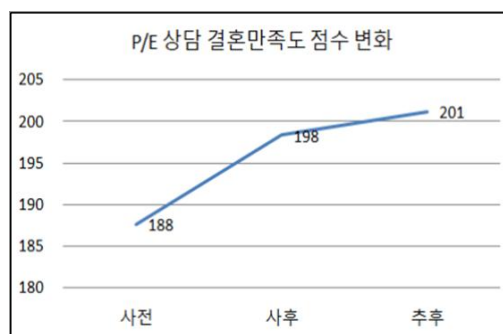
IV. 연구결과

1. 양 모델에 대한 부부상담의 효과 비교

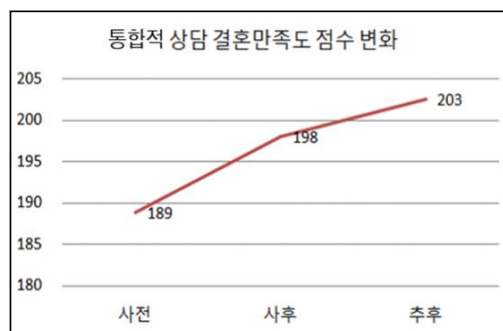
1) 사후 및 추후 척도 점수의 집단 내 차이 검증

표 4에서는 실험집단 및 비교집단 참가자들의 사전검사 점수와 4회기의 상담을 받은 직후의 사후점수, 종결 후 6주에 측정한 추후점수 평균과, 사전-사후의 차이 그리고 사전-추후검사점수의 차이에 대한 대응표본 t 검증 결과가 제시되어 있다. 결과를 보면 결혼만족도의 경우 두 집단 모두에서 사후에 유의미한

상승을 보여주고 있고 t 값의 증가 등을 볼 때 6주 후 그 변화는 더 분명하게 나타나는 경향이 나타나, 두 집단 모두 부부상담을 통해 주관적 결혼만족도가 상승하고 그것이 유지되고 있음을 볼 수 있다(그림 1과 2 참고).



(그림 1) P/E 부부 상담의 결혼만족도 점수 변화



(그림 2) 통합적 부부 상담의 결혼만족도 점수 변화

한편 역기능적 의사소통의 경우, P/E 집단에서는 사후에 “경멸”과 “방어” 의사소통이 유의미한 감소를 나타냈고 그 변화가 추후에도 지속되고 있으며, 사후시점에는 유의미하지 않았던 “비난” 의사소통의 감소가 6주 후에 나타남으로써, P/E 상담을 통한 구체적인 의사소통 개선이 점성적인 효과를 나타내고 있음을 시사한다. 반면, 통합적 부부상담을 한 비교집단의 경우 사후검사에서 “방어” 의사소

〈표 4〉 P/E 상담과 통합적 부부 상담의 사전-사후-추후 점수 차이 검증

변인	집단	개별 상담			t_1	t_2
		사전 $M(SD)$	사후 $M(SD)$	추후 $M(SD)$		
결혼만족도	P/E($n=12$)	187.25 (17.87)	198.08 (14.68)	200.92 (14.59)	2.56*	3.25**
	통합($n=12$)	188.58 (18.91)	197.75 (12.89)	202.42 (15.48)	2.47*	3.10*
비난	P/E($n=12$)	26.17 (5.06)	24.42 (4.14)	23.33 (3.43)	-1.47	-2.86*
	통합($n=12$)	25.25 (4.33)	26.08 (3.56)	23.67 (4.74)	0.81	-1.16
경멸	P/E($n=12$)	27.08 (4.68)	23.92 (3.79)	22.17 (5.00)	-2.90*	-3.41**
	통합($n=12$)	27.00 (8.79)	26.75 (3.98)	23.25 (8.18)	-0.22	-1.59
역기능적 의사소통 유형	P/E($n=12$)	31.92 (4.64)	28.58 (4.71)	27.67 (5.03)	-2.36*	-2.91*
	통합($n=12$)	31.42 (5.33)	28.75 (3.63)	27.50 (6.35)	-2.55*	-2.14
냉담	P/E($n=12$)	15.08 (4.80)	13.92 (3.97)	12.92 (4.53)	-1.02	-1.66
	통합($n=12$)	14.83 (4.65)	16.08 (3.62)	13.58 (4.67)	1.20	-0.93

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$, t_1 사전-사후 검사 비교, t_2 사전-추후 검사 비교

통의 감소만 유의미하게 나타났으며, 6주 후에는 그 변화가 유의미하게 유지되지 못하였다.

2) 사후 및 추후 척도 점수의 집단 간 차이 검증

이러한 양 집단 내에서 나타나는 변화량에 서의 미묘한 차이에 대해 집단 간 차이가 있는지를 독립표본 t 검증을 통해 알아보았다. 표

5에는 결혼만족도와 역기능적 의사소통 점수로 측정된 양 집단의 사후 및 추후검사 결과를 P/E상담 집단과 통합부부상담 집단 간에 비교하는 독립표본 t 검증 결과가 제시되어 있다. 표 5에서 제시된 바와 같이 사후검사와 추후검사에서 나타난 결혼만족도와 역기능적 의사소통 점수는 양 집단 간에 통계적으로 유의미한 차이를 전혀 나타내지 않았다. 즉, 사

〈표 5〉 P/E 상담과 통합적 부부 상담 집단 간 사후 및 추후검사 점수의 차이 검증

변인	사후검사			추후검사		
	P/E	통합	<i>t</i> *	P/E	통합	<i>t</i> *
결혼만족도	198.08 (14.68)	197.75 (12.89)	.78	200.92 (14.59)	202.42 (15.48)	-.30
역기능적 의사소통 유형	비난 (4.14)	24.42 (3.56)	-73	23.33 (3.43)	23.67 (4.74)	-.15
	경멸 (3.79)	23.92 (3.98)	-1.02	22.17 (5.00)	23.25 (8.18)	-.39
	방어 (4.71)	28.58 (3.63)	-.08	27.67 (5.03)	27.50 (6.35)	.06
	냉담 (3.97)	13.92 (3.62)	-1.37	12.92 (4.53)	13.58 (4.67)	-.33

*제시된 *t*값은 모두 $p > .10$ 수준임

전검사 뿐 아니라 사후, 추후검사에서도 두 집단은 유사한 결과를 나타내고 있음을 말한다.

이와 같은 결과를 요약하면, 집단 내 분석을 통해 역기능적 의사소통의 감소 추이가 P/E 상담 집단이 구체적인 의사소통 유형의 개선에서 통합적 부부상담 집단보다 보다 분명한 효과를 나타내고 있다고 볼 수 있으나, 이러한 차이가 유의미한 집단 간 차이로 나타나는 것은 아님을 알 수 있다. 즉, 양 모델 간에 결혼만족과 역기능적 의사소통의 변화를 통해 측정된 성과에 있어서는 유의미한 차이가 없다고 해석할 수 있다.

2. 질적 자료 분석

1) P/E 상담과 통합적 부부 상담의 회기별 평가지 분석

내담자가 서면으로 작성한 회기별 평가지의 각 질문별 응답을 CQR방법으로 분석한 결과

가 표 6과 표 7에 제시되어 있다. 상담에서 도움 된 점으로 P/E 상담은 1회기에 ‘구체적인 문제인식이 되었다’, ‘검사 보고서가 도움이 되었다’는 응답이 많았고, 2회기는 ‘배우자가 원하는 것을 알게됨’이 가장 두드러졌다. 3회기에는 ‘문제와 해결방법’ ‘노력의 필요 인식’ 등의 도움을, 4회기에는 ‘실제적 적용이 된다’는 도움을 언급하였다. 한편, 가계도 탐색을 1회기에 한 통합적 상담에서는 1회기에 ‘원가족 탐색’이 도움이 된다는 응답이 많이 나타났고, 2, 3회기는 ‘나를 알게됨’, ‘더 알고 이해됨’, ‘문제 인식’ 등 나와 상대에 대한 이해와 문제본질에 대한 이해가 깊어지는 도움을 받았다고 보고한다. 4회기에는 ‘이해와 수용’ 및 ‘갈등해결’에 상담이 도움이 되었음을 말하고 있다.

상담의 아쉬운 점에 대한 응답은 ‘없다’는 경우가 매 회기 가장 많은 응답으로 나타나 상담에 대한 만족도가 높았음을 알 수 있다.

〈표 6〉 P/E 상담과 통합적 부부 상담의 회기평가지 분석: 도움 된 점과 아쉬운 점 (응답사례빈도)

질문	구분	1회기	2회기	3회기	4회기
상담의 도움 된 점	P/E	구체적 문제인식(8) 검사보고서(6) 배우자 알게 됨(2) 미래의 방향(2)	배우자 원하는 것 알게 됨(9) 표현의 필요성(5) 차이 인식(4)	문제와 해결방법 알게 됨(8) 노력 필요 인식(6) 배우자 알게 됨(4)	실제적 적용(9) 배우자 이해(5) 원가족 이해(3)
		원가족 탐색(9) 부부관계 탐색(5) 나를 알게 됨(4)	나를 알게 됨(6) 서로의 상처인식(4) 격려의 필요성(4) 내면 탐색(2)	더 알고 이해됨(7) 문제 인식(6) 배우자 원하는 것 알게 됨(4)	이해와 수용(7) 갈등해결(6) 변화 탐색(4)
	통합	없음(7) 시간 부족함(3) 결과 예상과 다름(2)	없음(6) 시간 부족함(4) 따라가기 어려움(2)	없음(8) 시간 부족함(3) 무응답(1)	상담 더하고 싶음(5) 시간 부족함(4) 없음(3)
		없음(8) 자기노출 불편함(2) 시간이 부족함(2)	없음(6) 무응답(4) 다 좋았음(1) 깨달음 잊어버림(1)	없음(7) 무응답(3) 내면보는 것 불편(2)	없음(7) 무응답(2) 상담 더하고 싶음(2) 시간 부족함(1)

주) P/E 상담(n=12), 통합적 부부 상담(n=12)

〈표 7〉 P/E 상담과 통합적 부부 상담의 회기평가지 분석: 자기이해와 배우자이해 (응답사례빈도)

질문	구분	1회기	2회기	3회기	4회기
상담 통한 자기 이해	P/E	기질과 성향(8) 부족함 인식(4) 걱정을 알게 됨(2) 결혼 유익 인식(1) 잘 모르겠음(1)	나의 부족함 인식(7) 원가족 영향(3) 애정표현 이해함(3)	나의 노력이 필요함(9) 문제 이해함(5) 관계 개선의기쁨(1) 양육/출산의걱정(1)	구체적 노력방향 인식(8) 나의 어려움 알게 됨(6) 원가족 영향(2) 소망을 발견함(2)
		나를 알게 됨(9) 원가족 상처(5) 시댁 힘들어함(2)	나를 알게 됨(10) 걱정을 알게 됨(4) 원가족의 영향(2)	미해결 감정(7) 부족함 인식(6) 힘든 것 인식(3) 갈망을 알게 됨(2)	나 자신 이해함(3) 원하는 것 인식(4) 원가족 영향(2) 상처를 이해함(2)
	통합	갈등에 대한 이해(7) 배우자 알게 됨(6)	원하는 것 인식(7) 방법을 알게 됨(5) 기질과 성향(3) 배려를 알게 됨(3) 돌봄 필요함(2)	원가족 이해(5) 감정 나눌 수 있음(3) 돌봄 필요함(3) 함께 노력해야 함(3) 두려움의 원인(1)	서로 다름 이해(5) 서로 노력 필요함(4) 신뢰하게 됨(3) 마음을 알게 됨(2)
		배우자 원가족(8) 감정 이해(6)	문제를 알게 됨(5) 표현의 중요성(5) 행동이 이해됨(4) 배려를 알게 됨(3)	상처를 이해함(7) 힘든 점을 인식(6) 서로 다름 이해(4) 소통의 필요성(2) 감정을 이해함(1)	어려움 이해함(4) 신뢰하게 됨(3) 서로 다름 이해(3) 원하는 것 인식(1)

주) P/E 상담(n=12), 통합적 부부 상담(n=12),

빈도가 11~12사례인 경우 '일반적', 6~10 사례인 경우 '전형적', 2~5사례인 경우 '변동적' 범주로 분류할 수 있음 (Hill, 2016)

P/E 상담에서는 시간부족이 매 회기 3-4회 언급되어 워크북 중심의 부부 상담에 90분이 부족할 가능성과, 특히 4회기에 ‘상담 더하고 싶음’이 5회나 언급된 것을 고려할 때 P/E 프로그램의 접근방식이 내담자들의 상담동기를 강하게 유발하는 측면이 있음을 볼 수 있다. 한편, 통합적 상담에서는 이 질문에 대해 무응답과 ‘자기노출의 불편’ ‘내면 보는 것의 불편’이 다소 특징적으로 나타나고 있는데, 이는 단기 예방적 상담에서 자신의 내면과 원가족 등을 탐색하는 작업이 부담스러웠던 사례가 있었음을 보여준다고 해석될 수 있겠다.

상담을 통해 자신을 이해한 부분으로 P/E 상담은 1회기에 ‘자신의 기질과 성향을 알게 된 것’ 2회기에 ‘나의 부족함을 인식한 것’ 그리고 3회기에 ‘나의 노력이 필요함’을 4회기에는 ‘구체적으로 무엇을 노력해야 하는지 인식함’과 ‘어떤 부분에 어려움이 있는지 알게 됨’이 빈번히 보고되었다. 통합적 부부 상담 집단에서는 1~2회기 모두 ‘나를 알게 됨’이 가장 빈번하게 나타났고, 3회기에 ‘미해결 감정’과 ‘나의 부족함 인식’이 빈번한 응답으로 나타났고 4회기에는 ‘원하는 것 인식’ ‘나 자신을 이해함’과 같은 보다 심도 있는 자기 이해가 나타나고 있음을 볼 수 있다.

P/E 상담이 구체적인 자기이해가 전반부에 일어나고 후반에는 자신의 노력방향을 구체적으로 알게 되는 것과 달리, 통합적 부부 상담은 실생활에서의 노력의 구체적인 방향에 대한 인식은 별로 나타나지 않았으나, 전반적인 자기이해가 후반으로 가면서 보다 심화되고 상대 수용으로 확장되는 것을 볼 수 있었다.

배우자를 이해한 부분으로 P/E 상담은 1회기에 이미 ‘갈등에 대해 이해’하고 ‘배우자를 알게 됨’이라는 응답이 빈번히 나타났고, 2회기

에는 ‘배우자가 원하는 것 인식’, 그리고 3-4회기에는 워크북의 흐름에 따라 배우자의 다양한 욕구와 기대, 성향 등을 이해해나가는 것을 볼 수 있다. 통합적 부부 상담의 경우 1회기에 가계도를 통한 ‘배우자 원가족’과 ‘감정 이해’가 강하게 나타났으며 이후 회기 동안 3회기의 ‘상처를 이해함’, ‘힘든 점을 인식’ 하는 것과 같이 점차 배우자의 내면의 어려움과 서로 간의 차이를 이해하게 된 것으로 보여진다(표 7 참고). 양 집단 모두에서, 그리고 자기 이해와 배우자 이해 모두에서 ‘원가족 영향’ ‘배우자 원가족 이해’ 등 원가족에 대한 이해가 매 회기 주요 범주로 등장하고 있는 점이 주목된다.

2) P/E 상담과 통합적 부부 상담의 사후면접 결과분석

사후면접에서는 부부 당 15-30분 정도의 반구조화된 면접이 진행되었으며 동일 문항에 대해 부부 각자가 자신의 의견을 말함으로써 분석시 개인별 분석을 하였다. 면접 내용에 대한 축어록을 합의적 질적 연구방법을 원용하여 분석하였으며, 질문 자체가 이미 영역을 나누게 되어 ‘상담 후의 변화’, ‘상담을 통해 나와 배우자를 이해한 점’, ‘상담 중에 힘들었거나 아쉬운 점’, ‘상담에 대한 전체적인 느낌’, ‘P/E 보고서에 대한 느낌’ ‘커플유형에 대한 느낌’ 등의 6개의 영역을 그대로 사용하였다. 분석결과, P/E 상담은 19개, 통합적 부부 상담은 12개의 범주 및 빈도가 도출되었고, 그 결과는 표 8과 같다.

상담 후의 변화 영역에서 P/E 상담집단은 ‘구체적인 행동의 변화가 생김’이, 통합적 부부 상담집단은 ‘나와 배우자를 이해하게 됨’이 가장 전형성이 강한 응답이었다.

〈표 8〉 P/E 상담과 통합적 부부 상담의 상담 사후 인터뷰 결과 생성된 범주 및 응답사례빈도

영역	구분	범주	빈도
상담후의 변화	P/E	구체적인 행동의 변화가 생김	(9)
		더 대화하게 됨	(6)
	통합	나와 배우자를 이해하게 됨	(8)
		긍정적 변화가 나타남	(5)
상담을 통해 나와 배우자를 이해한 점	P/E	해결방법을 알게 됨	(9)
		나와 배우자를 구체적으로 이해하게 됨	(7)
	통합	살아온 환경과 원가족을 이해하게 됨	(9)
		배우자에 대해 알게 됨	(6)
		어떻게 도울지 고민하게 됨	(2)
상담 중에 힘들었거나 아쉬운 점	P/E	회기가 짧아 아쉬움	(6)
		힘들었거나 아쉬움 없음	(3)
		과제를 연습하는 것의 어려움	(3)
		워크북의 다른 부분 더 해보고 싶음	(2)
	통합	직면의 어려움	(5)
		힘들었거나 아쉬움 없음	(3)
		회기가 짧아 아쉬움	(3)
		깨달은 것 잘 실천하지 못함	(2)
상담에 대한 전체적인 느낌	P/E	편안한 느낌	(5)
		문제에 대한 구체적인 접근과 해결	(5)
		도움이 되는 시간	(4)
		이해와 성장의 시간	(2)
	통합	편안하고 따뜻함	(10)
		상담의 중요성을 알게 됨	(3)
		중재의 느낌	(2)
P/E 보고서 처음 보았을 때의 느낌	P/E	결과가 생각과 달라 당황함	(7)
		자세하고 재미있었음	(3)
		결과가 예상과 같음	(2)
		결과가 안 좋아 속상함	(2)
P/E 보고서 커플유형의 느낌	P/E	문제를 구체적으로 알 수 있어 도움 됨	(9)
		점수가 잘 나와 안도함	(2)
		점수가 낮게 나와 의외라고 생각함	(2)

주) P/E 상담(n=12), 통합적 부부 상담(n=12),

빈도가 11~12사례인 경우 ‘일반적’, 6~10 사례인 경우 ‘전형적’, 2~5사례인 경우 ‘변동적’ 범주로 분류할 수 있음(Hill, 2016).

“둘 사이에서 해결 안 되던 것이 상담의 도움을 받아 대화를 서로 하게 되고 문제를 해결하게 되었어요.” (P/E 상담: 5번 남편)

“아내가 무엇을 좋아하고 무엇을 싫어하는 이유와 아내의 원가족에 대해 그동안 잘 이해되지 못하는 부분을 이해하게 되었어요.” (통합 상담: 9번 남편)

상담을 통해 나와 배우자를 이해한 점이 무엇인지에 대한 영역에서 P/E 상담집단의 경우, ‘해결방법을 알게’ 되고 ‘구체적으로 이해’하게 되었다는 응답이 전형적이었지만, 통합적 부부 상담 집단에서는 ‘살아온 환경과 원가족을 이해’하게 된 점이 가장 두드러지게 나타났다.

“부모님과의 관계에서의 우리의 스트레스를 구체적으로 알 수 있었고, 문제점을 알았으니 해결방안을 생각할 수 있었어요.” (P/E 상담: 2번 남편)

“아내의 이야기들을 상담을 통해 다양하게 듣고 가계도를 탐색하니까 아내의 성격과 원가족의 영향을 이해하게 되었어요.” (통합 상담: 7번 남편)

상담 중 힘들었거나 아쉬운 점에 대하여 P/E 상담에서는 ‘회기가 짧아 아쉬운 것’이 두드러졌으나, 통합적 부부 상담에서는 ‘직면의 어려움’이 대두되었다.

“상담 시간이 너무 빨리 흘러가서 아쉽고 다양한 주제를 더 해보고 싶어요.” (P/E

상담: 2번 아내)

“힘들었던 것은 그동안 잘 모르던 마음을 계속 들춰내고 봐야한다는 것이었어요.” (통합 상담: 8번 남편)

상담에 대한 전체적인 느낌에서 전형적인 응답은 통합적 부부 상담집단에서의 ‘편안하고 따뜻함’이라는 응답으로, 통합적 부부 상담집단은 직면의 어려움을 극복할만한 상담동맹의 중요성이 더욱 부각되는 동시에, 검사지나 워크북 없이 대화에만 의존하는 상담에서 상담의 따뜻한 분위기가 중요하게 부각됨을 알 수 있다.

“마음이 편안해지고 해결하기 어려운 우리의 이야기를 들어주고 공감하는 전문가가 있는 것이 좋았어요.” (P/E 상담: 4번 남편)

“전체적으로 편안하고 따뜻했어요. 상담 선생님의 공감과 지지가 감동적이었어요.” (통합 상담: 12번 남편)

P/E 상담 집단에게만 P/E 보고서를 보았을 때와 커플유형을 알게 되었을 때의 느낌을 물었는데, ‘결과가 생각과 달라 당황하였다’는 응답과 ‘문제를 구체적으로 알 수 있어 도움이 되었다’는 응답이 전형적으로 나타나, 검사보고서가 내담자에게 미친 양면적인 영향을 볼 수 있었다.

“아내와 성향이 비슷하고 결과가 잘 나올 줄 알았으나 완전 다른 결과가 나와서 의외였고 당황스러웠어요.” (P/E 상

담: 1번 남편)

“보고서를 통해 어디가 문제가 있는지 구체적으로 알 수 있어 문제를 구체적으로 파고 들어갈 수 있었어요.” (P/E 상담: 5번 남편)

4) P/E 상담과 통합적 부부 상담 종료 6주 후 면접 결과분석

상담 종료 6주 후 다시 각 부부를 방문하여 15-30분 정도의 면접을 진행하여 합의적 질적 분석을 시행한 결과는 다음과 같다. 역시 반 구조화된 질문이 제시된 것에 따라 영역을 설정하였으며 각 영역은 ‘상담 후의 변화’, ‘상

〈표 9〉 P/E 상담과 통합적 부부 상담의 상담 추후 인터뷰 결과 생성된 범주 및 응답사례빈도

영역	구분	범주	빈도
상담후의 변화	P/E	문제를 해결하게 됨	(10)
		구체적인 행동의 변화가 생김	(5)
		서로를 이해하게 됨	(2)
	통합	배우자를 이해하게 됨	(8)
		구체적인 행동의 변화가 생김	(2)
		대화를 하게 됨	(2)
상담의 도움된 점	P/E	현실을 직시하게 됨	(2)
		문제를 구체적으로 알아 노력하게 됨	(9)
		이해하게 되니 행동이 바뀜	(4)
	통합	더 이해하게 됨	(8)
		상담을 통해 노력하고 변화하게 됨	(5)
상담 이후 변화 지속된 이유	P/E	방법을 알게 되어 하게 됨	(10)
		이해하게 되니 변화가 지속됨	(3)
		이해하게 되니 변화가 지속됨	(7)
	통합	자연스럽게 노력하게 됨	(3)
		상담사의 지지와 격려	(2)
6주가 지난 후 상담에서 가장 기억에 남는 사건과 순간	P/E	상담을 통한 구체적인 변화가 나타남	(8)
		상담자의 존재와 상담의 경험	(4)
		힘들었던 감정을 알아차린 순간	(3)
	통합	따뜻한 상담의 경험	(4)
		갈등이 해결된 것	(4)
		원가족 탐색과 이해	(3)
		서로 다름의 이해	(2)

주) P/E 상담(n=12), 통합적 부부 상담(n=12), 일반적(12~11사례) 전형적(6~10사례) 변동적(1~5사례)

담의 도움 된 점’, ‘상담 이후 변화가 지속된 이유’, ‘6주가 지난 후 상담에서 가장 기억에 남는 사건과 순간’ 등 4개의 영역이다. 분석결과 P/E 상담은 10개, 통합적 부부 상담은 13개의 범주가 도출되었으며 교차분석을 통해 각 범주별 사례 빈도가 도출되었고, 표 9와 같다.

상담 후 6주간 어떤 변화가 있었는지에 대한 질문에 P/E 상담집단에서는 ‘문제를 해결하게 됨’이, 통합적 부부집단에서는 ‘배우자를 이해하게 됨’이 전형적으로 나타난 응답이었다.

“예전에는 문제가 생기면 서로 상대방을 설득하고 끝까지 물고 늘어졌는데 상담을 통해 연습한대로 문제가 생기면 잠시 멈췄다가 서로 생각을 나누고 존중해서 오래된 문제가 해결되었어요.” (P/E 상담: 1번 남편)

“남편이 언어에 엄청 민감한 사람인 것을 이해하게 되었어요. 이해하게 되니 욕하고 올라와도 제가 조심하게 되더라고요.” (통합 상담: 7번 아내)

상담이 6주가 지난 시점에는 어떤 부분에서 도움이 된 것 같은지 물었을 때, P/E 상담 집단에서는 ‘문제를 구체적으로 알아 노력하게 된 것’이, 통합적 부부 상담집단에서는 ‘더 이해하게 된 것’이 전형적 응답으로 나타났고, ‘이해하게 되니 변화가 지속됨’이라는 응답이 변동적으로 나타났다.

“그동안 문제를 잘 몰라서 못했던 부분들이 검사보고서와 상담을 통해 문제를 구체적으로 알아 노력하게 되었어요.” (P/E

상담: 1번 아내)

“남편을 더 이해하게 되었어요. 나와 다른 점을 알게 되니 싸우지 않고 기다리게 되었어요.” (통합 상담: 8번 아내)

상담 이후에도 변화가 지속된 이유에 대해서는 P/E 상담 집단의 경우 ‘방법을 알게 되어 하게 됨’이 전형적으로 나타났고, 통합적 부부 상담집단에서는 ‘자연스럽게 노력하게 됨’이 전형적 응답으로 나타났다.

“상담에서 저희에게 어려웠던 문제들을 꺼내놓고 방법을 찾아 보니까 특별히 노력하지 않아도 그 방법대로 하니 갈등이 사라지게 되었어요.” (P/E 상담: 4번 남편)

“아내에게 가장 중요한 것이 무엇인지 알고 이해하게 되니 원하는 것을 해주기 위해 변화를 지속하게 되었어요.” (통합 상담: 8번 남편)

돌이켜볼 때 상담에서 가장 기억에 남는 사건과 순간은 무엇인지 물었을 때, P/E 상담집단에서는 ‘상담을 통한 구체적인 변화가 나타난 것’이 전형적 응답이었으며, 통합적 부부 상담에서는 ‘따뜻한 상담의 경험’ 등이 변동적으로 나타났다.

“상담을 통해 결혼을 인식하게 되니 이전에는 남편이 원하는 역할들을 하기 싫었는데 이제는 행동의 변화가 어렵지 않고 자연스럽게 받아들이게 되고 남편이 원하는 것을 구체적으로 해주게 되었어요.” (P/E 상담: 4번 아내)

“상담이 너무 따뜻하고 강렬해서 기억이 많이 남고 기억하는 것만큼 살려고 노력하게 되었어요.” (통합 상담: 12번 아내)

이와 같은 사후 및 추후 면접 결과를 통해, P/E 상담에서는 해결방법을 알고, 구체적으로 이해하게 되어 추후까지 노력하게 되었다는 응답이 많았던 반면, 통합적 부부상담 집단에서는 상담자와의 따뜻한 관계, 상대의 원가족과 욕구에 대한 이해, 그리고 상대에 대한 이해에 기초한 변화의 지속이 빈번히 언급된 주제였음을 알 수 있다. 반면, P/E상담 집단의 경우 검사결과를 직면할 때의 당황스러움, 상담동기의 상승에 비해 4회기라는 시간의 부족함이 한계로 지적된 반면, 통합적 부부상담에서는 가계도 등을 통해 드러나는 자기 문제에 대한 직면의 어려움이 불편함으로 지적되고 있었다.

V. 결론 및 논의

본 연구는 신혼기의 예방적 부부상담에서 PREPARE/ENRICH-CV(P/E)를 활용한 상담의 효과를 통합적 부부 상담과 비교하여 양 모델의 효과와 내담자 경험을 비교하고자 하였다. 연구결과를 요약하면, 양적 효과성 검증 결과, 집단 내 분석에서는 P/E 부부상담과 통합적 부부상담 모두 사후검사를 통해 유의미한 결혼만족도의 향상을 나타냈고 그것이 상담종료 6주 후까지 지속되는 것으로 나타났지만, 역기능적 의사소통 감소에 있어서는 P/E 상담집단에서 보다 분명한 변화가 나타나고 유지되는 것으로 나타났다. 그러나 사후 및 추후검사 점수에 대한 집단 간 분석에서 두 집단 간

에 유의미한 차이가 나타나지 않아, 결혼만족이나 역기능적 의사소통에 미치는 양 모델의 효과에 차이가 없는 것으로 해석된다.

회기별 변화과정 및 사후, 추후면접에서 나타난 내담자들의 변화경험에 대한 분석 결과, P/E 상담은 사정도구를 활용함으로써 문제인식이 구체적으로 일어나며 이것이 비갈등 신혼기 부부의 상담동기를 높이고 상담자를 신뢰하는 요인으로 작용한 것으로 나타났다. 또한, 워크북을 활용함으로써 의사소통 및 문제해결방법을 구체적으로 습득해나가면서 이것이 실질적인 행동변화로 이어지고 있는 것으로 나타났다. P/E 상담 내담자들 대부분이 4회기 말미에 부부관계에 대한 교육/상담의 동기가 높아지는 것도 비교적 분명하게 관찰되었다. 그러나 배우고 싶은 다양한 주제들을 다루기에는 시간이 부족하였다는 경험이 다수 보고되었다.

한편, 통합적 부부상담 집단의 경우, 특히 가계도 탐색을 통한 자신과 배우자의 원가족 이해를 통해 자신과 배우자, 그리고 결혼문제에 대한 이해와 통찰력이 증가하였으며, 상담자와의 친밀하고 따뜻한 관계경험, 상대를 이해하기 때문에 변화를 시작하고, 유지하게 되는 상담 경험을 하고 있는 것으로 보고되었다. 통합적 부부상담 집단의 경우 의사소통이나 갈등해결 등의 방법에 대한 구체화된 지도나 연습은 부족했을 수 있으나, 더 많은 시간을 이해, 통찰, 수용에 할애함으로써 4회기 안에도 관계에 임하는 부부의 태도를 변화시키는 심도 있는 접근이 가능함을 보여주었다.

이러한 결과에 대해 먼저 주목할 것은, 본 연구의 두 집단 모두 4회기라는 단기간에 결혼만족도의 상승을 확실하게 나타냈다는 부분이다. 이는 적용모델에 관계없이 예방적 차원

에서 이루어지는 신혼기 부부의 단기상담이 매우 효과적임을 시사한다. 연구 참여자들은 사전 결혼만족도 점수 평균이 188점으로 선행연구(이인수, 유영주, 1986)의 결혼 7년 이내 남녀의 평균점수가 181점이었던 것을 고려할 때 상대적으로 높은 점수였다. 즉, 이들은 평소 상담을 받을만한 필요를 느끼지 않던 보통 이상의 결혼만족을 구가하던 신혼부부들이었다. 그러나, 상담현장에서는 신혼기 적응에 어려움을 겪고 있는 다양한 문제들이 드러나게 되었고, 4회기의 단기 상담을 통해 효과적인 도움을 받고 있는 것을 볼 수 있었다. 이러한 본 연구의 결과는 신혼기의 예방적 부부상담이 얼마나 이후 부부관계를 건강하게 하는데 기여할 수 있는지를 보여주는 강력한 결과라고 할 수 있다. 특히 신혼기의 부부관계는 이후 가족체계의 근간이 되며, 다가올 출산 및 자녀양육기의 부모하위체계를 공고히 한다는 점에서 그 중요성이 크다.

둘째, 부부상담의 효과에서 모델의 차이가 미치는 영향이 크지 않을 가능성에 대한 것이다. 지금까지 부부상담의 성과연구를 정리해본 학자들은, 다양한 상담모델이 거의 비슷한 효과크기를 보인다는 것을 발견하였고 이러한 발견은 자연스럽게 부부상담의 공통요인에 대한 관심으로 이어지게 되었다(박우철, 2016; Sprenkle, Davis, & Lebow, 2013). 특정 모델이 가지는 독특성과 기여가 물론 있지만, 상담의 효과가 모델에 의해서만 결정되는 것이 아니라 상담자와 내담자의 역할, 즉 내담자가 어떤 특성을 가지고 있느냐, 그리고 상담자의 공감이나 회기구조화, 가족체계론적 기술, 인내심 등과 같은 부분이 어떠한지 등이 상담의 효과에 기여하는 부분이 크다는 것이다. 본 연구의 결과, 회기별 변화 및 사후와 추후 내

담자경험에 대한 인터뷰에서, 상담을 통해 변화에 도움이 되었던 부분으로 공통적으로 언급되는 단어는 “이해” “(나와 상대에 대해) 알게 됨” “(문제에 대한) 인식” 이라는 자기 내면 혹은 생각/관점의 변화 부분이었다. 또한, 상담이 “편안한 것” “도움이 되는 것” 이라는 느낌도 내담자들의 긍정적인 변화와 관련이 있는 것으로 해석된다. 이러한 요소들은 양 집단에서 공통적으로 나타나는 부분이었고 상담의 효과와 연결되고 있는 것으로 보인다.

다음은 신혼기 부부의 예방적 단기부부상담에 있어서 P/E 상담모델과 통합적 부부상담 모델 각각의 유용성은 무엇인지, 그리고 향후 타 모델과의 절충, 통합가능성은 어떠한지 등에 대한 논의이다.

첫째, P/E 상담모델은 P/E 검사 자체가 주는 긍정적 효과가 큰 것으로 보인다. 연구 참여자들은 P/E 검사결과에 직면하는 것이 다소 당황스러웠다는 응답을 하고 있지만 이를 능가할만한 긍정적 측면을 많이 보고하였다. 특히 젊고 부부관계 개선의 동기가 비교적 높은 신혼기 부부들은 그 검사과정과 결과를 통해 상담의 동기가 높아지고, 상담자에 대한 신뢰를 가지게 되며 문제인식을 구체적으로 하는데 도움이 되었다고 말하고 있다.

선행연구에서는 P/E 검사가 검사를 통해 내담부부에 대한 상담자의 다면적 이해가 용이하여 내담자와의 신뢰관계를 신속하게 만드는 효과가 있다고 보고 있는데, 흥미롭게도 이러한 검사결과에 기반한 신뢰경향은 남성에게서 더 나타난다고 한다(Larson, Vatter, Galbraith, Holman, & Stahmann, 2007). 부부상담 의뢰의 주체가 여전히 여성이 압도적으로 많은 현실에서, 상담초기에 남성의 참여 동기를 높이는 데 검사도구가 기여하고 있다는 것은 중요한

장점으로 볼 수 있다.

아울러, 검사를 받고 결과를 듣는 과정 자체에서 내담부부가 자신들의 문제를 인식하고 자성을 시작하게 되므로 P/E 검사는 비용효율이 높은 상담방법이라고 평가되고 있다(Olson, Olson, & Larson, 2012). 한 예로 Knutson과 Olson(2003)의 연구에서는 P/E 검사와 후속 4회기 상담을 한 집단, P/E 검사만 한 집단을 아무 것도 하지 않은 통제집단과 비교하였는데, 후속되는 상담을 받은 집단이 부부관계의 8개 하위영역에서의 향상 효과를 나타냈지만, 검사만 받은 집단도 3개 하위영역에서의 향상을 나타내, 아무 변화가 없는 통제집단과는 다른 차이를 나타냈다. 이러한 결과는 P/E 검사 자체가 이미 치료적 효과를 가지고 있음을 의미한다.

둘째, P/E 상담은 부부관계의 취약한 영역을 워크북 활용하여 집중적으로 다루되, 워크북에 제시된 활동(기록, 역할연습, 참고자료 읽기 등)을 따라가기 때문에, 이미 검사를 통해 변화 동기가 높아진 부부들에게 단기간에 높은 학습효과를 나타내는 것으로 보인다. P/E 상담은 검사결과에 기반하여 취약성이 있는 영역을 중심으로 워크북을 활용하여 구체적인 개입을 하게 된다. 워크북은 검사를 통해 “인식된 문제”에 대한 해결방법을 알려주며 과제 등을 통해 실천적 노력을 독려하는 효과가 있는 것으로 보인다. 상담의 효과와 도움이 된 점에 대하여 본 연구의 질적 자료들은 반복적으로 “구체적으로 알게 된다” “구체적인 해결방법을 얻는다” “노력을 하게 된다” 등과 같은 내담자의 경험을 보여주고 있다. “구체적”이라는 표현은 통합적 부부 상담집단 내담자에게서는 나타나지 않았다. 이러한 구체적인 방법은 P/E 검사를 통해 문제의식과 변화동기

가 생긴 상황에서 내담자들의 실천으로 이어질 가능성이 높다.

셋째, P/E 상담은 검사결과에 기초하여 워크북의 활동을 따라가다 보니 원가족 문제를 포함한 상대에 대한 보다 깊은 이해와 통찰은 부족할 수 있다는 제한점을 보여준다. P/E상담에서는 통합적 부부상담 집단에서 나타난 자신과 상대에 대한 깊은 이해, 상대방에 대한 수용 등 통합적 부부 상담에서 도움이 되고 변화의 요인이 되었다고 언급된 부분들은 나타나지 않았다.

한편 통합적 부부상담은 다음과 같은 강점과 변화기제를 가지는 것으로 사료된다. 첫째, 가계도를 통한 부부문제에 대한 다세대적 관점의 통찰이 신혼기 부부의 적응에서 상대에 대한 수용성을 증가시킨다는 점이다. 가계도 작업은 상대 배우자의 정서와 사고와 행동을 원가족과의 연관성 하에서 통찰할 수 있게 하므로 상대를 깊이 이해하고 수용하는데 도움이 되는데, 이러한 효과는 특히 배우자의 원가족에 대한 이해가 부족하고 확대가족과의 관계에 적응해 나가는 신혼기 부부에게 특히 유용한 것으로 보인다.

둘째, 통합적 부부상담은 도식화된 가이드라인이 없기 때문에 상담적 동맹형성을 위해 내담자와의 라포형성에 상담자가 보다 집중하여 내담자를 따라가게 되며, 이러한 상담자의 자세가 상담에 대한 긍정적 경험으로 이어지는 것으로 보인다. P/E 상담에서는 검사결과를 통해 내담자의 상담동기를 올리거나 상담자에 대한 신뢰가 형성되는 경향이 있어 상담자는 내담자와의 관계에 상대적으로 집중을 덜 하게 된다. 그러나 통합적 부부상담은 협력적 상담동맹 형성을 위해 상담자의 보다 집중된 노력이 필요한데, 이것이 결국 내담자와의 인

격적 관계로 이어지면서 자기와 타인에 대한 통찰과 수용으로 이어지는 상담의 효과를 증진시키는 것으로 보인다.

셋째, 통합적 부부 상담에서는 빙산탐색, 가족규칙 탐색, 의사소통과 갈등해결 방식 탐색 등 부부의 문제 인식과 통찰이 변화의 동기를 높이는 것으로 이해된다. 의사소통이나 갈등해결 등의 구체적인 방법을 다 익히지 못해도, 상대 배우자의 욕구를 알게 되고 이해하고 수용하게 되면서 실천방법을 터득해나가는 방식으로 변화가 일어났다. 자신과 상대의 언행에 대한 깊은 이해와 이해에 기반한 수용은 P/E 상담과 같은 구체적 개입이 들어가지 않은 상담에서도 결혼만족도를 높이고 유지시키는 중요한 변화요인으로 작용한 것이다.

넷째, 통합적 부부상담은 내담자를 따라 상담의 흐름을 잡아가다 보니 4회기라는 단기간에 의사소통과 갈등해결방법 등의 구체적인 교육과 실습이 이루어지기 힘들다는 한계가 있다. P/E상담의 경우는 검사를 통한 진단에 기초하여 회기계획을 세워 부부관계의 취약한 영역으로 바로 들어가 상담을 하게 되어 회기를 절약하는 면이 있다.

이와 같은 두 모델의 특성과 효과를 고려할 때, 향후 신혼기 부부를 위한 예방적 단기상담을 위해서 본 연구에서 내담자들이 도움을 받았다고 하는 몇 가지 상담도구와 기법들이 절충적, 통합적으로 활용되는 상담모델을 구축하는 것이 바람직할 수 있다(Lebow, 2016). 연구결과에 기초하여 연구자들은 신혼기 예방적 단기 부부상담 모델 구축을 위해 다음과 같은 점을 제안한다. 첫째, P/E와 같은 표준화된 사정도구를 사용하는 것은 검사결과에 대한 호기심을 자극하여 갈등이 심화되지 않은 상태의 부부들을 상담으로 유인할 수 있다는

점에서, 그리고 신속하게 상담동맹이 형성된다는 점에서 이점이 있다. 둘째, 신혼기 부부에게 원가족의 영향에 대한 이해는 중요한 주제로 보인다. 단기모델이라 할지라도 가계도 탐색을 포함한 원가족 이슈를 회기에 포함시킬 필요가 있다. 셋째, 워크북 사용은 미숙한 상담자도 가이드라인을 따라 상담할 수 있도록 하는 이점이 있지만 숙련된 상담자의 경우 오히려 내담자에게 집중하지 못하는 방해요소로 작용할 수도 있어 필요시 활용할 수 있는 자료로 제공되는 수준이 적절하지 않을까 생각한다. 넷째, 90분씩 4회기라는 상담시간에 대해 시간이 부족하다, 더 상담 받고 싶다는 반응이 많았던 것을 고려하여 회기당 2시간씩 4~5회기의 프로그램으로 구성하는 것이 현실적으로 적절하다고 생각된다.

본 연구는 P/E 상담모델과 통합적 부부상담 모델의 효과와 내담자 경험을 개별 부부상담에서 비교한 연구로, 개별 부부상담의 양적 효과 검증 연구가 거의 없었던 국내에서는 드문 시도이다. 특히 사후 뿐 아니라 6주 후의 추후검증을 통해 효과의 지속여부를 검증하는 등 타당한 실험연구를 위해 많은 노력을 기울였다. 그러나, 질적자료 수집을 위한 면접을 상담자가 직접하게 됨으로 인한 긍정편향 응답의 가능성을 배제하기 힘들다. 그러므로 본 연구의 질적 자료들은 그 긍정편향 가능성을 감안할 때 두 상담모델을 비교하기 위한 목적으로는 어느 정도의 타당성이 있으나, 그 자체로 완결성을 지닌 질적자료라 하기에는 한계가 뚜렷함을 밝힌다. 또한, 한명의 상담자가 모든 사례를 상담함으로써 상담의 효과에 상담자 요인이 어느 정도나 영향을 미쳤는지를 통제할 수 없다는 점도 연구의 한계로 남는다. 아울러, 보다 충분한 수의 사례를 확보하지

못하여, 효과성 연구에서 일반화의 한계를 가진다.

향후 본 연구의 결과에 기반하여 P/E 상담 모델과 타모델의 통합적 형태로 신혼기 부부 단기 예방상담 프로그램이 구체화되어 보급되기를 희망한다. 아울러, 본 연구에서 미약한 단초를 보이고 있는 부부상담에서의 공통요인에 대한 시사점이 부부상담 임상연구 분야에 서 후속연구로 이어지기를 기대한다.

참고문헌

- 강리리 (2010). ENRICH 프로그램이 저소득 부부의 자아존중감, 우울, 의사소통, 갈등해결양식 및 부부적응에 미치는 효과. 가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 공성숙 (2004). Gottman의 이론을 바탕으로 한 부부관계증진 집단상담 프로그램 개발 및 효과성연구. 한국가족치료학회지, 12(2), 139-169.
- 권수정, 전영주 (2007). ENRICH를 활용한 결혼 초기 부부관계 향상 프로그램 개발 및 효과검증. 한국가족치료학회지, 15(2), 242-275.
- 권정혜, 채규만 (2000). 부부적응 프로그램의 개발과 그 효과에 관한 연구. 한국임상심리학회지, 19(2), 207-218.
- 김덕일, 박재우, 송원영, 이지연 (2009). 한국판 ENRICH 결혼만족 검사의 타당화 연구. 한국기독교상담학회지, 17, 11-33.
- 김덕일, 김나미, 서영석 (2012). 한국판 PREPARE 검사의 요인구조 분석 및 타당화 연구. 상담학연구, 13(2), 1043-1063.
- 김수연, 김득성 (2001). 부부폭력과 결혼불안정성의 관계. 한국가정관리학회지, 19(1), 53-62.
- 김윤정, 강명수, 김덕일 (2015). PREPARE/ENRICH 커플관계 검사 내 SCOPE 성격소검사의 타당화 연구. 한국가족치료학회지, 23(2), 315-333.
- 김재정, 김정민, 이미영 (2015). 다문화가정 부부의 관계 증진을 위한 부부 인지행동치료 프로그램의 개발 및 효과. 한국가족치료학회지, 23(4), 739-760.
- 김희진 (2005). 결혼초기 부부관계향상 프로그램 개발에 관한 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(4), 877-906.
- 박남숙, 연문희 (2002). 부부성장 집단상담 프로그램 개발. 상담학연구, 3(2), 337-366.
- 박미경 (2013). 예비부부 대상 PREPARE/ENRICH-CV를 활용한 맞춤형 상담 적용연구. 단국대학교 행정법무대학원 석사학위논문.
- 박우철 (2016). 부부상담 임상연구에서 모델중심 성과연구와 공통요인 연구에 대한 개관. 상담학연구, 17(2), 327-348.
- 서아연, 최연실 (2019). PREPARE/ENRICH 및 긍정심리치료 집단프로그램이 예비부부의 관계향상에 미치는 효과성 검증. 한국가족치료학회지, 27(4), 671-697.
- 유은희, 김득성 (2005). 결혼초기 부부관계향상 프로그램의 효과검증. 한국가정관리학회지, 23(1), 1-18.
- 원복연, 박태수, 허철수, 김성봉 (2013). 현실치료를 적용한 부부관계 향상 프로그램 개발 및 효과 검증. 상담학연구, 14(6), 3283-3305.
- 이동숙 (2008). 부부성장 집단프로그램이 개인 및 관계 성장에 미치는 효과: 중년기 부부를 중심으로. 한국가족치료학회지, 16(1), 81-111.
- 이인수, 유영주 (1986). 결혼만족도척도의 타당화 연구-Roachm Frazier, Bowden의 Marital Satisfaction Scale. 한국가정관리학회지, 4(1), 1-14.
- 이학식, 임지훈, (2014). 사회과학 논문작성을 위한 연구방법론: SPSS 활용법. 서울: 집현재.
- 이화자, 최연실 (2010). 사티어 성장모델과 비폭력 대화모델에 기반한 부부집단치료 프로그램의 개발과 검증: 질적 분석을 중심으로. 한국가족치료학회지, 18(1), 131-156.

- 장진경, 전종미, 이주원 (2015). 결혼만족도 향상을 위한 부부집단상담프로그램의 효과성 연구. *가족과문화*, 27(1), 179-201.
- 천성문, 함경애, 조용재 (2015). 중년기 건강한 부부관계 증진을 위한 자애명상 프로그램의 개발과 효과. *한국교육치료학회지*, 7(2), 319-339.
- 최규련 (2009). 부부상담 프로그램 개발 및 효과성 연구. *한국가정관리학회지*, 27(3), 181-200.
- _____ (2015). 부부문제와 부부상담. 서울: 신정.
- 통계청 (2017). 2017년 혼인이혼 통계. <http://kostat.go.kr>
- Carter, B., & McGoldrick, M. (2005). *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives* (3rd ed.). New York: Allyn and Bacon.
- Childs, G. R., & Duncan, S. F. (2012). Marriage preparation education programs: An assessment of their components. *Marriage & Family review*, 48(1), 59-81.
- Fowers, B. J., & Olson, D. H. (1986). Predicting marital success with PREPARE: A predictive validity study. *Journal of Marital and Family Therapy*, 12(4), 403-413.
- _____ (1992). Four types of premarital couples: An empirical typology based on PREPARE. *Journal of Family Psychology*, 6(1), 10-21.
- Geisinger, K. F., Carlson, J. F., & Jonson, J. L. (2017). *The twentieth mental measurements yearbook*. Lincoln, NE: Buros Center for Testing.
- Gurman, A. S., Lebow, J. L., & Snyder, D. K. (Eds.). (2015). *Clinical handbook of couple therapy*. New York: Guilford Publications.
- Hill, C. E. (2016). 합의적 질적 연구: 사회과학 현상탐구의 실질적 접근 (주은선 역, 원제: *Consensual qualitative research: A practical resource for investigating social science phenomena*). 서울: 학지사 (원저 2012년 발행).
- Kim, D. L. (2018). The validations study of Korean PREPARE-ENRICH-CV couple relational satisfaction inventory. (Doctoral dissertation). Argosy University, Minnesota, U.S.
- Knutson, L., & Olson, D. H. (2003). Effectiveness of PREPARE program with premarital couples in community settings. *Marriage & Family Journal*, 6(4), 529-546.
- Larson, P. J., Vatter, R. S., Galbraith, R. C., Holman, T. B., & Stahmann, R. F. (2007). The relationship evaluation with therapist-assisted interpretation: Short-term effects on premarital relationships. *Journal of Marital & Family Therapy*, 33(4), 363-374.
- Lebow, J. (2016). Integrative approaches to couple and family therapy. In T. L. Sexton & J. Lebow (Eds.), *Handbook of family therapy* (2nd ed.,) (pp. 205-221). New York: Routledge.
- Long L. L., & Young M. E. (2009). 부부상담과 치료 (이정연 역, 원제: *Counseling and therapy for couples*. 2th ed.). 서울: 세계이저리닝코리아. (원저 2007년 발행).
- Messer, S. B. (2001). Assimilative integration [special issue]. *Journal of Psychotherapy Integration*, 11, 1-154.
- Nichols, M. P., & Schwatz, R. C. (2013). 가족치료: 개념과 방법 (제 9판). (김영애 외 공역, 원제: *Family therapy: Concepts and methods*). 서울: 시그마프레스. (원저 2011년 발행).
- Nichols, W. C. (1988). *Matital therapy: An integrative approach*. New York: Guilford Press.
- Olson, D. H., & Larson, P. J. (2008). *PREPARE-ENRICH customized version manual*. Minneapolis, MN: Life Innovations, Inc.
- Olson, D. H., & Olson, A. K. (2000). PREPARE/ENRICH Program: Version 2000. In Berger, R and Hanna, M. (Eds.), *Handbook of preventative approaches to couple therapy*. (pp. 196-216). New York: Brunner/Mazel.
- Olson, D. H., Olson, A. K., & Larson, P. J. (2012). PREPARE-ENRICH program: Overview and new discoveries about couples. *Journal of Family & Community Ministries*, 25, 30-44.

- (2008). *The couple checkup*. Nashville, TN: Thomas Nelson, Inc.
- Roach, A. J., Frazier, L. P., & Bowden, S. R. (1981). The marital satisfaction scale: Development of a measure for intervention research. *Journal of Marriage and the Family*, 43, 537-546.
- Sprenkle, D. H., Davis, S. D., & Lebow, J. L. (2013). *Common factors in couple and family therapy: The overlooked foundation for effective practice*. New York: Guilford Publications.
- Williams, L., Edwards, T. M., Patterson, J., & Chamow, L. (2019). 부부가족치료를 위한 필수 사정기술 (최연실, 조은숙 역, 원제: *Essential assessment skills for couple and family therapist*). 서울: 하나의학사 (원저 2014년 발행).
- ☐ 논문접수일 : 2020년 04월 30일
- ☐ 심사시작일 : 2020년 05월 13일
- ☐ 게재확정일 : 2020년 06월 08일

Comparison of Outcomes and Client Experience of Short-term Couples Counseling for Newly Married Couples, Utilizing PREPARE/ENRICH-CV vs. Integrative Couple Counseling

Yoonseok Oh

Eunsuk Cho

(Dept. of Family Welfare, Sangmyung University)

Objectives: This study aims to compare the outcome and client experience of couples counseling for newly married couples utilizing PREPARE/ENRICH-CV(P/E) with integrative couple counseling. **Methods:** The participants were 12 newly (5 years or less) wed couples with no children, living in and around Seoul, South Korea. They were randomly assigned to two groups, followed by four sessions of P/E counseling or integrative couple counseling each. Pre-post and follow-up (6 weeks after) tests of marital satisfaction and dysfunctional communication were compared. Also, clients' experiences were analyzed qualitatively using the session evaluations and interview with clients at the post and follow-up sessions. **Results:** While marriage satisfaction was significantly improved in both groups, the decrease in dysfunctional communication was relatively apparent in the P/E counseling group. However, the differences of the groups were not significant, which means both models show similar change. The qualitative data showed each model's strengths in achieving the couples' practical change as well as insights into their issues. **Conclusions:** The results of this study can be used to establish an efficient preventive short-term counseling model for newly married couples.

Keywords: *newly married couple, PREPARE/ENRICH-CV, Integrative Couple Counseling, client experience*