

## 부부치료의 주요 이론적 접근과 최근 연구동향

정 교 영<sup>†</sup> 신 희 천

아주대학교

본 연구에서는 부부치료의 네 가지 이론-행동치료모델, 인지행동치료모델, 정신역동치료모델 및 가족체계치료모델-을 중심으로 최근의 연구동향을 개관하였다. 각 부부치료이론에 대한 이해를 돕기 위해, 부부치료의 전통적인 모델과 서구의 최근 추세를 반영한 부부치료의 통합모델을 소개하였으며, 이론별로 부부문제의 원인과 평가, 치료자의 역할과 목표, 치료기법 그리고 국내 연구동향을 살펴보았다. 국내 부부치료에 대한 문헌고찰에 따르면 아직 부부치료의 효과를 검증한 연구들이 부족한 실정이며, 이는 앞으로 비교연구나 반복연구가 필요함을 시사한다. 또한 다양한 이론들을 포괄적으로 이해하고 통합하여 우리나라의 실정에 맞는 부부 프로그램의 개발이 절실히 요구됨을 논의하였다.

주요어 : 부부치료, 행동치료모델, 인지행동치료모델, 정신역동치료모델, 가족체계치료모델

---

<sup>†</sup> 교신저자 : 정교영, 아주대학교 심리학과, 경기도 수원시 팔달구 원천동 산5번지  
Tel : 031-219-2193, E-mail : joojup@hanmail.net

최근들어 이혼이나 별거 등의 가족해체현상이 두드러지면서 건강하고 안정적인 부부관계에 대한 관심이 높아지고 있다. 우리나라의 이혼률은 89년 이후 해마다 증가하여 지난 2003년(3.5%)을 정점으로 2004년에 2.9%, 2005년에 2.6%로 감소세에 접어들었지만 여전히 높은 이혼율을 보이고 있다(통계청, 2005). 이혼은 부부인 당사자뿐만 아니라 다른 가족구성원의 정신건강에도 부정적인 영향을 미치고 있으며, 특히 자녀에게는 여러 가지 부적응문제를 야기할 수 있다는 점에서 큰 사회적 문제로 주목받기 시작했다.

미국과 유럽의 경우를 보면 80년대 중반까지 증가하던 이혼율이 최근 감소추세에 있다고 하는데 그 이유는 부부간의 적응증진과 이혼방지를 위한 예방교육 및 상담프로그램의 효과 때문인 것으로 분석된다(권정혜, 채규만, 2000; Jacobson & Addis, 1993). 현재 국내에서도 부부상담 및 치료에 대한 관심이 증가하여 부부상담과 관련된 이론이나 기법이 활발히 소개되고 있다(박남숙, 2005).

하지만 서구에서는 부부치료의 치료적 요인과 효과에 관한 연구나, 어떤 대상에게 어떤 접근법이 더 효과적인지 등에 관한 연구가 활발히 이루어지는데 비해(예를 들면, Baucom, Sayer & Sher, 1990; Jacobson, Christensen, Prince, Cordova & Eldridge, 2000; Johnson & William, 1998; Snyder, Wills & Grady-Fletcher, 1991), 부부치료의 효과와 치료적 요인 그리고 각 접근의 효율성을 비교하는 국내 연구는 거의 없는 실정이다. 또한 현재 서구에서는 각기 다른 접근법들로부터 다양한 치료적 요소들을 절충하거나 통합하려는 움직임이 시도되고 있는 것과는 달리(예를 들면, Baucom, Epstein & Latalillade, 2002; Greenberg & Johnson, 1986;

Jacobson & Christensen, 1996), 아직 국내에서는 각 학계별 혹은 분야별로 특정 이론이나 접근법 사용을 더 선호하고 있는 것으로 보인다. 예컨대, 상담학이나 심리학계열에서는 행동치료모델이나 인지행동치료모델에 대한 논의가 두드러져 보이고(권정혜, 채규만, 2000; 김규식, 김성희, 2001; 김희진, 2005; 이기복, 2006), 신학계나 사회복지학계열에서는 가족체계모델의 적용이 더 빈번하게 이루어지는 경향이 있다(김희수, 2003; 변영권, 2004; 지용철, 2002; 홍지운, 2003). 더군다나 국내에서 실시되고 있는 부부대상의 프로그램들은 치료적 차원보다는 주로 예방교육적인 성격을 띠어왔으며, 특히 교회나 성당등을 중심으로 이론적 배경이 뚜렷하지 않고 종교적인 배경이 강한 프로그램들이 주류를 이루고 있다(박남숙, 2005). 이는 아직 국내에 부부치료의 다양한 접근법이 활성화되어 있지 않다는 현실을 반영하는 것이며, 또한 현재 다양한 이론 및 접근의 포괄적인 이해와 통합에 관한 문헌과 경험적 연구가 부족한 현실을 나타낸다.

따라서 본 연구에서는 어느 한 이론에 대한 고정된 시각에서 벗어나서, 다양한 이론에 대한 포괄적인 이해를 돕고, 부부치료 실제 현장에서 다양한 치료적 요소들을 통합할 수 있는 가능성을 제시하기 위해 부부치료이론에 관한 주요 이론적 접근을 소개하고 각 이론별 최근 연구동향을 고찰하고자 한다. Baucom, Epstein과 Gordon(2000)의 문헌개관에 따르면, 부부치료의 주요한 모델들을 행동치료모델/ 인지행동치료모델/ 정신역동치료모델/ 가족체계치료모델로 나누어 논의한바 있다. Baucom 등은 다양한 부부치료 접근들을 크게 두 가지 초점을 가지고 분류하였다. 첫째 외현적인 행동변화에 초점을 맞추었는지 아니면 인지나

정서와 같은 내적인 경험들을 강조하였는지에 따라 이론적 접근들을 구분하였고, 두 번째 결혼생활의 발전이나 부부관계의 변화를 위해서 개인의 역할을 강조하였는지 아니면 부부의 상호작용패턴이나 관계를 강조하는지에 따라 구분하였다. 본 연구에서도 Baucom 등의 구분을 따라 주요 부부치료 이론들을 4가지 모델로 분류하여 고찰하고자 한다.

각 이론적 관점에는 전통적인 접근과 최근 추세를 반영한 접근들로 나누어 살펴 볼 것이며, 각 이론별로 부부관계의 원인 및 평가, 치료자의 역할 및 목표, 치료 주요기법을 소개한 뒤, 국내에서 적용한 최근 프로그램 및 연구동향을 개관할 것이다. 단, 본 연구에서는 지난 10여년 간 발표된 국내 연구들을 중심으로 최근 국내연구동향을 살펴보되, 모든 연구들을 포괄해서 나열하는 방식이 아니라, 주목할만한 주요 연구의 흐름에 초점을 두고자 한다. 또한 이론적 기반이 불분명하거나 종교적 색채가 강한 프로그램이나 연구들은 제외하였음을 밝힌다.

## 부부치료에 관한 이론적 관점들

### 행동 부부치료 모델

행동 부부치료는 사회교환이론(Thibaut & Kelly, 1959)과 사회학습이론(Bandura, 1977; Rotter, 1954)에 기원을 둔 치료모델이다. 기존의 전통적인 행동 부부치료(TBCT: Traditional Behavioral Couple Therapy)에서는 주로 행동교환이나 의사소통훈련에 초점을 맞추었다. 그러나 TBCT가 높은 재발율을 보이고 문제유형에 따라 덜 유용한 경우도 있다는 한계가 제시되

었다(Jacobson & Christensen, 1996). 이에 Christensen과 Jacobson(1996)은 부부간의 수용을 촉진시키는데 초점을 둔 통합적 행동 부부치료모델(IBCT: Integrative Behavioral Couple Therapy)을 발전시켰다. 본 연구에서는 전통적인 행동 부부치료 모델(TBCT)과 최근에 새롭게 등장한 통합적인 행동 부부치료 모델(IBCT) 중심으로 고찰하고자 한다.

### 부부관계의 원인 및 평가

전통적인 행동 부부치료에서는 부부관계를 설명하는데 있어 사회교환적인 개념을 적용한다. Weiss와 Heyman(1990)은 자기-보고식 응답으로 부부의 관계만족도를 평가하였는데, 그 결과 배우자가 긍정적인 행동을 보이는 빈도가 높을 수록 부부관계에 대한 만족도도 높았으며, 반대로 배우자가 부정적인 행동을 보이는 빈도가 높을 수록 부부관계에 대한 만족도는 훨씬 더 떨어졌다고 보고하였다. 또한 Gottman(1994)의 연구에서는 고통을 겪는 부부들이 배우자에게 부정적인 행동을 더 많이 보이고 긍정적인 행동은 덜 보이는 반면에, 고통을 겪지 않는 부부들은 긍정적인 행동들을 더 많이 보였다고 한다. 게다가 고통을 겪는 부부들은 회피하는 경향이 있고, 파괴적인 의사소통 패턴(요구-철회 패턴)을 보였다(Christensen & Heavey, 1990; Christensen & Shenk, 1991). 부부의 상호작용에 대한 연구들에서도 고통을 겪는 부부들은 그렇지 않은 부부들보다 배우자의 부정적인 정서표현에 부정적으로 반응할 가능성이 훨씬 더 높게 나타났지만, 부정적인 정서라고 해서 모두 파괴적인 것이 아니라 부정적인 정서를 표현하는 방식에 따라 달라진다는 점을 주목하였다(Gottman, 1994; Gottman & Krokoff, 1989). 즉 경멸, 비난, 방어, 담쌓기

를 나타내는 의사소통 행동들이 부부관계문제를 일으키는데 상당히 기여한다고 보았다.

한편 통합적인 행동 부부치료는 전통적인 행동 부부치료와 다른 입장을 취하고 있는데, 아무리 행복하고 건강한 부부일지라도 시간이 지나면 부부간의 차이나 불일치(disagreement)하는 부분이 생길 것이며 이것은 정상적이고 누구도 피할 수 없다고 가정하였다(Dimidjian, Martell & Christensen, 2002). Dimidjian 등(2002)에 의하면 부부간 차이나 불일치 그리고 배우자와의 갈등 자체를 문제로 보기보다는 부부들이 이러한 불가피한 불일치(incompatibility)들에 어떻게 반응하느냐가 부부관계에서 문제를 일으킬 수 있다. 특히 고통을 겪는 부부들에게서 종종 볼 수 있는 파괴적인 반응 패턴들이 있음을 발견하였는데, 즉 “상호강압(mutual coercion)”, “비방(vilification)” 및 “분극화(polarization)”이다. 이와 대조적으로 건강한 부부들은 서로의 차이나 불일치에 대해서 수용과 인내를 가지고 직면할 수 있으며, 강압이나 비방, 분극화 패턴에 빠지지 않고 긍정적인 관계(connection)를 유지할 수 있다고 본다.

#### 치료목표 및 치료자의 역할

전통적인 행동부부치료는 행동교환(BE)을 변화시키고 효과적인 의사소통기술을 개발하여 만족스러운 부부관계를 유지할 수 있도록 돕는 것을 목표로 한다. 이러한 목표를 위해 치료자들은 주로 교육 및 코칭하는 역할을 맡게 된다. 치료자들은 부부에게 서로 배우자가 바라는 식으로 행동하겠다고 동의하는 행동계약을 할 수 있도록 도와주고, 이를 통해 부부간에 긍정적인 행동의 교환이 가능해지는 것이다. 예를 들면 ‘사랑하는 날들(Weiss, Hops & Patterson, 1973)’이나 ‘돌보는 날’(Stuart, 1980)과

같은 행동교환 과정을 사용하였다. 또한 전통적인 행동 부부치료자는 부부에게 생각과 감정을 표현하기, 공감적으로 듣기, 그리고 문제 해결하기와 같은 특정의 의사소통기술을 훈련시키는 역할도 중요시 여기는데, 의사소통 기술이 향상되면 갈등상황에서 부부가 좀더 만족스러운 협상이 가능해지고 보다 친밀감을 경험할 수 있을 거라고 기대한다.

이처럼 전통적인 행동부부치료가 주로 기술 훈련에 기초한 행동-지향적인 치료라고 말할 수 있다면, 통합적인 행동부부치료는 기존의 행동변화를 위한 전략과 수용전략을 통합시킨 것이라고 볼 수 있다. Dimidjian 등(2002)에 의하면, 전통적인 행동부부치료가 ‘행위자’를 변화시키는 것에 초점을 두는 반면에 통합적인 행동부부치료는 행동을 받아들이는 ‘수신자’의 변화에 더 초점을 둔다. 즉 같은 행동이라도 다르게 받아들이도록 변화시키는 것이다. 예를 들면, 남편의 긍정성과 아내의 애정을 증가시키는 것이 전통적인 행동부부치료의 목표라고 한다면, 통합적인 행동부부치료에서는 아내가 남편의 부정성을 더 수용할 수 있도록 하거나 남편이 아내의 애정부족을 더 많이 이해할 수 있도록 돕는 것이다.

따라서 통합적인 행동부부치료에서는 부부가 서로를 한 개인으로서 더 잘 이해하고 수용하도록 돕고 서로가 기꺼이 관계의 질을 개선시키는데 협력할 수 있도록 돕는 것을 목표로 삼는다고 할 수 있다. 이를 위해 치료자는 각 회기의 상황에 맞게 개입의 형태나 역할을 달리 할 수 있는 융통성을 발휘해야 한다. 일반적으로 통합적인 행동부부 치료에서는 부부의 상호작용 장면에서 치료자가 비직면적이고(nonconfrontational), 인정해주고(validating), 온정적인(compassionate) 태도를 취하는 동시에, 핵

심을 찌르는 식의 언어를 사용하기도 한다 (Jacobson & Christensen, 1996).

### 주요 치료기법

전통적인 행동부부치료에서는 부정적인 상호작용을 변화시키기 위한 행동기법으로 행동교환과 의사소통기술훈련을 대표적인 것으로 뽑는다. Young과 Long(1998/2004)은 그의 저서에서 부부 행동기법에 대한 전반적인 지침을 다음과 같이 나열하였다. 우선 관계 속에서 긍정적인 측면을 증가시키는 것을 지침으로 삼는다. 둘째 문제에 대한 객관적인 증거, 즉 언쟁의 강도, 지속기간, 빈도에 대한 증거자료를 수집하며, 긍정적인 행동으로 변화하겠다는 공식적인 약속을 하게 하여 목표달성에 대한 책임을 증가시키며, 진전과정을 모니터링하도록 하여 자기통제와 점진적이고 단계적인 변화를 경험할 수 있도록 한다. 대표적으로 “돌보는 날”기법은 부부가 관계내에서 긍정적인 면을 증가시키겠다는 공적인 약속에 동의하는 행동기법이다. 서로 받게 될 보상을 정하고 수행여부를 객관적으로 기록해두어서, 행동변화에 대한 실제증거를 보게되므로 부부를 격려해준다. 또한 부정적인 상호작용을 줄이는 것도 포함되는데, 부부는 칭찬하는 법과 격하시키거나 야단치는 발언을 줄이는 법을 배우기도 하며, 의사소통기술훈련에서도 모델링이나 시연, 강화와 피드백과 같은 행동치료 원리들이 적용된다.

한편 통합적인 행동부부치료의 치료기법은 수용전략에 기존의 행동변화전략 중의 일부를 추가해서 통합한 것이라고 말할 수 있는데, 정서적 수용을 촉진하는 주요 전략으로 공감적 참여하기, 문제로부터 한결같은 거리두기, 인내심 구축하기, 자기돌봄 증진기법이 있다

(Jacobson, Christensen, Prince, Cordova, & Eldridge, 2000; Dimidjian et al., 2002). “공감적 참여하기(empathic joining)”는 배우자에게 비난하지 않는 방식으로 자신의 고통을 표현하도록 하는 것을 말한다. 이는 보통 분노 뒤에 숨은 상처와 취약성을 표현하도록 함으로써 부드러운 상호작용이 전개된다는 가정에 기초한 것이다. “문제로부터 한결같은 거리두기(unified detachment)” 기법은 배우자에게 비난하지 않고 문제에 대한 지적인 분석만을 격려함으로써 배우자가 갈등으로부터 거리를 두도록 돕는 것을 말한다. “인내심 구축하기(tolerance building)”에는 부정적인 행동 이면의 긍정적인 측면을 찾아 보도록 하는 것이나, 치료회기내에서 부정적인 행동을 시연해 보는 것이나, 회기사이에 집에서 가서 부정적인 행동을 일부러 해보도록 유도하는 것 등이 포함된다. “자기돌봄증진(greater self-care)”기법은 배우자의 도움을 받기 어려울때를 대비하거나 욕구만족을 위한 차선책을 마련한다는 차원에서 스스로를 보호하고 돌볼 수 있도록 수용을 증진시키는 방법이다.

### 국내 연구동향

국외에서는 행동 부부치료가 가장 널리 연구되었으며, 많은 연구들에서 행동부부치료가 결혼생활에서 고통을 겪는 부부들에게 효과적임을 입증하였다. 하지만 1990년대 이후 부부간의 화해될 수 없는 차이로 인한 갈등의 문제가 행동주의적 접근만으로는 해결할 수 없다는 것이 주요 한계점으로 인식되기 시작하면서, 그에 대한 대안으로 ‘수용(acceptance)’의 개념이 제시되었고, 통합적인 행동부부치료를 창시한 Christensen과 Jacobson은 부부치료의 효과를 높이기 위해 수용수준을 증진시키고자 하였으며, 그 이후 부부치료에 수용이라는 개

념을 적용하며 그 효과와 타당성을 연구하는 시도가 여러 학자들에 의해 활발하게 이루어지고 있다(Arkowitz, 1998; Jacobson & Christensen, 1996; Jacobson, Christensen, Prince, Cordova, & Eldridge, 2000; Coutta, 2001; Christensen, Atkins, Berns, Wheeler, Baucom, & Simpson, 2004).

예를 들어, Jacobson 등(2000)은 통합적인 행동부부치료의 효과를 전통적인 행동 부부치료 모델과 비교하여 검증하였다. 분석결과 치료 후 두 치료집단 모두에서 부부의 고통과 만족도 측면에서 개선된 것으로 나타났지만, 개선률을 비교하면 통합적인 행동부부치료집단에서는 80%, 전통적인 행동부부치료집단에서는 64%로 통합적인 행동부부치료를 받은 부부들에게서 더 큰 개선률을 보였다.

최근 국내에서도 수용의 개념을 포함한 부부프로그램들이 개발되고 있다. 가장 최근에 이기복(2006)은 결혼만족도 향상을 위한 수용 프로그램을 개발하여 그 효과를 입증하였다. 또한 고재홍과 전명진(2003)의 부부의 유사성과 결혼만족도간의 관계에 관한 연구에서는 배우자의 성격, 가치관, 취미 등의 유사성과 상관없이 배우자의 차이점을 수용함으로써 결혼만족도가 증진됨을 밝혔다.

그밖에 이론적 배경과는 상관없이 '수용'이라는 주제를 부분적으로 포함시킨 부부 프로그램들이 보고되었는데, 예를 들면 이성희(2003)의 부부관계강화 프로그램, 권정혜와 채규만(2000)의 부부 적응프로그램, 박남숙(2000)의 부부성장 집단상담프로그램, 그리고 오윤자와 유영주(1994)의 부부관계향상을 프로그램을 들 수 있다. 이는 우리나라의 이혼사유의 49.4%가 성격차이로 보고된 바(통계청, 2005), 성격을 포함한 배우자의 고유한 특성에 대한

수용을 증진하는 프로그램의 적용이 필수적임을 시사한다고 볼 수 있다.

그중 가장 최근에 보고된 이기복(2006)의 수용프로그램은 전통적인 행동주의 프로그램들의 한계를 보완하여 발전시킨 Jacobson과 Christensen의 통합적인 행동부부치료모델을 적용하여 개발되었다는 점에서 주목된다. 연구자는 부부들이 변화지향에서 수용지향의 태도로 전환시킴으로써 결혼만족도가 향상될 것이라고 기대하였고 이를 위해 자아수용, 배우자수용, 부부 상호관계수용, 환경수용의 증진에 따른 결혼만족의 효과를 검증하고자 21쌍의 부부에게 프로그램을 실시하였다. 분석결과, 결혼만족은 수용프로그램 실시이후 높아졌고, 결혼만족의 하위영역인 배우자에 대한 만족, 환경에 대한 만족, 자아수용정도도 프로그램 실시이후 높아졌다. 다만 결혼만족의 하위영역인 부부 상호관계만족에 대한 효과는 검증되지 못했다. 하지만 어느 한 영역에서만이라도 수용이 증진될 수 있다면 부부의 결혼만족도를 향상시킬 수 있다는 점을 보여준 연구결과라고 할 수 있다.

한편 최근 동향을 살펴보면, 국외에서는 Gottman을 중심으로 부부치료 및 부부관계 증진에 관한 많은 연구들이 활발하게 시행되고 있다. Gottman의 이론은 행동주의 부부치료 모델에 뿌리를 두고 있으며, 20여년간 부부문제를 연구하는 실험실을 운영하면서 부부관계에 관한 경험적 연구결과들을 바탕으로 발전된 것이다. 최근 국외 연구들의 예를 들면, Gottman과 Silver(1999)는 Gottman의 치료집근이 9개월후 추적조사에서 20%이하의 재발율을 나타낸다고 보고하였고, Gottman과 Levenson(2000)은 14년간 중단연구를 통해 이혼예언모델을 구성하였으며, Gottman과 Notarius(2002)는

15년간에 걸쳐 677쌍을 대상으로 행복한 부부와 불행한 부부의 특성을 밝혀냈다. 국내에서도 비슷한 양상을 보이고 있는데, 최근들어 Gottman(1999)의 ‘행복한 결혼이론(Sound marital house theory)’와 기법을 바탕으로 한 부부프로그램들이 보고되고 있는 것이 하나의 특징이라고 볼 수 있다. Gottman의 이론을 기반으로 한 부부프로그램들에서는 주로 긍정적인 감정을 증진시켜 부부관계를 증진시키는데 초점을 두고 있는데, 국내에서는 김희진(2005), 공성숙(2004)등의 연구가 있다. 그중 가장 최근에 발표된 김희진(2005)의 연구를 좀더 자세히 살펴보면 다음과 같다. 김희진(2005)은 Gottman의 이론을 중심으로 결혼초기 부부관계향상 프로그램을 개발하였고, 결혼한지 1년~5년된 부부 8쌍을 대상으로 실시하였다. 프로그램은 부부들이 가지고 있는 긍정적인 자원과 내적 힘에 초점을 맞추었고, 전체 8회기로 구성되었다. 프로그램 참가집단과 비참가집단을 비교하여 친밀감, 의사소통, 갈등상황에 대한 대처방식, 성만족, 배우자 원가족과의 관계, 결혼만족도를 분석한 프로그램 실시후 갈등상황에 대처하는 방식을 제외한 다른 영역에서는 참여부부들의 긍정적인 변화와 관계향상에 효과가 있었음을 확인하였다.

#### 인지행동 부부치료 모델

인지행동부부치료(CBCT: Cognitive-Behavioral Couple Therapy)는 행동 부부치료이론을 토대로 출발하여 1980년대 후반과 1990년대 초반 사이에는 부부문제를 해결하는데 있어 여러 행동적 개입에 인지적인 요인을 통합하면서 폭넓게 적용되기 시작하였다. 최근에 와서는 인지적인 요인에 초점을 둔 전통적인 인지행동

치료모델의 한계를 넘어서 보다 확장된 모델들이 제안되었다. 본 연구에서는 전통적인 인지행동 부부치료모델과 최근에 Baucom, Epstein과 Latalillade(2002)가 제안한 “인지행동부부치료의 확장된 모델(Expanded model of CBCT)”을 중심으로 고찰해보고자 한다.

#### 부부문제의 원인 및 평가

전통적인 인지행동적 접근에서는 부부관계에서 발생하는 역기능적인 행동이나 정서가 부적응적인 인지과정에 의해 상당부분 매개되거나 중재된다고 가정하고 있다(김진숙, 권석만 2003). Epstein과 Baucom(1993), Epstein, Baucom과 Daito(1997)는 부부문제를 연구하면서 친밀한 관계에서 적용될 수 있는 다섯가지 인지유형 - 가정(assumptions), 기준(standards), 선택적 주의(selective attention), 귀인(attribution) 및 기대(expectation) - 를 제시하였다. 인지행동치료자들은 부부문제를 갈등해결을 방해하거나 고통을 유발시키는 각 개인의 인지유형으로부터 비롯된 것으로 보았다(Epstein, Baucom & Rankin, 1993).

그러나 Baucom, Epstein과 Latalillade(2002)은 전통적인 인지행동적 접근의 한계를 다음과 같이 기술하였다. 첫째 미시적인 수준에서의 행동분석에만 머물러 있다는 것이다. 둘째, 각 개인의 성격이나 독특한 개인사와 기호, 욕구, 심리적 스트레스나 정신병리적 요인과 같은 개인차를 경시하였으며, 셋째 환경적인 스트레스 요인을 간과하였고 넷째, 정서적인 요인을 이차적 요인으로 취급하였다는 점을 들었다. 마지막으로 행동, 정서 및 인지의 부정적인 측면을 더 강조하였다는 한계를 제기하였다.

Baucom등(2002)은 좀 더 통합적이고 균형있

는 조망을 포함하였고, 부부의 독특한 특징, 외부 환경요인, 정서의 중요성을 포함하였으며, 정서, 인지, 행동의 부정적이고 긍정적인 역할의 균형을 인식하였다. 따라서 인지행동 부부치료의 확장된 모델에서는 부부관계의 문제를 평가할 때 두 사람이 부부관계의 안녕(well-being)에 기여하고 있는지를 주목한다. 안녕에 기여한다는 것은 얼마나 배우자의 성장이나 발전을 촉진시키며, 서로의 욕구에 반응적이냐를 말한다. 이때 부부의 가족생활주기에 따라 개인의 욕구, 부부 및 부부를 둘러싼 사회적이고 물리적 환경간에 얼마나 조화를 이루어가는지도 중요하게 여긴다. 즉 생활주기(life cycle)의 변화들이 보통 부부들에게 어려움을 일으키는데, 새로운 생활주기에 접어들었음을 인식하지 못하고 과거의 적응방식을 고집하거나 인식하고는 있되 변화에 적응하기 위한 기술이 부족한 경우 부부관계의 문제가 더 악화된다고 본다(Carter, & McGoldrick, 1999). 이같은 관점은 전통적인 인지행동 부부치료 모델이 부부 각각의 욕구나 관심사, 외부환경적인 요인을 경시했다는 비판을 수용하여, 이를 통합하고 발전시킨 것이라고 볼 수 있다.

#### 치료목표 및 치료자의 역할

전통적인 인지행동 부부치료에서는 내담자에게 일어난 그 사건을 어떻게 해석하고 있는냐에 따라 정서적으로 반응하고 행동한다는 전제를 가지고 있기 때문에, 치료과정에서도 인지적인 요인에 초점을 맞춘다. 즉 정보처리 방식이나 인지유형을 바꾸면 긍정적인 정서 및 행동의 변화가 뒤따른다고 가정한다. 따라서 치료과정에서는 자신의 자동적 인지를 모니터링하고, 평가하고, 수정할 수 있도록 촉진

하는 것을 목표로 한다. 정서적 반응에 대한 모니터링도 포함하는데, 정서적 반응들에 기여하는 정서이면의 동기와 생각들을 이해하도록 안내하는 것이다. 즉 치료자는 정서적 반응들이 일어나기 직전이나 일어나는 동안 순식간에 떠오르는 생각과 시각적 이미지들을 알아차리도록 돕는다. 이와 더불어 치료자는 부부들에게 정서를 효과적으로 표현할 수 있도록 하기 위한 의사소통기술도 훈련한다.

한편 인지행동 부부치료의 확장된 모델에서는 부부문제에 기여하는 인지적, 감정적, 행동적, 그리고 환경적인 요인을 명확히 함과 동시에 부부관계요인, 개인적 요인 및 환경적 요인이 서로 어떻게 영향을 미치는지 고려할 것을 강조한다. 치료자는 새로운 요구상황 및 제약조건에서 개인의 욕구와 부부관계 요구에 부합하는 식으로 적응해 나갈 수 있는 방법을 찾도록 도와줘야 한다. 또한 치료자는 부정적인 상호작용패턴이 문제인지, 아니면 서로의 중요한 욕구나 바람을 해결하는데 실패한 것이 문제인 것인지를 정확히 이해해야 한다(Baucom et al., 2002).

#### 주요 치료기법

인지행동 부부치료모델에서도 행동, 인지 및 정서의 변화를 위한 개입을 따로 구분해 놓긴 하였으나, 기본적으로 어느 한 영역에서 변화가 생기면 동시에 다른 영역에까지 변화를 일으킨다고 가정한다. 다만 인지적 요인에 초점을 맞추는 전통적인 인지행동부부치료 모델에서는 인지 재구조화 전략들이 주를 이루는 반면에 확장된 모델에서는 행동 및 정서적인 변화를 위한 개입들도 포함되어 있다는 것이 특징이다. 인지변화를 위한 개입은 주로 배우자나 관계 경험에 영향을 미치는 인지유

형(예, 선택적 주의나, 귀인, 기대, 가정 및 기준)을 밝히고, 왜곡된 정보처리과정을 확인하고 수정하기 위해 시도된다. 이를 위한 구체적인 기법으로는 “소크라테스식 질문법(socratic questioning)”과 “길잡이식 발견법(guided discovery)”을 들 수 있다(Baucom et al., 2002).

확장된 모델에서는 정서의 중요성을 인식하고, 극단적인 반응을 절제시키거나 억압된 정서적 경험을 활성화시키기 위해 다양한 기법들을 사용하였다. 주요기법들은 Johnson과 Greenberg(1987)의 정서중심치료에서 빌어왔다(Baucom et al., 2002). 즉 안전한 분위기에서 긍정적 및 부정적인 정서경험을 표현할 수 있도록 돕고, 배우자는 상대의 정서적 표현에 주의를 기울이고 지지적인 반응을 할 수 있도록 촉진한다. 정서표현을 위해 질문이나 반영, 해석을 사용하기도 하며, 상징과 심상을 통해 묘사하도록 돕기도 한다. 행동변화를 위한 개입에는 “행동변화 안내(guided behavior change)”와 “기술-기반 개입(skills-based interventions)”이 있다(Baucom et al., 2002). 여기에서의 행동변화 안내기법은 배우자의 행동과는 상관없이 건설적인 행동을 하도록 유도한다는 점에서 행동부부치료모델의 행동교환과 다르다고 볼 수 있다. 기술-기반 개입은 의사소통기술 훈련과 같은 특정한 행동기술을 가르치는 것을 말한다.

#### 국내 연구동향

최근 미국을 비롯한 서구사회에서는 부부문제에 대한 인지행동적 접근이 활발하게 발전하고 있으며 가족 및 부부문제의 복잡한 현상을 구체적이고 명료한 개념으로 설명하고 과학적인 연구방법을 적용하고 있다는 점에서 다른 이론적 접근과 비교되는 커다란 장점이

다(김진숙, 권석만, 2003).

Baucom과 그의 동료들(Baucom & Lester, 1986; Baucom, Sayer & Sher, 1990)은 전통적인 행동부부치료에 부부의 귀인과 기준에 초점을 맞춘 인지재구조화 전략을 추가해서, 전통적인 행동부부치료와 인지행동부부치료의 효과를 비교하였는데, 부부의 결혼생활에의 적응과 의사소통을 향상시키는데 있어서 대기자들로 구성된 통제집단보다 더 효과가 있는 것으로 나타났다. 하지만 두 치료집단 간에 유의미한 차이는 없었다. 이같은 결과는 Halford, Sanders와 Behrens(1993)의 연구에서도 반복검증되었다. 최근에는 이러한 결과들을 해석하는데 있어서 문제될 수 있는 이슈들이 제기되고 있는데, 어떤 부부들에게는 인지적 개입에 더 효과를 보이고, 또 어떤 부부에는 행동적 개입에 더 효과를 보이는지의 치료적 조합(matching)에 대한 이슈에 주목하고 있다.

그러나 국외에 비하면, 국내에서는 부부문제를 인지행동적 관점에서 연구하고자 하는 노력이 매우 미흡한 실정이며, 그나마 심리학계에서 관심을 보이고 있는게 전부라고 할 수 있다. 국내에서는 최근 10년간 발표된 연구들 중에 인지행동적 접근의 부부대상 프로그램들의 개발 및 효과에 대한 몇몇 연구들이 있다. 인지행동적 부부훈련프로그램 개발 및 효과에 관한 연구(김규식, 송은미, 김성희, 1999, 김규식, 2000; 김규식, 김성희, 2001), 인지행동적 부부의사소통 프로그램 개발에 관한 연구(이현숙, 1999), 그리고 Baucom과 Epstein의 인지행동적 치료모델에 기초한 부부갈등해결 프로그램 개발 연구(이창숙, 유영주, 1998), 인지행동적 부부관계촉진 훈련이 부부관계에 미치는 효과에 관한 연구(윤명란, 1997) 등이 있는데, 모두 프로그램 실시 전과 비교했을 때 유의미

한 효과가 있었다.

예를 들어, 김규식과 김성희(2001)는 인지행동적 훈련이 부부문제감소와 부부관계향상에 효과적임을 입증하였다. 이들이 사용한 인지행동적 부부훈련프로그램은 Rathus와 Sanderson(1999)의 부부문제를 위한 인지행동적 개입을 우리나라 문화권에 맞게 개발된 것으로 인지재구조화와 같은 인지적 훈련과 시범, 실습, 코칭, 및 피드백등의 행동적 훈련을 결합하였다(김규식 등, 1999). 개발한 프로그램은 총 8회기로 구성되어 있으나, 1-2회, 3-4회, 5-6회, 7-8회를 묶어 총 4회로 실시하였다. 프로그램의 효과를 검증하기 위해 부부문제척도(MDS)와 부부관계척도(MRS)를 사용하여 사전, 사후, 추후검사를 실시하였다. 분석결과 인지행동적 부부훈련프로그램이 부부행동의 역기능적 측면을 감소시키고 부부관계(부부만족도와 부부안정성)를 향상시키는 것으로 나타났다.

또한 이창숙과 유영주(1998)는 부부갈등해결 교육프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하였다. 이들의 프로그램은 인지, 감정, 행동요인간의 상호작용을 분석하고 교정하여 부부갈등을 증재한 Baucom과 Epstein의 인지-행동적 부부치료모델(1990)을 기초로 개발되었다는 점에서 눈길을 끌었다. 프로그램의 효과를 검증하기 위해 사전, 사후, 추후 평가과정에서 사용된 검사는 Baucom과 Epstein(1990)이 제시한 부부관련척도들을 기초로 연구자들이 재구성한 부부갈등해결 능력검사와 갈등대처방법 검사(노치영, 1996)였다. 분석결과 갈등해결능력이 다소 향상되었음을 보여주었고 갈등대처 방법에서도 향상된 면을 보여주어 갈등해결 교육 프로그램의 효과성을 입증하였다.

이처럼 국내에서 몇몇 인지행동부부치료모델을 적용한 프로그램 연구들이 있기는 하나,

전통적인인지행동모델을 크게 벗어나지 못했으며 최근 Baucom 등(2002)의 확장된 모델과 같은 새로운 경향이 반영된 연구들은 전무한 실정이다.

김진숙과 권석만(2003)은 이러한 국내 실정에 대해 다음과 같은 권고사항을 제시하였다. 첫째 한국인의 부부문제에 영향을 미치는 인지행동적 요인의 구체적 내용을 밝히는 일이 필요하다. 둘째, 한국인이 나타내는 다양한 부부문제를 유형화하고 이러한 문제의 양상과 관련된 인지행동적 요인을 평가할 수 있는 평가도구의 개발이 필요하다. 마지막으로 한국인의 부부문제를 치료하고 예방하는 인지행동적 프로그램의 개발이 필요하다.

#### 정신역동 부부치료 모델

정신역동 부부치료 모델들은 공통적으로 현재의 부부 관계를 이해하기 위해서 초기의 관계경험에 대해 초점을 둘 것을 강조한다. 즉 초기 애착대상과의 친밀한 관계와 관련된 “내부 작동 모델(internalized working models)”이나 “내사(introjects)”, 혹은 “도식(schemas)”이 현재 지각된 관계역동에서 특정의 대처방식대로 행동하도록 일으킨다는 것이다(Kobak, Ruckdeschel, & Hazan, 1994; Sharff, 1995)고 본다. 따라서 정신역동적 접근에서는 생애 초기관계 경험에 대한 정보를 재구성함으로써 이전 관계에서는 적응적이었던 대처방식이 현재 관계에서는 자신의 정서적인 친밀감이나 개인적 욕구를 충족시키기에는 얼마나 부적절한 것인지를 통찰하도록 돕는다. 초기 아동기와 무의식적 과정을 다루는 다양한 정신역동적 접근들이 있으나, 본 연구에서는 현대에 와서 정신역동적인 접근의 새로운 모델로 떠오른 정서중심 부부

치료모델과 통찰지향적 부부치료모델 중심으로 고찰해보고자 한다.

Greenberg와 Johnson(1986)에 의해 개발된 정서중심 부부치료(EFCT: Emotionally focused couple therapy)는 애착이론에 바탕을 두고 경험주의와 게스탈트이론 및 체계론을 통합한 모델이다. 통찰지향적 부부치료(IOMT: Insight-oriented marital therapy)는 대상관계이론, 애착이론, 대인관계이론, 도식이론의 영향을 받았으며, 다원주의(pluralism)적 관점을 가지고 Snyder(1999)에 의해 개발된 것이다.

### 부부관계의 원인 및 평가

정서중심 부부치료모델에 따르면(Greenberg & Johnson, 1986; 1988; Johnson, 1986, 1996; Johnson & Greenberg, 1995), 부부가 갈등관계인지 건강한 관계인지를 결정짓는 것은 유대나 결합, 애착에 대한 배우자의 기본욕구가 얼마나 충족되었는지의 정도이다. 건강한 관계는 안정된 애착결합이 형성된 것을 말하며, 부부관계가 고통스럽다는 것은 애착이 불안정하고 분리문제(separation distress)가 있다는 관점으로 바라본다. 다시 말하면 부부불화는 부부가 결합이 있어서가 아니라, 특수한 정서적 몰입상태(absorbing state)와 자기강화적 상호작용 고리(self-reinforcing interaction cycle)라는 교착상태에 빠질 때 생긴다고 본다(Johnson, 2004/2006).

Johnson과 Denton(2002)에 따르면, 안전한 애착이 형성된 사람은 현재 관계에서 힘들어져도 다시 회복할 수 있다는 신념이 있고 열린 마음으로 대하며, 보다 탄력적으로 대응하지만 애착이 불안정한 사람은 현재 관계에서 힘들어지면 애착대상과의 접촉상실에 대한 저항으로 분노반응이 일어나며, 분노표현이 배우자의 반응을 얻지 못하면 절망과 강압의 기미를

보이게 된다. 그 다음단계로는 매달리거나(clinging) 쫓는(seeking) 반응으로 이어지지만 결국 배우자의 관심이나 반응을 얻는데 실패하고 관계고통은 더욱 악화된다.

반면, 통찰지향적 부부치료모델에서는 어떤 부부도 관계 어려움을 겪을 수 있으며, 동시에 관계의 어려움을 극복할 자원이 없는 부부도 없다는 입장을 취한다(Snyder & Schneider, 2002). 즉 건강한 관계 혹은 역기능적인 관계 이냐는 정도의 차이일뿐 이를 구분짓는데에 별 관심이 없음을 의미한다고 볼 수 있다. 대신에 Snyder 등(2002)의 저술에 따르면, 건강한 관계와 스트레스에 대한 탄력성을 촉진시키는 것이 무엇인지에 관심을 가진다. 첫째로는 개인적 기능을 구성짓는 요소들로, 예를 들면 자각능력, 정서조절 및 타인을 위해 자신의 만족을 지연시키려는 의지와 능력을 든다. 두 번째로 부부 및 가족이 기능하는데 필수적인 특정 지식이나 기술들로, 예를 들면 성관계, 양육, 시간관리, 재정, 가사일과 관련된 특정 기술을 비롯해서 정서표현, 적극적 경청, 갈등 해결과 같은 의사소통기술을 포함한다. 이러한 요소들을 가지고 있을 경우에 건강한 부부관계를 형성하는데 더 유리하다고 보았다. 따라서 통찰지향적 부부치료에서는 부부관계를 평가함에 있어서 개인, 부부, 가족 그리고 사회라는 체계에서 기능할 수 있는 자원이 있는지 없는지를 총체적으로 평가한다(Snyder et al., 2002).

### 치료목표 및 치료자의 역할

정서중심의 부부치료에서는 정서가 친밀한 관계경험을 위한 일차적인 요소이며, 이것은 상호작용 패턴과, 지각 및 의도를 귀인하는 방식에 영향을 끼친다고 본다. 이러한 견지에

서 보면, 정서중심 부부치료모델에서의 치료 목표는 상담 장면에서 즉각적인 정서적 경험을 하도록 준비시키면서 자기 자신과 타인에 대한 각 배우자의 시각을 함께 탐색해 보고 이전에는 인식하지 못했던 감정들에 접근하도록 도와서 치료회기 바로 그 순간에 직접 표현할 수 있도록 하는 것이다(Gurman & Fraenkel, 2002). 이때 치료자의 주요 역할은 불안정한 애착과 관련된 취약한 감정을 표현하도록 격려하는 것이 된다(Johnson & Greenberg, 1994). 왜냐하면 취약함을 표현하는 것은 상대방에게 공감을 불러일으킨다고 믿기 때문이다. 이와 더불어 치료자는 배우자와 건설적으로 상호작용하는 법을 개발하도록 돕는다. 이는 배우자로부터 안심시켜주는 반응을 받을 가능성을 높이는 동시에 친밀감을 더 크게 느끼게 할 것이다(Johnson & Greenberg, 1995; Scharff, 1995).

Johnson(2004/2006)은 그의 저술에서 다음과 같이 치료자의 역할을 제시하였다. 정서중심의 부부치료에서는 치료자가 의사소통기술이나 협상 방법을 가르치지 않으며, 과거에 대한 통찰과 원가족이 결혼에 영향을 미치는 방식에 대해서도 크게 관심이 없다. 대신 무엇보다 부부관계를 통해서 정서적 경험을 재처리할 수 있도록 도와주는 과정자문가(process consultant)고, 관계상의 춤을 재조직하도록 돕는 안무가(choreographer)이며, 치료상황에서 관계의 방향을 알려주는 전문가가 아니라 때로는 쫓아가고 때로는 안내하는 역할을 맡은 협력자(collaborator)라고 소개하였다.

한편 통찰지향적 부부치료에서는 개인의 관계 성향과 원가족을 포함하여 친밀한 관계를 통해 오랜 시간에 걸쳐 생성된 “핵심관계주제(core relational themes)”를 강조한다는 것이 특

징적이다(Gurman & Fraenkel, 2002). 통찰지향적 부부치료는 각 배우자로부터 원가족과의 관계 패턴을 비롯해서 현재까지 중요한 주변인과의 친밀한 관계를 철저히 파악하여 핵심관계주제를 찾아내고 현재의 부부 갈등과 연결시키는 것을 목표로 삼는다.

Snyder 등(2002)의 저술에 의하면, 치료과정은 치료개입을 조직화하기 위한 모델(framework)을 따라 순차적으로 이루어지며, 정신역동적인 기법들, 경험적인 기법들 그리고 인지행동적인 기법들이 치료과정에서 모두 가치롭게 사용된다는게 특징임을 알 수 있다. 통찰지향적 부부치료모델의 주요 과제는 “정서적 재구성(affective reconstruction)”이라고 볼 수 있는데, 이때 치료자는 발달적인 관점에서 부적응적인 핵심관계주제를 해석하고, 초기 경험들과 현재 배우자와의 관계에서의 두려움, 딜레마, 및 상호작용 스타일을 연결시켜주는 것이 주요 역할을 수행해야 한다(Gurman & Fraenkel, 2002).

### 주요 치료기법

정서경험을 중요시하는 정서중심의 부부치료에서는 주로 정서를 탐색하고 재개념화(reformulation)하며, 상호작용을 재구조화시키는 것이 핵심 전략이다. Johnson(2004/2006)의 저술에서 제시한 주요기법들을 간략히 열거해보면 다음과 같다. 정서를 탐색하고 재개념화하기 위해서는 정서적 경험을 반영(reflection)해주고, 내담자의 정서경험에 대한 인정(validation), 환기적 반응(evocative responding)을 통해 내담자의 경험을 확대시키기, 내담자의 특정반응과 상호작용이 나타날 때마다 이를 강조하기(heightening), 공감적 추측이나 해석(empathic conjecture/interpretation)을 통해 내담자의 경험에 대한 새로운 의미 창출하기 등의

기법들이 사용되며, 때때로 내담자의 반응을 정상적이라고 인정해주거나 정서를 철회한 배우자에게 활발한 정서반응을 유발시키기 위한 목적으로 치료자의 자기개방(self-disclosure)이 시도된다. 상호작용을 재구조화시키기 위해서는 상호작용의 추적과 반영(tracking and reflecting), 고리의 관점에서 부부행동 재구성(reframing), 애착육구 관점에서 부부행동의 재구성, 상호작용의 재조직화 등의 기법들을 사용하였다.

한편 통찰지향적 부부치료에서는 핵심적인 치료단계인 동시에 전략으로 정서적 재구성이 등장하는데, 이를 위한 기법들은 주로 시기적절한 해석과 현재의 갈등과 핵심 관계주제를 연결해주는 것이라고 볼 수 있다(Snyder & Scheider, 2002). 이때 치료자는 부적응적인 관계주제의 발달기원들을 살펴보면서 현재의 갈등과 연결시켜주되, 우선 내담자들이 정서적으로 안정되어있고 치료과정에 대한 신뢰와 서로의 취약성에 대해 공감적으로 반응할 수 있고 자신의 내면을 들여다볼 수 있는 준비가 된 시점에서 이를 해석해야 효과적임을 강조한다. 또한 치료과정에서 부부가 각자의 핵심 관계주제를 함께 찾아내고 공유함으로써, 현재의 갈등과 부부의 핵심관계 주제를 연결시키는 것이 더욱 가능해진다고 본다. 이러한 해석기법은 인지적으로 연결시키는 수준에서 그치는 것이 아니라, 반드시 정서적 경험의 재구성이 이루어져야 한다고 강조한다. 즉 이전의 중요한 관계에서의 상처들을 탐색하면서 그때 표현되지 못한 감정들과 충족되지 못한 욕구에 대한 정서적 경험을 충분히 표현하고, 배우자가 좀 더 공감적으로 반응할 수 있도록 격려함으로써 이전 관계와 현재 관계를 잘 분리할 수 있도록 돕는 것이 중요하다고 볼 수

있다. 그밖에 통찰지향적 부부치료에서 사용하는 기법으로 대안적인 관계행동을 촉진시키기와의 의사소통기술이나 행동교환기술을 들 수 있다.

### 국내 연구동향

최근 미국, 캐나다, 유럽에서는 정서중심의 부부치료가 활발하게 시행되어 많은 연구결과를 발표하고 있고, 일본과 홍콩, 대만등지에서도 정서중심의 부부치료에 대한 관심이 높아져 가고 있다(박성덕, 2004). 국외의 연구들에 따르면, 정서중심의 부부치료는 실험적으로 증명이 되었고 10-12회를 통해 부부적응에 대한 1.3정도의 높은 효과크기를 보인다고 하며, 결과가 지속적으로 안정적이며 재발률도 낮은 것으로 나타났다(Johnson, Hunsley, Greenberg & Schlinder, 1999).

또한 여러 가지 다양한 문제와 사람들에게 적용할 수 있다는 연구결과들이 나왔는데, 예를 들어 행동부부치료가 나이가 많고 전통적인 결혼관을 가진 경우에는 효과가 낮은 반면, 정서중심의 부부치료는 35세 이상의 부부에게 효과가 높고 전통적인 부부관은 치료에 영향을 미치지 않는다고 하였다(Jacobson & Addis, 1993; Johnson & Talitman, 1997; Whisman & Jacobson, 1990). Dessaulles(1991)와 Gordon Walker (1991)는 정서중심의 부부치료가 우울한 배우자에게 효과가 있다는 연구결과를 발표하였고, 또다른 연구에서는 만성질환을 앓고 있는 자녀를 둔 부부등과 같이 만성적인 가족스트레스나 고통을 경험하고 있는 부부에게도 효과가 있는 것으로 나타났다(Gordon Walker, Johnson, Manion & Cloutier, 1996). 그리고 신체적인 질환, 난폭한 범죄, 성적인 학대등으로 한 배우자가 PTSD를 경험하고 있는 경우에도

효과가 있는 것으로 나타났다(Johnson & Keeler, 1998).

이처럼 활발하게 시행된 국외연구들에 비하면, 국내에서는 최근에 소개되어 일부 실시하는 정도로 보이며, 정서중심의 부부치료에 대한 연구는 아직 미비한 실정이다. 박성덕(2004)에 따르면 1995년에 Johnson과 함께 공동으로 정서중심의 부부치료모델을 개발한 Greenberg가 2004년에 한국에서 교육을 실시하여 소개를 하였고 그 후 국내에서도 정서중심의 부부치료가 부부들에게 좋은 결과를 보이고 있다고 밝혔다. 박성덕(2004)은 정서중심의 부부치료의 이론적 바탕이 되는 애착이론이 성인의 사랑과 친밀감을 설명하는데 가장 적합한 이론임을 최근의 연구들이 밝혀내고 있기 때문에 횡문화적으로 적용하기에 적합한 모델이 될 수 있다는 Johnson의 주장을 언급하면서, 국내에서도 가족 및 부부치료분야에서 새로운 대안이 될 수 있을 것이라고 제안하였다.

한편 정서중심의 부부치료모델과 함께 현대에 와서 정신역동적인 접근의 새로운 모델로 주목받고 있는 통찰지향적 부부치료도 치료 효과가 입증되고 있다(Snyder & Will, 1989; Snyder, Wills & Grdy-Fletcher, 1991). 예를 들어, Snyder등(1989)은 통찰지향적 부부치료와 행동 부부치료의 효과를 비교한 연구에서는 그 효과가 동등함을 발견하였다. 그리고 4년이 지난 추후연구(Snyder, Wills & Grady-Fletcher, 1991)에서는 행동부부치료를 받은 부부들과 비교했을 때 통찰지향적 부부치료를 받은 부부들에게서 더 높은 수준의 부부적응을 보였으며, 행동부부치료를 받은 부부들에게서 유의미하게 많은 수의 이혼률이 보고되었다.

이상의 국외 연구현황들에 비하면, 이렇게

도 국내에서는 통찰지향적 부부치료에 대해서 자세히 소개되거나 연구가 보고된 바가 없다. 다만 현재의 부부 관계를 이해하기 위해서 초기의 관계경험에 대해 초점을 두고 있는 다른 정신역동적인 접근에 관한 국내 연구들을 몇몇 찾아볼 수 있다, 대상관계 부부치료의 이론에 대한 연구(최명민, 1999)와 이마고 부부치료 이론에 대한 연구(송정아, 2004, 2005, 2006; 오제은, 2005)들을 들 수 있다.

최명민(1999)은 대상관계 부부치료의 이론적 고찰 및 활용이라는 연구에서 대상관계 부부치료의 원리와 방법들을 소개하였고, 대상관계 부부치료의 이론을 적용한 사례를 제시하여, 치료과정 및 그 효과를 보여주었다. 또한 직접적이지는 않지만 최근에 국내에 소개되어 활발히 연구되고 있는 이마고 부부치료이론은 정신분석과 대상관계이론, 발달 이론등의 배경을 가지고 있고, 주로 어린시절의 상처나 욕구를 배우자로부터 채우고자 하는 무의식적 기대가 배우자의 선택이나 부부갈등에 중요한 역할을 한다는 점에서(Brown 1999, Hendrix, 1988; 1992, 1996) 정신역동적인 접근에 포함된다고 볼 수 있다.

송정아(2006)는 Hendrix(1988, 1992)에 의해 개발된 이마고 부부치료이론을 한국인 부부들에게 적용하여 사례들을 분석함으로써 이론에 대한 타당성과 효과성을 검증하였다. 대학원생 부부 38쌍들을 대상으로 실시하였고, 주요 내용은 발달과정을 통한 관계유형을 탐색해봄으로써 배우자의 선택 배경을 이해하고, 이마고 탐색과정을 통한 이해와 공감을 표현할 수 있고, 좌절감과 분노를 다루기 등으로 이루어진 총 6회기 프로그램이었다. 연구자는 이마고 부부치료 프로그램의 효과를 검증하기 위해 결혼만족도를 사전사후 실시하였는데,

분석결과 프로그램실시이후 전체적으로 결혼 만족도에 향상을 보였으며, 하위영역인 부부 관계만족도, 배우자 만족도 그리고 자기 자신이 아내 또는 남편으로써의 만족도 역시 유의미하게 향상되었다고 보고하였다. 오제은(2005)은 커플관계 치료에 있어서 ‘어린시절의 상처’ 치료의 중요성이라는 연구에서 내면아이 치료 모델과 함께 이마고 커플관계치료를 소개하면서 임상장면에서의 적용가능성을 제안하였다.

#### 가족체계 부부치료 모델

가족체계 모델은 1960년대 이후 관계 기능을 이해하기 위해서 가족치료자들이 사용한 개념적 모델이다. 체계 모델의 기본 전제는 한 개인의 행동, 인지 및 정서적 반응들을 이해하기 위해서는 반드시 중요한 대인관계 맥락을 고려해야 한다는 것이다. 더 나아가 대인관계 체계는 보다 더 큰 체계-예를 들어 가족이나 지역사회 등-에 의해 영향을 받는다고 강조한다(Baucom et al., 2000).

Jackson, Satir, Bowen 그리고 Haley 등을 비롯하여 수많은 가족체계 분야의 이론가들과 가족체계론 접근들이 있으나, 본 연구에서는 전통적인 체계모델이라고 할 수 있는 Bowen의 다세대 부부치료(Transgenerational Marital Therapy)와 최근 포스트모더니즘의 영향을 받아 1990년대이래 상당한 인기를 얻고 있는 단기치료적인 접근중 하나로서 단기가족치료센터(Brief Family Therapy Center; BFTC)에 의해 개발된 해결중심 부부치료이론을 중심으로 살펴보고자 한다.

#### 부부문제의 원인 및 평가

Bowen 이론에서는 최상의 가족발달은 가족

구성원들의 자기분화가 잘 되어있고 불안수준이 낮으며 부부 각자 자신이 태어난 가정의 가족들과 정서적으로 좋은 관계를 맺고 있을 때 가능하다고 믿는다. 즉 분화가 이루어지지 못한 가정에서 자란 사람은 새 가정을 일구어도 여전히 미분화되기 쉽고, 불안을 느낄 때 가족들과 심리적 거리를 두거나 회피했던 사람은 결혼한 후에도 과거와 똑같이 대처한다(Nichols & Schwartz, 2002/2005).

Bowen은 결혼생활의 갈등 또는 부부의 갈등을 체계의 문제가 하나의 증상으로 드러난 것으로 보았으며, 그밖에 신체적인 질병, 배우자와의 정서적 거리두기, 자녀의 돌출행동으로도 나타날 수 있다고 하였다(Young & Long, 1998/2004). 역기능적인 부부관계에서는 미해결된 가족 스트레스가 자녀에게 그대로 전수되기도 하고(Boszormenyi-Nagy & Krasner, 1986; Stierlin, 1981), 만성적인 불안과 원가족에 대한 미해결된 정서적 애착문제로 인해 자기분화가 안되어 융합(fusion) 혹은 정서적 거리두기(distancing), 극단적인 경우엔 정서적 단절(cutoff)이라는 부부관계패턴을 보인다. 또한 부부의 갈등에 따른 불안을 분산 혹은 해소하고자 제3자(특히 자녀)를 끌어들이는 삼각관계를 형성하기도 한다. 따라서 Bowen의 다세대 부부치료모델에서는 가계도를 통하여 가족체계의 유형과 다세대 전수과정을 확인하는 것이 평가과정에 필수적이라고 할 수 있다.

한편, 해결중심 부부치료에서는 다른 접근들과 달리 문제를 일으킨 과거나 현재 유지되고 있는 문제에 초점을 두지 않고, 문제가 해결될 미래에 초점을 둔다는 점이 큰 특징이다. 해결중심 부부치료는 치료자가 내담자가 치료를 받으러 온 문제의 성질에 대해 많이 알 필요가 없으며, 심지어는 문제의 해결책이 문제

가 발달하게 된 과정과 무관할 수도 있다는 입장을 취한다(Nicholas & Schwartz, 2002/2005). 즉 찾아온 부부가 건강한지 건강하지 않은지, 혹은 순기능적인지 역기능적인지에 대해 개념화하거나 평가하는데는 관심이 없다. 경우에 따라 de Shazer(1988)가 말하는 ‘고객(customer)’, ‘불평자(complainant)’, ‘방문자(visitor)’식의 구분을 사용하여 부부들을 평가하기도 하지만, 기본적으로 현재 어떤 문제로 왔고 상담을 통해 해결하고 싶은 것이 무엇인지에 초점을 둔다.

해결중심 부부치료모델에서는 사람들이 자기문제에 대해 가지고 있는 편협하고 비관적인 시각이 잘못된 해결책을 경직되게 사용하도록 한다고 믿고 있다. 따라서 내담자의 경험, 생각, 동기, 가치관 등으로 구성된 주관적인 참조틀에 맞는 해결책을 개발하도록 도와서 내담자가 호소하는 문제를 새롭고 다른 시각으로 보고 행동하기 시작하면, 문제가 해결되었고, 더 이상 문제가 되지 않는다고 간주한다(Hoyt, 2002).

#### 치료목표 및 치료자의 역할

Bowen의 다세대 부부치료모델에서는 세세한 내용보다는 부부의 상호작용 ‘과정’에 초점을 둔다. 치료자의 역할은 부부의 분쟁을 해결해주는 것이 아니라 부부가 직접 하도록 돕는 것이다. Bowen은 객관적인 태도의 필요성을 강조하기 위해 치료자의 역할을 ‘코치’나 ‘컨설턴트’에 비유하였다(Nichols & Schwartz, 2002/2005). 이것은 삼각관계에 빠지는 것을 예방하기 위해 중립성을 유지하라는 의미이다. 치료장면에서 치료자가 중립성을 유지하기 위해서는 치료자 역시 자신의 가족으로부터 분화되는 것이 우선적임을 강조한다. 또한 Bowen은 부부가 자기분화를 통해 충분한 조화

를 이루게 되면 정서적 체계가 어떻게 작용하는지 가르치고, 부부 각자가 가족들과 맺었던 관계를 탐색하였다(Bowen, 1971).

따라서 Bowen의 세대간 부부치료모델에서의 치료목표는 원가족으로부터의 자기분화와 삼각관계에서 벗어나게 하는 것이라고 볼 수 있다(Bowen, 1974). 이를 위해 치료자는 치료과정에서 원가족으로부터 효과적이고 자율적으로 기능하도록 돕고, 수용능력을 개발하도록 노력하며, 마지막으로 내담자의 현재 중요한 관계가 원가족과의 관계와는 어떻게 다른지 알 수 있도록 도와야 한다고 하였다(Baucom et al., 2000). Bowen은 한 개인이 가족으로부터 자신을 분화시키는데 성공함으로써 전체 가족체계를 변화시킬 수 있는 지렛대로 삼을 수 있는 기반이 생긴다고 확신하였다.

한편 해결중심 부부치료에서는 앞에서도 언급하였듯이 내담자가 자신의 문제에 대해 서술하는 방식에만 관심을 두며, 문제이면에 숨겨진 동기나 표현하지 않은 다른 문제들에는 관심을 두지 않는다. 따라서 치료의 목표를 정할때 역시 변화하기를 원하는 내담자의 서술에 초점을 맞춘다. 목표설정에 있어서 치료자는 아무리 소박한 목표라도 기꺼이 설정하고, 그 목표가 구체적이 되도록 질문을 하여 실천 및 성취가능하고 명확한 목표를 설정하도록 도와야 한다(Nichols & Schwartz, 2002/2005). 치료자는 내담자가 사용하지 않는 숨겨진 자원이나 능력을 찾아서 문제해결을 위해 사용하도록 촉진시키며, 내담자가 문제중심적인 대화를 해결중심적인 대화로 바꾸는데 주력을 한다.

이를 위해서는 치료자들은 내담자들이 자신의 생각을 긍정적으로 바꾸어 말할 수 있도록 돕는 대화과정에 능숙해야 한다. 왜냐하면 궁

정적으로 말하게 하는 것이 긍정적으로 생각 하는데 도움을 줄 것이고, 긍정적으로 자신의 문제를 해결하기 위해서 긍정적으로 행동하게 할 것이라고 믿기 때문이다(Nicholas & Schwartz, 2002/2005). 또한 치료자들은 내담자를 새로운 관점과 행동으로 이끌기 위한 활동 과제를 활용하기도 한다(Friedman & Lipchik, 1999). 따라서 해결중심적 부부치료에서 치료자의 역할은 내담자의 지각이나 관점을 전환시킬 수 있도록 돕는 것이라고 이해해 볼 수 있으며, de Shazer(1991)는 바로 이러한 전환이 문제해결로 발전하도록 이끈다고 주장하였다.

### 주요 치료기법

Bowen의 다세대 부부치료 모델에서는 특정 기법의 사용보다는 가족체계가 어떻게 작용하는가를 이해하는 것이 훨씬 더 중요하다고 여긴다. 그럼에도 불구하고 Bowen의 모델에서 치료자들이 주로 사용하는 본질적인 기법을 한 가지 꼽는다면, 바로 “과정질문”이라고 할 수 있다. 과정질문은 마음을 느긋하게 하고, 불안을 감소시키며 내가 대인관계 문제에 어떻게 관여하고 있는지를 생각해 보게끔 질문하는 것을 말한다. 이때 치료자는 부부관계의 과정을 어떻게 탐색하려고 하는지에 주의를 기울이고, 부부사이에 어떤 일이 진행되고 있는지 생각하도록 하며, 각자가 미친 영향을 깨닫고 상황을 개선하기 위해 각자 어떤 책임을 떠맡아야 할지를 고려해 볼 수 있게끔 돕는다(Nichols & Schwartz, 2002/2005).

또한 치료과정에서 가계도를 함께 그리고 작업하는 것은 부부문제를 평가하는 과정에서 주로 사용하기는 하지만, 그 자체로 치료적인 효과를 얻기도 한다. 경우에 따라서 각 배우자의 원가족들을 치료장면에 초청하여 진행하

는 “원가족 상담(family-of-origin consults)”을 사용하기도 한다.

한편 해결중심 부부치료에서 주로 사용하는 기법은 긍정적인 관점을 강화하는 질문들이다. “기적질문(miracle question)”과 “예외질문(exception question)”이 대표적이며, 다음과 같은 예를 통해 이해해 볼 수 있다(Nichols & Schwartz, 2002/2005). 기적질문은 “당신이 잠든 사이에 기적이 일어나서 문제가 다 해결되었다고 가정해 보세요. 무엇이 달라졌을까요? 무엇을 보고 기적이 일어났다는 것을 알 수 있을까요?”와 같은 질문을 통해 내담자에게 긍정적이고 미래지향적이며 구체적인 목표를 그려보도록 함으로써 문제해결중심의 사고방식을 활성화시킨다. 예외질문은 “부부가 이 문제를 좀 더 잘 다루고 있다는 것을 알아챈 적은 언제입니까?”와 같은 질문을 통해 내담자가 지니고 있는 문제상황을 무시하는 대신에 그 상황의 반대, 즉 문제가 없던 상황에 주의를 돌리게끔 하여 예외를 확장시킬 수 있는 단서를 발견하도록 돕는 것이다.

최근 들어 부각되고 있는 “척도질문(scaling questions)”은 모호한 주제를 보다 구체적으로 명확히 묘사하기 위해 척도값으로 평정하게끔 하는 것이다(Berg와 de Shazer, 1993). 예를 들어 치료자는 우울한 내담자에게 “0점에서 10점까지의 척도에서 지금의 기분을 점수로 매긴다면 몇 점쯤 될까요?” “지난번 보다 조금 나아졌군요?” “만약 3점이 되기 위해서는 무엇을 해야 할까요?”와 같이 척도질문을 통해 내담자의 희망을 고취시키고 문제해결 동기를 높일 수 있으며, 진전 정도를 확인할 수 있다는 잇점이 있다(Nichols & Schwartz, 2002/2005). 이밖에도 “초기 회기내 질문(initial in-session questions)”, “효능감질문(efficacy question)”, “대처

질문(coping question)”, “자기-타인 지각/의미 질문(self-other perception/meaning questions)” 등이 있다(Hoyt, 2002).

### 국내 연구동향

가족체계론적 접근은 국외나 국내할 것 없이 부부치료자들에게 가장 광범위하게 사용되고 있는 접근법이고 또 가족체계론적 접근안에서도 아주 다양한 관점들이 있는 반면에, 그 효과를 검증한 연구들은 다른 이론적 접근과 비교했을 때 매우 부족한 실정이다. 그럼에도 불구하고 Goldman과 Greenberg(1992)가 체계론적 부부치료를 정서중심의 부부치료와 비교한 연구를 대표적으로 들 수 있다. 연구결과, 두 치료집단에서 모두 동등한 크기의 효과를 보였지만 4개월 추후연구에서는 오히려 체계론적 부부치료가 정서중심의 부부치료보다 효과적인 것으로 나타났다.

국내에서도 체계론적 접근의 효과를 검증한 연구들이 거의 없다는 점에서 국외의 연구현황과 별반 다르지 않은 양상을 보이고 있다. 그동안 국내에서 발표된 가족체계론적 접근에 관한 연구동향을 살펴보면, 신학이나 목회상담분야에서 Bowen과 Minuchin의 이론을 적용한 연구들이 주로 보고되어 있고(김경자, 1998; 최주희, 2000; 조성미, 2002; 홍지윤, 2003; 변영권, 2004), 사회복지학이나 가족치료학에서는 해결중심 부부치료에 관한 연구들이 주를 이루고 있는게 특징이다(송성자, 2003; 송성자, 김정택, 1995). 한편 최근 들어서 Satir의 가족치료모델을 중심으로 연구들이 활발하게 시행되고 있는데, 이는 신학계나 가족치료학과와 관계없이 연구들이 급격히 증가되었다는 점에서 주목을 끈다.

보다 최근에 발표된 연구들을 중심으로 구

체적으로 살펴보면, 다음과 같다. 우선 보웬의 다세대 부부치료모델을 적용한 연구들로 김정애(2006)의 부부의 자아분화향상 프로그램 개발에 관한 연구와 홍지윤(2003)의 보웬의 가계도를 활용한 부부의 자아분화 향상 프로그램의 개발에 관한 연구, 자아분화 향상을 위한 교회내 결혼준비교육 프로그램 개발에 관한 연구(조성미, 2002), 그리고 부부의 자아분화 수준에 따른 결혼적응에 관한 연구(최주희, 2000)가 가장 최근의 것들이다. 그 밖에 부부의 자아분화와 부부갈등 및 갈등대처방안과의 관계(한미향, 1999), 보웬의 자아분화 개념을 중심으로 부부갈등이 가족관계에 미치는 영향에 관한 연구(김경자, 1998), 자아분화 향상을 위한 가계도 활용에 관한 연구(임희정, 1995) 등이 있다.

그러나 김정애(2006), 홍지윤(2003)과 조성미(2002)의 연구 모두 프로그램 개발에만 그쳤고, 실제 부부나 예비부부들에게 실시하지 못해 그 효과를 검증하지 못했다는 점에서 큰 아쉬움이 남는다. 한편 Bowen이론과 함께 국내 신학이나 목회상담계에서 흔히 보고되고 있는 또 다른 부부관련 연구들로 Minuchin의 이론을 적용한 연구들을 찾아볼 수 있다. 그 예로 변영권(2004)은 Minuchin의 구조적 가족치료이론을 중심으로 한국가족의 부부문제를 살펴보고, ‘부부치유학교’라는 치유프로그램을 제시하면서 목회현장에서의 구조적 가족치료의 적용가능성을 제안하였다. Bowen이나 Minuchin의 이론들은 실제 목회현장에서 많이 적용되고 있는 것으로 보이나, 시행된 연구들은 대부분 신학대학원 학위논문이며, 프로그램 개발 수준에 머물러 있고, 효과 검증에 관한 연구는 전무한 실정이다.

한편 해결중심 단기 가족치료모델은 1987년

에 국내에 소개되었고 현재 널리 알려져서 가족치료현장에서 자주 사용되고 있는 것으로 보인다. 송성자와 김정택(1994)은 해결중심 단기 가족치료의 관점과 치료전략을 소개하고, 한국에서의 적용가능성을 제시하였다. 또한 최근에 송성자(2003)는 해결중심치료 접근법을 강점관점과 통합하여 새로운 가족치료 접근법을 개발하였다. 모의희(2004)는 예비부부를 위한 해결-중심 혼전 상담에 관한 연구를 발표하였는데, 예비부부의 자원에 초점을 맞추어 앞으로의 결혼생활에 대한 비전을 함께 개발하는 것을 돕기 위한 전략으로 해결중심접근의 유용성을 제안하였다. 그러나 이상의 해결중심 접근법에 관한 연구들 역시 접근을 소개하고 유용성을 제안하는데 그쳤을뿐, 실제 적용하고 효과를 검증하지 못했다는 제한점이 있다.

그러나 앞서서도 언급했듯이 국내는 물론 국외에서도 가족체계 모델에 관한 효과연구들이 매우 부족한 실정이라는 점을 감안할 때, 최근 국내에서 Satir의 가족체계론을 적용하여 프로그램을 개발하고, 실제 적용하여 그 효과성도 검증한 연구들이 활발하게 시행되고 있다는 점은 주목할만하다. 그동안 국외에서는 Satir의 직속 후계자인 Banmen을 중심으로 원가족, 상호작용, 특히 내면의 정서적 경험을 변화시키는 Satir 기법이 전 세계적으로 활발하게 보급되었으며, 최근들어 Satir 모델을 적용한 연구들이 보고되고 있다. 국외 연구로는 Juang(2001)의 Satir 모델을 적용한 의사소통 프로그램에 참여한 대학생 커플들의 변화에 대한 지각을 조사한 연구와 Chen(2001)의 젊은 커플들을 대상으로 Satir모델을 적용한 집단프로그램의 효과를 검증한 연구 등을 예로 들 수 있다.

Satir의 이론을 적용한 국내 연구들을 살펴보면, 이경순(2004)은 가정폭력 행위자 부부 집단프로그램 개발 및 적용이라는 그의 박사 논문에서 사티어의 이론을 적용하여 가정폭력 행위자 부부를 위한 집단프로그램을 개발하고, 개발된 프로그램을 폭력행사로 기소되었거나 법원으로부터 명령을 받은 가정폭력 행위자 부부들에게 실시한후 감정자각능력, 일치적 의사소통 및 자기존중감 증진에 효과가 있는지 검증하고자 하였다. 프로그램은 6쌍의 부부를 대상으로 총 11회에 걸쳐 진행되었고, 감정자각, 일치적 의사소통, 자기존중의 3가지 하위프로그램으로 구성되었다. 연구자는 프로그램의 적용효과를 검증하기 위해 집단상담 참여자들의 주관적인 측면에 대한 통찰, 발견, 해석에 중점을 두어 참가자들이 어떻게 변화되었는지를 비교하는 질적 분석절차를 거쳤는데, 분석결과 감정자각, 일치적 의사소통, 자기존중감 증진에 효과가 있는 것으로 나타났다. 이화자와 최연실(2003)의 연구에서도 Satir 가족치료모델에 근거해서 중년기 부부관계증진 집단상담 프로그램을 개발하고 그 효과를 검증하고자 하였는데, 분석결과 프로그램 실시후 부부들의 자존감과 결혼만족도 및 의사소통기술이 향상된 것으로 나타났다.

그밖에 Satir이론을 적용한 프로그램의 효과를 검증한 연구들을 나열한다면, 이향례(2005)의 Satir 성장모델을 적용한 부부적응 집단상담이 부부의 자존감과 의사소통에 미치는 영향, 정미영(2002)의 부부의사소통 기술훈련이 부부관계에 미치는 영향, 모의희(2001)의 자기존중과 의사소통 훈련을 통한 부부적응 집단프로그램개발 등의 연구들을 들 수 있다. 또한 프로그램 개발 연구들로는 김희수(2003)의 성숙한 결혼생활을 위한 교회내 예비부부교육

프로그램, 양태옥(2003)의 가족관계강화를 위한 부부의사소통 프로그램, 지용철(2002)의 교회내 부부관계향상을 위한 의사소통 프로그램, 정인원(2000)의 의사소통기술 개발을 통한 중년기 부부위기 극복 프로그램 개발 등의 연구들이 있다.

## 논의 및 제언

지금까지 행동주의, 인지-행동주의, 정신역동적 접근, 그리고 가족체계론적 접근을 중심으로 부부치료의 이론 및 최근 연구동향을 살펴보았다. 현재 서구에서는 이미 부부치료의 다양한 이론적 접근의 효과에 대한 분석이 이루어졌다(Gurman, Kinsern & Pincus, 1986). 대부분의 접근들이 아직은 서로 비교되거나 검증되지 않았음에도 불구하고 이제까지 밝혀진 경험적 증거들은 다양한 이론적 접근들이 비슷한 효과를 가지고 있음을 시사한다(Baucom, Shoham, Mueser, Daiuto & Stickle, 1998). 가장 최근에 와서는 효과검증에 관한 연구를 넘어서 보다 복잡한 이슈들에 주목할 것을 제안하고 있다. 예를 들면 Alexander, Holtzworth-Munroe와 Jameson(1994)의 문헌을 보면, 부부들이 보이는 다양한 임상적인 문제들, 장기적인 패턴, 맥락이나 과정, 발달 문제 등에 주의깊은 관심을 가져야 된다고 제안하였다. 또한 부부치료가 효과적인지에 대한 관심보다는 내담자의 유형에 따라 어떤 특정한 전략 및 기법들이 효과적인지, 또는 어떠한 변화의 기제가 치료를 효과적으로 이끌었는지 규명하는 과정연구에 초점을 둘 것을 강조하였다.

하지만 국내에서는 아직 부부치료의 효과를 검증한 연구조차 미비한 실정이며, 내담자 유

형에 맞는 접근법이나 치료과정에 관한 연구는 거의 이루어지지 않았다. 특히 현재 국내 부부치료 프로그램 연구들을 보면, 부부프로그램에 참가하고 있는 대상들이 특정한 부부 문제를 호소하고 있는 부부들로 구성되기 보다는 주로 종교단체와 연결되어 참가한 부부들이 대다수임을 쉽게 발견할 수 있다(예를 들면, 김규식, 김성희, 2001; 김희진, 2005; 이화자, 최연실, 2003). 또한 대부분의 프로그램들이 치료를 목적으로 하기 보다는 예방차원의 성격을 띠는 경우가 많았다(예를 들면, 공성숙, 2004; 김희진, 2005). 그리고 대부분의 연구가 비교집단 없이 반복측정의 연구방법으로 효과를 검증하였다는 점도 공통적이었다(예를 들면, 김규식, 김성희, 2001; 이기복, 2006; 이창숙, 유영주, 1998). 이는 부부대상 프로그램을 발전시키고 일반화시키는데 많은 제약이 따를 것이며, 부부치료의 효과를 검증하는데 있어서도 제한점으로 작용할 수 있다는 점을 시사한다. 앞으로 부부치료의 효과를 검증하기 위해서는 비교연구나 반복연구가 요구되며, 대부분 프로그램의 참가대상이 제한적이었기 때문에 대상을 확대하고, 실시상의 제약을 극복하기 위한 대안을 모색할 필요가 있다.

한편, 최근 서구에서는 어떤 하나의 이론이나 접근법만이 임상적으로 효과적이라는 인식이 사라지고, 통합을 강조하는 추세이다. 이러한 추세는 인간이란 생물학적, 심리적, 그리고 사회적 영향의 복잡한 체계 속에 존재하면서 사고하고, 행동하는 복잡한 존재이기 때문에 인간의 이러한 부분을 다루는 각기 다른 접근법들로부터 각각의 요소들을 통합하여야 한다는 인식에 바탕을 두고 있다(Nichols & Schwartz, 2002/2005). Nichols 등은 통합적 접근

법을 세가지로 구분하여 설명하였다. 첫 번째는 다양한 다른 모델과 방법들을 함께 수용하는 절충주의(electicism)이다. 두 번째는 어떤 한 특수한 모델을 사용하지만 다른 모델에서 기법을 빌려와 선택적으로 사용하는 방식이다. 이들은 중심이 되는 이론 없이 다양한 접근법으로부터 이런 저런 기술을 가져와 사용하는 뒤죽박죽형의 절충주의를 경계할 것을 강조하였다. 세 번째는 특별하게 고안된 통합 모델이다. 세 번째의 경우는 본 연구에서 살펴본 왔던, Jacobson과 Christensen(1996)의 통합적 행동 부부치료모델, Baucom, Epstein과 Latalillade(2002)의 인지행동부부치료의 확장된 모델, Greenberg와 Johnson(1986)의 정서중심 부부치료 모델, 그리고 Snyder(1999)의 통찰지향적 부부치료모델이 해당된다.

하지만, 국내 연구들을 보면 아직도 서구의 어느 한 이론을 그대로 차용해서 쓰는 것이 일반적이며, 더군다나 최근 부부치료의 통합 모델에 대해서는 이제야 조금씩 서서히 관심을 가지고있는 실정이다. 따라서 앞으로 다양한 접근방법을 통합하고 이를 국내 실정에 맞게 적용할 수 있는 프로그램개발이 절실하다. 장성숙(2005)은 우리나라의 문화가 집단주의 문화이면서도 나름대로의 독특성을 지닌 관계주의적 특성을 띠고 있다고 하였다. 최상진(1997)도 인간관계를 중시하는 관계주의 문화로서 한국인이 가장 많이 경험하는 스트레스도 인간관계와 관련있다고 하였다. 또한 이수원(1996)은 삶의 다양한 측면에서 나타나는 우리나라 사람들의 특성을 구체적으로 소개하기도 하였는데 예를 들면, 의사결정할 때 개인의 목표보다 집단의 목표를 우선적으로 한다거나 남이 나를 어떻게 여기는가를 중요시하는 체면의식이 강하고 배척당하는 것을 수치

스럽게 여긴다는 점, 집단 결속력이 강하고 상호의존적인 관계를 맺고 있다는 점, 내집단원(in-group member)과의 갈등을 피하려 하며 상대를 설득하기 위해서 의무나 책임에 호소하는 방법을 쓴다는 점 등을 들 수 있다. 이처럼 독특한 집단주의 문화특성을 형성해온 한국인 부부들에게 과연 개인주의적인 가치를 지향하고 있는 서구의 이론적 접근들이 얼마나 적합한지에 대해서 충분한 논의가 이루어지기 전에는 그대로 적용하기에 한계가 있음을 시사한다. 장성숙(2005)은 한국에서의 부부 갈등은 부모나 형제와 같은 주변 인물들과의 부조화에 기인하는 경우가 많다고 설명하였다. 특히 관계주의적 속성을 띤 우리 사회에서는 상호의존과 협동을 강조하기 때문에 자리에 따른 사람으로서의 ‘역할’을 중요시하기 때문에 부부중심의 관계에만 초점을 맞추는 식의 서구식 상담이 아니라, 넓은 의미의 가족관계를 이해하고 그에 따른 역할을 하도록 상담을 해주는 것이 필요함을 지적하였다. 이처럼 부부치료를 수행함에 있어서 우리나라의 집단주의적 문화특성을 제대로 이해하는 것이 무엇보다 중요하다고 볼 수 있다.

예컨대 박성덕(2004)은 정서중심의 부부치료가 한국인 부부에게 치료효과가 클 것이라고 주장하였는데, 그 이유가 권위적인 남성상과 순종적인 여성의 역할을 내세우는 문화권에도 효과가 입증되었음을 밝히면서 개입방법이나 변화과정이 명확하게 제시되어 적용이 쉽고, 단기치료로 효과가 크다는 점을 들었다. 김진숙과 권석만(2003)은 부부문제에 대한 인지행동적 접근을 개관하면서, 개입방법이 매우 구체적이고, 집단적으로 실시가 가능하다는 장점을 들어 한국인 부부에게의 적용가능성을 제시하였다. 또한 정문자(2000)는 가부장적인

가족구조의 영향을 받는 한국사회의 특수한 가족관계내에서의 의사소통 구조를 고려할 때 Satir 모델이 적절하다고 주장하였고, 현재 Satir 모델을 적용한 프로그램 개발 및 연구가 활발하게 시행되고 있다. 이러한 국내 연구의 흐름은 서구의 부부치료 이론과 접근을 한국의 문화적 특수성에 맞추어 도입하고자하는 연구 동향을 시사한다.

이상으로 본 연구에서는 다양한 부부치료 접근법을 포괄적으로 접할 수 있는 기회를 마련하고, 어느 한 이론에만 치중하는 것이 아니라 비판적으로 생각해보고 개방적으로 수용할 수 있는 가능성을 제시하고자 하였다. 그러나 본 연구는 대표적인 주요 이론을 선택하여 소개하는데 그쳤을 뿐, 그밖에 모든 부부치료 이론들을 총망라해서 다루지는 못했다는 제한점이 있다. 또한 본 연구에서는 각 이론별로 부부문제의 원인과 평가, 치료자의 역할 및 목표, 주요 치료기법, 그리고 국내동향을 살펴보는 순으로 개관하였는데, 추후 연구에서는 주요 치료적 요인이나 변화기제, 치료과정, 국내 적용가능성 등에 대한 고찰도 필요하다고 본다. 이런 제한점에도 불구하고 본 연구가 국내 부부치료의 연구를 위한 기초적인 자료로 활용되어, 앞으로 부부치료의 효과를 높이기 위한 다양한 접근방법의 통합과 적용, 그리고 치료적 효과에 대한 연구가 보다 활성화될 것으로 기대된다.

### 참고문헌

고재홍, 전명진 (2003). 부부의 유사성과 결혼 만족도간의 관계: 프로파일 유사성 분석. 한국심리학회지, 17(3), 1-16.

공성숙 (2004). Gottman의 이론을 바탕으로 한 부부관계증진 집단상담 프로그램 개발 및 효과성 연구. 한국가족치료학회지, 12(2), 141-171.

권정혜, 채규만 (2000). 부부 적응 프로그램의 개발과 그 효과에 관한 연구. 한국임상심리학회지, 19(2), 207-218.

김경자 (1998). 부부갈등이 가족관계에 미치는 영향: Bowen의 자아분화 개념 중심으로. 서울신학대학교 사회복지대학원 석사학위논문.

김규식, 송은미, 김성희 (1999). 인지행동적 부부문제해결 훈련 프로그램. 학생지도연구, 32, 109-229, 경북대학교 학생생활연구소.

김규식 (2000). 행동적 훈련과 인지행동적 훈련이 부부문제해결에 미치는 효과 비교. 경북대학교 박사학위논문.

김규식, 김성희 (2001). 인지행동적 부부훈련이 부부문제감소와 부부관계향상에 미치는 효과. 상담학연구, 2(1), 45-60.

김정애 (2006). 부부의 자아분화향상 프로그램개발: 결혼10년 이내의 부부를 중심으로. 한남대학교 석사학위논문.

김진숙, 권석만 (2003). 부부문제에 대한 인지행동적 접근. 심리과학, 12(1), 41-64. 서울대학교 심리과학연구소.

김희수 (2003). 성숙한 결혼생활을 위한 교회내 예비부부교육 프로그램: 보웬이론과 사티어 이론을 중심으로. 서울여자대학교 기독교대학원 석사학위논문.

김희진 (2005). 결혼초기 부부관계향상 프로그램 개발에 관한 연구: 긍정주의 심리치료 접근 중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(4), 877-906.

- 노치영 (1996). 한국부부의 부부문제해결과정: 자아상태, 문제인지, 문제해결행동을 중심으로. 이화여자대학교 박사학위논문.
- 모의회 (2001). 자기존중감과 의사소통 훈련을 통한 부부적응 집단상담 프로그램의 개발. 한양대학교 박사학위논문.
- 모의회 (2004). 예비부부를 위한 해결-중심 혼전상담. 학생생활연구, 22, 119-135. 한양대학교 학생생활상담연구소.
- 박남숙 (2000). 부부성장 집단상담 프로그램 개발. 연세대학교 대학원 교육학과 박사학위 청구논문.
- 박남숙 (2005). 부부상담에서 집단상담의 치료적 활용: 문헌고찰과 사례연구중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(4), 1097-1118.
- 박성덕 (2004). 감정중심적 부부치료. 용인정신의학보, 11(1), 3-17.
- 변영권 (2004). 한국가족의 부부문제에 대한 목회상담적 접근: 미누친의 가족치료방법을 중심으로. 아세아연합신학대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 송성자, 김정택 (1995). 해결중심 단기 가족치료의 관점과 치료전략. 한국가족치료학회지, 2, 131-150.
- 송성자 (2003). 강점관점과 해결중심치료 접근법을 통합한 가족치료 접근법 개발에 관한 연구. 한국가족치료학회지, 11(2), 1-27.
- 송정아 (2004). 건강한 부부관계 향상을 위한 이마고 부부치료 적용 연구. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 송정아 (2005). 이마고 부부치료 이론의 타당성 연구: 배우자 선택과 이마고 형성이론을 중심으로. 상담학연구, 6(1), 261-274.
- 송정아 (2006). 이마고 부부치료모델 내용의 타당성과 적용 효과성 연구. 대한가정학회지, 44(4), 87-99.
- 오윤자, 유영주 (1994). 부부관계 향상 프로그램 개발 연구. 한국가정관리학회지, 12(2), 205-218.
- 오제은 (2005). 커플관계 치료에 있어서 '어린 시절의 상처'치료의 중요성: 이마고 커플관계치료와 내면아이치료 모델을 중심으로. 상담학연구, 6(1), 261-274.
- 윤명란 (1997). 인지-행동적 부부관계 촉진훈련이 부부관계에 미치는 효과. 경북대학교 석사학위논문.
- 이경순 (2004). 가정폭력 행위자 부부 집단상담 프로그램 개발 및 적용: V. Satir 성장모델 이론을 중심으로. 영남대학교 대학원 박사학위논문.
- 이기복 (2006). 결혼만족도 향상을 위한 수용 프로그램. 서울여자대학교 대학원 교육심리학과 박사학위 청구논문.
- 이성희 (2003). 부부관계강화 프로그램의 개발과 효과 검증-선택이론, 인지정서행동이론, 관계향상기법을 기초로-. 우석대학교 학술지원금 논문.
- 이수원 (1996). 올바른 부모역할, 올바른 자녀역할: 비교문화적 관점을 중심으로. 대학생활연구, 14, 1-23, 서울: 한양대학교 학생생활연구소.
- 이창숙, 유영주 (1998). 부부갈등해결 교육프로그램 개발연구: Baucom과 Epstein의 인지-행동적 치료모델에 기초하여. 한국가족관계학회지, 3(1), 46-71.
- 이향례 (2005). Satir 성장모델을 적용한 부부적응 집단상담이 부부의 자존감과 의사소통에 미치는 영향. 한국교원대학교 대학원 석

- 사학위논문.
- 이현숙 (1999). 부부의사소통 프로그램 개발에 관한 연구. 서울여자대학교 박사학위논문.
- 이화자, 최연실 (2003). 중년기 부부관계증진 집단상담 프로그램의 개발 및 효과성 연구: Satir가족치료모델을 중심으로. 한국가족치료학회지, 11(2), 49-76.
- 임희정 (1995). 자아분화향상을 위한 가계도 활용에 관한 연구: 성수동의 3개 교회를 중심으로. 숭실대학교 대학원 석사학위논문.
- 장성숙 (2005). 현실역동상담에서의 부부상담. 사회과학연구, 21, 35-49, 가톨릭대학교 사회과학연구소.
- 정문자 (2000). 한국가족 문제해결을 위한 Satir 치료 모델의 적용. 한국가족치료학회지, 8(2), 65-87.
- 정미영 (2002). 부부의사소통 기술훈련이 부부관계에 미치는 영향. 선문대학교 사회복지대학원 석사학위논문.
- 정인원 (2000). 의사소통개발을 통한 중년기부부 위기극복 프로그램. 서울여자대학교 기독교대학원 석사학위논문.
- 조성미 (2002). 자아분화향상을 위한 교회내 결혼 준비교육 프로그램 개발. 서울여자대학교 기독교대학원 석사학위논문.
- 지용철 (2002). 교회내 부부관계향상을 위한 의사소통 프로그램 연구: Satir의 의사소통 가족치료이론을 중심으로. 서울여자대학교 기독교대학원 석사학위논문.
- 최명민 (1999). 대상관계 부부치료의 이론적 고찰 및 활용. 한국가족치료학회지, 7(1), 31-51.
- 최상진 (2002). 한국인 심리학. 서울: 중앙대학교 출판.
- 최주희 (2000). 부부의 자아분화 수준에 따른 결혼적응연구: 결혼초기부부를 중심으로. 이화여자대학교 신학대학원 석사학위논문.
- 통계청 (2005). 2005년 이혼통계.
- 한미향 (1999). 부부의 자아분화와 부부갈등 및 갈등대처방안과의 관계. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍지윤 (2003). 보웬의 가계도를 활용한 부부의 자아분화 향상 프로그램의 개발: 결혼5년 이내 부부를 중심으로. 서울여자대학교 기독교대학원 석사학위논문.
- Alexander, J. F., Holtzworth-Munroe, A. & Jameson, P. (1994). The process and outcome of marital and family therapy: Research review and evaluation. In S. L. Garfield & A. E. Bergin (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change*. (4nd ed., pp. 595-630). New York: John Wiley & Sons.
- Arkowitz, L. (1998). *The Roles of negative reciprocity and acceptance in couples: Predicting relationship quality*. Unpublished doctoral dissertation. University of Nevada, Reno.
- Bandura, A. (1977). *Social learning theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Baucom, D. H., & Epstein, N. (1990). *Cognitive-behavioral marital therapy*, New York: Brunner/Mazel.
- Baucom, D. H., Epstein, N., Gordon, K. C. (2000). Marital therapy: Theory, practice, and empirical status. In C. R. Snyder & Rick, E. Ingram (Eds.), *Handbook of psychological change* (pp 280-308). Wiley.
- Baucom, D. H., Epstein, N., & LaTaillade, J. J. (2002). Cognitive-behavioral couple therapy. In A. S. Gurman & N. S. Jacobson (Eds.),

- Clinical handbook of couple therapy* (pp 26-58).  
New York: Guilford Press.
- Baucom, D. H., & Lester, G. W. (1986). The usefulness of cognitive restructuring as an adjunct to behavioral marital therapy. *Behavior Therapy, 17*, 385-403.
- Baucom, D. H., Sayers, S. L., & Sher, T. G. (1990). Supplementing behavioral marital therapy with cognitive restructuring and emotional expressiveness training: An outcome investigation. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 58*, 636-645.
- Baucom, D. H., Shoham, V., Mueser, K. T., Daiuto, A. D., & Stickle, T. R. (1998). Empirically supported couples and family therapies for adult problems. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 66*, 53-88.
- Berg, I. K., & de Shazer, S. (1993). Making numbers talk: Language in therapy. In S. Friedman (Ed.), *The new language of change: Constructive collaboration in psychotherapy* (pp. 5-24). New York: Guilford Press.
- Boszormenyi-Nagy, I., & Krasner, B. (1986). *Between give and take: A clinical guide to contextual therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Brown, R. (1999). *IMAGO relationship therapy: An introduction to theory and practice*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Carter, B., & McGoldrick, M. (Eds.). (1999). *The expanded family life cycle: Individual, family, and social perspectives* (3rd ed.). Boston: Allyn & Bacon.
- Chen Y. L. (2001). *The Effects of satir Model Group Program on youth Couple*. Unpublished doctoral dissertation. National Kaohsiung Normal University, Kaohsiung. Taiwan.
- Christensen, A., & Heavey, C. L. (1990). Gender and social structure in the demand/withdraw pattern of marital conflict. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*, 73-81.
- Christensen, A., & Shenk, J. L. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in nondistressed, clinic, and divorcing couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 59*, 458-463.
- Christensen, A., Atkins, D. C., Berns, S., Wheeler, J., Baucom, D. H., & Simpson, L. E. (2004). Traditional versus Integrative Behavioral Couple Therapy for significantly and chronically distressed married couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 72*(2), 176-191.
- Coutta, E. R. (2001). An investigation into the significance of an acceptance-based marital enrichment group on couple intimacy and acceptance. A dissertation to the New Orleans Baptist Theological Seminary.
- Dattilio, F. M. (1998). *Case studies in couples and family therapy: Systemic and cognitive perspectives*. New York: Guilford.
- de Shazer, S. (1988). *Clues: Investigating solutions in brief therapy*. New York: Norton.
- Dessaulles, A. (1991). *The treatment of clinical depression in the context of marital distress*. Unpublished doctoral dissertation. University of Ottawa, Ottawa. Canada.
- Dimidjian, S., Martell, C. R., & Christensen, A. (2002). Integrative behavioral couple therapy. In A. S. Gurman & N. S. Jacobson (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy*(pp

- 251-277). New York: Guilford Press.
- Friedman, S., & Lipchik, E. (1999). A time-effective, solution-focused approach to couple therapy. In J. M. Donovan (Ed.), *Short-term couple therapy* (pp. 325-359). New York: Guilford Press.
- Goldman, A., & Greenberg, L. (1992). Comparison of integrated systemic and emotionally focused approaches to couples therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 60*, 962-969.
- Gordon Walker, J. (1991). *Marital intervention for couples with chronically ill children*. Unpublished doctoral dissertation. University of Ottawa, Ottawa, Canada.
- Gordon Walker, J., Johnson, S., Manion, I., & Cloutier, P. (1996). Emotionally focused marital interventions for couples with chronically ill children. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*, 1029-1036.
- Gottman, J. M. (1994). *What predicts divorce?* Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Gottman, J. M., & Krokoff, L. J. (1989). Marital interaction and satisfaction: A longitudinal view. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 57*, 47-52.
- Gottman, J. M., & Levenson, R. W. (2000). The timing of divorce: Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *Journal of Marriage and the Family, 60*, 5-22.
- Gottman, J. M., & Notarius, C. (2000). Marital research in the 20th century and a research agenda for the 21st century. *Family Process, 41*(2), 159-197.
- Gottman, J. M., Silver, N. (1999). *The seven principles for making marriage work*. New York: Wiley.
- Greenberg, L. S., & Johnson, S. M. (1986). Emotionally focused couples therapy (pp. 253-278). In N. S. Jacobson & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of marital therapy*. New York: Guilford Press.
- Greenberg, L. S. & Johnson, S. M. (1988). *Emotionally focused couple therapy*. New York: Guilford Press.
- Gurman, A. S., Kniskern, D. P., & Pinsof, W. M. (1986). Research on the process and outcome of marital and family therapy: Progress, perspective, and prospect. In S. L. Garfield & A. E. Bergin (Eds.), *Handbook of psychotherapy and behavior change: An empirical analysis* (2nd ed., pp. 817-901). New York: Wiley.
- Gurman, A. S., & Fraenkel, P. (2002). The history of couple therapy: A millennial review. *Family Process, 41*(2), 199-260.
- Halford, W. K., Sanders, M. R., & Behrens, B. C. (1993). A Comparison of the generalization of behavioral marital therapy and enhanced behavioral marital therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61*(1), 51-60.
- Hendrix, H. (1988). *Getting the love you want: A guide for couples*. New York: Holt and Company.
- Hendrix, H. (1992). *Keeping the love you find: A guide for couples*. New York: Pocket Books.
- Hendrix, H. (1996). "The evolution of Imago relationship therapy: A personal and

- theoretical journey". In *The Journal of Imago Relationship Therapy*. International University Press, Inc., 1(1).
- Hoyt, M. F. (2002). Solution-Focused Couple Therapy. In A. S. Gurman & N. S. Jacobson (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp 335-369). New York: Guilford Press.
- Jacobson, N. S., & Addis, M. E. (1993). Research on couples and couple therapy: what do we know? where are we going? *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(1), 85-93.
- Jacobson, N. S., & Christensen, A. (1996). *Integrative couple therapy: Promoting acceptance and change*. New York: Norton.
- Jacobson, N. S., Christensen, A. , & Prince, S. E., Cordova, J., & Eldridge, K. (2000). Integrative behavioral couple therapy: An acceptance-based, promising new treatment for couple discord. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68, 351-355.
- Johnson, S. M. (1986). Bonds or bargains: Relationship paradigms and their significance for marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 12: 259-267.
- Johnson, S. M. (1996). *The practice of emotionally focused marital therapy*. New York: Brunner/Mazel.
- Johnson, S. M. (2006). 정서중심적 부부치료: 부부관계의 회복 (박성덕 역). 서울: 학지사 (원전은 2004년에 출판).
- Johnson, S. M., & Denton, W. (2002). Emotionally focused couple therapy: Creating secure connections. In A. S. Gurman & N. S. Jacobson (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp 221-250). New York: Guilford Press.
- Johnson, S. M., & Greenberg, L. S. (1987). Emotionally focused marital therapy: An overview. *Psychotherapy*, 24(3S), 552-560.
- Johnson, S. M., & Greenberg, L. S. (1994). Emotion in intimate relationships: Theory and implications for therapy. In S. M. Johnson & L. S. Greenberg (Eds.), *The heart of the matter: Perspectives on emotion in marital therapy* (pp. 3-22). New York: Brunner/Mazel.
- Johnson, S. M., & Greenberg, L. S. (1995). The emotionally focused approach to problems in adult attachment. In N. S. Jacobson & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 121-141). New York: Guilford press.
- Johnson, S. M., Hunsley, J., Greenberg, L., & Schindler, D. (in press). Emotionally focused couples therapy: Status and challenges. *Clinical Psychology*.
- Johnson, S. M., & Talitman, E. (1997). Predictors of success in emotionally focused marital therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 23, 135-152.
- Johnson, S. M., & Keeler, W. L., (1998). Creating healing relationships for couples dealing with trauma: The use of emtionally focused couples therapy. *Journal of Marital and Family Therapy*, 24, 25-40.
- Juang Y. T. (2001). *A Study of the Change Experience of Satir Model Communiton Program on University Student Couples*. Unpublished

- doctoral dissertation. National Taiwan Normal University, Taiwan.
- Kobak, R., Ruckdeschel, K., & Hazan, C. (1994). From symptom to signal: An attachment view of emotion in marital therapy. In S. M. Johnson & L. S. Greenberg(Eds.), *The heart of the matter: Perspectives on emotion in marital therapy* (pp. 46-71). New York: Brunner/Mazel.
- Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (2005). 가족치료 (김영애, 김정택, 심혜숙, 정석환, 제석봉 공역). 서울: 시그마프레스 (원전은 2002년에 출판).
- Rathus, J. H., & Sanderson, W. C. (1999). *Marital distress: Cognitive behavioral interventions for couples*. NY: Jason Aronson.
- Rotter, J. B. (1954). *Social learning and clinical psychology*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Scharff, J. S. (1995). Psychoanalytic marital therapy. In N. S. Jacobson & A. S. Gurman (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp. 164-193). New York: Guilford Press.
- Snyder, D. K. (1999). Affective reconstruction in the context of a pluralistic approach to couple therapy. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 6, 348-365.
- Snyder, D. K., & Schneider, W. J. (2002). Affective reconstruction: A pluralistic, developmental approach. In A. S. Gurman & N. S. Jacobson (Eds.), *Clinical handbook of couple therapy* (pp 151-179). New York: Guilford Press.
- Snyder, D. K., & Wills, R. M. (1989). Behavioral versus insight-oriented marital therapy: Effects on individual and interspousal functioning. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 57, 39-46.
- Snyder, D. K., Wills, R. M., & Grady-Fletcher, A. (1991). Long-term effectiveness of behavioral versus insight-oriented marital therapy: A four-year follow-up study. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59, 138-144.
- Stierlin, H. (1981). *Separating parents and adolescents*. (2nd ed.). New York: Jason Aronson.
- Stuart, R. B. (1980). *Helping couples change: A social learning approach to marital therapy*. New York: Guilford Press.
- Thibaut, J. W., & Kelley, H. H. (1959). *The social psychology of groups*. New York: Wiley.
- Weiss, R. L., & Heyman, R. E. (1990). Observation of marital interaction. In F. D. Fincham & T. N. Bradbury (Eds.), *The psychology of marriage: Basic issues and applications* (pp. 87-117). New York: Guilford Press.
- Weiss, R. L., Hops, H., & Patterson, G. R. (1973). A framework ofr conceptualizing marital conflict, a technology for altering it, some data for evaluating it. In L. A. Hamerlynck, L. C. Handy, & E. J. Mash (Eds.), *Behavior change: Methodology, concepts, and practice*(pp. 309-342). Champaign, IL: Research Press.
- Whisman, M. A., & Jacobson, N. S. (1990). Power, marital satisfaction and response to marital therapy. *Journal of Family Psychology*, 4, 202-212.

Young, M. E., & Long, L. L. (2004). 부부상담과  
치료 (이정연 역). 서울: 시그마프레스.  
(원전은 1998년에 출판).

원 고 접 수 일 : 2007. 1. 4

수정원고접수일 : 2007. 2. 5

계 재 결 정 일 : 2007. 2. 10

## **The Major Theoretical Models and Current Trends in Couples Therapy**

**Gyo-Young Jeong**

**Hee-Cheon Shin**

**Ajou University**

The purpose of this study was to review behavioral, cognitive-behavioral, psychodynamic, and systems models of couples therapy. The focus of this article is on (a) traditional and integrative approaches to couples therapy, (b) couples assessment, (c) role of the therapist and therapeutic goals, techniques and strategies, and (d) current trends in recent studies in Korea. According to this review of the literature, there is very little research exploring the efficacy of couples therapy in Korea. Thus, much more treatment outcome research is needed to clarify the utility of couples therapy. Finally, we discuss the need to develop couples treatment programs to assist married couples in the Korean context.

*Key words* : *Couples therapy, behavioral models, cognitive-behavioral models, psychodynamic systems models*