

## 한국문화와 가족치료: 해결중심 가족치료 적용\*

송 성 자 \*\*

- I. 서언
- II. 집단주의 문화와 개인주의 문화의 가치체계 비교
- III. 한국의 문화가치와 가족제도
- IV. 해결중심 단기가족치료의 적용
- V. 결론

### I. 서 언

사회과학으로서 한국의 사회사업 또는 사회복지 학문은 주로 서구사회에서 발달한 심리학, 정신의학, 인류학, 생태학, 사회학, 경제학, 정치학, 행정학, 사회사업학 등의 이론을 학습하고 보급하여왔다. 그리고 임상 사회사업에 있어 개인과 가족 및 집단에 대한 상담과 치료는 심리치료와 정신치료의 영향을 받아왔다. 그러나 심리치료와 정신치료 분야에서 서구 사회의 문화배경을 근거로 발달한 접근법을 전통문화를 가지고있는 한국문화에 그대로 적용해온 것은 사실이다.1) 서양 문화배경에서 발생한 문제를 해결하기 위한 목적으로 발달한 문제해결 접근법을 한국 문화배경에서 성장한 한국인에게 서양문제해결 접근법을 적용할 경

\* 본 연구는 1996년도 경기대학교 학술연구지원으로 이루어짐

\*\* 경기대학교 사회복지학과 교수

1) 이동식, 한국인의 주체성과 도, 일지사, 1991, p.192.

우 적용이 가능한 부분과 수정과 보완이 필요한 부분이 있는 것은 당연하고, 한국인들이 가족문제를 해결하는 방법은 개인주의를 중요시하고 높이 평가하는 서구사회의 문제해결방법과 다르기 때문이다. 따라서 서구사회의 문제해결 방법을 동양 즉 한국 가족문제에 적용할 경우 문제를 깊이 이해하고 진단하는데 있어 제한적이며 부분적으로만 이루어질 수 있으며, 문제파악과 치료계획 그리고 치료적 접근을 하는데 있어 부적절하거나 비효율적인 접근의 가능성이 있으며, 치료결과의 평가에 있어 객관적인 평가는 힘들다고 볼 수 있다.

그러나 한국에 소개된 임상 사회사업 학문의 역사가 30년이 넘는 현시점에서 이론을 한국 사회에 적용한 결과를 기초로 서양이론을 수정 보완하여 한국사회에 토착화시키는 실험연구는 부분적으로 이루어졌을 뿐이다. 그 이유는 여러 가지 제한적인 요인들이 많겠지만 가족치료의 접근 결과를 과학적으로 증명하고 논증하는데는 한국에서 질적조사 방법론상의 문제가 여러 측면에서 제기되고있기 때문이기도 하다. 여러 가지 제한점이 있지만 한국형 이론 모델을 구축하기 위한 연구는 우리의 중요한 과제이고, 다양한 형태로 반복적인 실험연구가 계속되어야한다고 생각한다.

본 연구의 목적은 한국문화에 적합한 가족치료이론을 발전시키기 위한 기초작업이며, 구체적인 연구 목적은 다음과 같다. 첫째, 한국의 문화가치와 가족제도의 속성을 설명하기 위하여 서양과 동양문화가치를 비교하여 고찰한다. 둘째, 해결중심 가족치료 접근법에서 한국 문화에 적합하고 정서에 맞는 전략과 기법을 제시한다. 셋째, 한국 가족치료 전략과 기술을 발전시키기 위한 기초자료를 제공한다. 넷째, 가족치료를 실시하고있는 실무자들에게 해결중심 가족치료이론을 적용시키는데 필요한 구체적인 자료를 제공한다.

연구방법으로서 주로 문헌 연구와 조사연구결과 자료를 사용하였다. 문헌연구는 먼저 가족치료이론이 발달한 서양문화와 동양문화의 차이를 개인주의와 집단주의 개념을 사용하여 설명하였고, 이것을 근거로 한국문화 속성을 설명하였다. 그리고 가족치료 이론 가운데 해결중심 단기가족치료 모델을 한국의 문화배경, 한국인의 성향, 문제속성 등을 근거로 하여 전략과 기술을 설명하였다. 해결중심 단기가족치료 이론은 Insoo Kim Berg, Steve de Shazer와 몇몇 동료들이 이론을 발전시키고 B. O'Hanlon 과 Weiner-Davis가 이론을 확대 발전시킨 단기가족치료 모델이다.<sup>2)</sup> 이 모델을 선택한 이유는 이론이 가지고있는 가치체계, 가정, 원칙 가운데 "집단적인 단위로서의 가족," "집중적, 즉각적, 목표 지향적인 서비스," "해결에 초점," 그리고 "실용성을 최대화 하고 최소한도의 것에 만족하는 것"<sup>3)</sup> 등의

2) Nichols, M. & Schwartz, R. Family and Therapy: Concepts and Methods. MA: Allyn and Bacon. 1995. p.480.

차원들이 한국문화와 한국인들의 사회적 성향에 좀더 적합하다고 보았기 때문이다. 그리고 해결 중심적 단기치료 접근이 전통적인 심리치료보다는 좀더 효과적일 수 있다는 것이 한국 사례연구<sup>4)</sup>를 통하여 검증되고 있기 때문이다. 그리고 본 연구를 위하여 해결중심 단기가족 치료 이론의 전제가치와 가정, 철학, 그리고 이론의 기본 개념, 전략과 기술을 한국가족에 적용한 결과에 관한 평가를 하는 과정에서 해결중심 가족치료 이론을 발전시킨 Insoo Berg의 자문을 직접 3회 받았다. 그리고 여기서 사용한 조사연구자료는 연구자가 1955년에 5개의 도시(서울, 수원, 광주, 부산, 대구)에서 300명의 주부를 대상으로 "가족의 문화 가치"에 관하여 실시한 것<sup>5)</sup>이다.

## II. 집단주의 문화와 개인주의 문화의 가치체계

문화차이는 크게 동양문화와 서양문화로 구분하고, 1980년대 이후 문화간의 차이를 설명하기 위하여 집단주의 문화와 개인주의 문화 개념을 주로 사용하여왔다. Triandis<sup>6)</sup>는 개인주의와 집단주의 개념이 세계의 다양한 문화권에서 사회적인 행동과 자아 개념에 관하여 문화적인 차이를 가장 설명할 수 있다고 보았다. 물론 세계 넓은 영역의 문화를 크게 둘로 구분하여 설명하는 데는 무리가 있고 한계가 있음을 많은 학자들이 지적하여왔다. 동양에서도 한국, 일본, 중국, 인도 등 국가간에 문화차이가 많으며, 한국 안에서도 지역, 나이, 교육, 경제, 등에 따라 문화차이가 많다. 그러나 모든 차이점을 동시에 같은 변인들을 중심으로 설명할 수는 없다. 따라서 본 연구를 위하여 여기서는 한국이 속해있는 동양문화와 서양

3) Berg, I. K. Family Based Services: A Solution-Focused Approach. New York, W. W. Norton & Company. 1994. de Shazer, S. Putting Difference to Work. New York, W. W. Norton & Company. 1991.

4) 정문자. 십대소녀의 가족치료에 적용한 해결중심적 치료기법 및 치료내용 분석. 한국가족치료학회지, 제3권, 1995. 11. pp.1-20.

이영분. 청소년자녀문제 치료를 위한 해결중심단기가족치료 모델의 적용에 관한 연구. 한국가족치료학회지, 제3권, 1995. 11. pp.21-40.

허남순. 아내구타: 해결중심 단기가족치료 모델의 적용. 한국가족치료학회지, 제3권, 1995. 11. pp.41-64.

5) 송성자. 한국문화가 한국가족관계에 미치는 영향. 한국가족치료학회 학술발표자료, 1995. 11.

6) Triandis, H. Cross-cultural studies of individualism and collectivism. Nebraska symposium on motivation(pp.41-133). Lincoln, NB: University of Nebraska press. 1989a. p.42.

문화와의 차이를 개인주의와 집단주의 개념으로 차이를 간략히 설명하고, 한국문화의 속성을 설명하려고 한다.

중국, 일본, 한국을 포함하는 동아시아는 유교와 같은 전통적인 체계 안에서 이어받은 삶에 대한 철학적인 접근에서 만들어 졌다고 본다.<sup>7)</sup> 집단주의 발생은 집단적인 행동이 생존하기 위한 수단이었으며, 집단주의는 권위로서 조정을 하여야만 하였으며, 효율성을 최대화하기 위해 권위에 대한 복종과 집단 내에서의 조화가 필요하기 때문에 집단주의는 권위를 중요시한다고 볼 수 있다. Triandis<sup>8)</sup>는 집단주의 가치를 호혜주의, 인간관계, 효행, 위계질서, 의존성, 복종, 의무, 집단에 동일시, 집단을 단순하게 의인화하는 것을 특징적인 것으로 지적하였다.

개인주의는 공동체와 중세 사회질서를 깨고, 독단적인 권위와 이미 되어있는 전통적인 사회질서를 거부한다고 U. Kim<sup>9)</sup>은 지적하였다. 그리고 집단주의는 관계유지를 기초로하고 있으며, 개인주의 사회가 개인들의 집단인 집합체에 초점을 두고 문화를 비교하였으며, 개인주의는 개인들의 자율성, 관계로부터의 분화, 이상적인 원칙과 규칙 그리고 사회규범을 강조, 분배양식은 일반적인 이익 또는 목표를 성취하여 차지한 지위를 중요시, 유동적인 경제, 개인의 권리를 보호하는 것 등을 특징으로 지적하였다. 미국을 포함하는 개인주의 사회는 자기의식, 자율성, 정서적 독립성, 인지적 분화, 독창력, 개인적인 권리와 자유, 경쟁, 성취, 재정적인 안정, 소외감 등을 강조한다.<sup>10)</sup>

Triandis<sup>11)</sup>는 문화차이를 설명하기 위하여 목표 성취방법, 집단의 기능, 자녀양육방법, 자기정체감 등의 개념을 사용하고, Schwartz<sup>12)</sup>는 지배, 위계질서, 조화, 사회적 관심을

7) Shon, S & Ja, D. Asian Families. In M. McGoldrick, M. Pearce, & J. Giordano(Eds.) Ethnicity and Family Therapy. New York: The Guilford Press. 1982. p.209.

8) Triandis, H. 전제서, 1989a. p.61,71. Triandis, H. The Self and Social Behavior in Different Cultural Contexts. Psychological Review, 96(3), 1989b. p.45. pp.506-520.

9) Kim, Uichol, Introduction to individualism and collectivism: Social and applied issues. in C. Choi, C. Kagitcibasi, & U. Kim (Eds.), Individualism and Collectivism. Sage. Co. 1991a. pp.2-5.

10) Triandis H. 전제서, 1989a. p. 45,71. Ward Colleen. Individualism and collectivistic orientation in psychological theory and research: Implications for the study of altered states of consciousness and mental health. Individualism and Collectivism: Psychocultural Perspectives from East and West. Paper presented at the international conference of the Korean psychological association. Seoul, Korea, July 9-13. 1990. pp.51-52.

11) Triandis, H. 전제서, 1989b. pp.506-520.

12) Schwartz, S. Individual and cultural dimensions of human values: Alternative to

주요개념으로 설명하였고, Kim, U.<sup>13)</sup>은 사회화, 부모-자녀관계, 자기개념, 인간관계와 상호작용, 사회규칙, 갈등해결방법, 의사소통 유형, 등에 관한 개념을 사용하여 문화를 설명하였다.

서양문화와 동양문화간에 가치를 두는 문화가치와 행동유형에는 차이가 있음이 분명하지만 두 문화를 같은 척도를 가지고 비교하거나 평가하기가 힘든 것을 발견할 수 있는데 그것은 가치를 두는 문화가 다르기 때문이다. 따라서 같은 개념이나 이론의 틀을 가지고 문화 차이를 설명하는 것보다는 문화를 가장 적절하게 설명할 수 있는 변인들을 가지고 설명하는 것이 좀더 타당하다고 본다.

### Ⅲ. 한국의 문화가치와 가족제도

한국의 전통적인 문화가 집단주의 문화속성을 가지고있는 것을 주장한 대표적인 학자인 Triandis<sup>14)</sup>는 조사연구를 통하여 미국, 일본, 한국을 비교하였을 때 한국이 좀더 집단주의 문화인 것을 논증하였다. 한국의 전통적인 문화가치를 조화로운 관계, 자기희생 및 겸손, 충성, 상호의존, 감정억제, 관계 중심적, 가족 중심적, 권위와 계층의식 등을 지적하였다.

Cha, J.<sup>15)</sup>는 행동적인 특징을 정서적, 의존적인 태도, 충성, 손님에게 후한 대접, 비합리성, 자녀교육에 많은 관심, 계층의식 등을 지적하였고, 한국인들의 성향에 의존적인 욕구, 관계유지를 위한 욕구, 세력에 관한 욕구가 있음을 지적하였다. 엄예선<sup>16)</sup>은 한국인의 주요가치는 효, 화평과 조화, 중용, 분수를 지킴, 질서, 친족주의, 충성심, 순응성, 인내심, 상부상조, 인격의 통치, 자기통제, 남아선호, 남녀유별 등을 지적하였다.

한국의 문화가치와 가족제도를 간략히 설명하는 것은 매우 어려운 일이지만 한국이 속해

---

individualism-collectivism. Individualism and collectivism: Psychocultural perspectives from East and West. Paper presented at the International Conference of the Korean Psychological Association. Seoul, Korea. July 9-13, 1990. p.40

13) Kim, Uichol, Introduction to individualism and collectivism: Social and Applied Issues. in C. Choi, C. Kagitcibasi, & U. Kim (Eds.), Individualism and Collectivism. Sage. Co. 1991 a. pp.2-4.

14) Triandis H. 전제서, 1989b. p.515.

15) Cha, J. Korean Culture and Personality. Unpublished manuscript. Department of psychology, Seoul National University. 1995. 11. pp.16-19

16) 엄예선, 한국가족치료개발론, 홍익제, 1994. p.271.

있는 집단주의 문화와 개인주의 문화의 차이와 집단주의 문화인 한국의 문화적인 속성에 관한 문헌연구를 근거로 할 때 한국 가족제도는 관계를 중요시하며 가족 중심적이고, 상호의존적인 부모-자녀관계, 감정억제를 중요시하는 간접적인 의사소통, 위계질서와 조화로운 관계를 중요시하기 때문에 대결을 회피하고 중재와 협상을 중요시하는 것 등을 들 수 있다. 이러한 요인들을 유교의 영향과 전통적인 문화적 요인 등을 근거로 설명하고, 한국가족치료 접근을 위한 기초자료로 사용하려고 한다.

### 1. 인간관계 중심적 문화

전통적으로 동양에서는 화목하고 조화로운 가족관계 유지를 중요시하는데 이것은 유교사상의 영향이라고 본다. 그리고 대부분의 일상적인 생활과 행동양식 역시 유교사상을 기초로 하고 있다. 그리고 오랜 한국역사에서 영향을 받은 한국고유의 전통문화는 화랑도 사상의 忠, 孝, 信, 勇, 仁의五常의 계율(행동 강령), 유교사상으로서 三綱五倫, 人, 中, 孝 사상 등을 근거로 할 때 한국의 문화는 "인간관계를 중요시하는 문화"라고 볼 수 있다.<sup>17)</sup>

유교사상은 이조 500년 1910년까지 우리의 의식구조에 뿌리 깊은 영향을 주었기 때문에 종교는 아니지만 정신적인 차원에서 윤리적-도덕적인 체계로서의 기능을 하였으며 인간관계에 관련된 원칙을 제시하였다.<sup>18)</sup> "人"사상은 남을 나처럼 사랑하고, 자기가 서고싶으면 남도 세워야하고, 남과 나를 하나로 여기는 만물일체사상이다. "中"사상은 치우치지 않고 기울이지 않으며 지나침도 모자람도 없는 것이다. "孝"사상은 부모는 생명의 근원이며, 행복의 실현은 부모의 절대적인 사랑 안에서 가능하다. 부모의 은혜에 보답하고 원만한 관계를 유지하기 위한 노력이 삶의 근본원리로 보는 것이다. 三綱五倫에서 삼강은 君爲臣綱(군위신강), 父爲子綱(부위자강), 夫爲婦綱(부위부강)으로서 위계질서를 강조하는 것이다. 즉 가족과 사회에서의 삼강(부자, 부부, 군신)의 관계가 상하관계로서 상호간에 옳은 것, 인간적인 것, 조화로운 관계를 위하여 상호간의 의무를 강조하는 것이다. 五倫은 다섯 가지의 人倫으로서 군신관계, 부자관계, 나이든 사람과 젊은 사람관계, 부부관계, 친구관계에 있어 윗사람에게는 책임, 지혜, 자비심을 강조하고, 아랫사람에게는 순종, 충성, 존경심을 강조하고, 친구사이에는 신뢰와 진실된 것을 강조하고 있다.

이와 같이 한국문화에 영향을 준 사상은 인간관계를 중심으로 하는 사고방식과 행동지침

17) 이기동, "전통윤리 강화의 제도적 방안," 전통윤리의 현대적 조명, 한국정신문화 연구원, 1989, pp.45-88.

18) 이기동, 전제서

으로서 기능을 하여왔다고 본다. 이러한 행동 지침은 가족관계만이 아니라 일반 사회에서의 모든 인간관계에 적용이 되었으며, 가족을 중심으로 하는 인간관계의 규칙과 행동지침은 모든 생활에서 가장 가치를 두는 문화가치라고도 할 수 있다.

## 2. 화목한 가족관계를 강조

한국의 가족을 중심으로 하는 문화는 개인, 가족, 사회, 세상의 관계들은 위계적이며, 중요한 행동지침의 원칙은 “호혜적”인 것이다. 그리고 세상 사는데 있어서의 관계는 결속과 관계적인 행동양식을 강조하고 있다. 가족의 화목과 위계질서를 유지하고 사회에서 중요한 인간관계를 잘 형성하고 유지하기 위하여 효도사상은 가장 기본적인 가치를 제시하고 있다. 유교사상에 의하면 모든 사람들이 기본적인 원칙을 잘 수행할 경우 화목하고 원만한 사회질서가 유지된다고 보았고<sup>19)</sup>, 가족은 모든 관계를 위한 본보기가 되어야 한다고 믿었다.<sup>20)</sup>

한국문화에 있어서 가족의 중요성은 Maday와 Szalay가<sup>21)</sup> 한국과 미국인을 대상으로 “자아”에 대한 심리적인 의미에 관하여 비교 조사연구한 것에서 확인할 수 있었다. 이 연구는 한국 문화는 가족을 매우 중요시하는 것으로 나타났다. 연구에 의하면 한국의 응답자들이 “자기”개념과 관련하여 5개의 중요한 것으로 지적한 것은 (1) 가족, 사랑 (2) 이상, 행복, 자유, (3) 희망, 야망, 성공, (4) 돈, 재물, 좋은 것, (5) 교육, 지식, 지능의 순위로 나타났다. 미국사람들에게서 가장 관심을 두고있는 것을 순위별로 볼 때 (1) 나, 사람, 개인, (2) 다른 사람, (3) 피곤, 외로운 것, 신체적인 매력, (4) 잘하는 것, 친절한 것, 사회적인 것, (5) 가족, 사랑으로서 한국인들과는 대조적으로 나타났다.

이와 같은 차이점에 관한 발견은 미국인들의 “나”에 관한 개념이 개인적인 자기에 초점을

19) Hyun K. Culture and the Self: Implications for Koreans' Mental Health. A dissertation of Ph. D. The University of Michigan. 1995. p.9.

20) Kim, U. Introduction to Individualism and Collectivism: Social and Applied Issues. Unpublished manuscript. University of Hawaii. 1991a.

King, A. & Bond, M. The Confucian Paradigm of Man: A Sociological View. In W. T. Tseng & Wu (Eds.) Chinese Culture and Mental Health, New York: Academic. 1985

Lee, S. W. Koreans' Social Relationship and Cheong Space. Presented at the 1st International Conference on Individualism and Collectivism: Psychocultural Perspectives from East and West. Seoul, Korea. 1990. p.7.

21) Maday, B. C. & Szalay, I. B. Psychological Correlates of Family Socialization in the United States and Korea. In T. Williams (Eds.), Psychological Anthropology, Hague: Mouton. 1976

두고있고, 가족과는 분리되고 가족이 아닌 사람들과의 관계 속에서 상호작용하고 있는 것을 의미한다. 다른 한편 한국인들의 “나”에 관한 개념은 자아의 구성요소로서 부모와 형제를 포함하고 있다고 볼 수있다. 그리고 가족성원간에 밀접한 관계가 형성되도록 하는 사랑 즉 화목한 관계로 결합된 정서는 가장 중심적인 구성요소인 것이다.

이것은 한국에서는 “가족관계”를 강조하는 반면에 미국에서는 개인의 자아를 강조하는 대조적인 측면을 나타내고 있다. 개인적인 자아를 강조하는 미국문화는 가족치료 접근에서 문제진단의 초점, 치료계획, 치료적인 전략과 기술이 개인 중심적이어서 개인의 변화와 성숙이 분명한 목표이다. 그러나 한국은 가족관계를 중요시하기 때문에 화목한 가족관계를 목표로 하는 경우 목표성취 동기가 강하고 가족간의 협조가 가능하다. 따라서 치료의 목적과 접근이 개인중심적인 미국의 이론을 가족관계를 중요시하는 한국인을 위한 치료적 목적과 접근법과 일치할 수가 없는 것이다.

### 3. 가장중심적 가족구조

전통적인 한국가족의 결혼제도는 남편가족 계열의 번영과 번식을 보장하기 위하여 부모나 조부모가 배우자를 결정하거나 영향력을 행사하였다. 따라서 가족관계에 있어 부자관계가 부부관계보다 우위에 있다. 부인은 일반적으로 남편, 친정 아버지, 시아버지, 때로는 성장한 아들의 권위와 힘의 지배를 받는다.<sup>22)</sup> 이러한 전통적인 가족제도의 영향으로 현대사회에서도 부인들은 가족을 위해 자신을 희생하는 것을 당연시하는 경향이 강하다. 송성자(1995)의 조사결과는 주부들의 85%가 항상 자신의 주장을 양보, 69.9%가 부모의견에 순종, 69.9%가 가족 일을 자신의 일보다 중요시, 69.1%가 결정하기 전에 가족의 반응을 생각하는 것으로 나타났다. 이것은 가정주부들의 의식구조와 행동유형이 가족 중심적이며 모든 생활에 반영되고있는 것을 보여주고 있다.

그리고 조사결과는 전통적으로 한국 사회에서 권위는 성별, 세대, 나이, 계층에 따라 주어지는 것이지만 부모나 가장은 상당한 권위와 힘을 가지고 있으며,<sup>23)</sup> 현대사회화 되면서 표면적으로는 부모와 가장의 권위가 실제 생활의 인간관계 측면에서 상당히 변화한 것 같이 보이지만 권위는 아직도 개인의 생각과 행동을 지배하는 측면을 나타내고 있다고 할 수 있

22) Lee, E. Chinese Families. In M. McGoldrick, J. Giordano & J. Pearce (Eds.), *Ethnicity and Family Therapy*. New York: The Guilford Press. 1996. PP.252-253

23) Kim B. L. Korean Families. In M. Goldrick, J. Giordano, J. Pearce (Eds.), *Ethnicity and Family Therapy*. New York : The Guilford Press. 1996. pp.283-287.



다.

위에서 설명한 측면들은 가장을 중심으로 하며 위계질서를 중요시하는 가족구조가 가장과 부모를 중심으로 형성되고있는 것을 지적하고 있다. 따라서 부모 특히 가장이 가족들의 모든 것을 책임지고 보호해야하는 것을 의무로 생각하고, 자녀들은 부모에게 순종하고 복종하는 것을 자식의 도리라고 생각하며, 부모의 영향을 결혼한 이후에도 지속되기 때문에 중요한 문제라고 생각할수록 독립적인 결정과 실행은 쉽지가 않다. 다른 한편 부모는 계속적인 협조체계로서 가족의 기능과 가족관계를 안정된 상태로 유지하는데 영향을 주는 중요한 자원체제로 볼 수 있는 것은 한국 문화의 속성이라고 지적할 수있다.

#### 4. 상호의존적인 부모-자녀관계

한국의 어머니-자녀관계를 볼 때, 어머니는 자녀를 출산하면 자녀를 보호하고 돌보기 위하여 곁에 가까이 두고 돌본다. 그리고 어머니는 자녀의 욕구를 충족시켜주면서 밀접한 관계를 형성하고 유지한다. 특히 첫 아들의 경우는 어머니에게 특별히 중요한 의미가 있기 때문에 일반적으로 어머니들은 아들을 양육하고 훈련시키는데 있어 과잉보호하고 간섭하는 경향이 있다. 때로는 여자들이 가지고있는 강한 정서적인 애착의 대상은 남편이 아니고 자녀 특히 장남인 경우가 적지 않다. 따라서 아들이 결혼을 하게되면 시어머니는 아들의 결혼생활에 "참견"을 할 권리가 있다고 생각한다. 대부분의 한국 시어머니들은 "참견"하는 것을 의무, 사랑, 관심으로 생각하기도하며, 일반적으로 손 자녀들의 양육을 돕고 정서적인 지원을 하고, 필요시에는 상호간에 경제적 지원을 하기도 한다. Berg와 Jaya<sup>24)</sup>는 이와 같은 사회화의 형태는 상호의존적인 결속관계를 만든다고 지적하였다.

일반적으로 부모들은 성인 자녀가 결혼 이후에도 경제적인 도움을 필요로할 때에는 가능한 한 지원을 한다. 반면에 부모가 늙고 경제적 정서적으로 약해질 때에 자녀들은 부모를 돌보는 것을 의무로 생각한다. 이러한 것은 부모-자녀관계는 매우 가까운 관계이며 상호간에 호혜적인 것을 의미하고 있다. 부모와 자녀는 돌보는 역할을 시간을 두고 상호간에 교환하는 것이다. 이러한 역할 역시 부모-자녀관계에서 상호의존적인 기능의 측면을 잘 나타내고 있다고 본다.

24) Berg, I. K. and Jaya. Ajakai. Different and Same: Family Therapy with Asian-American Families. Journal of Marital and Family Therapy, 19(1), 1993. pp.31-38

어려서부터 성장과정을 통하여 친밀한 가족관계속에서 오랜 시간을 두고 의존적인 관계속에서 상호작용하는 생활방법과 행동유형을 훈련받고 성장한 한국인들은 상호간에 의존적인 관계를 잘 유지하면서 돌보는 것을 높이 평가한다. 따라서 미국의 독립적이며 가족관계와 분화를 높이 평가하는 가치와는 상반되기 때문에 가족치료이론에서 일반적으로 자율성과 독립적인 분화정도를 높이 평가하는 미국문화의 기준은 한국문화에는 적절하지가 못하다고 본다. 그리고 한국문화에서 원만한 상호의존적인 관계를 잘 유지하면서 상호간에 돌보는 조화로운 가족관계형성과 유지를 높이 평가하여야 한다고 본다.

### 5. 간접적인 의사소통 유형

서양사회는 생각과 감정을 솔직하게 표현하는 능력을 높이 평가한다. 사람들은 말로 표현하도록 격려하며, 사실 그대로 솔직하게 말하는 것을 중요시한다. 따라서 가족치료에 있어서 일반적으로 생각과 감정을 솔직하게 표현하는 것을 치료목표로 하며, 이것을 “좋은 치료자”의 능력지표로 삼고 있다.

한국 문화에 있어 생각과 감정을 개방적이며 자유롭게 표현하는 태도는 미국과 차이가 있다. 조화로운 인간관계를 매우 중요시하기 때문에 반대의견을 직접적으로 표현하거나 상호간에 체면을 손상할 수도 있는 표현은 가능한 한 회피한다. 특히 부부관계에 문제가 발생할 경우 문제해결을 위한 노력으로서 솔직한 의사소통을 하기보다는 말을 하지 않거나 회피하는 경향이 있다.<sup>25)</sup> 송성자(1995)의 조사에 의하면 부부갈등시 의사소통 유형에서 언어적인 표현과는 대조적으로 비언어적이며 간접적인 표현을 하고있는 것으로 나타났다. 63.2%가 남편이 아닌 사람에게 말한다. 57.0%가 남편의 잘못을 말하지 않는다. 48.1%가 감정을 억압하고 참는다. 42.7%가 화날 때 말하지 않는 것으로 나타났다.

이와 같이 문제에 직접 대결하는 것을 회피하고, 감정을 억압하고, 부인들은 자기의견보다는 남편의 의견을 중요시하며, 직접적인 방법보다는 간접적인 방법으로 감정과 생각을 표현하는 성향을 볼 수있다. 따라서 상담에서 내담자들이 솔직하게 감정과 생각을 표현하기 힘들어하는 것은 당연한 것이며, 만일 치료자가 내담자에게 솔직하고 명확하게 의사소통할 것을 기대하거나 요구한다면 이것은 내담자 중심적인 접근의 원칙과는 상반되는 접근이 되겠다. 이와 같은 한국인들의 의사소통 유형을 근거로할 때 치료자가 내담자의 비언어적인 표현을 민감하게 관찰할 수 있는 능력은 “좋은 치료자”로서의 지표로서 높이 평가하여야한다

25) 송성자, 가족과 가족치료, 법문사, 1995b, pp.69-72.

고 본다.

## 6. 문제해결을 위한 중재자의 역할

한국에서는 문제를 해결하기 위하여 당사자들간에 직접 대결하지 않고 협상과 중재를 통하여 문제를 해결하는 오랜 전통이 있는 것을 Berg I. K 와 Jay,<sup>26)</sup> Lee, E.<sup>27)</sup>, Kim, B.<sup>28)</sup> 등은 지적하였다. 가족문제, 결혼문제, 사회문제, 사업계약, 논쟁, 등 개인적인 문제와 사업상의 문제를 포함하는 모든 협상은 중재자를 통하여 이루어지는 것이 좀더 편하고 가능하다고 생각한다. 전통적으로 한국인들은 공평하고 지혜가 있는 사람을 선택하여 중재자의 역할을 요청하고, 중재를 통하여 문제를 해결한다. 중재를 하는데 있어 중재자가 권위를 가지고있을수록 그리고 당사자들이 중재자의 권위를 존중할수록 협상이 잘 이루어진다. 일반적으로 중재자가 어느 정도의 협상을 한 이후에 구체적으로 문제해결을 위한 조정과 협상을 한다.

한국인들은 생활주기를 통하여 발달단계와 생활환경이 변화하고 당면하는 문제가 변화하지만 중재자에 대한 기대는 비슷한 것을 볼 수있다. 예를 들면 부모들은 자녀들에게 형의 말을 존중하고 순종하며, 동생에게 양보하고 돌보아야한다고 항상 타이른다. 그러나 형제들 사이에 문제가 발생하면 일반적으로 부모는 옳고 그른 것을 판단하는 중재자의 역할을 하고 잘못된 것에 관하여 벌을 준다. 아동이 학교에 가게되면 학생들은 선생님이 중재자 역할을 해줄 것을 기대하고, 선생님은 학생들의 문제를 듣고 중재를 하며, 학생들은 선생님의 의견에 복종한다.

한국인들은 상황에 따라 다른 중재자가 필요하다고 본다. 중재자의 역할을 필요로 하는 문화에서 가족치료자는 권위를 가지고있는 전문가의 지위 때문에 가족의 갈등을 중재하는데는 좋은 위치에 있다고 할 수 있다. 그리고 부부갈등이나 고부갈등의 경우 치료자의 중재자 역할을 기대하면서 직접적인 조언과 교훈을 기대하기도 하고 중재자로서 옳고 그른 것을 지혜롭게 말해주는 심판자로서의 역할을 기대하기도 한다.

일반적으로 미국의 가족치료 이론은 문제에 관련된 당사자들이 한자리에서 직접적인 대화를 통하여 상호간에 이해와 협상을 통하여 문제를 풀어가도록 치료자가 돕는 치료과정을 거

26) Berg, I. K. & Jaya. Ajakai. 전게서

27) Lee, E. 전게서

28) Kim, B. L. 전게서

치고 있다. 이것은 개인이 직접 문제에 직면하여 자신의 문제를 독립적으로 해결해 가는 것이라고 볼 수 있다. 이러한 접근법은 간접적인 의사소통 유형을 사용하고 문제해결에 있어 중재자의 도움을 필요로 하는 한국인들의 문제해결 방법과는 차이가 있다.

#### IV. 한국 가족치료접근을 위한 전략과 기술: 해결중심 단기가족치료의 적용

해결중심 치료는 1982년부터 Steve de Shazer와 Insoo Kim Berg를 중심으로 동료들과 함께 Milwaukee, Wisconsin에 있는 Brief Family Therapy Center에서 발전시킨 모델이다. 이 모델은 정신장애, 알코올 중독, 학교생활과 관련된 행동문제, 성적 학대, 가족과 배우자 학대 등과 같이 위기개입을 필요로 하는 사례를 포함하여 다양한 문제에 폭넓게 적용되고 있다. 최근에는 미국만이 아니라 유럽에서도 가족치료자들의 해결중심 치료 효과에 대한 관심이 증가하고 있다.

해결중심 접근법에 대한 비평은 간단한 것, 짧은 것, 치료결과에 대한 신뢰성 등에 관하여 도전을 하고 있다<sup>29)</sup>. 반면에 de Shazer<sup>30)</sup>와 O'Halon<sup>31)</sup>은 이 접근법은 긍정적인 측면에서 치료를 시작하는 방법이며 문제에 집착하는 것에서 다른 방법을 선택하게 만드는 방법이라고 지적하였고, 일반적으로 가족치료의 대상이라고 생각하는 거의 어떠한 문제라도 해결 중심적인 치료접근을 사용하여 성공적으로 치료할 수 있다고 주장하였다. 그들이 치료에서 초점을 두는 것은 내담자가 긍정적으로 생각을 하도록 하므로서 부정적인 인식과 부인하는 측면을 줄이고 인정하는 측면을 증가시키며, 문제를 축소시켜 나가기 때문이다.

해결중심 치료는 행동적이고 목표 지향적인 것의 효과를 근거로 하고 있는 치료모델이다. 해결중심치료의 전략을 간단히 5개로 요약하면 다음과 같다.<sup>32)</sup> (1) 해결할 수 있는 행동을 끄집어낸다(예: 문제가 발생하지 않는 상황에 관하여 말하고, 효과적인 극복 반응에 관한 조언을 한다), (2) 문제가 발생하지 않는 시기를 강화하므로서 새로운 행동에 대한 동기를 증가시키고, 아주 작은 행동변화에 관하여도 계속적으로 칭찬하고 관심을 준다, (3) 내담자

29) Nichols, M & Schwartz, R. Family and Therapy: Concepts and Methods. MA: Allyn and Bacon. 1995. p.486

30) de Shazer, S. Minimal Elegance. Family Therapy Networker, September/October, 1987. p.59

31) O'Hanon, W. H. Debriefing Myself: When a Brief Therapist does long-term Work. Family Therapy Networker. 14(2): 1990. pp.48-49, 68-69.

32) De Jong & Berg, I. K. Interviewing for Solutions. Brooks/Cole Publishing Company, 1997. pp.237-250.

가 목표를 성취하는데 도움이 될 수 있는 해결방안을 구축하기 위하여 내담자의 인지구조에서 시작하며 내담자와 함께 작업을 하는 내담자 중심적이다. (4) 현재나 과거보다는 미래에 초점을 둔다. (5) 가정하는 언어를 사용하는데 이것은 자신과 문제에 대하여 인지적인 의미를 재 구조화하는데 도움을 주기 위해서이다.

그리고 해결중심 치료는 다음과 같은 5개 종류의 질문기법들을 사용한다.<sup>33)</sup> 기본적인 원칙을 설명하면 다음과 같다. (1) 예외질문(예: 문제가 언제 발생하지 않았습니까?) (2) 관계질문(예: 잘하고 있는 것에 관하여 어머니가 무엇이라고 말했습니까?) (3) 척도질문 (예: 내담자가 자신의 진행상태를 인식하게 하기 위하여 1점에서 10점까지의 척도에서 극복하고 있는 수준을 평가하도록 한다) (4) 대처질문 (예: 이 문제가 해결되기를 어느 정도로 원하십니까?) (5) 기적질문(예: 이 질문은 목표를 설정하고 해결을 구축하도록 돕기 위한 틀을 제공하는 것이다. 이 질문 기법은 내담자가 문제해결 상태를 상상하도록 돕는 것이다.)

다음에서 제시하는 측면들은 위에서 설명한 해결중심치료 접근법을 한국 문제가족에 적용하는데 있어 한국의 문화가치와 한국인의 성향 등에 관한 지식과 이해를 근거로 융통성 있고 적절하게 적용할 수 있는 것을 설명하려는 것이다.

### 1. 내담자의 의존성과 치료자의 보호 적인 태도:

한국인들은 위계질서를 중요시하고 전문가를 매우 존경하는 경향이 있으며, 대부분의 한국인들은 "상하"로 구조화된 관계에서 좀더 편하게 느끼는 성향이 있다.<sup>34)</sup> 다른 관계에서와 마찬가지로 치료자-내담자의 관계에 있어 치료자는 전문지식을 가지고있는 상위의 지위에 있으며, 내담자는 치료자에게 권위를 부여하고 의존하는 경향이 있다. 이러한 기대는 상위에 있는 사람은 하위에 있는 사람을 돌보아야하고, 반면에 하위에 있는 사람은 상위에 있는 사람에게 의존하면서 돌보아 줄 것을 기대하는 전통적인 사고방식을 표현하는 것이라고 볼 수 있다. 따라서 내담자가 치료자를 의존하는 것은 상하관계의 유형으로도 평가할 수 있기 때문에 단순히 미성숙한 것으로 평가할 수는 없는 태도라고 본다. 때로는 이러한 의존적인 태도를 수용하는 치료자의 접근이 좀더 효과적일 수 있다. 의존적인 관계에서 내담자의 변

33) Berg, I. K. & Miller Scott. Working with the Problem Drinker: A Solution-Focused Approach. New York: W. W. Norton & Company. 1992. pp.70-93.  
Berg, I. K. Family Based Services: A Solution-Focused Approach, New York, W. W. Norton & Company. 1994. pp.84-119.

34) 최재석, 한국인의 사회적 성격, 서울: 개문사, 1982. pp.81-101.

화과정을 내담자 자신이 인정하고 수용하는데는 좀더 시간이 걸릴 수 있지만 일단 내담자가 자신의 변화를 인정하면 성취감과 자기존중감정의 향상되는 것을 많은 경우 발견할 수 있다.

내담자들이 치료자를 더욱 신뢰하며 치료에 협조하도록 하기 위하여 치료자는 내담자의 의존적인 태도를 수용하며 상위에 있는 전문가로서 보호적인 태도를 가지고 내담자를 존중하며 친밀하게 대하는 것이 필요하다고 본다.

## 2. 문제를 변화시키기 보다는 극복하는 것을 선호

서양문화는 사랑과 행복에 가치를 두고, 대부분의 사람들은 나쁜 것이나 잘못된 것은 변화해야한다고 생각한다. 한국인들은 화목한 인간관계를 매우 중요시하기 때문에 주어진 상황을 극복하려고 노력한다. 대부분의 부부갈등이 있는 사람들은 처음에는 부인만이 상담실에 오고, 오랫동안 가족을 위해 참으며 희생한 것에 관하여 이야기한다. 그러나 부인들은 가족과 자녀들을 돌보아야하는 책임 때문에 이혼을 하지 못한다고 말하고, 자신의 문제가 해결될 것이라고 기대를 하지도 않는다. 여기서 지적하려고 하는 것은 부인들은 상황을 변화하기보다는 어려운 상황을 참고 견디며 잘 극복하고 원하는 것이다.

그러나 해결중심 접근으로서 내담자들은 초기단계에서 문제 중심으로 진단하는 것보다는 해결방안을 발견하는 작업을 할 때 편안하게 느끼는데 이것은 내담자들이 치료자가 과거의 잘못을 끄집어내고 비판하고 지적할 가능성에 관하여 두려움이 있었기 때문이다. 내담자들은 가족치료 이후 평가할 때에 치료가 현재와 미래지향적 이어서 희망을 갖게되고, 가족치료자체에 대한 신뢰가 더 생기게되었다고 지적하기도 한다. de Shazer<sup>35)</sup>는 이 접근법은 내담자의 관심을 문제원인과 불평을 검증하는 대신에 내담자와 치료자가 문제해결을 위해 할 수 있는 것으로 관심의 초점을 바꾸는 것이라고 지적하였다.

대부분의 내담자들은 처음에는 부정적인 측면과 문제의 원인측면에 관심을 두고 반복적으로 이야기하고, 특히 남편이 변화할 것은 기대하지 않고, 자신의 고통에 대하여 위로를 받고, 자신의 숙명과 여자의 역할을 좀더 잘 받아들이기 위하여 새로운 힘과 지혜를 요구하기도 한다. 그러나 치료전략으로 긍정적인 측면, 성공하였던 경험, 문제가 발생하지 않았던 시

35) de Shazer, Clues: Investigating Solutions in Brief Therapy, New York, Norton, 1988.

de Shazer, S. Putting Difference to Work, New York: Norton, 1991.

기 등에 관하여 지속적이며 반복적으로 질문하고 내담자의 반응에 긍정적인 의미부여와 칭찬과 격려 등의 접근을 하는 과정에서 내담자는 자신의 관점이 변화하는 것을 발견하게 된다. 따라서 치료자의 전략과 기술은 내담자의 소극적인 태도와 반복적인 불평을 수용하면서 내담자의 관심이 부정적인 것에서 긍정적인 측면으로 변화하도록 훈련시키는 것이기 때문에 내담자 자신이 변화를 확인할 때까지 인내와 희망을 가지고 계속하는 것이 필요하다.

### 3. 가족의 문화배경 진단이 중요

한국의 전통적인 문화는 현대사회에서 다양하고 많은 방법으로 급속히 변화하고 있다. 변화의 다양성은 성별, 나이, 교육, 지역, 개인의 경험에 따라 차이가 있다.<sup>36)</sup> 전통적인 문화가 급속히 변화하는 과정에서 사회계층, 사회집단, 가족들 사이의 문화적인 차이는 현저하게 나타나고 있다. 예로서 결혼한 딸이 남편과 싸우고 친정으로 왔을 때, 어떤 부모는 다시 돌아가서 문제를 해결하도록 돕고, 다른 부모는 무조건 딸의 편을 든다. 부모들은 부부치료에서 협조체계가 될 수도 있지만 부모는 장애가 되기도 한다. 심한 경우 딸은 결정적으로 이혼을 원하지 않아도 어머니가 이혼을 강요하는 사례가 증가하고 있다. 따라서 가족이 가지고있는 가치를 사정하는 것과 사정한 가치를 근거로 접근하는 것이 중요하다.

해결중심 접근법에서 내담자가 과거에 성공적으로 문제를 해결하였던 경험과 방법을 발견하고 구체적 방법과 해결능력을 강화하고 확대하는 것은<sup>37)</sup> 각 가족의 문화적 요인을 있는 그대로 인정하고 활용하는 것이다.

### 4. 개인의 목적보다는 가족의 목적을 우선시

한국인들은 가족 중심적이고 가족 안에서 화복하고 협조해야하는 것을 중요시하기 때문에 문제가 중요할 수록 가족과 부모의 확인을 받은 후 자신의 의사를 결정하는 경향이 있다. 그리고 가족집단에 소속하고 참여하고자하는 동기가 강하기 때문에 한국인들은 개인중심적인 목표를 설정하고 추진하는 것은 쉽지 않다. 목표를 가족 중심으로 설정할 경우에 목표 성취과정에 가족들은 매우 협조적이기 때문에 치료과정이 좀더 용이하게 진행될 수 있다. 치료목표가 부부자신보다는 자녀와 관련된 것이라면 치료에 훨씬 더 협조적이 되고 적극적이 된다. 부부 중심적인 문제에 남편이 참여를 거부하지만 자녀의 문제 특히 아들의 문제일

36) Hyun K. 전제서

37) de Shazer, Keys to Solution in Brief Therapy, New York: Norton, 1985.

경우 때로는 아버지가 더 적극적인 경우도 적지 않다.

치료목표를 설정하는데 있어서 치료자가 가장 고려해야 하는 것은 내담자가 가장 중요시 하는 것을 파악하여 목표로 설정하는 것이며, 이것은 해결중심 접근법 목표설정의 중요한 원칙이다.<sup>38)</sup> 즉 한국에서는 개인보다는 가족과 자녀문제를 중요시하고, 가족의 확묵한 관계를 중요시하는 목표설정과 부모의 책임을 강조하므로서 가족치료에 참여하도록 하는 것이 필요하다.

### 5. 문제내용보다 상황에 대한 의미부여

한국인들은 체면과 책임을 중요시하기 때문에 문제가 의미하는 것 보다 상황이 의미하는 것에 더 관심을 둔다. 예를 들면 가정의 경제적인 문제가 자녀의 교육비 지출로 인한 것이라면 가족들은 불평하지 않고 참으며 보람으로 생각한다. 일반적으로 말이 적은 남편의 성격을 부인들은 무뚝뚝하고 재미없다고 불평하지만 “생각을 신중하게 많이 하기 때문에 신뢰할 수 있고 깊은 정이 있다”고 말이 적은 성격에 새로운 의미를 부여할 수 있다. 그리고 잔소리가 많은 어머니의 성격을 “염려가 많고 사랑의 표현”이라고 의미를 부여하고, 염려와 사랑이 많은 것을 인정하고 칭찬하며, 새로운 다른 방법으로 표현하도록 권한다. 대부분의 경우 부정적으로 인식하여온 행동에 대하여 긍정적인 의미를 부여하고 재 구조화하는 치료자의 인정과 칭찬을 내담자들은 중요시하며 많은 경우 자존심 상하거나 체면을 손상하지 않았기 때문에 새로운 표현 방법을 모색하고 사용하도록 노력하는 것에 저항이 적다.

### 6. 체면을 존중시하며 인정과 칭찬

한국을 “체면문화”라고 하는 것도 지나친 말은 아니라고 생각한다. 한국인들은 대부분의 결정과정에서 다른 사람들을 많이 의식하고, 항상 다른 사람에게 좋은 인상으로 남는 것을 중요시한다. 서양에서는 이것이 피상적인 것으로 보일 수 있다. 그러나 체면을 지키기 위하여 다른 사람의 신용을 받고 존경을 받을 수 있는 행동을 하려고 최선을 다한다.

체면을 중요시하기 때문에 가장/남편이 가족치료에 참여하는 것은 어려운 일이다. 가장이나 남편이 치료에 올 때는 매우 자기 방어적이고 생각을 많이 한다. 이와 같이 마지못해 오는 사람을 다루는 효과적인 방법은 아버지/남편으로서 역할을 수행한 것에 관하여 인정하고

38) Berg, I. K. & Miller Scott. 전제서, pp.32-44



칭찬하는 것이다. 많은 경우 치료자가 인정과 칭찬을 하는 것과 아버지/남편의 참여가 중요한 것에 관한 설명을 아버지/남편이 일단 인정하고 수용하면 치료자를 신뢰하기 시작하고 문제해결을 위해 협조하기 시작한다.

이 접근은 치료에 참여하기를 거절하거나 가족치료를 잘 받아들이지 않는 내담자를 위하여 개발한 기술로서<sup>39)</sup> 인정과 칭찬기법을 적용한 것이다. 일반적으로 한국 부모들은 결과중심으로 자녀들이 잘못된 것을 지적하고 야단을 치며 교훈하기 때문에 잘한 것과 수행과정에서 노력한 것에 관하여 인정받고 칭찬 받는 것은 익숙하지가 않다. 그러나 다른 사람의 평가를 중요시하기 때문에 인정과 칭찬을 중요시한다. 여기서 칭찬하는 것은 문제를 해결하기 위하여 노력하여온 과정과 과거에 성공하였던 경험을 인정해주는 것이다.

### 7. 계층적인 체계를 활용

대부분의 한국인들은 가족성원간의 위계질서와 화목한 관계를 중요시하고 가족성원들은 문제를 악화시키는 직접적인 대결은 회피한다. 더욱이 억압된 감정과 생각을 언어적으로 표현하는 것은 어렵기 때문에 상담에 오는 것을 어렵게 생각하기도 한다. 처음부터 가족성원들이 함께 오는 경우 개인들은 솔직하게 말하지 못하거나 가족성원들이 상호간에 비난하고 책임을 전가하기도 한다. 만일 치료자가 치료 중에 부부사이의 싸움을 막거나 조정하지 못하는 경우 남편은 체면이 깎였다고 생각하고 부인은 치료가 문제를 악화시켰다고 생각하게 된다. 이런 경우 대부분의 내담자들은 치료를 받으러 또 오지 않는다. 그리고 만일 자녀들이 있는데서 아버지의 약점이나 문제가 노출되는 경우 아버지는 자녀들 앞에서 체면이 손상된 것에 관하여 화를 내고, 다른 가족들이 가족치료에 참여하는 것도 못하게 한다.

치료자는 초기단계에는 어른 중심으로 개별적으로 가족성원을 면담하고 단계적으로 가족성원을 참여시켜야한다. 이것은 체계를 변화시키기보다는 기존의 체계에 접근하는 것이고, 치료를 위해 가족체계에 존재하는 계층을 활용하는 것이기 때문이다. 즉 치료자로서 역할을 수행하는데 있어서 가족 계층체계와 체면의식을 존중하고 상위계층(시부모, 가장, 남편)에 융통성 있고 적절하게 접근하는 경우 예상 밖으로 협조를 받아 효과적인 경우가 많다. 이것은 해결중심 접근법에서 가족치료의 간격과 가족치료에 참여할 수 있는 가족성원의 범위를 내담자가 결정하도록 돕고, 결정한 것을 잘 수행하도록 돕는 접근법과<sup>40)</sup> 일치하는 것이다.

39) Berg, I. K. 1994. 전계서, pp.168-169.

40) Berg, I. K. & Jaya, 전계서 1993.

Berg, I. K. 1994. 전계서

## 8. 겸손한 내담자의 태도

자기 자랑하는 것은 한국문화에서는 금기시하여왔다. 겸손한 것을 중요시하는 문화이기 때문에 남자들이 가족에 관하여 솔직하게 긍정적인 감정을 표현하는 것은 적절하지 못한 행동으로 본다. 또한 겸손한 태도는 다른 사람 앞에서 자신을 낮추고 다른 사람의 칭찬을 부인하는 것이다. 그와 동시에 다른 사람 특히 전문가의 의견을 존중한다. 따라서 치료과정에서 변화를 확인하는 것은 치료자만이 아니라 내담자에게 매우 중요한 것이다.

내담자들은 변화를 원하지만 변화를 쉽게 수용하거나 인정하지 않고, 변화에 대하여 부정적인 측면을 지적하는 경향이 있다. 변화에 대한 이러한 반응은 경험이 적은 치료자들에게는 당황스럽고 놀라운 일이지만 그것은 내담자의 겸손한 태도로 이해할 수 있는 것이다. 이러한 상황에서 치료자는 내담자의 변화에 대한 처음의 부정적인 반응을 심각하게 받아들일 필요는 없으며 변화나 성공한 것에 관하여 계속 질문을 해야한다. 그리고 치료자는 치료과정을 통하여 발생하는 변화를 내담자가 관찰하고 인식하도록 하는 구체적인 기술과 지식을 가지고 있어야한다. 이러한 과정은 내담자에게 발생하는 변화에 대하여 확신을 가지게되고 해결책을 좀더 발견하도록 동기를 강화시키는 것이다.

내담자가 수행할 수 있고 성취할 수 있는 작고 구체적인 목표를 설정하고, 실행계획을 세우고, 발전과정을 스스로 확인하도록 돕기 위하여 척도질문을 수정하여 사용하는 접근법<sup>41)</sup> 변화와 성장을 구체적이며 명백하게 인식하고 인정하는데 매우 유용한 것이다.

## 9. 실질적인 해결방안을 선호: 메시지와 과제를 줌

교훈적이거나 교육적인 접근은 집이나 학교 어느 곳에서나 새로운 경험을 격려하고 창의적인 행동을 계속 하도록 격려하지는 못한다. 자녀들과 학생들은 부모와 선생님의 말씀을 경청하고 순종하도록 어려서부터 교육과 훈련을 받아왔다. 교육적인 체계는 한국인들이 해결방안을 모색하는 데 있어 권위에 도전하고 창의적인 것을 시도하는 것을 권하지 않고 있다.

일반적으로 내담자들은 문제를 진단하고 약을 처방해 받는 것에 익숙해있다. 따라서 내담

de Shazer, Berg, I. K., Lipchik, E., Nunnally, E., Molnar, A., & Weiner-Davis, M. Brief Therapy: Focused Solution Development, Family Process, 25, 1986, pp.207-221.

41) De Jong, Peter & Berg, I. K. 전게서, pp.306-310

가족치료 연구모임 역, 해결중심적 단기가족치료, 1993, pp.126-133.

자들은 가족치료를 통하여 해결방안을 모색하는 것에 대하여 처음에는 의심하거나 불안해하기도 한다. 때로는 내담자들이 어떤 처방이나 눈으로 볼 수 있고 구체적이며 실질적인 해결을 요구하기 때문에 구체적이며 간단한 메시지와 과제를 주는 것이 효과적이다.

이것은 문제해결과 관련되는 인정과 칭찬 그리고 문제해결과 관련된 내용설명 등의 메시지와 과제를 주는 것으로서 내담자의 잠재능력을 강화하고 확대시키며 문제해결 경험이 성공할 수 있도록 만드는 기술이다.<sup>42)</sup> 이러한 기술은 한국문화에서 융통성 있게 개인에 따라 인정과 칭찬 그리고 교훈적인 메시지와 새롭게 시도할 구체적인 행동적인 과제를 적절하게 줄 때 내담자들은 치료적인 처방으로 받아들이고, 치료를 좀더 신뢰하고 과제를 수행하는 과정에서 변화를 하게되는 것을 발견한다.

## V. 결 언

한국문화는 지난 1세기 동안 급속하게 변화하여왔다. 이러한 변화는 성별, 나이, 교육과 경제수준에 따라 차이가 많다. 그러나 많은 사람들은 가족 중심적이며 가족원들 간에는 상호의존적인 관계를 유지하고 있다. 반면에 가족 밖의 관계에서는 개인적이며 상당히 경쟁적인 성향을 볼 수 있다. 가족구조 안에서의 행동과 밖에서의 행동에서 나타나는 차이는 기성세대보다는 젊은 세대에서 좀더 분명하게 나타난다. 이와 같이 현대 한국의 문화에서 발견하는 차이점들 때문에 사회현상을 일반화하여 설명할 수는 없는 것이다. 그러나 문제를 사정하고, 치료목표를 설정하고 적절한 치료전략과 기술을 결정하는데 있어 내담자의 문제와 가족의 문화적 배경의 관계를 이해하는 것은 매우 중요하다.

여기서 설명한 치료전략과 기술은 경험을 기초로한 것이지만 서울을 중심으로 생활하고있는 내담자들의 문제에 한정되어있다. 따라서 서울 이외의 다른 지역과 미국을 중심으로 다른 국가에 거주하는 가족과 이민가족들에게 적용하기 위하여는 실제적인 경험을 기초로 하는 연구가 필요하다고 본다. 전문가로서 필요한 교육과 경험을 가지고있는 치료자는 한국문화에 대한 이해를 근거로 하는 통찰력을 가지고있어야만 하고, 융통성 있게 판단할 수 있는 능력을 갖고있어야 한다고 본다. 그리고 내담자의 문화적인 배경을 수용하고 적용할 수 있는 치료자의 준비되어있는 태도는 적절한 치료전략과 기술을 선택하는 것과 마찬가지로 중

42) De Jong, Peter & Berg, I. K. 전게서, pp.213-225.  
가족치료연구 도입 역, 단기가족치료, pp.182-205.

요하다고 본다.

한국 문제가족에게 해결중심 가족치료 기술을 융통성있게 수정 보완하여 적용하는데있어 고려하여야할 것을 지적하면 다음과 같다.

### 1. 내담자들은 치료에서 비공식적인 관계를 선호한다.

한국인들은 인간 상호간의 관계를 중요시하기 때문에 내담자는 치료자와 사적이며 가까운 관계를 갖기를 기대한다. 예로서 내담자들은 치료자의 나이, 결혼상태, 주거지 등 개인적인 정보를 알고싶어한다. 이것은 사적인 생활을 침범하거나 꼬치꼬치 캐는 것이 아니고 관심과 좋은 감정을 표현하는 것이다. 중요한 것은 “내담자의 관심을 파악”하고 “내담자의 친밀한 감정을 수용”하는 것이다. 만일 처음부터 내담자-전문가의 관계를 형성하려고 노력한다면 좋은 결과를 기대하기는 힘들 것이다.

### 2. 내담자들은 처음 면담에서는 억압된 감정을 해소연하기 원한다.

해결중심 접근법에서의 시작으로서 “가족치료에서 도움을 받기 원하는 것이 무엇입니까?” 라고 질문한다면 내담자는 당황할 것이다. 도움이 필요해서 오는 것은 사실이지만 처음에는 억압하고있는 감정을 해소연하기 원한다. 어느 정도 억압되고 불안하였던 감정이 감소된 이후에야 내담자는 치료목표를 설정하는데 협조할 수 있는 마음에 여유가 생기기 때문에 기다리면서 접근하는 융통성이 필요하다.

### 3. 해결중심 가족치료는 유용한 질문을 많이 사용하지만 한국인들은 질문을 받는 것에 익숙하지가 않다.

일상생활에서 한국인들은 자신의 생각과 감정을 다른 사람에게 표현하고 질문을 하는 것은 좋은 태도라고 생각하지 않는다. 일반적으로 치료자와 내담자는 모두 질문을 하고 대답을 하는 것에 익숙하지가 않다. 따라서 치료자는 질문을 간단하고 짧게 수정해서 사용하고, 응답에 관하여 긍정적인 의미를 부여하고, 긍정적인 반응을 하는 것이 중요하다.

### 4. 한국인은 칭찬을 주고받는 것에 익숙하지 않지만 효과적이다.

한국인들은 다른 사람이 칭찬 받을 일을 하였을 때에 인정하거나 격려하는 표현을 하는

것보다는 다른 사람이 실수를 하였을 때에 부정적인 측면을 비판하는 경향이 있다. 따라서 한국 치료자들에게는 내담자를 솔직하게 인정하고 칭찬하는 것은 어려운 일이고, 치료자의 과장된 인정과 칭찬을 받는다면 내담자는 치료자가 자신을 미성숙한 어린아이같이 인식하고 있다고 생각하고 치료자의 의도를 의심할 것이다. 그러나 만일 내담자의 욕구에 적합한 것을 파악하여 인정과 칭찬 기술을 적용하였을 때에 그 반응은 매우 긍정적이다. 어떤 내담자는 공식적인 인정과 칭찬을 처음 들어보기 때문에 처음에는 믿기 어렵지만 생각할수록 자신감과 용기가 생긴다고 고백하기도 하였다.

한국의 가족치료이론을 발전시키기 위하여 다음과 같은 기본적인 요건이 필요하다고 본다. 첫째, 한국의 문제가족과 가족치료이론을 좀더 이해하기 위하여 서양과 한국의 문화차이에 관한 지식이 필요하다. 둘째, 한국 문제가족에 미국이론을 융통성있게 창의적으로 적용하기 위하여는 지속적인 훈련과 지도감독이 필요하다. 셋째, 한국문화에 적합한 가족치료이론을 발전시키기 위하여 지속적인 실험연구와 결과에 대한 평가분석이 필요하다.