

〈발표2〉

엄마로부터 스트레스를 받고 있는 딸의 가족치료 사례연구 - 엄마가 무서워요! -

박태영(송실대)

김형범(송실대 석사과정)

I. 서론

본 연구는 가족 내에서 사용하고 있는 의사소통 방식에 대한 상호작용을 다루고 있으며, 역기능적인 문제가 원활하지 못한 의사소통과 맞물려 있음을 제시하고 있다. 의뢰된 문제는 엄마의 일방적인 의사표현과 지나친 간섭으로 인해 스트레스를 받고 있는 딸의 가족치료 사례이다. 역기능적인 의사표현방식으로 인해 발생되어진 가족 내 스트레스 관계에 대해 다루고 있는 것이다. 사례 초기에 다루게 된 문제는 엄마와 같이 살고 있는 첫째 딸과 셋째 딸이 지나친 엄마의 간섭으로 힘들어하고 있으며, 그로인해 집에 들어가기 싫고 엄마를 마주 대하기보다 부딪히고 싶지 않을 만큼 부담스럽고 무섭기까지 한다는 내용을 설명하고 있다. 이러한 문제의 원인을 분석하기 위해서 개인 및 가족 상담을 진행하였으며 엄마와 딸을 포함한 가족들의 의사소통방식에 있어서 문제가 있다라는 것을 발견할 수 있었다. 또한, 친밀한 관계를 형성하지 못하고 스트레스 관계를 갖게 했던 가족갈등 및 가족배경에 대해 이해할 수 있었다. 본질적으로 역기능적 의사소통을 갖게 되는 배경은 원가족과의 관계, 반복되어지는 세대간 전수, 가족 경계선의 불명확화, 자아미분화, 문제를 해결하려고 시도했던 방식의 문제가 가족의 역기능을 유지하는 효과를 가지고 있음을 발견할 수 있었다. 따라서 본 연구는 엄마와 딸, 가족관계에 있어서 스트레스를 주고받는 요인에 대해 구체적으로 알아보고, 가족치료를 하면서 딸이 엄마로부터 받고 있는 스트레스가 감소하게 된 과정 및 요인에 대해서 살펴보고자 한다.

II. 이론적 배경

1. MRI의 의사소통이론
2. Bowen의 가족체계 이론
3. Minuchin의 구조주의적 가족치료 이론

III. 연구방법

1. 연구대상 및 상담기간

본 가족상담은 2006년 3월부터 7월까지 총 12회에 걸쳐서 진행되었다. 치료개입이 실시된 가족

구성원은 아버지(63세), 어머니(61세), 첫째딸(33세), 둘째딸(31세), 셋째딸(27세), 넷째아들(25세)이며, 필요에 따라서 개별상담 및 가족상담이 병행되었다.

2. 연구질문

첫째, 가족체계에서 스트레스가 증가하게 된 과정 및 요인이 무엇인가?

둘째, 가족체계에서 스트레스가 감소하게 된 과정 및 요인이 무엇인가?

3. 분석방법

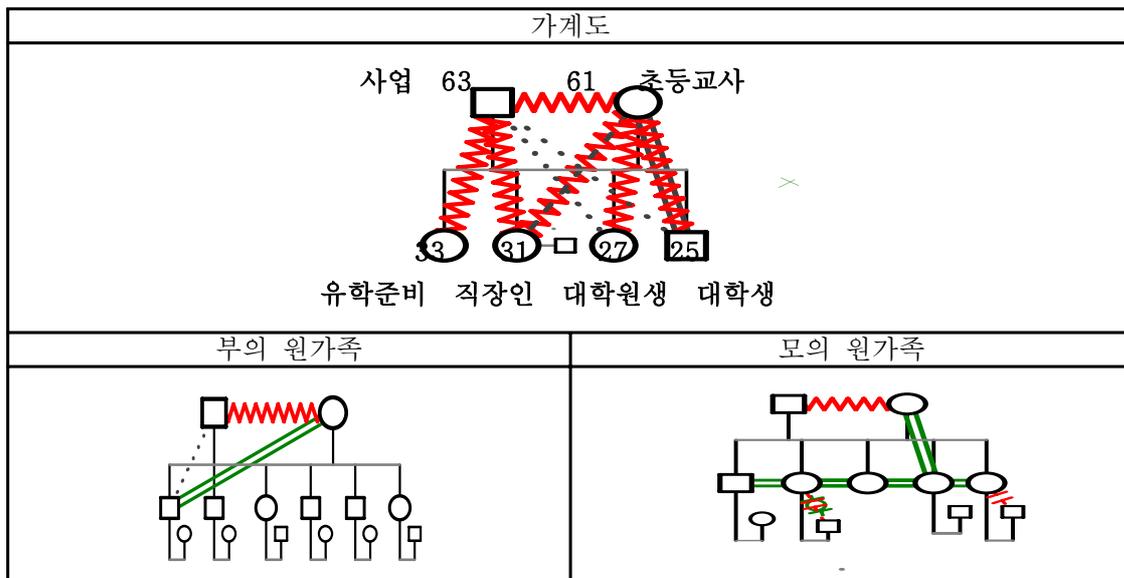
본 연구는 단일사례연구로써 가족치료에 참여한 내담자와 치료자의 대화를 통하여 가족의 갈등에 영향을 미친 다양한 요인들(즉, 가족체계 안에서 주고받는 스트레스가 증가하게 된 과정 및 요인)과 상담을 통하여 변화된 요인들(즉, 가족체계 안에서 주고받는 스트레스가 감소하게 된 과정 및 요인)에 대한 치료적 과정을 파악하기 위하여 질적연구방법을 사용하였다.

4. 신뢰도 검증

본 연구에서는 연구의 신뢰성을 높이기 위해 1회부터 12회기까지 나타나고 있는 반복되는 개념들에 대한 지속적인 비교의 방식과 연구자간의 비교 등의 삼각화(Triangulation) 과정을 진행하였다. 반복되는 개념들을 지속적으로 비교하여 개념들의 의미를 정확하게 파악하고자 하였다. 삼각화 방법으로서, 상담의 축어록과 치료자가 상담을 하면서 기록했던 메모를 참고로 하여 자료의 신뢰성을 높였다.

5. 가족의 사례개요

1) 가계도



2) 가계도에 근거한 가족구성원 소개

- (1) 부 : 집안에서 말이 거의 없으며, 자신의 감정이나 생각을 말로 잘 표현하지 않는다. 가족 안에서 왕따를 당하고 있다고 생각한다. 자녀와 아내에게 있어서 무뚝뚝한 아빠, 남편으로 비춰지고 있으며 가족구성원들과 거리감을 두는 의사소통 방식을 사용하고 있다. 집안에서 빨래, 청소를 담당하고 있으며, 한 번도 빠지지 않고 맡은 역할을 수행하고 있다. 한번 뺀 말은 끝까지 지킨다고 하였으며, 가족구성원들에게 경제적인(물질적인) 부분에서 만족감을 주고 있다. 폭력을 사용한 경우가 있으며, 화를 참았다가 폭발하는 경향이 있다. 자녀들과 거리감을 두는 관계를 갖고 있음으로 스트레스를 주고받는 경우보다 소원한 관계를 유지하고 있다. (부의 원가족)
- (2) 모 : 사람들과의 관계를 좋아하며, 낭만적인 것을 좋아하는 감성적인 성격을 가지고 있다. 초등학교 교사를 하고 있으며 집안에서 가족들을 대하는 것과 직장에서 사람들을 대하는 모습이 다르다. 시댁 가정문화에 대해 갈등을 갖고 있으며, 자녀와 남편과의 대화가 원활히 진행되지 못한다. 자녀와의 일을 친가 형제들과 공유하고 있으며, 이로 인하여 자녀들이 스트레스를 받고 있다. 모는 자신이 한 말에 자녀들이 순종적으로 따라주기를 바라고 있으며, 어느 누구도 자신을 이해해 주지 못한다고 생각하고 있다. 가족구성원 전체와 스트레스 관계를 가지고 있다. (모의 원가족)
- (3) 첫째딸 : 집에서 부모와 함께 살고 있으며, 모의 학교에서 계약직으로 초등 미술 교사를 하였다. 상담 기간 동안 유학을 준비하고 있었으며, 상담기간에 유학을 갔지만, 가족치료는 계속 진행되었다. 첫째딸은 순종적이며 온순한 성격을 가지고 있었고, 경제적으로 독립하지 않았으며 부모에게 의지하고 있다. 모로부터 스트레스를 받고 있으며, 어려서부터 모와 함께 있으면 무섭고 힘들다고 하였다. 행복한 결혼 생활을 하는 부부가 있다라는 사실을 대학을 진학한 후 알게 되어 깜짝 놀랐다고 하였으며, 결혼을 하고자 하는 생각이 들지 않는다고 한다.
- (4) 둘째딸 : 2001년도에 결혼을 하였으며 남편과의 관계가 좋다. 독립심과 자립심이 강하다. 남편을 대학과 대학원 공부를 하도록 하였으며, 부모에게 지원을 받지 않고 등록금을 해결하였다. 남편과 사이가 좋다가 갑자기 화를 내는 경우가 있다고 있으며 화를 내는 이유를 잘 모르겠다고 한다. 모와 이야기를 잘 하는 편이지만 모로부터 스트레스를 받고 있다.
- (5) 셋째딸 : 집에서 부모, 첫째딸과 함께 생활을 하고 있으며, 집에서 생활한지 3-4년 정도 되었다고 한다. 그 전에는 지방에서 학교를 다니고 있어서 함께 생활하지 않았다. 감정을 솔직하게 표현하고 있으며, 모로부터 스트레스를 받고 있다. 첫째딸이 유학을 가면 집에서 혼자 생활한다는 부담이 크며 그렇기 때문에 현재 남자친구와 빨리 결혼을 하고 싶어한다. 경제적으로 독립하지 않았으며 부모에게 의지하고 있다. 모의 권유로 상담을 받은 경험이 있다. 부의 성격을 가장 많이 닮았다고 하며, 형제들에게 솔직한 자신의 이야기를 하지 못한다고 한다.
- (6) 막내아들 : 지방에서 대학을 다니고 있으며, 혼자 있을 때 자폐증상이 있다. 어렸을 때 왕따 받은 경험이 있으며, 중학교를 옮기고 난 후 학교생활을 잘 하지 못하였다. 모의 권유로 군에 들어가기 전에 인지치료 상담센터에서 상담을 받은 경험이 있다. 모와 밀접한 관계를 유지하면서 스트레스를 받고 있다. 경제적으로 독립하지 않았으며 부모에게 의지하고 있다. 부에 대해 분노의 감정을 가지고 있지만 표현을 하지 못한다. 가족구성원들에게 솔직한 이야기를 하지 못하고 있으며, 모와의 관계를 제외한 다른 구성원들과 소원한 관계를 갖고 있다.

3) 가족의 갈등(스트레스의 요인)

가족구성원들은 자신의 솔직한 이야기를 하지 못하고 있으며, 역기능적인 의사소통방식을 사용하고 있다. 의뢰된 문제는 첫째딸과 셋째딸이 부모와 함께 생활을 하고 있으며 모의 지나친 간섭으로 인해 스트레스를 많이 받고 있다라는 것이다. 모의 지나친 간섭으로 인해 집에 들어가기 싫으며 모와 부딪히고 싶지 않다고 한다. 모와 함께 있으면 무섭다고 한다.

부는 자녀들과 의사소통이 원활하지 않으며 표현을 할 줄 몰라서 부부, 부모, 자녀체계 안에서 소원한 관계를 갖고 있다. 형제들은 불만이나 서로 좋았던 감정에 대한 이야기를 하지 못하고 있다. 가족 구성원들은 서로 간에 불만 및 서운함을 가지고 있음에도 불구하고 표현을 직접적으로 하지 않고 우회적으로 돌려서 표현하는 의사소통 방식을 가지고 있다. 이렇게 함으로써 스트레스를 증가시키고 있으며, 가족관계 안에서 갈등을 증폭시키고 있다.

IV. 연구결과

1. 개방코딩

- 1) 가족치료 개입 전 단계
- 2) 가족치료 개입
- 3) 가족치료 개입 후 단계

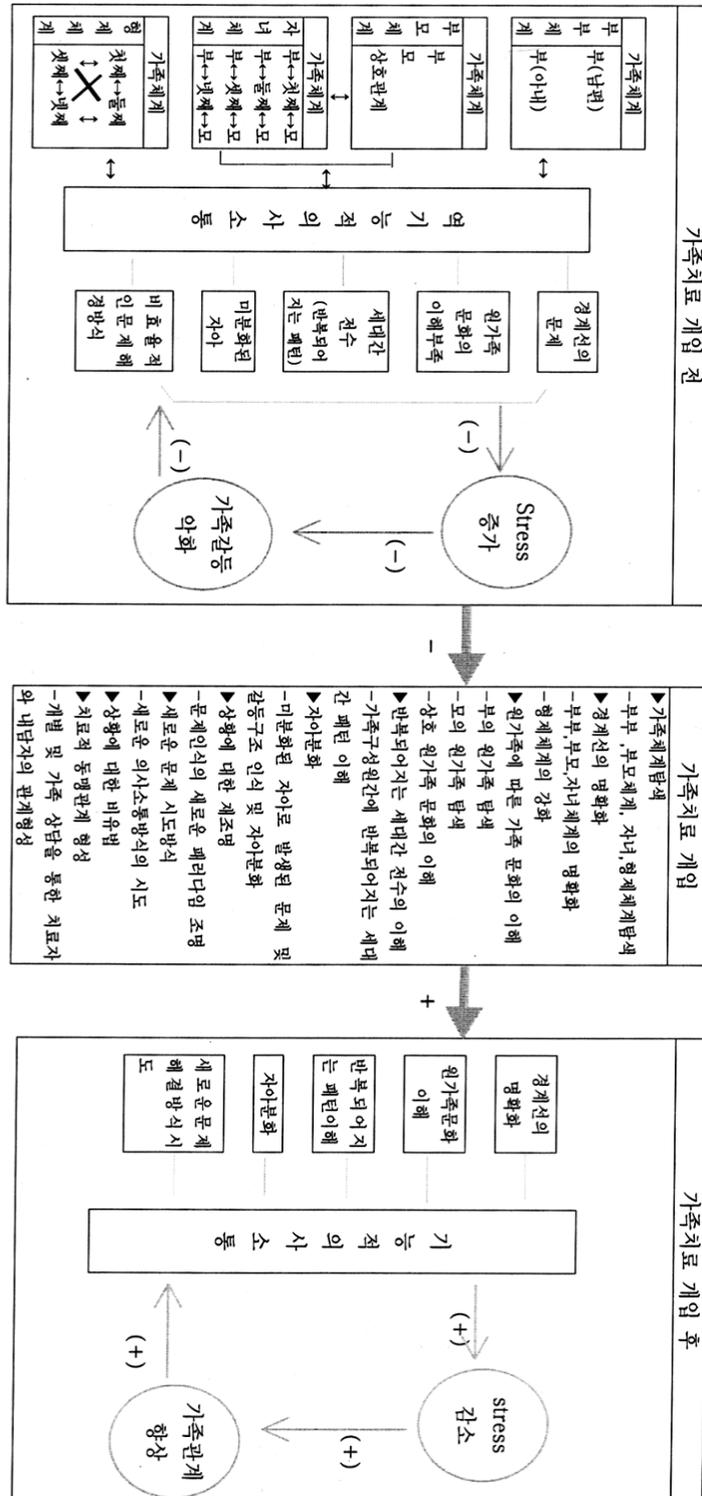
2. 가족치료 과정의 네트워크 <*표 참고>

3. 네트워크 범주화에 따른 내용 분석

- 1) 가족치료 전 단계
- 2) 가족치료의 개입 단계
- 3) 가족치료 개입 후 단계

2. 가족치료 과정의 네트워크

-개방코딩을 통하여 도출된 변수들 간의 관계를 다음과 같은 네트워크로 도식화할 수 있었다.



▶역기능적 의사소통방식 ->스트레스 증가->가족갈등 악화->부정적 가족기능 순환->가족치료 개입->기능적 의사소통방식->스트레스 감소->가족관계 향상->(긍정적 가족기능 순환)

V. 결론 및 제언

본 연구는 모(엄마)로부터 스트레스를 받고 있는 딸의 이야기로 시작되었다. 부모와 같이 살고 있는 첫째딸과 셋째딸은 집에 있는 동안 지나친 모의 간섭으로 계속해서 스트레스가 쌓여갔으며, 집에 들어가는 것이 부담되어서 부모님이 잠드는 시간에 집에 들어가는 생활을 반복적으로 하였다. 모를 마주하기보다 피하고 싶고, 같은 공간에 함께 있으면 답답하고 부담스러운 존재로 여겨왔다. 또한, 부는 무섭고 모는 지겹다라는 전체적인 가족그림을 그리고 있고 가족구성원들은 서로 잘 맞지 않는다라는 내용을 담고 있었다.

그러나 가족치료를 받으면서 가족성원들은 그동안 발견하지 못했던 부분을 발견하게 되었고, 스트레스의 원인이 건강하지 못한 표현방식에 있었음을 알게 되었다. 문제의 원인은 상호교류를 위해 사용되었던 의사소통방식이 역기능적이였다는 것이다. 그런 표현방식을 만들어내는 것은 원가족의 문화, 반복되어지는 세대 전수, 하위체계를 유지하는 경계선, 문제를 해결하기 위해 시도되었던 방식, 자아분화에 있다라는 것을 가족구성원들은 인식하게 되었다. 가족구성원들은 상담을 통해서 가족구성원들에게 자신의 솔직한 이야기를 전달할 수 있었으며, 쌓아 두었던 상처를 위로받고 알 수 없었던 구성원들의 상황을 알게 됨으로 친밀한 관계를 형성하게 되었다.

치료자는 가족 체계 안에 포함된 가족구성원들의 역할과 관계를 알아보기 위해 개별상담, 가족상담을 진행하였으며, 각 가족구성들 간의 상호관계를 확인하는 작업을 하였다. 이는, 내담자가 치료자의 물음에 답을 함으로써 전체적인 가족 그림을 그리도록 하였으며, 전에 생각하지 못하고 알지 못했던 가족 구조를 새롭게 알 수 있도록 하였다. 그리고 새로운 효과적이고 기능적인 의사소통방식의 사용으로 인하여 가족구성원들은 스트레스를 감소시키며, 긍정적인 관계를 향상 시킬 수 있었다.