

석사학위논문

ME 프로그램이 부부의 문제해결행동,
문제해결효율성, 결혼만족도에 미치는 효과

지도교수 허철수



제주대학교 교육대학원

상담심리전공

부회욱

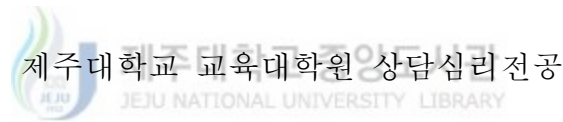
2006년 8월

ME 프로그램이 부부의 문제해결행동,
문제해결효율성, 결혼만족도에 미치는 효과

지도교수 허 철 수

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함.

2006년 4월 일



제출자 부 희 옥

부희옥의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

2006년 6월 일

심사위원장 _____인

심 사 위 원 _____인

심 사 위 원 _____인

< 국문초록 >

**ME 프로그램이 부부의 문제해결행동, 문제해결효율성,
결혼만족도에 미치는 효과**

부 회 옥

제주대학교 교육대학원 상담심리전공
지도교수 허철수

본 연구는 Marriage Encounter Program(약칭 ME 프로그램)이 부부의 문제 해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 미치는 효과를 밝히는 것이다. 이러한 목적을 달성하기 위하여 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

첫째, ME 프로그램을 받은 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도는 어떠한가?

둘째, ME 프로그램을 받은 부부들과 ME 프로그램을 받지 않은 부부들은 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도에는 어떤 변화가 있는가?

셋째, ME 프로그램을 받은 부부들의 성별에 따라 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도에는 어떤 변화가 있는가?

넷째, ME 프로그램을 받은 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도간에 어떤 상관성이 있는가?

이를 위한 연구대상은 ME 프로그램에 참가하기를 희망하는 제주시내 거주 부부 11쌍과 참가하지 않는 부부 11쌍을 비교집단으로 선정하였다. 상담집단에게는 ME 프로그램을 실시·적용하였고, 비교집단에게는 상담기간 중 아무런 처치도 하지 않았다. ME 프로그램 중 2박 3일간의 주말 프로그램에는 연

* 본 논문은 2006년 8월 제주대학교 교육대학원위원회에 제출된 교육학 석사학위 논문임.

구자 부부가 임원 봉사부부로 참가하였고, 주말을 수강한 부부를 대상으로 다리 과정을 직접 실시하였다. 문제해결행동에 대한 측정은 노치영(1996)의 측정도구를 사용하였다. 문제해결효율성에 대한 측정은 문제해결행동들이 문제해결과 관계유지 측면에 효과적이었는지를 평가하기 위하여 구성된 노치영(1996)의 측정도구를 사용하였다. 결혼만족도 척도는 Roach 등(1981)의 MSS의 척도 중 최규련(1988)과 서광희(1992)에 의해 타당성과 신뢰도가 높은 것으로 판명된 12문항으로 재구성된 척도를 사용하였다. 이를 위한 자료의 분석은 SPSS 프로그램에 의해 이루어졌으며, 사전 사후 t검증과 상관분석을 실시하였다.

이상과 같은 과정을 통하여 얻어진 연구결과는 다음과 같다.

- 첫째, ME 프로그램은 부부들의 문제해결행동에 긍정적인 효과가 있다.
- 둘째, ME 프로그램은 부부들의 문제해결효율성을 높이는데 효과가 있다.
- 셋째, ME 프로그램은 부부들의 결혼만족도를 향상시키는데 효과가 있다.
- 넷째, 부부들의 문제해결행동과 문제해결의 효율성, 결혼만족도는 서로 상관관계가 있다.

이상의 결론에서 ME 프로그램은 부부들의 문제해결행동을 긍정적인 행동으로 변화시키는데 효과가 있으며, 부부간의 문제들을 해결하는 과정과 관계유지 측면에서도 도움이 되어 부부간의 결혼만족도를 높이는데 효과가 있음이 입증되었다. 따라서 ME 프로그램은 부부중심의 가정생활과 행복한 결혼생활을 중시하는 가치관이 확산되고 있으나 동시에 이혼율 또한 증가 추세인 현대 사회에서, 부부관계를 강화시키고 건강한 가정을 유지하기 위한 부부문제해결 중재 프로그램으로서도 효과적임을 시사하고 있다.

목 차

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제	4
II. 이론적 배경	6
1. 부부문제와 문제해결행동 · 문제해결효율성	6
2. 결혼만족도의 개념과 요인	9
3. 부부문제해결행동 · 문제해결효율성 · 결혼만족도와의 관계	12
4. ME 프로그램과 결혼만족도	14
5. ME 프로그램의 구성	16
III. 연구방법 및 절차	23
1. 연구대상	23
2. 연구설계	23
3. 연구절차	24
4. 측정도구	24
5. 자료처리	26
IV. 연구결과 및 해석	27
1. 연구대상에 대한 동질성 검증	27
2. 가설검증	29
V. 요약, 결론 및 제언	44
1. 요약	44
2. 결론	48
3. 제언	50
참고문헌	51
Abstract	58
부 록	61

표 목 차

<표 III- 1> 문제해결행동측정 신뢰도 계수	25
<표 IV- 1> 문제해결행동에 대한 사전검사 비교	27
<표 IV- 2> 문제해결효율성에 대한 사전검사 비교	28
<표 IV- 3> 결혼만족도에 대한 사전검사 비교	28
<표 IV- 4> 문제해결행동에 대한 상담집단의 사전-사후검사 비교	29
<표 IV- 5> 문제해결효율성에 대한 상담집단의 사전-사후검사 비교	31
<표 IV- 6> 결혼만족도에 대한 상담집단의 사전-사후검사 비교	32
<표 IV- 7> 문제해결행동에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후검사 비교	33
<표 IV- 8> 문제해결효율성에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후검사 비교	35
<표 IV- 9> 결혼만족도에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후검사 비교	36
<표 IV-10> 문제해결행동에 대한 상담집단의 성별에 따른 비교	38
<표 IV-11> 문제해결효율성에 대한 상담집단의 성별에 따른 비교	40
<표 IV-12> 결혼만족도에 대한 상담집단의 성별에 따른 비교	41
<표 IV-13> 상담집단의 사후 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도 상관분석 결과	42

그림 목 차

[그림 III-1] 연구설계	23
[그림 IV-1] 문제해결행동에 대한 상담집단의 사전-사후검사 비교	30
[그림 IV-2] 문제해결행동에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후검사 비교	34
[그림 IV-3] 문제해결효율성에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후검사 비교	35
[그림 IV-4] 결혼만족도에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후검사 비교	37
[그림 IV-5] 문제해결행동에 대한 상담집단의 성별에 따른 비교	38



제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적

성장과정이 서로 다른 남녀가 만난 부부사이에 있어서 갈등은 불가피한 것으로, 갈등 그 자체가 결혼을 파괴하는 것이 아니라 결혼생활에 직면하는 문제들에 대하여 어떻게 대처하느냐가 부부관계의 성공여부를 결정지을 수 있다고 할 수 있다. 최근 부부갈등이 심각해지고 가족이 해체되고 있는 현대사회에서 부부사이에 내재된 갈등에 대한 적극적, 긍정적 관리가 요구되며, 부부 상호간의 적응과 노력은 어느 때보다 절실한 편이다. 이와 관련하여 원만한 부부관계를 유지해 나가기 위한 부부관계의 성공여부를 결정할 수 있는 부부문제해결에 대한 관심도 점차 높아지고 있다.

최규련(1997)에 의하면 행복하게 사는 부부는 긍정적이고 효율적인 의사소통을 많이 교환하고 갈등을 이성적인 방법으로 해결하는 반면 불행한 부부는 특히 부정적이고 파괴적인 의사소통과 감정적인 갈등 대처를 더 많이 한다고 한다. 이처럼 부부문제에 대한 각 배우자의 행동은 서로의 행위에 영향을 주고 이러한 상호작용을 통하여 상호인과성과 호혜성을 지닌 과정이 전개된다.

Baucom과 Epstein(1990)은 부부들의 부정적 행동의 교환에서 적대적이고 불화를 낳는 행동을 교환하는 빈도와 그 패턴에 대한 연구에서 갈등이 심한 부부들에서 혐오적인 행동의 교환과 적대적인 상호작용 패턴이 순환적임을 보고하였다. Patterson과 Hops(1972)도 배우자간 즐거운 행동의 교환이 관계의 만족감을 증가시키는 것과 비교할 때, 불쾌한 행동의 교환이 관계의 만족감을 감소시키는 정도가 훨씬 더 크다고

보고(김진숙, 2003, 재인용)하고 있는데 특히 역기능적인 의사소통과 건설적이지 못한 문제해결 행동이 부부의 불만족감과 상관관계가 높았다.

또한 부부관계가 불만족스러운 사람들은 만족스러운 사람들에 비해 문제해결을 위해 상호작용을 할 때 자신을 방어하거나 문제해결을 피해보려는 등의 부정적인 행동을 더 많이 보이는 것으로 나타났다.

그러므로 효율적으로 기능하는 부부관계에서는 관계 문제를 명확하게 정의하고 서로가 수용할 수 있는 적절한 해결책을 찾아 효율적으로 이행하는 기술이 요구된다고 할 수 있다. 그러나 전통적인 한국 문화는 가정생활에서의 부부 대화를 중요하게 여기지 않았으며, 자신의 생각이나 감정을 있는 그대로 표현하고 행동하는 것을 좋지 않게 여겨왔다. 이에 많은 부부들은 어떻게 대화하고 문제에 대처하는 것이 결혼생활에 도움이 되고 유익한 것인지 명확히 인식하지 못하고, 부부간 대화의 부족이나 배우자와 결혼에 대한 불만을 호소하고 있다(송시내, 1999).

이처럼 부부들이 결혼에 대한 인식 및 부부의 관계를 강화시키고, 문제해결능력을 향상시켜 부부관계의 변화에 잘 적응해 나갈 수 있는 능력을 기르는 것은 매우 필요한 것이다. 그러나 의사소통과 갈등해결 기술은 그 속성상 자연히 타고나는 것이 아니고 배우고 익혀야 할 것이기 때문에 부부간 상호관계를 강화할 수 있는 교육과 체험의 기회가 주어져야 한다. 더구나 우리나라에서는 최근에 부부 중심의 가정생활과 결혼행복을 중시하는 가치관이 확산되고 있으나, 통계청 보고(2006)에 의하면 2005년도 하루 평균 867쌍이 혼인을 하고 352쌍이 이혼을 하는 등 최근 몇 년 동안의 높은 이혼율로 부부간의 대화방법과 갈등해결방법에 대한 교육 수요도 증가하고 있다.

특히 현대 젊은 부부들은 일생동안 결혼에 헌신해야 한다는 믿음이 적으며 이혼에 대한 태도도 허용적으로 변화하고 있다. 이러한 현상은 결혼생활에서 정서적 지지와 개인적 만족을 중요하게 여기는 젊은 사람들의 특성에서 나온 것으로 보이며 부부관계가 평등과 애정에 기반

을 둔 우애적 관계로 될 수 있도록 결혼만족도를 강화할 수 있는 부부 교육프로그램이 절실한 시대라고 할 수 있다(김득성, 1994).

이와 관련하여 부부들로 하여금 보다 나은 결혼생활을 하도록 노력하기 위한 여러 부부강화프로그램이 개발·보급되어 왔다. 그 중에서 Marriage Encounter Program(메리지엔카운터, 약칭 ME 프로그램)은 1976년에 한국에 도입되어 실시된 이후, 연간 전국적으로 수백 쌍의 수강 부부들을 배출해 내며 다양한 연구와 경험사례를 발표하고 있다. 또한 국내외의 다수의 선행 연구 결과에 의하면 ME 프로그램은 부부의 결혼만족도와 의사소통 측면에 효과가 있음을 입증하고 있다. 이 프로그램은 독특한 대화법을 통하여 의사소통 기법을 배우고 실천함으로써 부부 서로간의 행동이 변화하고 변화된 행동으로 부부 상호간의 성장을 촉진시키는 물론 가족구성원에게 정서적, 심리적 안정을 제공할 수 있는 매우 유익한 프로그램이라고 하겠다(김명숙, 1999).

그러나 선행연구에서 의사소통과 결혼만족도의 효과에 관한 연구들이 다수 있었지만 단지 부부간의 친밀감을 높이는 정적인 프로그램으로 여겨지는 경향과 ME 프로그램의 순수한 효과를 검증하기 위하여 동일한 집단의 부부 쌍을 연구대상으로 정하여 구체적으로 문제를 해결해가는 과정과 행동의 변화에 대한 효과 연구는 찾아보기 힘들었다.

따라서 본 연구에서는 ME 프로그램을 통하여 구체적으로 부부의 문제해결과정에서의 행동변화와 문제해결의 효율성 및 결혼만족도에 미치는 효과를 검증하고, 가정을 위한 프로그램의 확대와 보급의 필요성을 증진시키며 보다 폭넓은 ME 프로그램의 연구에 기여하고자 한다.

2. 연구문제

본 연구에서는 ME 프로그램이 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 미치는 효과를 밝히기 위하여 다음과 같이 연구문제를 설정하였다.

첫째, ME 프로그램을 받은 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도는 어떠한가?

둘째, ME 프로그램을 받은 부부들과 ME 프로그램을 받지 않은 부부들은 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도에 어떤 변화가 있는가?

셋째, ME 프로그램을 받은 부부들의 성별에 따라 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도에는 어떤 변화가 있는가?

넷째, ME 프로그램을 받은 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도는 서로 상관이 있는가?

이러한 연구문제를 해결하기 위하여 다음과 같은 가설을 세웠다.

가설 1. ME 프로그램을 받은 상담집단은 사전-사후검사에서 부부들의 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

1-1. 문제해결행동(긍정적 행동, 회피적 행동, 부정적 행동)에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

1-2. 문제해결효율성에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

1-3. 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설 2. ME 프로그램을 받은 상담집단은 프로그램을 받지 않은 비교

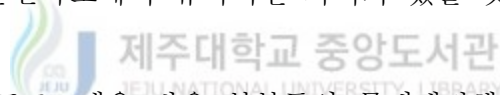
집단보다 부부들의 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

- 2-1. 문제해결행동(긍정적 행동, 회피적 행동, 부정적 행동)에서 유의미한 차이가 있을 것이다.
- 2-2. 문제해결효율성에서 유의미한 차이가 있을 것이다.
- 2-3. 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설 3. ME 프로그램을 받은 부부들은 성별에 따라 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

- 3-1. 문제해결행동(긍정적 행동, 회피적 행동, 부정적 행동)에서 유의미한 차이가 있을 것이다.
- 3-2. 문제해결효율성에서 유의미한 차이가 있을 것이다.
- 3-3. 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설 4. ME 프로그램을 받은 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도는 서로 상관이 있을 것이다.



II. 이론적 배경

본 연구에서는 ME 프로그램이 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 미치는 효과를 연구하고자 한다. 따라서 이 장에서는 부부문제와 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도의 개념과 요인, ME 프로그램과 결혼만족도와의 관계에 대한 선행연구들을 먼저 살펴보고자 한다.

1. 부부문제와 문제해결행동 · 문제해결효율성

부부문제는 결혼한 두 사람 즉 남편과 아내 사이에서 발생하는 다양한 부적응적인 인간관계의 문제로서 결혼생활에 대한 만족도를 저하시키고 부부간의 갈등과 불화를 심화시키게 된다. 부부문제는 연구자에 따라서 부부 갈등, 부부 불화, 결혼 부적응, 결혼 불만족 등과 같은 다양한 용어로 불리기도 하지만(김진숙, 2003), 여기에서는 결혼생활을 하는 과정에서 부부간에 발생하는 다양한 문제를 포괄하는 용어인 부부문제라는 용어로 주로 사용하고자 한다.

Sabourin 등(1990)은 문제해결은 목표상태와 현실상태간의 불일치를 줄이고 부정적인 결과를 최소화하여 긍정적인 결과를 최대화시킬 수 있는 최선안을 찾아가는 과정이라는 점에서 효율적인 문제해결과정이 개인의 적응에 중요하다고 말하고 있다(최혜경 · 노치영, 1994, 재인용).

Fitzpatrick(1988)에 의하면 부부관계의 성공 여부는 부부 내적 혹은 외적 문제를 얼마나 잘 해결하느냐에 따라 결정할 수 있다고 주장하고 있고(노치영, 1996, 재인용), Gottman(1993)은 부부간에 어떻게 상호작용하면서 문제해결행동을 취하느냐에 따라서 부부문제가 개선될 수도

있고 악화될 수도 있다고 말하고 있다(유은희, 1994, 재인용).

이들 연구들에 의하면, 대체로 부부문제가 개선되는 경우는 부부가 긍정적으로 상호작용할 때이며, 부부문제를 악화시키는 경우는 부부간에 상호 회피적이거나 파괴적으로 작용할 때이다. 특히 부부의 부정적 상호작용은 두 사람 중 어느 한 편의 행동에 대한 반작용으로 비슷한 반응이 나오는 경우라 할 수 있다. Rausch 등(1974)은 남편이 아내에 대해서 비난조의 행동을 할 때 아내도 남편의 행동에 대해 비난으로 반응함으로써, 두 사람의 문제는 더욱 악화되고 이러한 행동 교환이 반복될 경우 두 사람의 관계 특성이 부정적으로 고정될 수 있다고 하였다(노치영, 1996, 재인용).

따라서 부부 관계를 악화시킬 수 있는 부정적 상호작용은 수정될 필요가 있으며 이러한 부정적 상호호혜성을 변화시키기 위해서는 부부 두 사람 중 어느 한 편이 자신의 행동을 바꿈으로서, 두 사람이 주고받는 순환반응을 변화시킬 수 있으며 새로운 관계로 발전할 가능성을 높일 수 있다.

이와 관련하여 정서적 만족에만 관심을 보이던 가족상담이나 치료에서는 내담자가 제시해온 문제해결에 궁극적인 목표를 두게 되었다. 즉, 부부문제해결을 위해 부부가 사용한 행동유형을 파악하여 그 유형을 변화시키는 데 초점을 둔 것이다. 또한 행동주의적인 입장에 기초한 부부프로그램들은 효과적인 의사소통 방법과 갈등해결 기술 등의 교육을 통해 부부간의 상호작용에서 긍정적인 행동을 강화시키고 부정적인 행동을 최소화하는 것을 목표로 하고 있다(안수진, 1997).

또한 부부의 지각차를 줄이는 것이 부부문제해결에서 중요하다고 주장하는 노치영(1996)은 많은 사람들이 부부문제해결에 도움이 되는 이성적이고 합리적인 사고나 행동들이 무엇인지에 대해서는 이론적으로는 알고 있음에도 불구하고, 실제로 바람직한 사고나 행동을 표출하지 못하는 것은 결국 각 개인의 성격과 성격에 따른 인지차이로 보고 부

부문제해결은 '성격-문제인지-문제해결행동'으로 연계성을 갖는 일련의 과정으로 설명하는 것이 타당하다고 보고 있다. 그러므로 부부문제를 두 사람 모두에게 책임이 있는 부부공동의 문제로 지각할수록 상호 만족하는 해결책을 찾으려고 노력하게 되며 이러한 부부들은 결혼적응이 높은 반면, 부부가 서로 탄압적 혹은 회피적으로 상호대응하며 상대가 변하기를 기대하는 부부들은 결혼적응이 낮다고 보고하고 있다.

부부가 갈등시 대처하는 부부문제해결행동에 대한 연구는 다양하다. Rusbult 등(1986)은 적극적/소극적인지와 부부관계의 유지에 대해 건설적/파괴적인지를 기준으로 갈등해결전략을 표현형(Voice), 탈출형(Exit), 순종형(Loyalty), 무시형(Neglect)의 4가지 유형으로 분류했으며, Carver와 Scheier(1994)는 부부간의 적응이 효율적인지 비효율적인지에 대해 긍정적/부정적 기준과 문제에 대해 접근적인지, 회피적인지로 갈등시의 대처방식을 설명할 수 있다고 하였다.

최혜경과 노치영(1996)은 적극적/소극적, 적극적/부정적의 2차원을 가지고 적극적-긍정적 유형, 적극적-부정적 유형, 소극적-긍정적 유형, 소극적-부정적 유형으로 분류하여 문제해결행동유형을 설명하고 있다. 이영숙(1990)의 경우 건설적, 수동적, 회피, 신체적 폭력으로 분류하였고, 송말희(1990)는 합리화와 부정, 회피와 억압, 외부의 도움 요청, 적극적 행동으로 구분하여 연구하였다.

그러나 부부 사이에 갈등이 있을 때 보이는 태도에 대한 용어로 문제해결행동유형(최혜경·노치영, 1996), 문제해결전략(유은희, 1994), 갈등해결방법(길미령, 1990) 등 여러 용어가 언급되어 왔으며 갈등대처유형을 구분하는 연구방법도 다양하다.

이에 본 연구에서는 문제해결행동을 부부내적·외적인 요구나 도전에 적응하려는 일련의 목표지향적인 모든 행동들로 정의하며(최혜경·노치영, 1996), 문제해결행동은 3개의 하위요인으로 보고자 한다. 즉, 문제해결 차원에서 적극적이고 관계유지 차원에서 궁극적인 긍정적 행

동, 문제해결차원에서 소극적이고 관계유지 차원에서 부정적인 회피적 행동, 문제해결 차원과 관계유지 차원 모두에서 부정적인 부정적 행동으로 명명한 노치영(1996)의 연구를 참고하여 문제해결행동을 긍정적 행동, 회피적 행동, 부정적 행동의 3가지 유형으로 보고자 한다. 또한 문제해결효율성을 부부문제와 관련하여 부부문제해결행동이 부부문제를 해결하며, 관계를 유지 혹은 향상시키는데 도움이 된다고 지각하는 정도로 정의하고자 한다.

이상의 선행연구들을 종합하여 보면 결혼생활에서 부부간에 발생하는 문제에 대처하는 행동유형들은 다양하며 이러한 행동유형은 부부 상호간에 문제해결효율성과 결혼만족도에 영향을 미치므로 긍정적인 행동을 강화시키고 회피나 부정적인 행동을 최소화할 필요성이 있음을 시사하고 있다.

2. 결혼만족도의 개념과 요인



결혼만족이란 결혼생활 전반에 대한 부부의 주관적 감정과 태도를 나타내는 일반적 용어이다. 결혼만족은 많은 연구자들에 의해 조금씩 다르게 정의되고 있는데, 결혼적응, 결혼행복, 결혼성공, 결혼 안정성 및 결혼의 질 등과 같이 다양한 용어들로 사용하고 있다(김희진, 2004).

학자들의 결혼만족도에 대한 개념 정의는 크게 주관적, 객관적인 두 가지 차원으로 요약되는데, 두 가지 측면을 모두 고려하여 정승혜(1988)는 다음과 같이 정의하였다.

첫째, 결혼만족도란, 태도적 혹은 주관적 측정이라기보다는 결혼에 대한 기대와 실제로 받는 보상과의 일치 정도에 대한 측정 혹은 개인의 기대와 결혼만족도 사이의 비교이며 둘째, 개인이 결혼생활전반에서 경험하는 즐거움, 만족, 행복 등과 같은 주관적 감정이라고 하였다.

Roach(1981)가 고안한 MSS(Marital Satisfaction Scale)에서의 결혼만족도 개념은 주어진 시점에서 자기 자신의 결혼생활에 대해 시간적 차원에 따라 인식하는 것으로, 얼마만큼 좋아하고 싫어하는가 하는 선호의 태도이다(조유리, 2000, 재인용). 또 김명자(1985)는 결혼만족도를 결혼생활의 실제와 기대간의 일치에서 오는 개인의 관점에 따른 주관적 만족 정도라고 정의하였으며, 김득성(1994)은 결혼만족도를 결혼생활에 대한 개인의 총체적인 평가를 의미한다고 정의하고 있다.

이와 같이 결혼만족에 대한 견해는 개인의 객관적인 견해와 주관적인 경험으로 나뉘고 있으며 여러 학자들의 견해에서도 객관성과 주관성을 지지하는 학자들이 구별되어 있지만, 본 연구에서는 유영주(1979)의 정의를 기본으로 결혼만족도란 결혼생활 전반에 있어 부부의 행복과 만족에 대한 주관적 감정이나 태도라고 정의하였다.

결혼만족에 영향을 미치는 다양한 변인을 크게 심리적 변인·대인적 변인·사회 인구학적 변인으로 나눌 수 있다. 심리적 변인에는 성격, 가치관, 자아개념, 자아 존중감 등이 있고, 대인적 변인으로는 의사소통, 갈등해결방식, 성(性), 역할기대 등을, 사회 인구학적 변인으로는 성별, 연령, 학력, 자녀수, 사회경제적 지위, 결혼 연수, 종교 등을 변인으로 보고 있다(김희진, 2004).

이러한 여러 가지 변인들 중 본 연구의 주제와 관련있는 의사소통과 갈등해결방식, 성별 등에 대하여 살펴보면 다음과 같다.

원만하고 행복한 부부생활을 위해서는 부부간의 개방적인 의사소통이 필수적이며 이러한 의사소통정도가 결혼만족도에 중요한 영향을 미치고 있다. 이러한 의사소통 기술은 부부생활 향상 프로그램의 가장 중요한 핵심이다.

Locke(1951)는 그의 연구에서 부부간에 친밀하고 긴 대화를 나눌수록 부부가 가까워져서 결혼생활에서 높은 만족감을 가질 수 있는 반면, 한정되고 짧은 대화만을 갖는 부부의 친밀감은 약해진다고 말하고 있다.

Leving(1970)과 Senn(1967)도 감정을 이야기하는 것은 일반적인 결혼 만족도와 정적으로 상호 관련되어 있고, 배우자에 대한 좋은 느낌과 더욱 정적으로 관련되어 있다고 보고하고 있으며, Jacobson 등(1979)의 임상적인 경험 보고에서도 결혼생활을 만족스럽게 유지하는 가장 큰 변인들은 부부간의 대화방법과 문제해결 능력이라고 지적하고 있다(송영란, 1986, 재인용).

Gottman(1993)의 결혼만족과 관련된 갈등해결방식과 관련된 연구들에서 결혼만족이 높은 부부일수록 갈등을 동의, 협상, 유머로써 해결하고, 결혼만족이 낮을수록 갈등이 발생하면 직접 충돌하여 언어적, 신체적 폭력을 사용하거나, 갈등을 회피하고, 방어기제를 사용하고 있다고 보고하고 있다(김희진, 2004, 재인용). 그리고 결혼만족이 높을수록 회피, 행동 표출적 대처방안, 감정적 대처방안, 외부도움 요청방안보다는 이성적 대처방안을 사용하려고 하였고 실제 결혼만족도가 높은 부부와 낮은 부부간의 비교에서 갈등의 존재 유무보다 갈등대처방법에서 유의한 차이가 나타났다는 연구결과는 부부의 갈등해결방식이 결혼만족에 영향을 미친다는 것을 증명하고 있다(김희진, 2004).

또한 인구통계학적 변인들과 결혼만족도에 대한 결과에서 주목할 것은 아내의 결혼만족도가 남편의 결혼만족도보다 낮았다(장은경, 2001)는 점이다. 결혼생활의 만족의 주관적 평가에서도 때때로 크게 차이가 날 수 있는데, 일반적으로 아내들이 남편들보다 그들의 결혼생활을 더 불행하다고 평가하는 경향이 있다.

이옥진(1982)은 부부를 쌍으로 표집하여 남편집단과 부인집단의 결혼만족 점수를 비교한 결과, 전반적으로 부인의 결혼만족도는 남편보다 낮은 경향을 보였다고 하였으며, 다른 많은 연구자들도 같은 연구결과를 제시하면서 부인집단의 결혼만족도가 남편의 결혼만족도보다 낮은 경향을 보인다고 했다.

이러한 남녀 간의 차이는 남성보다는 여성이 결혼생활에서의 심리적

부담이 크다는 일반론을 지지하는 결과이며(조경림, 1996), 한국 사회에서 독특하게 발견되는 사실로, 충분히 예견될 수 있는 것이라 주장된다(최규련, 1993).

이상의 선행연구들을 종합하여 보면, 부부의사소통과 부부의 갈등대처방식은 결혼만족도에 많은 영향을 미치고 있으며 성별에 따라서도 차이가 있음을 보여주고 있다. 따라서 더욱 만족한 결혼생활을 유지할 수 있도록 결혼치료나 결혼한 부부들을 대상으로 민주적이고 동등한 부부관계와 의사소통과 문제해결 기술훈련에 초점을 둔 부부프로그램의 필요성을 제시하고 있다고 말할 수 있다.

3. 부부문제해결행동 · 문제해결효율성 · 결혼만족도와의 관계

부부문제해결행동과 결혼만족도에 관한 국내·외 경험적 연구결과들을 살펴보면, 문제해결방식의 하위영역 설정에서 연구자들마다 측정된 영역들이 다르지만 연구결과와 일반적인 경향은 발견할 수 있다. 즉, 문제해결방식에서 부부의 결혼만족도가 문제해결행동에 따라 달라질 수 있음을 강조하고 있다.

Madden과 Bulman(1981)은 부부갈등과 결혼만족도 사이의 관계에 관하여 연구한 결과 결혼만족도에 가장 큰 영향을 미치는 요인은 갈등의 심각성과 갈등의 해결가능성이라고 하였다. 또한 아내가 부부갈등을 바람직한 행동을 사용하여 해결할 때 결혼만족도가 높다는 사실을 발견하였다(조유리, 2000, 재인용).

Canary와 Cupach(1988)의 연구에서는 부부문제해결에서 파괴적 혹은 회피적 행동을 취하는 부부의 부부문제해결효율성은 낮고 결혼에 대해서 불만족한 것으로 나타나는 반면, 긍정적으로 행동하는 부부의 부부문제해결효율성은 높고 결혼에 대해서도 만족한 것으로 나타났다.

특히 한국의 부부관계 특성은 부부의 문제해결효율성이 남편의 행동에 영향을 받으며, 결혼만족도는 아내의 행동에 영향을 받는다고 보고하고 있다(노치영, 1996).

Christensen과 Shrenk(1991)에 의하면 남편과 아내가 원하는 친밀성의 정도가 다르기 때문에 갈등의 정도에 차이가 생긴다고 한다. 즉 아내는 부부관계에서 더 많은 친밀성을 원하고 갈등시 요구적이며, 남편은 부부관계에서 더 많은 독립성을 원하고 갈등시 후퇴적이라는 것이다(고현선·지금수, 1995, 재인용).

우리나라에서 행해진 연구들의 문제해결방식과 결혼만족도와의 관련성을 보면, 이성적 해결방안을 사용할 경우 결혼만족도가 높고(김은정, 1992; 고현선·지금수, 1995; 조유리, 2000), 회피적 해결방안을 사용할 경우 결혼만족도가 낮게 나타났다(최규련, 1995).

임승락과 권정혜(1998)의 연구에서 부부 갈등 상황에서 결혼만족도는 남편의 경우, 철수 행동을 많이 보일수록 낮았으며 부인의 경우, 요구 행동을 보일수록 낮았다. 결혼만족도가 낮은 부부들은 결혼만족도가 높은 부부들에 비해서 부부문제해결에서 상호 적대적이거나, 아내가 적극적으로 요구하는 행동을 하는 한편, 남편은 회피적으로 대응하는 부정적 상호작용을 보인다. (조유리, 2000).

그리고 부부문제를 두 사람 모두에게 책임이 있는 부부공동의 문제로 지각할수록 상호만족하는 해결책을 찾으려고 노력하며 이러한 부부들은 결혼적응이 높은 반면, 부부가 서로 탄압적 혹은 회피적으로 상호 대응하며 상대가 변화기를 기대하는 부부들은 결혼적응이 낮은 것으로 나타났다(유은희, 1994).

이상의 선행연구들을 종합하여 보면, 부부가 갈등을 어떻게 이해하고 어떠한 해결방식을 선택하는가에 따라 부부의 문제해결의 효율성과 결혼만족에 미치는 영향이 다르므로 상호 긍정적 행동의 필요성을 시사하고 있다.

4. ME 프로그램과 결혼만족도

Marriage Encounter Program(메리지엔카운터, 일명 ME 프로그램)은 부부의 원만한 결혼생활을 지속시켜주는 물론 결혼생활과 가족관계의 질을 높여 보다 아름다운 결혼생활이 되도록 도와주는 부부관계 강화 프로그램이다. Boasco(1973)는 ME 프로그램을 결혼생활 중에 있는 부부들을 대상으로 부부관계를 새롭게 해주는 정신의 수련이며, 상호신뢰와 밀도있는 대화를 통하여 서로 알고 진실로 두 사람이 만나게 해주는 프로그램이며, Almario(1976)는 손상된 부부관계를 회복하기 위한 치료나 훈련이 아니라 부부가 자신들의 결합이 어떠해야 하는지를 깨닫도록 도와줌으로써 결혼생활에 생기를 주고자 하는 특별한 접근법이라고 말하고 있다(임송은, 1996, 재인용).

ME 프로그램이 부부관계를 개선시키는데 효과가 있음을 많은 선행 연구자들이 밝히고 있는데 그 내용들을 살펴보면 다음과 같다.

Lester와 Doherty(1983)는 ME 프로그램 경험자들에 대한 장기간의 효과에 대한 연구에서 ME 프로그램 수강 후 자신들의 부부관계에 긍정적인 효과가 나타났으며 또한 긍정적인 효과를 거둔 사람들 가운데 남편집단의 85%와 아내집단의 63%가 배우자에 대한 신뢰도와 자기개방 빈도가 높아졌고 결혼만족도 또한 높아져 있다고 밝히고 있다. 또한 Milholland와 Avery(1982)는 ME주말을 경험한 부부와 ME주말을 신청하고 대기 중인 부부들을 대상으로 실시한 연구결과에서도 ME주말을 경험한 집단의 배우자들이 배우자 신뢰도와 결혼만족도가 높게 나타났다고 보고하고 있다(김명숙, 1999, 재인용).

박경자(1981)의 연구에서 ME 프로그램을 수강한 집단, ME 프로그램이 아닌 의사소통교육을 받은 집단, 일반부부 집단을 대상으로 조사한 결과 ME 프로그램을 수강한 집단이 첫째, 전통적인 고정관념이나

사고에서 쉽게 벗어날 수 있었고 생활에서 상황들을 긍정적으로 받아들이고 인식할 수 있는 능력이 높게 나타났다. 둘째, 부부간의 의사소통에 있어서 의사소통교육을 받은 집단 중 ME 프로그램을 수강한 부부가 의사소통이 잘 이루어지고 부부가 원만해지는 비율이 높게 나타나 ME 프로그램이 효율적인 의사소통에 효과가 있음을 볼 수 있다. 셋째, 가정생활에 있어서의 행복도, 가족 관계에서 느끼는 행복도, 부부관계의 행복도에서도 ME 프로그램을 수강한 집단이 높게 나타났다.

조옥진(1987)은 ME 프로그램을 경험한 부부들의 사회활동, 여가, 종교활동, 성 관계, 대화, 상호신뢰, 동료 의식과 관련된 결혼적응도가 ME 프로그램을 경험하지 않은 부부들보다 더 높았다고 보고하고 있으며, 따라서 ME 프로그램이 부부간의 결혼적응도를 높여주는 효과적인 도구라고 규정하고 있다.

송영란(1989)이 ME 프로그램에 참여한 사람들을 대상으로 의사소통의 유형과 결혼만족도를 조사한 결과에 의하면 의사소통 유형 중 감정표출정도의 증가와 결혼만족도면에서 부부간의 대화 인지, 부부의 사회적·심리적 동료감, 배우자에 대한 존중감에서 높은 만족도를 보이고 있다고 보고하였다.

임송은(1996)의 연구에서 ME 프로그램을 수강한 부부들은 남편과 아내 모두에게 결혼생활만족에서 효과적인 것으로 나타났으며 부부상호관계, 의사소통, 그리고 부모-자녀 관계에서 프로그램을 수강하지 않은 집단보다 높은 만족도를 나타냈다고 말하고 있다. 특히 ME 주말을 통해 남편의 가치관이 변화됨으로써 만족스러운 부부관계는 물론 자녀들과의 관계에서도 긍정적인 결과를 가져온 것으로 보고하고 있다.

김명숙(1999)의 연구에서는 ME 프로그램을 경험한 아내보다 남편집단에서 결혼만족도가 더 높게 나타났으며 ME 주말만을 받은 집단보다 ME 후속프로그램까지 전 과정을 받은 상담집단이 결혼만족도가 높게 나타났다고 보고하고 있다.

이상에서 살펴본 연구들의 공통점은 ME 프로그램이 제시하는 부부 대화기법이 부부간의 의사소통을 긍정적 패턴으로 변화시켜주고 결혼 만족도를 제고시키며, 배우자 상호간에 건전한 자아상을 정립시킴으로써 부부의 관계성을 개선시킨다는 것이다.

이상의 선행연구를 종합하여 보면 ME 프로그램은 부부의 의사소통과 상호신뢰, 결혼생활의 전반적인 만족에 긍정적인 관계가 있는 것으로 나타났다.

따라서 원만하고 행복한 부부생활을 위해서는 부부간의 개방적인 의사소통이 필수적이며, 의견의 일치를 이룰 수 있는 대화의 기술이 필요할 뿐 아니라, 부부가 함께 시간을 같이 하여 참여할 수 있는 프로그램이 필요한 점 등을 고려해 볼 때 ME 프로그램은 매우 적절한 프로그램이라 말할 수 있다

5. ME 프로그램의 구성

1) ME의 개념

Marriage Encounter(메리지엔카운터, 약칭 ME)는 혼인한 부부가 대화를 통하여 더욱 깊고 친밀한 부부관계로 성장하고 하느님 계획대로 사랑의 일치를 이루어 기쁨이 넘치는 혼인생활을 누리게 하려는 운동이다. 즉, 메리지엔카운터 운동은 원만한 결혼생활을 하는, 그러나 결혼생활을 더욱 행복하게 만들고 싶어하는 부부들을 위한 것이다. 메리지엔카운터운동을 우리나라에서는 부부일치 운동 또는 부부애 운동, 부부의 만남, 행복한 부부 운동, 부부두레 운동, 부부피정 등으로 해석하기도 하나 그 뜻을 정확하게 전달하기에는 미흡하여, Marriage Encounter 또는 머리글자를 따서 ME라 부르고 있다 (W. W. ME 한국협의회, 1997).

2) ME의 역사

ME 프로그램은 1958년 스페인의 Gabriel Calvo 신부에 의해 시작되었다. 그 당시 문제청소년들을 지도하면서 대부분의 가정문제는 불안정한 부부관계로부터 생기며, 부부사이를 강화시킬 수 있다면 청소년들도 도울 수 있을 것이라고 생각한데서 출발하였다(마진학, 1982). 당초의 프로그램은 스페인어로 Eucuentro Couyugal이라 불렀는데 이는 ‘놀라운 발견’이라는 뜻으로 프로그램 후 부부관계가 놀랍게 진전되었음을 발견했다는 뜻이다. 이 운동은 미국에서 1967년 8월 노틀담 대학의 세미나에서 Chuck Gallagher 신부에 의해 체계화되었고 이때부터 ME라는 용어가 사용되었다. 현재 ME 프로그램은 세계 68개국에 전파되어 활발히 실시되고 있으며 그 진행방법이나 내용은 세계가 공통적이다.

ME가 한국에서 처음 실시된 것은 1976년 2월에 개최된 영어 주말이었고 순수한 우리말로 이루어진 첫 주말은 1977년 3월 11일이다. 부부 19쌍, 신부 4명, 수녀 2명이 참석하여 수원 만남의 집에서 제1차 ME 프로그램이 이루어진 후 전국적으로 확산되기 시작했다.

ME는 가톨릭교회에서 시작된 운동이지만 종교, 학력, 지위, 빈부의 차별을 두지 않고 누구나 신청하면 참여할 수 있도록 개방되어있다.

현재 우리나라의 ME조직은 전국 차원의 한국협의회가 있으며, 이 협의회에는 임원(대표팀, 부대표팀, 감사팀)과 8개의 분과 협의회 및 1개 연구팀, 14개의 지역협의회로 구성되어있다. 지역협의회는 수원을 포함하여 서울, 안동, 대구, 인천, 광주, 부산, 제주, 마산, 원주, 청주, 대전, 춘천 등 교구 단위인 지역협의회가 있다.

ME 프로그램은 1976년 보급된 이후 꾸준히 실시되고 있으며 2005년 한해에만 전국 15개 교구에서 158회의 주말을 실시하여 3,207쌍의 부부가 이 주말 프로그램에 참가하였고, 현재 전국적으로 약 70,000여 쌍의 ME가족이 있다(W. W. ME 한국협의회, 2006).

3) ME 프로그램의 교육단계

ME 프로그램은 ME 주말, 다리과정, 지역나눔모임으로 나뉘어진다. 일반적으로 ME 주말이 근간을 이루기 때문에 이것만으로 ME 프로그램이라고 칭하기도 하며, 다리과정을 후속 프로그램(Follow-up program)이라고 구분 짓기도 한다. 그러나 본 연구에서는 이 ME 주말과 다리과정까지를 ME 프로그램이라고 칭하였다. 각 단계의 내용을 살펴보면 다음과 같다.

(1) ME 주말(ME Weekend)

ME 주말은 부부관계가 성장하는데 도움을 주기 위해 혼인한 부부가 대화를 통해서 참 만남을 이룰 수 있도록 마련된 하나의 체험과정이다. 금요일 밤 8시에 시작하여 일요일 저녁 5시까지 계속되며, 훈련을 받은 1명의 사제와 3쌍의 부부가 진행을 맡는다. 주말은 총44시간 13강의로 구성되어있다. 13개 과목은 하나하나 독립적으로 떨어져 있는 것이 아니라 한 주제가 13개의 장으로 구성되어 있는 전체적인 것으로 인식되도록 잘 연결되어 있다.

ME 주말은 네 개의 단계로 나누어 진행되는데 ‘자신과의 만남’ 단계, ‘우리’ 단계, ‘우리와 하느님’의 단계, ‘우리, 하느님, 그리고 세계’ 단계이다.

첫째, ‘자신과의 만남’ 또는 ‘나’ 단계에서는 자기 자신과 만나는 단계로 각자가 우리 생활에서 감정이 차지하는 자리가 얼마나 많은 영향을 미치는 지를 발견하고 자기 자신을 충분히 사랑하지 않는 데에서 오는 부정적인 영향에 대해서도 깨닫게 한다.

둘째, ‘우리’ 단계에서는 각 부부가 자신들을 한 쌍의 부부로서 바라보고, 자신들을 서로 가깝게 해주는 것들에 대해서는 물론 서로 떨어져 있게 만드는 것, 외로움을 초래하는 것들에 대해 진지한 관찰과 물음을 던져보는 단계이다.

셋째, ‘우리와 하느님’ 단계에서는 각 부부들이 자신들의 결혼생활이 하느님의 계획을 이루는데 얼마나 중요한 역할을 하는가를 발견하는 단계이다. 따라서 부부 서로 가깝게 지내는 것이 그들 자신의 행복을 위해서 뿐 아니라 세상을 사랑으로 충만하게 하려는 하느님의 계획을 실현하기 위해서도 중요하다는 사실을 깨달아 성가정의 의미를 재발견시키는 단계이다.

넷째, ‘우리, 하느님, 그리고 세계’ 단계에서 부부들은 그들의 사랑이 그들이 살고 있는 사회에 중요하다는 것과 이웃에게 사랑의 통로가 된다는 것을 깨닫게 하는 단계이다.

여기서 일관된 메시지는 ‘나와 하느님’, ‘부부와 하느님’, ‘공동체와 하느님’이다. 따라서 13강의는 이 관계를 연결하여 보여 주는 것이기 때문에 봉사부부들은 ‘자신’, ‘사회’, ‘성사’로 나누어 해당 과목만을 발표한다. 3쌍의 봉사부부와 사제는 교대로 전체 그룹 앞에서 각 주제에 대한 강의와 자신들의 개인적인 체험을 공개한다. 그런 다음 참가자들에게 대화주제를 주고 그 주제에 대한 느낌을 10분간 쓰게 한다. 그런 다음 배우자끼리 노트를 교환해 읽고 서로의 느낌을 이야기하는 시간을 갖도록 되어있다. 특별한 경우를 제외하고는 그룹토의와 공개 나눔은 없으며, 단지 남편과 아내 사이의 일대일 대화만 하게 된다.

ME 주말의 초점은 우선 자신을 이해하는 것으로 시작하여 타인을 이해하고 결국 일치된 사랑의 진정한 의미에 도달하도록 하는 것인데 이러한 목적을 위한 특별한 기법으로 작문, 자아와의 만남, 세심하고 도전적인 질문과 대화방법이 이용된다.

주말 동안 부부들은 감정이 자신들의 관계에 미치는 영향을 평가하고, 자신들이 얼마나 상대방의 말을 잘 들어준 가를 검토하며, 자신들의 대화의 질과 주로 이야기하는 일들이 어떤 종류인지를 생각해보고, 상대방을 비난하지 않고서 자신의 마음을 표현하는 방법을 배우며, 공통된 가치관을 발견하고, 자신들의 관계를 그저 되어가는 대로 내버려

두지 않고 보다 바람직하게 만들기 위해 계획을 하는 기회를 갖게 된다. 주말을 통해 수강부부들은 자신들이 현대사회 안에서 결혼한 독신자로서의 생활태도를 지냈는가에 대하여 점검하고 정신적 이혼의 개념에 대해서도 배운다. 이것은 현대사회에서의 부부생활이 상호간에 쉽게 친밀감을 잃고 환멸에 빠지게 될 수 있는데 각각의 배우자들은 그것에 대해 직면할 필요가 있으며, 정신적인 이혼의 징후는 없는지 부부 관계를 때때로 점검해 보아야 한다는 이론에 바탕을 둔 것이다. 때로는 부부싸움을 해야 할 필요성이 있음을 강조하고 건설적인 싸움을 권한다. 부부싸움은 서로 상처를 주기 위한 것이 아니라 서로의 관계를 돈독하게 하기 위한 긍정적인 의사소통을 위한 하나의 방편임을 일깨워 주고 있다.

ME 주말에서 강조하는 또 다른 하나는 대화의 필요성이다. 대화는 부부들이 정신적 이혼으로 가려는 경향을 되돌리고 성사적 결혼생활로 이끌어 준다는 것이다. 그리고 부부간에 원활한 대화가 이루어지기 위한 중요한 열쇠는 듣기, 즉 상대방의 관심사에 귀를 기울여 주는 것임을 역설한다. 잘 듣는데 있어서 방해가 되는 장애물, 듣기의 종류, 듣기의 방법, 들어야 하는 이유 등을 설명하면서 결국 잘 듣게 되었을 때의 효과를 발표부부의 경험을 통하여 확인시킨다. 대화에 있어서 서로의 느낌을 인정하고 자신의 느낌도 숨김없이 표현하는 것이 중요함을 강조하며 생각과 느낌의 차이를 구분함으로써 대화에 있어서 느낌을 전달하는 방법에 대한 모델을 발표부부들의 경험을 통하여 제시한다(김명숙, 1998).

ME 주말의 중요한 목표는 참가 부부들에게 서로 사랑하고 있다는 사실을 깨닫게 하고, 그 사랑을 새롭게 하고, 북돋아 주며, 강화시켜 주기 위한 선물을 주기 위한 것이다. 따라서 ME 프로그램은 급변하는 사회 속에서 결혼과 가정에 대해 새로운 이해와 충실감을 주는데 큰 역할을 담당하고 있는 셈이다.

(2) 다리과정(Bridge Process)

다리과정은 주말을 마치고 나온 부부들이 ME 프로그램이 제시하는 가치관대로 생활할 수 있도록 도와주고 이들이 지역나눔모임에 자발적으로 참여하도록 이끌어 주기 위해 마련된 프로그램이다. 이 다리과정은 부부들이 ME주말에서 익힌 대화기법을 완벽하게 습득하지 못하여 부부대화에 흥미를 잃어버릴 수 있는 가능성을 최소화 시키고, ME주말의 효과를 지속 시키며 또 새롭게 속하게 될 각 가톨릭 교회내의 ME공동체에 소속되는데 따른 두려움을 극복하는데 도움을 주기 위해 고안된 것이다(W. W. ME 한국협의회, 1991).

다리과정은 모두 6회에 걸쳐 실시되는데 몇 가지 내용과 질문을 출발점으로 부부들로 하여금 자신의 필요성을 찾아내는 가운데 성장하도록 노력하고 자신들의 선택에 대해 더욱 책임있게 행동하기를 강조하고 있다. 첫 번째 모임에서의 화제는 주말경험이 부부에게 끼친 영향은 무엇이었으며, 나와 부부사이에 어떤 희망이 솟았는지를 알아보는 것이다. 두 번째 모임에서는 부부가 나누는 모든 종류의 대화에 있어서 느낌의 영향과 느낌의 근원을 찾아보게 하면서 보다 더 정확하고 개방적이며 적극적인 대화생활을 하도록 유도한다. 세 번째 모임은 ME주말에서 다루지 못한 대화기법을 구체적으로 가르쳐 준다. 즉 생각이나 판단, 행동에 대한 것을 대화의 주제로 삼아서 안되며 느낌을 나누는 것이 무엇보다 중요함을 강조한다. 네 번째 모임은 현대사회가 이끄는 대로 결혼한 독신생활을 계속 할 것인가, 정말 원하던 결혼생활을 되찾을 것인가를 선택하게 한다. 다섯 번째 모임은 ME부부로서 친밀하고 책임있는 관계를 통해 이웃에게 좋은 영향을 주는 표지생활을 하도록 요구하고 있다. 여섯 번째 모임은 각 가톨릭 교회내에 ME공동체를 부부들에게 소개하는 시간이다. 이 시간에는 ME의 가치관대로 사느냐 마느냐의 선택은 오로지 부부들에게 달려 있으며 어느 누구도 강제로 끌어들이지 않기 때문에 부부의 결심이 중요함을 인식시키고 있다.

(3) 지역 나눔 모임(Sharing)

ME 주말과 다리과정을 마친 후 많은 부부들은 여러 가지 문제로 인해 매일의 대화를 지속하기가 어려운 실정이다. 따라서 다리과정을 마친 ME부부들은 지역나눔모임에 소속된다. 지역나눔모임은 ME주말을 함께 수강한 부부들이 모이는 것이 아니라, 각 부부들이 현재 살고 있는 지역의 ME부부 4~5쌍이 함께 모여 모임을 갖는 것이다. 이 모임은 지역의 대표부부나 조장이 진행을 맡으며, 대개 한 달에 한 번 정도 모여 부부대화와 나눔을 갖는다. 지역나눔모임은 먼저 ME주말에 다녀온 이웃 부부들과 함께 정기적으로 모임을 가짐으로써 ME주말에서 익힌 부부대화기법을 숙지하고 실천해 봄으로써 ME 프로그램의 효과를 유지, 지속 시키려는데 목적이 있다.

4) ME 프로그램의 대화기법

ME 프로그램의 의사소통기법은 Ten & Ten(10/10)이라고 칭하며 대화의 주제에 대하여 부부 각자가 자신의 느낌과 생각을 10분 동안 쓰고 그 내용을 교환해서 읽은 후 10분 동안, 이 주제에 대한 대화를 나누는 것이다. 자기의 느낌과 생각을 표현할 때는 깊은 대화 5단계라는 기법을 사용하게 되는데 이 기법의 내용은 다음과 같다. 1단계는 어떤 사건과 그 상황에 대한 느낌을 구체적으로 묘사하는 것이다. 2단계는 그 느낌으로 인한 자신의 생각과 판단은 무엇인지를 적고, 3단계는 이런 느낌, 생각과 판단으로 인하여 나 자신이 일반적으로 취하게 되는 행동유형은 무엇인가를 기술하게 된다. 이 1, 2, 3단계를 통칭하여 인식 단계라고하며 4단계는 식별단계로서, 위 1단계부터 3단계까지의 대답이 자신의 기본적인 욕구에 대하여 알려주는 것이 무엇인지를 성찰하고 기술한다. 5단계는 책임단계라고 하며 자신의 느낌을 완화시키거나 부부관계를 발전시키기 위해 자신이 앞으로 취해야 할 성숙된 행동이나 자세는 무엇인가를 찾아내고 그것을 실천하기로 다짐하는 것이다.

III. 연구방법 및 절차

1. 연구대상

본 연구의 대상은 결혼기간이 5년 이상, 자녀가 1명 이상인 제주시내 거주하는 부부 22쌍이다. 2005년 11월부터 2006년 1월 초까지 제주 ME 주말을 신청한 부부 중 11쌍을 상담집단으로 구성하고, 동일지역에서 주말을 신청하지 않은 11쌍의 부부를 비교집단으로 구성하였다.

2. 연구설계

본 연구의 실험설계는 ME 프로그램을 실시한 상담집단과 실시하지 않은 비교집단을 비교하여 실험처치 결과를 평가하는 사전-사후 상담·비교집단 설계이다. 이 설계를 도식으로 나타내면 [그림 III-1]과 같다.

상담집단	$O_1 \times O_2$
비교집단	$O_3 \quad O_4$

O_1, O_3 : 사전검사

O_2, O_4 : 사후검사

\times : ME 프로그램

[그림 III-1] 연구설계

3. 연구절차

1) 연구의 진행절차

이 연구의 과정은 상담·비교집단의 구성, 사전검사, ME 프로그램의 적용, 사후검사, 통계처리 및 자료분석 순으로 진행하였다.

상담집단에게는 ME 프로그램을 실시·적용하였고, 비교집단에게는 상담기간 중 아무런 처치도 하지 않았다. ME 프로그램 중 2박 3일간(2006년 1월 20일부터 1월 22일까지)의 주말 프로그램에는 연구자 부부가 임원 봉사부부로 참가하고 사전검사를 실시하였으며, 주말을 수강한 부부를 대상으로 주말 후 프로그램인 다리과정을 직접 실시하였다.

주말 후 프로그램은 6주간(2006년 1월 27부터 3월 3일까지) 6회기에 걸쳐 이루어졌으며, 매주 1회를 실시하였다. 한 회기당 소요시간은 평균 120분으로 하였다. 이 프로그램의 실시를 마친 후, 사전검사에 사용했던 동일한 검사도구로 상담집단과 비교집단 모두에게 사후검사를 실시하였다.

4. 측정도구

1) 문제해결 행동측정

문제해결행동에 대한 측정은 노치영(1996)의 측정도구를 사용하였다. 이 측정도구는 부부갈등 해결에서 나타날 수 있는 행동들에 대한 31개의 문항을 제시하고 있으며, 3개의 하위요인으로 구성되었다.

상대방의 감정이나 입장을 존중하면서, 갈등에 대한 자신의 입장을 직접적으로 명확하게 표현하는 긍정적 방법, 갈등에 대한 자신의 입장이나 책임을 회피하는 방법, 갈등을 부정적으로 표현하는 부정적 방법이 그 하위요인이다.

응답범주는 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘항상 그랬다’(5점)의 5점 Likert 척도로서 점수가 높을수록 해당 대처방안을 많이 사용함을 의미한다. 각 하위척도별 신뢰도 계수는 긍정적 행동 .68, 회피적 행동 .65, 부정적 행동 .86이다.

<표 III-1> 문제해결행동측정 신뢰도 계수

하위척도	문항번호	신뢰도계수
긍정적 행동	1, 4, 7, 11, 16, 21, 24, 26	.68
회피적 행동	2, 5, 8, 13, 29, 31	.65
부정적 행동	3, 6, 9, 10, 12, 14, 15, 17, 18, 19, 20, 22, 23, 27, 28, 30	.86



2) 부부문제해결효율성

문제해결효율성에 대한 측정은 ME 프로그램 적용 전·후의 문제해결행동들이 부부들의 문제해결과 관계유지 측면에서 효과적이었는지를 평가하기 위해서 3문항으로 구성된 노치영(1996)의 측정도구를 사용하였다.

부부관계차원에서의 효율성에 대한 응답범주는 ‘매우 나빠졌다(1) ~ 매우 좋아졌다(5)’의 5점 Likert 측정도구로, 점수가 높을수록 문제해결행동이 부부관계를 유지하는데 많은 도움이 되었음을 의미한다.

문제해결차원에서의 효율성에 대한 응답범주는 ‘전혀 도움이 되지 않았다(1)~매우 많이 도움이 되었다(5)’의 5점 Likert 측정도구로, 점수가 높을수록 문제해결행동이 부부문제를 해결하는데 많은 도움을 의미한다. 신뢰도 계수는 .87이다.

3) 결혼만족도

결혼만족도 척도는 이인수·유영주(1986)의 연구에서 타당도가 높음이 검증된 Roach, Fraizer 와 Bowden(1981)의 MSS(Marital Satisfaction Scale)를 사용하였다. 본 연구에서는 Roach 등(1981)의 MSS의 척도 중에서 최규련(1987)과 서광희(1992)에 의해 타당성과 신뢰도가 높은 것으로 판명된 12문항을 재구성한 척도를 사용하였다. 척도의 응답 행동은 자신의 생각과 일치하는 정도에 따라 ‘전혀 그렇지 않다(5점)’에서 ‘매우 그렇다(1점)’ 까지 5가지이며, 긍정적인 문항(1번, 2번, 5번, 6번, 7번, 12번)은 역점수화 하였다. 점수가 높을수록 결혼만족도가 높다는 것을 나타낸다. 신뢰도 계수는 .94이다.

5. 자료처리


자료의 분석은 SPSS for Windows 12.0k 통계 패키지 프로그램에 의해 이루어졌으며, 본 연구문제의 가설을 검증하기 위하여 1) ME 프로그램을 받은 상담집단에 대해 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 대한 사전-사후 t검증을 실시하고 2) ME 프로그램을 받은 상담집단과 ME 프로그램을 받지 않은 비교집단에 대한 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 대한 t검증을 실시하였고 3) ME 프로그램을 받은 상담집단에서 성별에 따른 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 대한 t검증을 실시하였으며 4) ME 프로그램을 받은 상담집단에서 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 대한 상관분석을 실시하였다.

IV. 연구결과 및 해석

이 장에서는 ME 프로그램이 부부의 문제해결행동과 문제해결효율성 및 부부의 결혼만족도에 미치는 효과를 알아보기 위해 프로그램 투입 전후의 상담집단과 비교집단간의 사후검사의 차이를 t검증에 의해 비교·검증하여 그 효과를 분석하였다.

1. 연구대상에 대한 동질성 검증

문제해결행동에 대한 상담집단과 비교집단의 동질성 검증을 알아보기 위하여 t검증을 실시한 결과는 <표 IV-1>과 같다.


제주대학교 중앙도서관
 <표 IV-1> 문제해결행동에 대한 사전검사 비교

구분 하위척도	상담집단(n=22)		비교집단(n=22)		t
	M	SD	M	SD	
긍정적 행동	19.23	3.72	19.41	5.42	-0.13
회피적 행동	14.36	2.90	15.50	4.36	-1.02
부정적 행동	33.46	7.87	29.14	8.88	1.71

위의 <표 IV-1>의 문제해결행동에 대한 사전검사 비교와 같이, 상담집단과 비교집단의 문제해결행동의 하위요인(긍정적 행동, 회피적 행동, 부정적 행동)의 사전검사 비교에서 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 따라서 상담집단과 비교집단은 동질적이라 할 수 있다.

문제해결효율성에 대한 상담집단과 비교집단의 동질성 검증을 알아보기 위하여 평균과 표준편차를 산출하여 차이를 검증한 결과는 <표 IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 문제해결효율성에 대한 사전검사 비교

구분 \ 하위척도	상담집단(n=22)		비교집단(n=22)		t
	M	SD	M	SD	
문제해결효율성	10.46	2.44	10.59	1.62	-0.22

위의 <표 IV-2>에서 보는 바와 같이, 문제해결효율성에 대한 사전검사에서 상담집단(M=10.46)과 비교집단(M=10.59)이 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 따라서 상담집단과 비교집단은 동질적이라 할 수 있다.



결혼만족도에 대한 상담집단과 비교집단의 동질성 검증을 알아보기 위하여 평균과 표준편차를 산출하여 차이를 검증한 결과는 <표 IV-3>과 같다.

<표 IV-3> 결혼만족도에 대한 사전검사 비교

구분 \ 하위척도	상담집단(n=22)		비교집단(n=22)		t
	M	SD	M	SD	
결혼만족도	44.55	7.42	43.27	10.92	0.45

위의 <표 IV-3>과 같이, 결혼만족도에 대한 사전검사에서 상담집단(M=44.55)과 비교집단(M=43.27)이 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 따라서 상담집단과 비교집단은 동질적이라 할 수 있다.

2. 가설검증

1) 가설 1의 차이검증

가설 1. ME 프로그램을 받은 상담집단은 사전-사후검사에서 부부들의 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

(1) 문제해결행동에 대한 차이 검증

가설 1-1 : 문제해결행동(긍정적 행동, 회피적 행동, 부정적 행동)에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

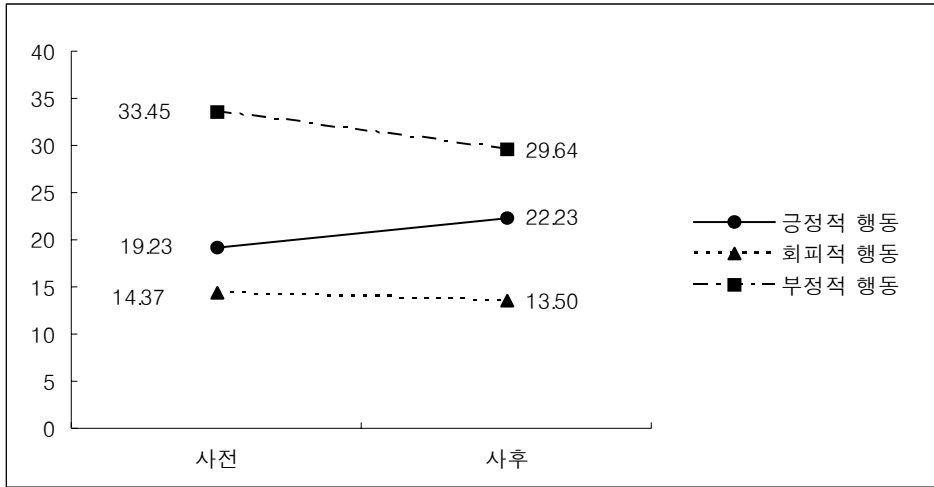


ME 프로그램을 받은 상담집단의 문제해결행동 사후검사가 프로그램을 투입 받기 전의 문제해결행동 사전검사와 차이가 있는지 알아보기 위해 사전-사후 점수 차이를 t검정한 결과는 <표 IV-4>, [그림 IV-1]과 같다.

<표 IV-4> 문제해결행동에 대한 상담집단의 사전-사후검사 비교

하위척도 \ 구분	사전검사(n=22)		사후검사(n=22)		t
	M	SD	M	SD	
긍정적 행동	19.23	3.72	22.23	4.92	-2.40*
회피적 행동	14.37	2.90	13.50	3.45	1.26
부정적 행동	33.45	7.87	29.64	9.84	2.15*

*p<.05



[그림 IV-1] 문제해결행동에 대한 상담집단의 사전-사후검사 비교

위의 <표 IV-4>와 [그림 IV-1]에서 나타난 상담집단의 문제해결행동에 대한 사전-사후검사의 분석 결과를 살펴보면, 긍정적 행동은 사전검사(M=19.23)에 비하여 사후검사(M=22.23)가 높게 나타나 통계적으로 유의한 차이($t=-2.40, p<.05$)를 보인 반면, 회피적 행동에서는 사전검사(M=14.37)에 비해 사후검사(M=13.50)가 다소 낮게 나타났으나 유의한 차이는 없었다. 그러나 부정적 행동은 사전검사(M=33.45)에 비해 사후검사(M=29.64)가 낮게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보였다($t=2.15, p<.05$).

이러한 결과는 부부들이 ME 프로그램에 참여한 후 부부문제에 대한 해결과정에서 자신의 입장이나 책임을 회피하거나 화풀이 하는 등의 부정적인 표현방식보다 상대방의 감정이나 입장을 존중하면서 관계유지에 효과적인 방법으로 표현하는 적극적이면서도 긍정적인 행동으로 변화되었음을 보여준다. 이것은 ME 프로그램 중 ‘자신과의 만남’을 통하여 자신의 행동에 대해 살펴보고 더 나은 부부관계를 위해 새롭게 결심하고 실천한 결과라고 말할 수 있다.

(2) 문제해결효율성에 대한 차이 검증

가설 1-2 : 문제해결효율성에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

ME 프로그램을 받은 상담집단의 문제해결효율성 사후검사가 프로그램을 투입 받기 전의 문제해결효율성 사전검사와 차이가 있는지 알아보기 위해 사전-사후 점수 차이를 t검정한 결과는 <표 IV-5>와 같다.

<표 IV-5> 문제해결효율성에 대한 상담집단의 사전-사후검사 비교

구분	M	SD	t
사전검사(n=22)	10.46	2.44	-5.33***
사후검사(n=22)	13.27	1.24	

***p<.001

위의 <표 IV-5>에서 보는 바와 같이 문제해결효율성에 따른 분석 결과를 보면, ME 프로그램에 참여하기 전 상담집단의 사전검사(M=10.46)에 비하여 사후검사(M=13.82)가 높게 나타났으며 이는 통계적으로 유의한 차이를 보였다($t=-5.33$, $p<.001$).

이러한 결과는 ME 프로그램 중 ‘듣기는 대화의 열쇠’에 참가한 상담집단이 공감적 경청과 입장 바꾸기 등을 체험해 봄으로써 자신의 듣기 태도에 대한 반성과 함께 자신의 감정을 느낌과 생각으로 구분하여 표현하는 느낌대화를 통하여 서로의 마음에 공감하고 협조를 유도함으로써 각자가 가치있는 존재로 여겨져 ‘당신도 옳고 나도 옳다’는 마음의 여유가 서로의 관계를 유지시키거나 혹은 향상시켜 준 결과라고 해석된다.

(3) 결혼만족도에 대한 차이 검증

가설 1-3 : 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

ME 프로그램을 투입 받은 상담집단의 결혼만족도에 대한 사전-사후 검사 점수 차이를 검증한 결과는 <표 IV-6>과 같다.

<표 IV-6> 결혼만족도에 대한 상담집단의 사전-사후검사 비교

구분	M	SD	t
사전검사(n=22)	44.55	7.42	-3.89***
사후검사(n=22)	49.36	7.14	



제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

***p<.001

위의 <표 IV-6>에서 나타난 상담집단의 결혼만족도에 따른 사전-사후검사의 분석 결과를 살펴보면, 사전검사(M= 44.55)에 비하여 사후검사(M=49.36)가 높게 나타나 통계적으로 유의한 차이가 나타났다($t=-3.89$, $p<.001$).

이와 같은 결과는 결혼생활을 만족하는 부부들이 결혼생활에 대해 불만족하는 부부들보다 더 많은 시간을 배우자와 함께 하고, 자신을 개방하며(박태영, 2005), 남성은 여성으로부터 애정표현을 충분히 받으면 만족하는 경향이 높고 여성은 정서적 교류가 있을 때 만족의 수준이 높다(노익상, 2002)는 선행연구에서와 같이, 부부가 함께 참여하는 ME 프로그램을 통하여 결혼할 때 가졌던 희망과 꿈을 되돌아보고 느낌대화를 통한 친밀한 의사소통과 함께 배우자와의 일치감을 느낌으로써 결혼에 대한 만족감이 향상된 것으로 해석할 수 있다.

2) 가설 2의 차이 검증

가설 2. ME 프로그램을 받은 상담집단은 프로그램을 받지 않은 비교집단보다 부모들의 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

(1) 문제해결행동에 대한 차이검증

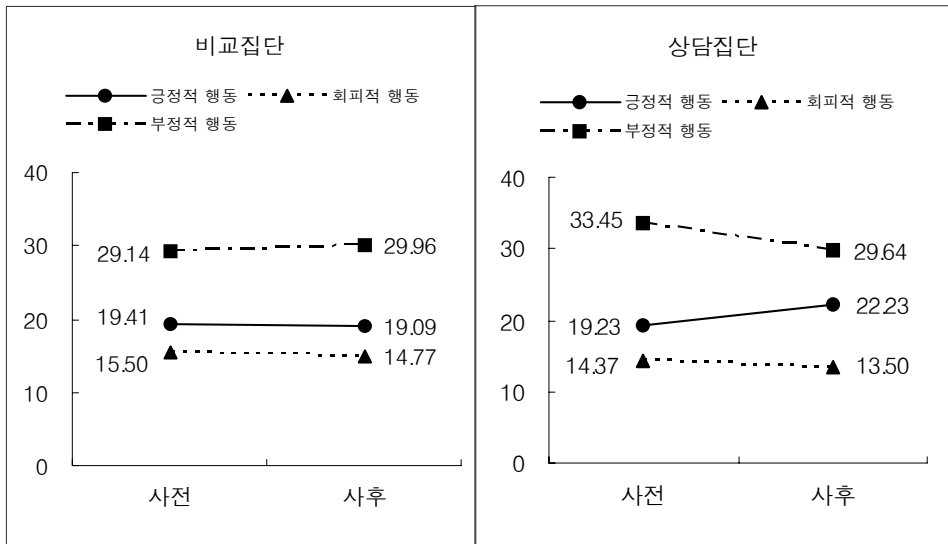
가설 2-1 : 문제해결행동(긍정적 행동, 회피적 행동, 부정적 행동)에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

ME 프로그램을 실시한 후의 상담집단과 비교집단간의 사전-사후 점수 차이를 t검정한 결과는 <표 IV-7>, [그림 IV-2]와 같다.

<표 IV-7> 문제해결행동에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후점수 비교

구분		상담집단(n=22)		비교집단(n=22)		t
		M	SD	M	SD	
긍정적 행동	사전	19.23	3.72	19.41	5.42	2.41*
	사후	22.23	4.92	19.09	3.61	
회피적 행동	사전	14.37	2.90	15.50	4.37	-1.12
	사후	13.50	3.45	14.77	4.06	
부정적 행동	사전	33.45	7.87	29.14	8.88	-0.12
	사후	29.64	9.84	29.96	7.94	

*p<.05



[그림 IV-2] 문제해결행동에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후 검사 비교

위의 <표 IV-7>과 [그림 IV-2]에서 보는 바와 같이, 문제해결행동에 대한 상담집단과 비교집단의 사후검사 비교 분석 결과를 보면, 사후검사 결과 긍정적 행동은 상담집단(M=22.23)이 비교집단(M=19.09)보다 높게 나타나 통계적으로 유의한 차이를 보였다($t=2.41, p<.05$). 반면 회피적 행동에 대한 사후검사 결과는 상담집단(M=13.50)이 비교집단(M=14.77)보다 약간 낮게 나타났으며 부정적 행동에 대한 사후검사에서도 상담집단(M=29.64)이 비교집단(M=29.86)보다 다소 낮게 나타났으나 유의한 차이는 없었다.

이 결과를 통해 ME 프로그램에 참여한 상담집단의 문제해결행동이 비교집단에 비하여 회피적 행동이나 부정적 행동보다 긍정적 행동으로 유의하게 향상되었음을 알 수 있다. 이것은 ME 프로그램 중 ‘부부관계를 우선으로 하는 삶’과 ‘오늘날 사회의 혼인’ 시간을 통하여 부부 관계를 위해 공정하게 싸우는 법을 터득함으로써 문제를 해결을 할 때 관계유지를 위한 긍정적인 행동으로 접근하고 있다고 판단할 수 있다.

(2) 문제해결효율성에 대한 차이 검증

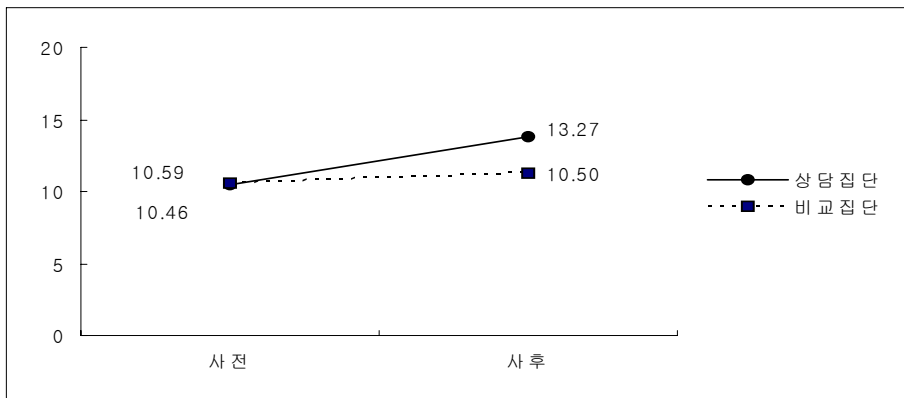
가설 2-2 : 문제해결효율성에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

상담집단과 비교집단의 문제해결효율성에 대한 사전-사후 점수 차이를 검증한 결과는 <표 IV-8>, [그림 IV-3]과 같다.

<표 IV-8> 문제해결효율성에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후검사 비교

구분		상담집단(n=22)		비교집단(n=22)		t
		M	SD	M	SD	
문제해결 효율성	사전	10.46	2.44	10.59	1.62	6.29***
	사후	13.27	1.24	10.50	1.65	

***p<.001



[그림 IV-3] 문제해결효율성에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후 비교

위의 <표 IV-8>과 [그림 IV-3]에서 나타난 문제해결효율성에 따른 상담집단과 비교집단의 사후검사 비교 분석 결과를 보면, 상담집단

(M=13.27)이 비교집단(M=10.50)보다 높게 나타났으며 이 결과는 통계적으로 유의한 차이로 나타났다(T=6.29, p<.001).

이러한 결과는 ME 프로그램을 받은 상담집단의 남편들이 가부장적인 입장에서 벗어나 평등하고 동등한 입장에서 아내를 인정하고 친밀한 관계 안에서 문제를 해결해 나가는 것으로 해석할 수 있다. 그리하여 부부 관계를 악화시킬 수 있는 문제 상황에서도 두 사람 중 어느 한편의 행동을 긍정적으로 바꾸어 가면서 두 사람이 주고 받는 반응을 긍정적으로 변화시키고자 노력한 결과라고 말할 수 있다. 이것은 남편과 아내가 상호 긍정적으로 문제를 해결할 때 상호 부정적으로 해결할 때보다 부부의 문제해결 효율성이 높았다는 노치영(1996)의 선행연구를 뒷받침해준다.

(3) 결혼만족도에 대한 차이 검증

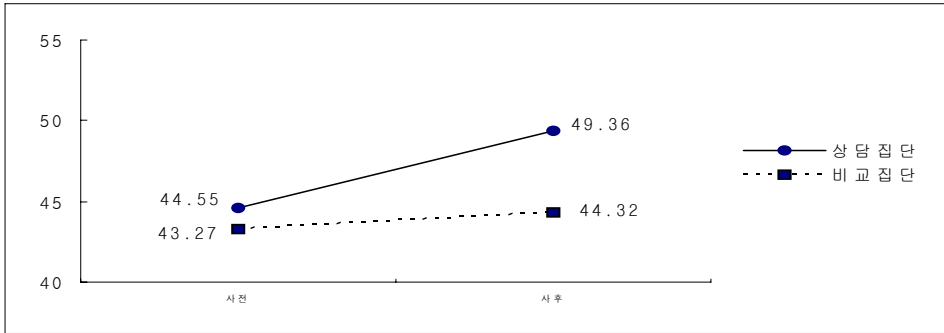
가설 2-3 : 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

상담집단과 비교집단의 결혼만족도에 대한 사전-사후 점수 차이를 검증한 결과는 <표 IV-9>, [그림 IV-4]와 같다.

<표 IV-9> 결혼만족도에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후 검사 비교

구분		상담집단(n=22)		비교집단(n=22)		t
		M	SD	M	SD	
결혼만족도	사전	44.55	7.42	43.27	10.92	2.15*
	사후	49.36	7.14	44.32	8.37	

*p<.05



[그림 IV-4] 결혼만족도에 대한 상담집단과 비교집단의 사전-사후 비교

위의 <표 IV-9>와 [그림 IV-4]에서 나타난 결혼만족도에 따른 사후검사 분석 결과를 보면, 상담집단(M=49.36)이 비교집단(M=44.32)보다 높게 나타났으며 통계적으로 유의한 차이로 나타났다($t=2.15, p<.05$).

이상의 ME 프로그램에 참가한 부부가 참가하지 않은 일반부부의 결혼만족도보다 높게 나타난 결과는, ME 프로그램을 수강한 집단이 결혼만족도가 향상되었다는 임송은 등(1996)의 여러 선행연구 결과와 일치한다. 이와 같은 결과는 ME 프로그램의 ‘가까워지기 위한 대화’와 ‘대화 중에 위험을 무릅쓰고 신뢰하기’ 시간 등을 통하여 무언의 대화와 친밀감을 표현하면서 나누기 어려웠던 부분까지 솔직히 개방하고 배우자를 신뢰하기로 결심하면서 얻어진 결과라고 해석된다.

3) 가설 3의 검증

가설 3. ME 프로그램을 받은 부부들은 성별에 따라 문제해결 행동, 문제해결효율성, 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

(1) 문제해결행동에 대한 차이 검증

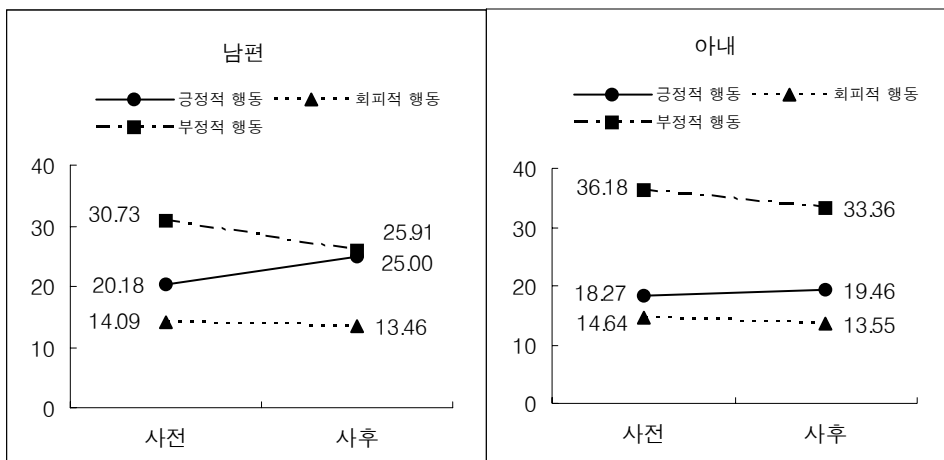
가설 3-1 : 문제해결행동(긍정적 행동, 회피적 행동, 부정적 행동)에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

ME 프로그램을 실시한 상담집단의 남편과 아내의 성별에 따른 문제 해결행동에 대한 차이의 검증 결과는 <표 IV-10>, [그림 IV-5]와 같다.

<표 IV-10> 문제해결행동에 대한 상담집단의 성별에 따른 비교

구분		남편(n=11)		t	아내(n=11)		t
		M	SD		M	SD	
긍정적 행동	사전	20.18	2.64	-2.59*	18.27	4.47	-0.76
	사후	25.00	4.34		19.46	3.89	
회피적 행동	사전	14.09	2.66	0.60	14.64	3.23	1.17
	사후	13.46	3.14		13.55	3.88	
부정적 행동	사전	30.73	8.06	2.93*	36.18	6.98	0.88
	사후	25.91	8.72		33.36	9.83	

*p<.05



[그림 IV-5] 문제해결행동에 대한 상담집단의 성별에 따른 비교

위의 표<IV-10>과 [그림 IV-5]에서 보는 바와 같이, 상담집단의 남편과 아내의 성별에 따른 문제해결행동에서 긍정적 행동인 경우 남편이 사전검사(M=20.18)보다 사후검사(M=25.00)가 높게 나타났으며 긍정적 행동의 변화가 통계적으로 유의하게 나타났다($t=-2.59, p<.05$). 아내의 경우는 사전검사(M=18.27)보다 사후검사(M=19.46)가 약간 높게 나타났으나 통계적으로 유의미한 차이를 없었다.

회피적 행동에서 남편은 사전검사(M=14.09)보다 사후검사(M=13.46)가 다소 낮게 나타났으나 유의미한 차이를 나타내지는 않았다. 또한 아내의 경우도 사전검사(M=14.64)보다 사후점수(M=13.55)가 낮게 나타났으나 유의미한 차이를 나타내지는 않았다. 즉, 회피적 행동에 대한 남편과 아내의 사후 평균 점수는 모두 낮게 나타났으나 유의미한 차이는 나타나지 않았다.

부정적 행동에서는 남편이 사전검사(M=30.73)에 비하여 사후검사(M=25.91)가 낮게 나타나 통계적으로 유의미한 차이($t=2.93, p<.05$)를 보였으나, 아내의 경우는 사전검사(M=36.18)보다 사후검사(M=33.36)가 다소 낮게 나타나도 통계적으로 유의미한 차이는 없었다.

즉, 남편은 부정적 행동에서 사전-사후에 통계적으로 유의한 차이를 보이고 있으나, 아내는 사전-사후에 통계적으로 유의한 차이가 나타나지 않았다.

이러한 결과는 Rusbult 등(1986)이 평소 문제해결행동에서 아내는 남편보다 표현형, 순종형이 많았고, 남편은 부인보다 무시형이 많다고 보고한 선행연구 결과에 비추어 볼 때, ME 프로그램을 통하여 남편이 아내보다 문제해결행동 변화에서 부정적 행동은 줄어들고 긍정적인 변화가 더 크다는 것을 알 수 있다. 이것은 문제해결과정에서 남편인 자신의 입장을 고수하여 아내를 무시하거나, 비난이나 화풀이를 하는 대신 타협을 통해 해결책을 모색하고 자신의 결점이나 책임을 인정함으로써 아내와의 관계를 개선해보려는 의지와 노력의 결과라고 해석된다.

(2) 문제해결효율성에 대한 차이 검증

가설 3-2 : 문제해결효율성에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

ME 프로그램을 받은 상담집단의 남편과 아내의 사전-사후검사에서 문제해결효율성에 대한 차이를 검증한 결과는 <표 IV-11>과 같다.

<표 IV-11> 문제해결효율성에 대한 상담집단의 성별에 따른 비교

구분		남편(n=11)		t	아내(n=11)		t
		M	SD		M	SD	
문제해결 효율성	사전	11.36	1.91	-3.42**	9.59	2.66	-4.00**
	사후	13.82	0.87		12.73	1.35	



제주대학교 중앙도서관
JEJU NATIONAL UNIVERSITY LIBRARY

**p<.01

위의 <표 IV-11>의 문제해결효율성에 대한 남편과 아내의 차이를 살펴보면 남편은 사전검사(M=11.36)에 비하여 사후점수(M=13.82)가 높게 나타나 통계적으로 유의미한 차이로 나타났다($t=-3.42, p<.01$). 아내도 사전검사(M=9.59)에 비하여 사후검사(M=12.73)가 높게 나타나 통계적으로 유의미한 차이가 나타났다($t=-4.00, p<.01$). 따라서 남편과 아내 모두가 문제해결효율성에서 유의한 변화가 있음을 보여준다.

이같은 결과는 ME 프로그램을 받은 후 부부 모두가 듣기와 공감을 더 잘하게 됨으로서 서로의 의견에 관심을 나타내고 긍정적으로 처리함으로써 부부문제를 두 사람 모두에게 책임이 있는 부부공동의 문제로 지각하면서 상호만족하는 해결책을 찾으려고 노력하면서 얻어진 결과라고 해석할 수 있다. 또한 결혼생활의 여러 측면 중 느낌대화를 통한 부부의 사소통과 부부 상호신뢰 및 동료의식이 향상된 것으로도 해석된다.

(3) 결혼만족도에 대한 차이 검증

가설 3-3 : 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

ME 프로그램을 받은 상담집단의 남편과 아내의 사전-사후검사에서 결혼만족도에 대한 차이를 검증한 결과는 <표 IV-12>와 같다.

<표 IV-12> 결혼만족도에 대한 상담집단의 성별에 따른 비교

구분		남편(n=11)		t	아내(n=11)		t
		M	SD		M	SD	
결혼만족도	사전	47.73	4.27	-3.49**	41.36	8.67	-2.03
	사후	53.73	4.80		45.00	6.48	



**p<.01

위의 <표 IV-12>의 결혼만족도에 대한 남편과 아내의 차이를 살펴 보면 남편의 경우 사전검사(M=47.73)에 비하여 사후검사(M=53.73)가 높게 나타나 유의미한 차이를 보이고 있다($t=-3.49$, $p<.01$). 아내의 경우는 사전검사(M=41.36)보다 사후검사(M=45.00)가 다소 높게 나타났으나 통계적으로 유의미한 차이는 없었다.

이처럼 아내에 비하여 남편의 결혼만족도가 높은 것은, ME에 참여한 상담집단의 남편들이 전통적인 고정관념사고에서 벗어나 결혼생활에 대한 인식을 새롭게 함으로써 부부문제를 있는 그대로 인정하고 받아들이는 능력이 향상되었다는 박경자(1981)의 연구결과를 뒷받침해준다.

또한 이러한 결과는 평소 가정을 우선으로 심리적 책임감을 느끼던 아내들에 비하여 ME 프로그램을 받은 후의 남편들이 결혼에 대한 태

도 변화가 큰 것으로 독특한 대화법을 통한 질 높은 의사소통과 성숙하고 긍정적인 행동의 변화에서 오는 만족감으로 해석할 수 있다.

4) 가설 4의 검증

가설 4 : ME 프로그램을 받은 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도는 서로 상관이 있을 것이다.

상담집단의 사후검사 결과 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 대한 상관관계를 검증한 결과는 다음 <표 IV-13>과 같다.

<표 IV-13> 상담집단의 사후 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도 상관분석 결과

	긍정적 행동	회피적 행동	부정적 행동	문제해결 효율성	결혼 만족도
긍정적 행동	-				
회피적 행동	-0.31	-			
부정적 행동	-0.44*	0.58**	-		
문제해결효율성	0.53*	-0.36	-0.17	-	
결혼만족도	0.33	-0.20	-0.44*	0.42	-

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

위의 <표 IV-13>의 결과를 보면 ME 프로그램에 참여한 상담집단의 사후 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도는 서로 상관이 있음을 알 수 있다.

문제해결행동인 긍정적 행동을 보면, 긍정적 행동이 높아질수록 부정

적 행동은 낮아지고 있으며($t=-0.44, p<.05$), 긍정적 행동이 높아질수록 문제해결효율성도 높아짐을 볼 수 있다($t=0.53, p<.05$). 또한 유의한 결과를 보이지는 않았으나 긍정적 행동이 높아질수록 회피적 행동은 낮아지고 결혼만족도는 높아짐을 알 수 있다.

문제해결행동인 회피적 행동을 보면, 회피적 행동이 높아지면 부정적 행동도 높아지는 것을 볼 수 있다($t=0.58, p<.01$).

또한 유의한 결과를 보이지는 않았으나 회피적 행동이 높아지면 문제해결효율성은 낮아짐을 볼 수 있다.

문제해결행동인 부정적 행동을 보면 부정적 행동이 높아질수록 결혼만족도는 낮아짐을 볼 수 있다($t=-0.44, p<.05$). 또한 유의한 결과를 보이지는 않았으나 부정적 행동이 높아질수록 문제해결효율성은 낮아짐을 볼 수 있다. 문제해결효율성을 보면 유의한 결과를 보이지는 않았으나 문제해결효율성이 높아질수록 결혼만족도는 높아짐을 볼 수 있다.

이러한 결과는 부부문제해결과정에서 파괴적 혹은 회피적 행동을 취하는 부부의 부부문제효율성은 낮고 결혼에 대해서 불만족한 것으로 나타나는 반면, 긍정적으로 행동하는 부부의 문제해결효율성은 높고 결혼에 대해서도 만족한 것으로 나타났다는 Canary와 Cupach(1988)의 연구결과를 지지하는 것으로(노치영, 1996, 재인용), ME 프로그램에 참가한 부부들의 문제해결행동이 긍정적 행동으로 변화함으로써, 문제해결효율성 및 결혼만족도가 높아진 것으로 해석할 수 있다.

V. 요약, 결론 및 제언

1. 요약

본 연구는 ME 프로그램이 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 미치는 효과를 알아보는데 그 목적이 있으며, 이를 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

첫째, ME 프로그램을 받은 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도는 어떠한가?

둘째, ME 프로그램을 받은 부부들과 ME 프로그램을 받지 않은 부부들은 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도에 어떤 변화가 있는가?

셋째, ME 프로그램을 받은 부부들의 성별에 따라 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도에는 어떤 변화가 있는가?

넷째, ME 프로그램을 받은 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도간에 어떤 상관성이 있는가?

이상과 같은 연구문제를 규명하기 위하여 다음과 같이 연구가설을 설정하였다.

가설 1. ME 프로그램을 받은 상담집단은 사전-사후검사에서 부부들의 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설 2. ME 프로그램을 받은 상담집단은 프로그램을 받지 않은 비교집단보다 부부들의 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설 3. ME 프로그램을 받은 부부들은 성별에 따라 문제해결행동, 문제해결효율성, 결혼만족도에서 유의미한 차이가 있을 것이다.

가설 4. ME 프로그램을 받은 부부들의 문제해결행동과 문제해결효율성 그리고 결혼만족도는 서로 상관이 있을 것이다.

위의 가설을 검증하기 위하여 사전검사, 상담집단과 비교집단의 구성, ME 프로그램의 적용, 사후검사, 통계처리 및 자료의 분석 순으로 진행하였다.

연구대상은 ME 프로그램에 참가하기를 희망하는 제주시내 거주 부부 11쌍과 참가하지 않는 동일지역의 부부 11쌍을 비교집단으로 선정하였다.

상담집단에게는 ME 프로그램을 실시·적용하였고, 비교집단에게는 상담기간 중 아무런 처치도 하지 않았다. ME 프로그램 중 2박 3일간의 주말 프로그램에는 연구자가 임원 봉사부부로 참가하고 사전검사를 실시하였으며, 주말을 수강한 부부를 대상으로 주말 후 프로그램을 직접 실시하였다. 주말 후 프로그램은 6주간 6회기에 걸쳐 이루어졌으며, 매주 1회를 실시하였다. 한 회기당 소요시간은 평균 120분으로 하였다. 이 프로그램의 실시를 마친 후, 사전검사에 사용했던 동일한 검사도구로 상담집단과 비교집단 모두에게 사후검사를 실시하였다.

문제해결행동에 대한 측정은 노치영(1996)의 측정도구를 사용하였다. 이 측정도구는 부부갈등 해결에서 나타날 수 있는 행동들에 대한 31개의 문항을 제시하고 있으며, 3개의 하위요인으로 구성되었다. 상대방의 감정이나 입장을 존중하면서, 갈등에 대한 자신의 입장을 직접적으로 명확하게 표현하는 긍정적 방법, 갈등에 대한 자신의 입장이나 책임을 회피하는 방법, 갈등을 부정적으로 표현하는 부정적 방법이 그 하위요인이다.

문제해결행동에 대한 측정은 ME 프로그램 실시 후 문제해결행동들이

문제해결과 관계유지 측면에 효과적이었는지를 평가하기 위해서 1문항씩 구성된 노치영(1996)의 측정도구를 사용하였다.

결혼만족도 척도는 Roach 등(1981)의 MSS의 척도 중에서 최규련(1988)과 서광희(1992)에 의해 타당성과 신뢰도가 높은 것으로 판명된 12문항을 재구성한 척도를 사용하였다.

본 연구에서의 자료의 분석은 SPSS 통계 프로그램에 의해 이루어졌으며, 본 연구문제의 가설을 검증하기 위하여 t검증을 실시하였고, ME 프로그램을 받은 상담집단에서 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도에 대해서는 상관분석을 실시하였다.

이상과 같은 과정을 통하여 얻어진 연구결과는 다음과 같다.

첫째, ME 프로그램을 받은 상담집단의 사전-사후검사에서 ME 프로그램에 참여하기 전 상담집단의 긍정적 행동($M=19.23$)보다 프로그램에 참여한 후 긍정적 행동($M=22.23$)이 유의하게 향상되었고($t=-2.40, p<.05$), 사전에 검사한 상담집단의 부정적 행동($M=33.45$)보다 사후 부정적 행동($M=29.64$)이 낮게 나타나 유의한 차이($t=2.15, p<.05$)가 나타났다.

또한 ME 프로그램을 받은 상담집단의 사전-사후검사에서 문제해결 효율성 비교에서는 사전검사($M=10.46$)보다 사후검사($M=13.27$)가 높게 나타나 유의한 차이를 보였다($t=-5.33, p<.001$). 결혼만족도에서도 사전검사($M=44.55$)보다 사후검사($M=49.36$)가 높게 나타나 통계적으로 유의하게 향상되었다($t=-3.89, p<.001$).

둘째, ME 프로그램을 받은 상담집단과 ME 프로그램을 받지 않은 비교집단의 사후검사 비교에서 문제해결행동에서는 상담집단($M=22.23$)이 비교집단($M=19.09$)보다 긍정적 행동에서 통계적으로 유의하게 향상되었다($t=2.41, p<.05$).

문제해결효율성에서도 ME 프로그램을 받은 상담집단($M=13.27$)이 비

교집단(M=10.50)보다 유의하게 향상되었으며($t=6.29, p<.001$), 결혼만족도에서도 상담집단(M=49.36)이 비교집단(M=44.32)보다 유의하게 향상되었다($t=2.15, p<.05$).

셋째, ME 프로그램을 받은 상담집단의 남편과 아내의 문제해결행동 비교에서 남편(M=25.00)이 아내(M=19.46)보다 긍정적 행동에서 유의한 차이를 보였고($t=-2.59, p<.05$), 부정적 행동에서도 유의한 차이를 보였다($t=2.93, p<.05$).

또한 문제해결효율성에서는 남편($t=-3.42, p<.01$)과 아내($t=-4.00, p<.01$)가 모두 유의한 차이를 나타내고 있으며, 결혼만족도에서는 남편만 유의한 차이를 나타냈다($t=-3.49, p<.01$).

넷째, ME 프로그램을 받은 상담집단의 사후 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도는 서로 상관이 있음을 볼 수 있다.

문제해결행동인 긍정적 행동이 높아질수록 부정적 행동은 낮아지고 있으며($t=-0.44, p<.05$), 긍정적 행동이 높아질수록 문제해결효율성도 높아짐을 볼 수 있다($t=0.53, p<.05$).

또한 문제해결행동인 회피적 행동을 보면, 회피적 행동이 높아지면 부정적 행동도 높아지고($t=0.58, p<.01$), 부정적 행동이 높아질수록 결혼만족도는 낮아지고 있다($t=-0.44, p<.05$).

2. 결론

본 연구의 연구결과를 토대로 다음과 같은 결론을 내릴 수 있다.

첫째, ME 프로그램은 부부의 문제해결행동에 긍정적인 효과가 있다.

이는 ME 프로그램을 통하여 부부문제를 바라보는 시각이 긍정적으로 변하고 상대방의 감정이나 입장을 존중하면서 갈등에 대한 자신의 입장을 회피하거나 부정적인 방법을 쓰지 않고 자신의 느낌을 솔직하면서도 명확하게 표현으로써 긍정적인 행동으로 문제를 해결하고자 노력하는 것으로 여겨진다. 따라서 자기중심적 입장에서 배우자에게 무조건 요구하는 등의 왜곡된 기준에서 벗어나 부부문제를 직면하면서 긍정적으로 해결해나감으로써 부부상호이해를 증진시킬 수 효과적인 프로그램임을 알 수 있다.

둘째, ME 프로그램은 부부들의 문제해결효율성을 높이는데 효과가 있다.

이는 ME 프로그램 실시 후 부부들의 변화된 긍정적인 행동이 부부들의 문제해결과정과 관계유지 측면에 긍정적 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 일반적으로 ME 프로그램은 느낌대화를 중심으로 의사소통을 원활하게 하여 부부간의 친밀감을 높이는 감정위주의 정적인 프로그램으로 여겨졌으나 위와 같은 결과는 부부문제에 대해 긍정적이면서도 적극적으로 풀어나가고 있음을 알 수 있다. 특히 남편의 문제해결효율성이 더 높게 나타나고 있음은 아내와 상호 긍정적으로 문제를 해결하는 조화를 이룰 때 부부관계 증진이나 문제해결에 효과적이라고 지각하고 있다고 말할 수 있다. 따라서 가부장적 가족관을 가지고 있는 우리나라의 부부문제를 중재해주는 프로그램에서는 남편의 부부문제해결과정을 수정하는데 관심을 두어야 한다

(노치영, 1996)는 선행 연구에 비추어볼 때 ME 프로그램은 매우 효과적임을 시사하고 있다.

셋째, ME 프로그램은 부부의 결혼만족도를 향상시키는데 효과가 있다.

남편은 물론 부인의 결혼만족도에도 효과가 있는 것으로 나타났으며 특히 ME에 참여한 상담집단의 남편들의 결혼만족도는 아내에 비하여 훨씬 높게 나타났다. 이는 다른 여러 선행연구들의 결론과도 일치하며 ME 프로그램의 독특한 대화법을 통한 질 높은 의사소통과 성숙하고 긍정적인 행동으로 변화하고자하는 노력이 결혼만족도를 높여주고 있다고 결론지을 수 있다. 또한 이같은 결과는 ME 프로그램의 느낌대화를 통하여 갈등에 대한 부부의 지각이 서로 상이하다는 것을 부부 자신이 이해하고 수용할 때 문제 극복과 결혼만족의 향상을 가져올 수 있음을(임승락, 1998) 지지하고 있다.

넷째, 부부의 문제해결행동과 문제해결의 효율성, 결혼만족도는 서로 상관관계가 있다.

문제해결행동인 긍정적 행동을 보면, 긍정적 행동이 높아질수록 부정적 행동은 낮아지고 있으며, 긍정적 행동이 높아질수록 문제해결효율성도 높아졌다. 또한 회피적 행동이 높아질수록 부정적 행동도 높아지고, 부정적 행동이 높아질수록 결혼만족도는 낮아졌다.

이것은 부부 두 사람 중 한 편이라도 자신의 행동을 긍정적으로 바꿈으로써, 부부관계를 악화시킬 수 있는 부정적 상호작용을 수정하게 되고 새로운 관계로 발전하면서 문제해결효율성이 증가하고 결혼에 대해서도 만족도가 높아짐을 시사하고 있다.

이상의 결론에서 ME 프로그램은 구체적으로 부부들의 문제해결과정에서의 행동변화와 문제해결의 효율성 및 결혼만족도에 많은 영향을 미치고 있음이 입증되었다. 이는 ME 프로그램의 독특한 대화법

으로 끊임없이 반복되는 부부갈등문제를 부부 자신의 개인적 틀로 바라보지 않고 배우자의 입장에서 문제를 바라보면서, 자신의 감정을 솔직하게 표현함으로써, 부부간의 상호이해를 증진시키며 자신의 긍정적인 변화를 시도하고 있음을 보여준다.

따라서 부부중심의 가정생활과 결혼행복을 중시하는 가치관이 확산되면서도 오히려 갈등으로 인한 이혼이 급증하는 현대 사회 부부간의 대화방법과 갈등해결방법에 대한 교육의 필요성도 증가하고 있는 현실적 흐름을 볼 때, ME 프로그램은 자칫 습성화되기 쉬운 부부관계를 새롭게 하는 계기를 마련해 주며, 부부 상호간의 가치를 재인식 시켜주고 부부간에 일체감을 주어 결혼생활만족에 기여할 수 있는 효과적인 프로그램이라고 결론지을 수 있다.

3. 제언



첫째, ME 프로그램은 주말 프로그램과 여러 후속프로그램이 보급되어 있으나 여기서는 2박 3일간의 ME 주말 프로그램과 다리과정으로 제한하여 단기간 변화를 측정하였기 때문에 기타 후속 프로그램까지 포함한 지속적인 연구가 필요하다.

둘째, ME 프로그램이 부부의 긍정적인 문제해결행동과 문제해결효율성 및 결혼만족도를 향상시키는데 효과적인 프로그램으로 검증되었다. 따라서 일반사회복지기관의 가정복지사업으로 확산되어 저소득층가정을 비롯한 일반 부부들을 위한 프로그램으로 폭넓게 실시될 수 있도록 적극적인 홍보 및 활성화가 필요하다.

참 고 문 헌

- 고현선·지금수(1995). 부부의 갈등대처유형이 결혼만족도에 미치는 영향. **한국가정관리학회지**, 13(4), 71-83.
- 길미령(1990). **부부의 공동의사 결정시 내재된 갈등과 갈등관리 형태에 관한 연구**. 석사학위논문, 이화여자대학교대학원.
- 김득성(1994). 결혼초기 결혼만족도와 결혼안정성간의 관계: 사회교환 이론적 접근. **부산대학교가정대학연구보고**, 20, 25-33.
- 김명숙(1999). **Marriage Encounter(me)프로그램의 효과에 관한 연구**. 석사학위논문, 카톨릭대학교대학원.
- 김명자(1985). 가족관계에 대한 부부의 가치의식과 결혼만족도에 관한 연구. **숙명여자대학교 아세아여성연구**, 24, 139-166.
- 김은정(1992). **결혼초기 주부의 역할갈등 및 갈등해결방법과 결혼만족도**. 석사학위논문, 이화여자대학교대학원.
- 김진숙(1991). **가톨릭 가정복지 프로그램으로서의 부부일치운동(Marriage Encounter) 확산방안에 관한 연구**. 석사학위논문, 서울여자대학교대학원.
- _____ (2003). 부부 문제에 대한 인지행동적 접근. **심리과학**, 12(1), 서울대학교심리과학연구소.
- 김희진(2004). **결혼초기 부부관계향상 프로그램 개발**. 서울여자대학교대학원.
- 노익상(2002). **한국도시 기혼남녀의 배우자 만족도 연구-개인적, 환경적, 상호작용 요인-**. 고려대학교 대학원 박사학위논문.
- 노치영(1996). **한국 부부의 부부문제해결과정: 자아상태, 문제인지, 문제해결행동을 중심으로**. 박사학위논문, 이화여자대학교대학원.
- 노치영·최혜경(1996). 한국 부부의 부부문제해결과정: 자아상태, 문제인지, 문제해결행동을 중심으로. **한국가정관리학회지**,

14(3), 237-248.

- 마진학(1982). 메리지엔카운터는 무엇인가?. 경향잡지 8월호, 113-115.
- 박경자(1981). 부부상호간의 의사소통과 가정생활 행복도와 의 관계에 관한 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교대학원.
- 박태영(2005). 한국인의 기혼남녀들의 결혼만족도에 대한 비교연구. 숭실대학교 사회사업과. 상담학연구 Vol. 6(2) 601-619.
- 서광희(1992). 농촌부부의 배우자역할평가와 결혼만족도. 석사학위논문, 한국교원대학교대학원.
- 송말희(1986). 도시 주부의 커뮤니케이션 이해도와 결혼만족도간의 관계 연구. 석사학위논문, 숙명여자대학교대학원.
- _____(1990). 기혼 남·녀의 부부간 갈등정도와 대응행동에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 8(2), 31-47.
- 송시내(1999). 결혼생활만족과 부부 의사소통에 관한 연구. 석사학위논문, 성신여자대학교대학원.
- 송영란(1989). Marriage Encounter와 부부간의 의사소통 및 결혼만족도에 관한 연구. 석사학위논문, 숙명여자대학교대학원.
- 안수진(1997). 신경증적 경향성과 결혼만족도: 책임귀인 양식과 문제해결 행동의 매개변인 검증. 석사학위논문, 가톨릭대학교대학원.
- 유병일(2002). 부부 사랑의 여정과 혼인성사 : 'World Wide Marriage Encounterd'의 첫주말을 중심으로. 가톨릭신학과사상, 39. 가톨릭대학교.
- 유영주(1976). 한국가족에 있어서의 결혼연구: 현대인의 결혼관조사를 중심으로. 인하대학교 논문집, 2, 127-150.
- 유은희(1994). 상담가족의 부부간 상호작용. 한국가족상담연구소 주최 학술세미나 연구보고서, 1, 40-53.
- 이영숙(1990). 부부간의 지위부조화와 갈등해결방법에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 8(1), 49-67.

- 이옥진(1982). **부부의 결혼만족도에 관련된 가정변인에 관한 연구**. 석사학위논문, 한양대학교대학원.
- 이인수·유영주(1986). 결혼만족도 척도의 타당화 연구. **한국가정관리학회지**, 4(1), 1-14.
- 임송은(1996). **Marriage Encounter Program이 결혼만족도에 미치는 효과**. 석사학위논문, 성신여자대학교대학원.
- 임승락(1998). **부부간 의사소통 행동과 결혼 생활 만족: 성차, 요구입장 차이 및 성격 특성의 영향**. 석사학위 논문, 고려대학교대학원.
- 임승락·권정혜(1998). 부부간 의사소통 행동과 결혼생활 만족: 성차, 요구입장 차이 및 성격특성의 영향. **1998년도 한국심리학회 연차학술발표대회 논문집**, 109-123.
- 장은경(2001). **부부간 의사소통과 결혼만족도의 관계**. 석사학위논문. 연세대학교대학원.
- 정승혜(1988). **부부의 성역할태도에 따른 결혼만족도 연구**. 석사학위논문, 이화여자대학교대학원.
- 정윤영(1998). **부부대화법(Couple Communication) 프로그램이 의사소통기술 활용정도, 자아존중감, 갈등해결방법 및 결혼만족도에 미치는 효과**. 석사학위논문, 서산대학교대학원.
- 조경림(1996). **부부간의 커뮤니케이션 단계에 따른 결혼만족도**. 석사학위논문, 침례대학교대학원.
- 조유리(2000). **부부갈등 및 갈등대처행동과 결혼만족도**. 석사학위논문, 전남대학교대학원.
- 최규련(1987). **한국도시부부의 결혼만족도요인에 관한 연구**. 박사학위논문, 고려대학교대학원.
- _____(1993). **맞벌이 부부의 결혼만족도와 우울증에 관한 연구**. **대한가정학회지**, 31(1), 61-84.
- _____(1995). **가족체계의 기능성, 부부간 갈등 및 대처방안과 부부의**

- 심리적 적응과의 관계. **대한가정학회지**, 33(6), 99-113.
- _____ (1997). 부부대화법 프로그램의 한국에서의 적용효과. **한국가족관계학회지**, 2, 142-165.
- 최정숙(1996). 부부관계향상을 위한 부부의사소통교육 프로그램의 효과성에 관한 연구. 석사학위논문, 이화여자대학교대학원.
- 최혜경·노치영(1994). 기혼남녀의 부부간 문제해결행동유형. **한국가정관리학회지**, 12(2), 261-272.
- 최혜경·박의순·노치영(1994). 결혼초기 부부를 위한 부부교육프로그램의 구성. **한국가정관리학회지**, 12(10), 171-180.
- 통계청(2006). 2005년 혼인 이혼 통계결과 보도자료.
- 한국가족상담교육연구소 학술보고서(1994). 한국도시가족의 부부문제 연구. **한국가족 상담교육연구소개소 학술세미나 연구보고서**.
- 한미향(1999). 부부의 자아분화와 부부갈등 및 갈등대처방안과의 관계. 석사학위논문, 서강대학교대학원.
- 허운정(1997). 부부관계 유형에 따른 결혼만족도 연구: 의사소통과 갈등 해결행동을 중심으로. 석사학위논문, 성신여자대학교대학원.
- W.W.ME 한국협의회(1991). **쉐링지침서**. 서울: W.W.ME 한국협의회.
- W.W.ME 한국협의회(1991). **다리과정지침서**. 서울: W.W.ME 한국협의회.
- W.W.ME 한국협의회(1997). **한국ME 20년사**. 서울: 선정문화사.
- W.W.ME 한국협의회(2003). **ME주말지침서**. 서울: W.W.ME 한국협의회.
- W.W.ME 한국협의회(2005). **주말워크북**. 서울: W.W.ME 한국협의회.
- W.W.ME 한국협의회(2006). **2월 정기총회자료집**. 서울: W.W.ME 한국협의회.
- Almario, R., What is marriage Encounter?. *Philippine Priests Forum*, 1976.
- Baucom, D. H., & Epstein, N.(1990). *Cognitive-behavioral marital therapy*. New York: Brunner/Mazel.

- Bosco, A., *Marriage Encounter - The rediscovery of Love. Indiana : Abbey Press, 1973.*
- Canary, D. J. & Cupach, W. R.(1988). Relational and episodic characteristics associated with conflict tactics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5, 305-325.
- Carver, C. S. & Scheier, M. F.(1994). Situational coping and coping dispositions in a stressful transaction. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(1), 184-195.
- Christensen A. & Shenk, J. L.(1991). Communication, conflict, and psychological distance in non-distressed, clinic, and divorcing couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(3), 458-463.
- Christensen, A. & Heavey, C. L.(1990). Gender and social structure in the demand and/withdraw pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(1), 73-81.
- Doherty, W. J., Lester, M. E. & Leigh, G.(1986). *Marriage Encounter Weekends: Couples Who Win and Couples Who Lose. Journal of Marriage and the Family*, 12, 49-61.
- Fitzpatrick, M. A. & Indvick, J.(1982). The instrumental and expressive domains of marital communication. *Human Communication Research*, 8, 195-213.
- Fitzpatrick, M. A.(1988). *Between husbands and wives: Communication in marriage*. Newbury Pak, CA: Stage.
- Gottman, J. M.(1993). The roles of conflict engagement, escalation and avoidance in marital interaction: A longitudinal view of Five types of couples. *Journal of consulting &*

- clinical psychology*, 61(1), 6-15.
- George Levinger and David J. Senn(1967). Disclosure of feeling in marriage. *Merrill-Palmer Quartely*, 13, 237-249.
- Jacobson, N. & Margolin, G.(1979). *Marital Therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Lester, M. E., & Doherty, W. J.(1983). Couples' Long-time Evaluations of their Marriage encounter Experience. *Journal of Marital and Family Therapy*, 9, 183-188.
- Madden, M. E. & Janoff-Bulman, R.(1981). Blame, control and marital satisfaction: Wives's attribution for conflict in marriage, *Journal of Marriage and The Family*, 43, 663-674.
- Patterson, G. R., & Hops, H.(1972). Coercion, a game for two: Intervention techniques for marital conflict. In R. E. Ulrich & P. Montjoy (Eds.), *The Experimental Analysis of Social Behavior*, 424-440. New York:Appleton-Century-Crofts.
- Rausch, H. L., Barry, W. A. Hertel, R. K., & Swain, M. A.(1974). *Communication, Conflict, and Marriage*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Roach, A. J., Fraizer, L.P., Bowden, S. R.(1981). The marital satisfaction scale: Development of a Measure for Intervention research, *Journal of Marriage and The Family*, 43, 359-367.
- Rusbult, C. E., Johnson, D. J., & Morrow, G. D.(1986). Impact of couple patterns of problem solving on distress and nondistress in dating relationships. *Journal of*

Personality & Social Psychology, 50(4), 744-753.

Sabourin, S., Laporte, L. & Wright, J.(1990). Problem solving self-appraisal and coping effects in distressed and nondistressed. *J of Marital and Family Therapy*, 16(1), 89-97.

Milholland, T. A., & Avey, A. W.(1982). Effects of marriage encounter on self-disclosure, trust and marital satisfaction. *Journal of Marital and Family*, 8, 87-89.



<Absract>

**The Effect of the ME Program on Marital Problem solving
Behavior, Effective Problem solving and Marital Satisfactionⁱⁱ**

Boo, Hee-Ok

Counselling Psychology Major
Graduate School of Education, Jeju National University
Jeju, Korea

Supervised by Professor Hur, Chul-Soo

The purpose of this thesis is to examine the effects of the Marriage Encounter program(ME program) on marital problem solving behavior. The overall goal of this thesis is to determine how the ME program contributes to effective problem solving and in the end, marital satisfaction. To achieve this objective, I established the following research questions:

First, how did the ME program influence married couples who participated in the program?

Second, using comparative studies, are there notable differences between couples who participated in ME Program and couples who

* This thesis submitted to the Committee of the Graduate School of Education, Cheju University in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Education in August, 2006.

did not?

Third, are there differences by gender among couples who participated in ME Program in terms of marital problem solving behavior, effective problem solving, and marital satisfaction?

Last, how do these 3 elements correlate with one another?

The subjects for this project are 11 couples who joined the ME program. A comparative study was conducted these couples with those who did not participate in the program. The participating couples joined a ME weekend program and a bridge program as volunteers.

To quantify data, I applied No Chiyong's measurement(1996) to index both marital problem solving behavior and effectiveness in marital problem solving. I applied Roach's MSS index(1981) which has been developed by Chio Gyuryun(1988) and Seo Gwanghee(1992) to measure marital satisfaction. The data analysis was done using SPSS, and I completed pre-and post t-verification and correlation analysis. Through this research process, I drew the following conclusions:

First, the ME program had a positive effect on marital problem solving.

Second, the ME program seemed to increase the effectiveness of marital problem solving.

Third, the ME program was correlated to improve marital satisfaction.

Finally, these 3 elements positively correlate.

In conclusion, ME Program has the positive effect of improving marital satisfaction. It also suggests that ME program plays a great role as a mediator in marital problem solving. This is important as modern society can be characterized as having more couple -centered families and a high divorce rate.



부 록

<부록 1> 설문지 62



<부록 2> Ten & Ten 부부편지 72

<부록 1>

설문지 (남편용)

안녕하십니까?

본 설문지는 결혼생활에서 누구나 겪고 있는 부부문제해결 과정에 대해 알아보고자 작성된 것으로, 보다 건전한 부부관계를 모색하는데 도움이 될 기초 자료로 사용하고자 합니다. 조사 결과는 본 연구의 자료로만 사용될 뿐 연구 이외의 다른 어떠한 목적으로는 절대 사용되지 않으며, 응답 내용은 일체 외부에 공개되지 않습니다.

조사는 무기명으로 실시되며 각 질문에는 정답이 없으므로 문항을 읽어 가시면서 귀하가 느끼시는 대로 솔직하고 성실하게 대답해 주시면 됩니다.

귀하의 응답 하나 하나는 본 연구에 매우 귀중한 자료이므로 한 문항도 빠짐없이 응답해 주시길 부탁드립니다.

또한 자료의 정확성을 위해 부부가 서로 상의하지 마시고 응답하신 후, 함께 드린 봉투에 넣어 봉하셔서 돌려 주십시오.

감사합니다.

제주대학교 교육대학원

상담심리 전공

부 희 옥 드림

사람들은 누구나 여러 가지 문제들을 겪고 있습니다. 부부 사이에서도 서로 의견이 맞지 않거나, 서로의 욕구를 충족시키지 못할 때, 혹은 서로에게 좋지 않은 일이 있을 때 문제를 느끼게 됩니다. 이러한 문제는 쉽게 해결될 수도 있지만, 경우에 따라서는 쉽게 해결되지 않고 오래 갈 수도 있습니다.

1. 지난 1년간 우리 부부간에 겪었던 갈등들을 해결해 가는 과정에서, 귀하가 대체로 아래와 같은 행동들을 어느 정도로 하였는지 해당란에 √를 표시해 주십시오.

나는	전혀 그렇지 않았다	가끔 그랬다	보통 그랬다	자주 그랬다	항상 그랬다
1. 아내의 생각이나 의견을 이해하려고 했다.	1	2	3	4	5
2. 아내와 실랑이를 벌이기 싫어서 본심과 다른 말을 하거나 거짓말을 했다.	1	2	3	4	5
3. 아내에게 꼬치꼬치 캐물었다.	1	2	3	4	5
4. 조용하고 합리적으로 이야기 했다.	1	2	3	4	5
5. 체념하거나 참았다.	1	2	3	4	5
6. 아내가 포기할 때까지 내 입장을 고수했다.	1	2	3	4	5
7. 아내와 협상이나 타협을 통해 해결책을 찾아 실천에 옮겼다.	1	2	3	4	5
8. 나의 생각이나 느낌을 표현하지 않았다.	1	2	3	4	5
9. 전문가나 다른 사람들에게 하소연하거나 해결을 구했다.	1	2	3	4	5
10. 아내에게 신세한탄, 불평 등을 늘어놓거나 짜증을 부렸다.	1	2	3	4	5
11. 아내에게 메모나 편지를 쓰거나 전화를 했다.	1	2	3	4	5
12. 내 뜻을 따를 때까지 아내를 거부하거나 차갑게 해댔다.(예 : 다른 방 쓰기, 잠자리 피하기, 늦은 귀가, 밥을 먹지 않음 등)	1	2	3	4	5

나는	전혀 그렇지 않았다	가끔 그랬다	보통 그랬다	자주 그랬다	항상 그랬다
13. 화제를 돌리거나 문제를 심각하게 받아들이지 않으려고 했다.	1	2	3	4	5
14. 종교나 점, 무당 등에 의존했다.	1	2	3	4	5
15. 아내에게 소리를 지르거나 비난, 욕, 협박을 했다.	1	2	3	4	5
16. 아내가 지적한 나의 결점을 고쳤다.	1	2	3	4	5
17. 애기도중 자리를 뜨거나, 방(혹은 집)을 나가는 등 아내를 피했다.	1	2	3	4	5
18. 다른 이성을 생각하거나 그리워했다.	1	2	3	4	5
19. 아내대신 다른 사람에게 화풀이를 했다.	1	2	3	4	5
20. 아내에게 눈물로 호소했다.	1	2	3	4	5
21. 서로의 결점이나 문제의 책임을 인정했다.	1	2	3	4	5
22. 삶의 의욕이 떨어져 해야 할 일을 등한시 했다. (예 : 집안일이나 직장 일을 하지 않거나, 아이를 내팽겨치거나, 스스로를 가꾸지 않는 등)	1	2	3	4	5
23. 일부러 아내가 싫어하는 행동을 하거나 평소와 다른 행동을 했다.	1	2	3	4	5
24. 내 뜻을 거절하지 못하도록 아내에게 특별히 잘해주었다. (예 : 일부러 잠자리를 같이 함, 좋아하는 음식 준비, 선물을 사주거나 돈을 주는 등)	1	2	3	4	5
25. 화난 감정을 거칠은 행동으로 표현했다.(예: 때리듯이 위협, 발 구르기, 문 광 닫기, 물건을 부수거나 아무데나 던지기 등)	1	2	3	4	5
26. 아내의 비위를 맞추거나 구슬려서 기분을 좋게 만든 후, 문제에 대해 얘기했다.	1	2	3	4	5

27. 모든 관계를 끊어 버릴 생각을 했다.(예: 이혼, 죽어버리겠다는 생각 등)	1	2	3	4	5
28. 아내를 때리는(혹은 꼬집거나 할퀴는) 등 해를 가했다.	1	2	3	4	5
29. 문제를 잊어버리거나 기분을 전환시키기 위해서 다른 일에 몰입했다.(예 : 음식을 먹기, 술 마시기, 담배피기, 잠만 자기, TV 보기, 운동하기, 일에 매달리기 등).	1	2	3	4	5
30. 다른 사람(예 : 아이, 친척, 친구 등)을 예로 들면서, 내 뜻의 타당성을 강하게 주장했다.	1	2	3	4	5
31. 내 자신을 탓하거나, 팔자 탓으로 돌렸다.	1	2	3	4	5

2. 지난 1년간 부부간에 겪었던 문제들을 해결하는 과정에서, 귀하는 해결을 위해 많은 시도(노력)를 하셨습니다. 귀하는 다음의 각 문항들에 대해 어떻게 생각하셨는지를 잘 나타낸 숫자 위에 √를 해주시거나, 해당되는 번호를 적어주십시오.

2-1. 많은 시도(노력)를 한 후, 대체로 귀하의 기분은 어떠했습니까? ()

- ① 매우 나빠졌다 ② 나빠졌다. ③ 아무렇지 않았다.
④ 좋아졌다. ⑤ 매우 좋아졌다.

2-2. 많은 시도(노력)를 한 후, 대체로 귀하의 부부관계는 어떻게 되었습니까? ()

- ① 매우 나빠졌다 ② 나빠졌다. ③ 아무렇지 않았다.
④ 좋아졌다. ⑤ 매우 좋아졌다.

2-3. 귀하의 많은 시도(노력)가 대체로 부부간의 문제를 해결하는데 어느 정도로 도움이 되었습니까? ()

- ① 전혀 도움이 되지 않았다. ② 약간 도움이 되었다.
③ 보통 도움이 되었다. ④ 많이 도움이 되었다.
⑤ 매우 많이 도움이 되었다.

3. 결혼생활을 하고 있는 대부분의 사람들은 자신의 결혼생활에 대해 주관적인 느낌과 생각을 갖고 있습니다. 다음 문항을 읽고 귀하의 생각을 잘 나타낸 해당란에 √를 표시해 주십시오.

문 항	전혀 그렇지 않다	비교적 그렇지 않다	보통이다	비교적 그렇다	매우 그렇다
1. 지금까지 나의 결혼생활은 성공적이었다.	1	2	3	4	5
2. 나의 결혼생활은 생각했던 것만큼 행복하다.	1	2	3	4	5
3. 나의 결혼생활에서 일어난 일들 때문에 화가 나고 짜증스러울 때가 있다.	1	2	3	4	5
4. 배우자는 나를 당황하게 하고 신경을 날카롭게 할 때가 있다.	1	2	3	4	5
5. 나의 결혼생활의 미래는 희망적이다.	1	2	3	4	5
6. 나는 배우자와 사이좋게 지내고 있다.	1	2	3	4	5
7. 나의 결혼생활은 다른 어떤 일보다 나에게 큰 만족감을 준다.	1	2	3	4	5
8. 나는 지금의 배우자와 결혼한 것을 후회할 때가 있다.	1	2	3	4	5
9. 배우자를 신뢰하기 어려운 경우가 있다.	1	2	3	4	5
10. 나의 결혼생활이 불행하다고 생각되는 때가 있다.	1	2	3	4	5
11. 결혼생활을 잘 해보려고 노력하는 일에 지칠 때가 있다.	1	2	3	4	5
12. 나는 확실히 나의 결혼생활에 만족한다.	1	2	3	4	5

4. 다음문항에 해당사항을 기록해 주십시오.

- 가. 귀하의 성은? ① 남 () ② 여 ()
 나. 귀하의 연령은? 만 ()세
 다. 결혼하신지 몇 년 되셨습니까? 약 ()년
 라. 귀하의 자녀는 몇 명입니까? 남 ()명, 여 ()명
 마. 귀하의 학력은? ()
 ① 국졸 ② 중졸 ③ 고졸 ④ 대졸 ⑤ 대학원졸
 바. 귀하의 종교는 무엇입니까? ()
 ① 천주교 ② 기독교 ③ 불교 ④ 무교 ⑤ 기타

설문지 (아내용)

안녕하십니까?

본 설문지는 결혼생활에서 누구나 겪고 있는 부부문제해결 과정에 대해 알아보고자 작성된 것으로, 보다 건전한 부부관계를 모색하는데 도움이 될 기초 자료로 사용하고자 합니다. 조사 결과는 본 연구의 자료로만 사용될 뿐 연구 이외의 다른 어떠한 목적으로는 절대 사용되지 않으며, 응답 내용은 일체 외부에 공개되지 않습니다.

조사는 무기명으로 실시되며 각 질문에는 정답이 없으므로 문항을 읽어 가시면서 귀하가 느끼시는 대로 솔직하고 성실하게 대답해 주시면 됩니다.

귀하의 응답 하나하나가 본 연구에 매우 귀중한 자료이므로 한 문항도 빠짐없이 응답해 주시길 부탁드립니다.

또한 자료의 정확성을 위해 부부가 서로 상의하지 마시고 응답하신 후, 함께 드린 봉투에 넣어 봉하셔서 돌려 주십시오.
감사합니다.

제주대학교 교육대학원

상담심리 전공

부 회 옥 드림

사람들은 누구나 여러 가지 문제들을 겪고 있습니다. 부부 사이에서도 서로 의견이 맞지 않거나, 서로의 욕구를 충족시키지 못할 때, 혹은 서로에게 좋지 않은 일이 있을 때 문제를 느끼게 됩니다. 이러한 문제는 쉽게 해결될 수도 있지만, 경우에 따라서는 쉽게 해결되지 않고 오래 갈 수도 있습니다.

1. 지난 1년간 우리 부부간에 겪었던 갈등들을 해결해 가는 과정에서, 귀하가 대체로 아래와 같은 행동들을 어느 정도로 하였는지 해당란에 √를 표시해 주십시오.

나는	전혀 그렇지 않았다	가끔 그랬다	보통 그랬다	자주 그랬다	항상 그랬다
1. 남편의 생각이나 의견을 이해하려고 했다.	1	2	3	4	5
2. 남편과 실랑이를 벌이기 싫어서 본심과 다른 말을 하거나 거짓말을 했다.	1	2	3	4	5
3. 남편에게 꼬치꼬치 캐물었다.	1	2	3	4	5
4. 조용하고 합리적으로 이야기 했다.	1	2	3	4	5
5. 체념하거나 참았다.	1	2	3	4	5
6. 남편이 포기할 때까지 내 입장을 고수했다.	1	2	3	4	5
7. 남편과 협상이나 타협을 통해 해결책을 찾아 실천에 옮겼다.	1	2	3	4	5
8. 나의 생각이나 느낌을 표현하지 않았다.	1	2	3	4	5
9. 전문가나 다른 사람들에게 하소연하거나 해결을 구했다.	1	2	3	4	5
10. 남편에게 신세한탄, 불평 등을 늘어놓거나 짜증을 부렸다.	1	2	3	4	5
11. 남편에게 메모나 편지를 쓰거나 전화를 했다.	1	2	3	4	5
12. 내 뜻을 따를 때까지 남편을 거부하거나 차갑게 해댔다.(예 : 다른 방 쓰기, 잠자리 피하기, 늦은 귀가, 밥을 먹지 않음 등)	1	2	3	4	5

나는	전혀 그렇지 않았다	가끔 그랬다	보통 그랬다	자주 그랬다	항상 그랬다
13. 화제를 돌리거나 문제를 심각하게 받아들이지 않으려고 했다.	1	2	3	4	5
14. 종교나 점, 무당 등에 의존했다.	1	2	3	4	5
15. 남편에게 소리를 지르거나 비난, 욕, 협박을 했다.	1	2	3	4	5
16. 남편이 지적한 나의 결점을 고쳤다.	1	2	3	4	5
17. 애기도중 자리를 뜨거나, 방(혹은 집)을 나가는 등 남편을 피했다.	1	2	3	4	5
18. 다른 이성을 생각하거나 그리워했다.	1	2	3	4	5
19. 남편대신 다른 사람에게 화풀이를 했다.	1	2	3	4	5
20. 남편에게 눈물로 호소했다.	1	2	3	4	5
21. 서로의 결점이나 문제의 책임을 인정했다.	1	2	3	4	5
22. 삶의 의욕이 떨어져 해야 할 일을 등한시 했다. (예 : 집안일이나 직장 일을 하지 않거나, 아이를 내팽겨치거나, 스스로를 가꾸지 않는 등)	1	2	3	4	5
23. 일부러 남편이 싫어하는 행동을 하거나 평소와 다른 행동을 했다.	1	2	3	4	5
24. 내 뜻을 거절하지 못하도록 남편에게 특별히 잘해주었다. (예 : 일부러 잠자리를 같이 함, 좋아하는 음식 준비, 선물을 사주거나 돈을 주는 등)	1	2	3	4	5
25. 화난 감정을 거칠은 행동으로 표현했다.(예: 때리듯이 위협, 발 구르기, 문 쿡 닫기, 물건을 부수거나 아무데나 던지기 등)	1	2	3	4	5
26. 남편의 비위를 맞추거나 구슬려서 기분을 좋게 만든 후, 문제에 대해 얘기했다.	1	2	3	4	5

27. 모든 관계를 끊어 버릴 생각을 했다.(예: 이혼, 죽어버리겠다는 생각 등)	1	2	3	4	5
28. 남편을 때리는(혹은 꼬집거나 할퀴는) 등 해를 가했다.	1	2	3	4	5
29. 문제를 잊어버리거나 기분을 전환시키기 위해서 다른 일에 몰입했다.(예 : 음식을 먹기, 술 마시기, 담배피기, 잠만 자기, TV 보기, 운동하기, 일에 매달리기 등).	1	2	3	4	5
30. 다른 사람(예 : 아이, 친척, 친구 등)을 예로 들면서, 내 뜻의 타당성을 강하게 주장했다.	1	2	3	4	5
31. 내 자신을 탓하거나, 팔자 탓으로 돌렸다.	1	2	3	4	5

2. 지난 1년간 부부간에 겪었던 문제들을 해결하는 과정에서, 귀하는 해결을 위해 많은 시도(노력)를 하셨습니다. 귀하는 다음의 각 문항들에 대해 어떻게 생각하셨는지를 잘 나타낸 숫자 위에 √를 해주시거나, 해당되는 번호를 적어주십시오.

2-1. 많은 시도(노력)를 한 후, 대체로 귀하의 기분은 어떠했습니까? ()

- ① 매우 나빠졌다 ② 나빠졌다. ③ 아무렇지 않았다.
④ 좋아졌다. ⑤ 매우 좋아졌다.

2-2. 많은 시도(노력)를 한 후, 대체로 귀하의 부부관계는 어떻게 되었습니까? ()

- ① 매우 나빠졌다 ② 나빠졌다. ③ 아무렇지 않았다.
④ 좋아졌다. ⑤ 매우 좋아졌다.

2-3. 귀하의 많은 시도(노력)가 대체로 부부간의 문제를 해결하는데 어느 정도로 도움이 되었습니까? ()

- ① 전혀 도움이 되지 않았다. ② 약간 도움이 되었다.
③ 보통 도움이 되었다. ④ 많이 도움이 되었다.
⑤ 매우 많이 도움이 되었다.

3. 결혼생활을 하고 있는 대부분의 사람들은 자신의 결혼생활에 대해 주관적인 느낌과 생각을 갖고 있습니다. 다음 문항을 읽고 귀하의 생각을 잘 나타낸 해당란에 √를 표시해 주십시오.

문 항	전혀 그렇지 않다	비교적 그렇지 않다	보통 이다	비교적 그렇다	매우 그렇다
1. 지금까지 나의 결혼생활은 성공적이었다.	1	2	3	4	5
2. 나의 결혼생활은 생각했던 것만큼 행복하다.	1	2	3	4	5
3. 나의 결혼생활에서 일어난 일들 때문에 화가 나고 짜증스러울 때가 있다.	1	2	3	4	5
4. 배우자는 나를 당황하게 하고 신경을 날카롭게 할 때가 있다.	1	2	3	4	5
5. 나의 결혼생활의 미래는 희망적이다.	1	2	3	4	5
6. 나는 배우자와 사이좋게 지내고 있다.	1	2	3	4	5
7. 나의 결혼생활은 다른 어떤 일보다 나에게 큰 만족감을 준다.	1	2	3	4	5
8. 나는 지금의 배우자와 결혼한 것을 후회할 때가 있다.	1	2	3	4	5
9. 배우자를 신뢰하기 어려운 경우가 있다.	1	2	3	4	5
10. 나의 결혼생활이 불행하다고 생각되는 때가 있다.	1	2	3	4	5
11. 결혼생활을 잘 해보려고 노력하는 일에 지칠 때가 있다.	1	2	3	4	5
12. 나는 확실히 나의 결혼생활에 만족한다.	1	2	3	4	5

4. 다음문항에 해당사항을 기록해 주십시오.

- 가. 귀하의 성은? ① 남 () ② 여 ()
- 나. 귀하의 연령은? 만 ()세
- 다. 결혼하신지 몇 년 되셨습니까? 약 ()년
- 라. 귀하의 자녀는 몇 명입니까? 남 ()명, 여 ()명
- 마. 귀하의 학력은? ()
- ① 국졸 ② 중졸 ③ 고졸 ④ 대졸 ⑤ 대학원졸
- 바. 귀하의 종교는 무엇입니까? ()
- ① 천주교 ② 기독교 ③ 불교 ④ 무교 ⑤ 기타

<부록 2>

(Ten&Ten) 부부편지 1

† 찬미 예수님

“사랑하는 나의 아내 영희를 만나 광표, 민경, 은주를 선사하시고 단란한 가정을 허락하신 주님과 감사와 찬미를 드립니다.”

사랑하는 나의 아내 영희(요안나)에게

여보! 사랑합니다.

보잘것없는 나를 만나 많은 고생을 하면서도 깨끗하게 참아내며 나의 든든한 후원자로서 아이들의 자상한 엄마로서 내 옆에 있음에 당신을 사랑합니다.

사랑하는 여보! 지난 ME주말을 통하여 나는 당신께 너무나도 많은 죄를 지었음을 새삼 깨달았습니다. 결혼 13년 동안 서로 아껴주고 사랑만 했어도 부족한데 우리에게엔 사랑보다는 갈등과 분노, 너무나도 잦은 다툼이 결혼 생활의 전부였던 것 같아 마치 과음을 한 다음날 아침처럼 후회스럽기만 합니다.

이제 나 영종(요한)은 지난날의 잘못된 삶을 뉘우치며 사랑하는 나의 아내와 성가정을 위하여 주님께 세가지 약속을 하겠습니다.

첫째, 나의 아내 영희를 위하여 매일 기도를 바치겠습니다.

주님의 은총이 영희에게 풍성히 내려주시길 빌겠습니다. 그리하여 우리가족 모두가 손을 잡고 주일미사에 참여하는 모습을 그려봅니다.

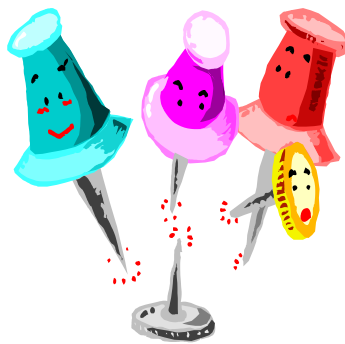
여보! 엄마와 아빠가 서로 사랑하며 건강한 삶을 보고 자란 아이들이 훌륭한 성가정을 이룬다고 합니다. 우리 주일 미사에 함께 참여하도록 합시다.

둘째, 당신은 위하여 안마를 해드리겠습니다.

식당에서 지친 몸으로 퇴근하여 빨래랑, 설거지랑, 집안청소까지 모두 마치고 나서야 잠자리에 드는 당신을 볼 때면 나는 너무나도 미안한 마음과 고마운 마음이 교차되어 마치 당시에게서 좋은 선물을 받았을 때처럼 감동을 받곤합니다. 당신을 위한 나의 마음으로 받아주십시오.

셋째, 보름에 한번 정도는 당신과 함께하는 시간을 갖겠습니다.
항상 시간에 쫓겨 여가생활이 부족한 당신을 위하여 영화를 보든지, 여행을
하겠습니다.
여보! 당신과 내가 60살이 되었을 때 지난 세월이 후회되지 않도록 우리 둘만
의 오붓한 시간을 가져봅시다.

여보! 내가 죽음이 임박했을 때 내 옆에는 당신만이 있을거란 생각을 가끔
해 봅니다.
그런 상상을 할 때마다 당신이 고맙고 소중한 존재란 사실을 인식하지만 일상
생활에 쫓겨 그런 사실을 까맣게 잊고 사는 경우가 많아요. 여보! 당신은 이
세상에서 가장 소중한 사람입니다. 그런 당신을 너무나 사랑합니다.
당신이 이 세상에서 가장 소중한 존재이기에 당신께 기쁨만 선사하고 싶습니
다. 우리가 죽는 날까지 서로 사랑하며 행복한 가정을 만들어 갑시다.



† 찬미 예수님

오늘 좋은 이 시간 허락하여 주심에 감사를 드립니다.
당신 마음처럼 따뜻한 마음을 가진 봄이 왔습니다.
따뜻한 마음을 가진 당신을 위해 내가 변화 되어야 할 것이 무엇인가를 생각해 봅니다.

첫째는 당신을 위해 매일 기도 할 것입니다.
우리가정을 위하여 애쓰시는 당신을 위하여 당신의 건강과 당신의 원하는 모든 일들이 이루어지길 빌겠습니다. 당신! 요즘 배 많이 나온거 아세요? 음식 좀 적당히 드시고 운동 좀 하세요. 당신은 우리집의 기둥이잖아요.

둘째는 당신을 칭찬하는 일입니다. 지난 세월이 칭찬이라면 담을 쌓고 살아온 것 같습니다. 장점보다는 단점을 말하기를 좋아하는 나. 조그만 기분이 언짢아도 금새 종이처럼 구겨진 나의 모습을 생각하면 쓴 웃음이 나옵니다. 13년 동안 살아오면서 당신한테 칭찬을 별로 해본 적이 없었죠? 앞으로는 조그만 일에도 칭찬 자주 할게요. 집에 오면 엉덩이 툭툭 쳐주는 당신이 있어 난 참 행복해요. 가정을 위해 애써줘서 고마워요..., 등등.... 칭찬은 마음의 보약인 것 같아요 앞으로는 보약 많이 드릴게요

셋째는 매일 매일 뽀뽀해 드릴게요. 그래도 가끔씩은 뽀뽀를 해 드리는데 당신은 성이 안차나 봅니다. 당신은 어릴때 마냥 매일 매일 뽀뽀해 달라고 보채니 매일 뽀뽀해 주기로 했습니다. 닭살 부부처럼 살려고 합니다. 사랑은 원래 유치한 것 인가 봐요.



당신이 옆에 있어서 행복한 여자 요안나 드림

(Ten&Ten) 부부편지2

† 찬미 예수님

사랑하는 나탈리아를 만나게 해주시고 사랑스럽고 든직한 두 아들을 저에게 허락해주신 주님께 감사드립니다.

사랑하는 나탈리아에게

두 아이를 키우며 가정 안에서 아직도 많이 부족한 나를 끊임없이 이끌어주며 주변 이웃들에게도 전교에 열심히 노력하는 당신. 항상 주님의 말씀을 붙잡고 깨어있도록 자신의 목표를 위해 힘들어하지 않으며 노력하는 당신을 보며 아무런 도움이 되지 않는 나 자신이 너무도 미안하고 얼마나 싫었는지요. 자존심만 세우고 큰 소리치고 주님을 모시지 않고 미사 한번 제대로 참석하지 못하는 나를 위해 기도해준 나탈리아가 있었기에 교만하고 자존심만 내세우던 나를 우리의 작은 교회를 찾고 성가정을 이루고 튼튼하고 흔들리지 않는 믿음을 갖고 실천하는 삶을 살아가야함을 알게 해주었다고 믿습니다. 아직도 진행형인 주님의 말씀을 항상 가까이하고 하늘의 법에 따라 살아야한다는 진리를 깨닫고 모든 것을 주님께 의탁하고 내어 맡길 수 있는 삶을 살 수 있도록 항상 기도하며 생활해야겠다고 다짐합니다.

내가 고민이 있을 때 걱정을 당신과 솔직하게 의논하고 나누겠습니다. 당신이 힘들어하는 것을 알면 외면하지 않고 따뜻하게 정성껏 털어주려 노력하겠습니다.

이 밖에도 제대로 된 자존감을 키워 나가며 열심히 서로 노력하며 성가정을 이루며 살아갈 수 있기를 주님께 기도드립니다.

2006. 3. 12 라우렐리오가



† 찬미 예수님

세상이 주님의 손길로 푸르름이 가득하고 향기로운 꽃향기로 온 천지를 진동시키는 오월입니다. 또한 주님의 천상 어머니 성모 마리아의 계절이기도 하네요.

사랑하는 라우렐리오.

매일매일 바쁜 일상에서 요즘 신앙생활을 나태하게 한 것 같다며 반성하는 의미로라도 삼피소 성모의 밤에 참석하겠다고 다짐을 하고 날씨가 아주 좋지 않고 일이 바쁨에도 불구하고 약속 시간을 맞춰 집으로 귀가하는 당신의 모습에 든든한 아버지를 떠올렸습니다.

6주간의 교육을 끝내고 아버지 학교 졸업식을 하던 날, 우리 가족 모두는 한 다발 꽃을 안고 행복한 마음으로 참석했었죠. 그 날 참석한 가족들은 그 동안의 교육 활동을 짐작할 수 있는 동영상을 보면서 참 소중한 시간들이었겠구나 하는 생각이 들었어요. 식 도중에 세족례가 있었는데 가족들의 발을 씻어주던 당신의 눈에 깊이 고여 있던 한 방울 눈물을 보는 순간 당신이 우리에게 얼마나 소중한 존재인가 다시금 생각하게 되었지요. 그 때 저의 마음에는 뗏목을 타고 넓은 대하를 건너자고 해도 흔쾌히 따라 나설 수 있는 믿음, 신뢰가 느껴졌답니다. 마지막 식사를 하는 시간에 참석했던 아버지들이 모두 일어서서 “아버지가 세상을 지킨다.” 라는 구호를 마치 군대의 군인들처럼 반복하는 모습은 정말 용감하기도 하고 귀엽다는 생각을 했죠. 청와대 만찬보다 더 즐겁고 행복한 만찬이었고 돌아오는 우리 가족은 천상 행복을 맞보고 돌아왔어요.

그리고 저는 반성을 했지요. 좋은 아버지가 되어 보겠다고 저렇게 노력하는데 그에 비해 저의 노력은 턱없이 모자란 것 같아 미안하기만 하네요. 더불어 당신이 저에게 얼마나 소중한 존재인지, 또한 가족보다 먼저 배우자에게 어떤 존재인지 다시금 생각해보는 좋은 기회였어요.

신혼 초 반짝반짝 빛나는 결혼반지를 보면서 혹시 흠이 생기거나 때가 묻지 않나 매일 들여다 본 적이 있었죠. 그러다 몇 년이 지나 보석 반지의 가치가

나도 모르는 사이 감해지는 경험을 했습니다. 그러면서 저는 좋을 때 일수록 더욱 친밀하고 애잔한 표현을 해야겠다고 생각했습니다. 서로 관계가 좋다보면 그저 그런 일상에서 당연한 일이라 여기게 되고 그에 대한 감사와 배려가 없어지는 것 같아 미리 조심스럽게 그 사랑을 간직해야 될 것 같군요. 마치 신혼 초 반짝이는 보석 반지를 조심스럽게 여겼던 것처럼 말이지요.

우리에 대한 사랑이 넘치고 넘쳐흘러 전 세계 전 세대를 넘나드는 주님, 세상 끝날 까지 항상 저희와 함께 하시며 가정을 이끄는 부부들에게 은총을 풍성히 하시어 그 들 가정에서 주님의 영광을 드러내도록 하소서.

2006. 3. 12 나탈리아로부터



감 사 의 글

지금 이 순간까지 늘 부족한 저와 함께 해주시는 주님께 모든 감사와 영광을 드리며 또한 저희 가족과 지인들께 깊은 감사를 드립니다.

몇 해 전, 학교현장의 시스템 급류에 휩쓸리며 컴퓨터와 정신없이 내달려야했던 저는 사실 조금 쉬고 싶었습니다. 무엇보다 기계가 아닌 사람들과의 눈 마주침이 그리워졌고 빙산의 일각에 불과하다는 우리의 내면을 통째로 들여다 볼 수 있다면 그 숨겨진 상처까지 치유해 주며 더욱 사랑하며 살아갈 수 있지 않을까 하는 꿈같은 욕심을 냈었습니다.

막상 공부를 시작 했지만 가정이나 직장, 여러 모임에서조차 늘 쫓기듯 어느 것 하나 충실하지 못한 생활의 연속이었습니다. 이 시간을 빌어 그동안 제가 해야 할 몫을 대신해 주신 여러분께 송구스러움과 감사의 마음을 전합니다.

본 논문연구를 시작하면서 늘 지각대장인 제게 질책과 용기으로써 논문을 지도해 주시면서 속 깊은 마음으로 늘 함께 해주신 허철수 교수님, 푸른 나무그늘처럼 저희를 다가서게 하시고 진정한 삶에 대해 깨우침을 주신 박태수 교수님, 논문의 실과 허를 꼬집으시며 신선한 충격으로 저희에게 에너지를 채워주신 김성봉 교수님, 짧은 교육기간이었지만 통계처리를 할 수 있고 볼 수 있는 눈을 키워 주신 박정환 교수님께 진심으로 이 자리를 빌어 감사를 드립니다.

그러나 누구보다 저희 가족을 기다리시며 주말마다 그리움에 지치셨을 시부모님. 편찮으셨지만 잘 참아주시고 힘을 주셨던 시아버님을 생각하면 가슴이 미어지듯 아픕니다. 살림이 늘 서툴기만 한 며느리를 감싸주시며 항상 차 트렁크 가득 반찬거리와 살림용품을 실어주시는 친정어머니보다 더 친정어머니 같으신 시어머님께 진심으로 이 영광을 드립니다.

또한 딸의 늦은 공부에 혹여 누가 될까 몸이 아프셔도 전화 통화만으로도 감격해 주셨던 사랑이 가득하신 친정 부모님, 사랑하는 동생 성준, 영숙, 영준, 성혜, 그리고 지민아빠와 고마운 율케들에게 감사 드립니다.

저희 가족에게 깊은 관심과 사랑으로 힘과 용기를 주시는 동광본당 서용범 베드로신부님, 그리고 김창훈 다니엘신부님, 제주교구 ME 대표 임문철 시몬신부님, 양영수 베드로신부님, 김석순 마테오신부님, 김석주 베드로신부님께 감사 드립니다.

이 논문을 시작할 수 있는 용기와 동기를 제공해주셨을 뿐 아니라 저희 부부의 부모님 같으신 고광옥+김명희부부님, ME 자료에서 설문조사까지 정성으로 챙겨주신 제주교구 ME 대표 김원범+박안자부부님, 지쳐갈 때 쯤이면 문자메시지 등으로 감로수처럼 기운을 불어 넣어주신 최학규+고경심부부님께 진심으로 감사드립니다.

힘들어 할 때 프로그램 운영과 설문조사에 좋은 조언과 힘이 되어 주셨던 석광일+좌진영부부님, 광용태+김미영부부님, 이익선+최혜원부부님 등 모든 일에 응원을 보내주신 제주교구 ME 임원 여러분께 깊은 감사를 드립니다.

또한 저희부부와 함께 프로그램 운영에서 설문조사에 기꺼이 응해주셨던 제주교구 제77차 ME 가족 여러분, 특히 동광성당 웨빙팀과 화북성당 77차 주말 ‘민들레’ 웨빙팀 부부님들께 깊은 사랑을 전하며 감사를 드립니다.

아울러 영문초록을 부탁했을 때 너무도 흔쾌히 응답해 주셔서 저를 감동시키셨던 이광자선생님, 정말 고맙습니다.

뜻금없이 내민 내 논문을 피곤하고 바쁜 일정 중에도 검토하고 격려해준 친구 영진이와 그의 아내이자 대녀인 손희자선생님께 진심으로 감사를 드립니다.

그리고 심적 배려와 많은 시간을 허락해주신 변창익 교장선생님, 이영

호 교감선생님, 그리고 늘 격려를 아끼지 않으셨던 김홍배, 박태훈선생님을 비롯한 동료 선생님들께 고마운 마음을 전합니다.

아울러 함께 기도해주고 늘 격려해준 내 친구 현순심과 이희숙선생님을 비롯한 동광성당 교리교사 선생님들께도 감사를 드립니다.

그러나 누구보다 함께 프로그램을 운영하고 설문조사를 챙겨주며 곧잘 라면으로 때워야 했던 속상함을 잘 참아내며 이 힘든 과정을 함께 나누어준 사랑하는 남편 안드레아와 엄마의 관심과 사랑이 조금이라도 더 필요했던 시기에 많은 시간을 혼자 보내며 스스로 챙겨야 했던 나의 소중한 딸 주혜 아네스에게 말할 수 없는 미안함과 간절한 저의 사랑을 보냅니다.

마지막으로 2년 반동안 동고동락을 같이 했던 대학원 동기생들, 특히 살얼음판을 걸듯 조심스레 부축여가며 서로 이끌어 주었던 허교수님팀 선생님들, 차선, 정란, 영옥, 정화, 운숙, 나루, 희애선생님 이름들을 나지막히 불러 보며 이 글을 마치고자 합니다.

이제 뒤돌아보니, 온통 모든 분의 사랑과 도움이었음을 새삼 새삼 깨닫습니다.

제가 받은 이 모든 고마움을 가슴에 오래 간직하며 그 감사의 힘과 사랑을 나누어줄 줄 아는 더욱 낮은 사람이 되도록 노력하겠습니다. 고맙습니다.

2006. 8월 부희옥 드림