

신혼기 부부관계 향상을 위한 교육 프로그램 효과성 검증

: 건강가정지원센터 신혼기 부부교육 프로그램을 중심으로

The Evaluation of an Education Program for the Marital Relationship Enhancement of a Newlywed Couple

: With a Focus on an Education Program for Newlywed Couples at a
Healthy Family Support Center

서원대학교 생활복지학과

조 교수 박수선*

Dept. of Living Welfare, Seowon Univ.

Assistant Professor : Park, Su-Sun

<Abstract>

The goal of this study is to evaluate the effectiveness of a program which can improve the marital satisfaction of newlywed couples. The program was practiced once a week for 4 weeks at K healthy family center and each session lasted for 100 minutes. The participants of the program were 5 newlywed couples who desired to increase their relationship and marital satisfaction. In order to investigate the effectiveness of the program, we used the Wilcoxon signed rank test. The results of the analyses, showed that there were significant differences of increases in the areas of the newlywed couples' marital satisfaction, communication efficiency, conflict coping strategies, and self-esteem. In conclusion, the effectiveness and utilization of the program were confirmed. Also, it was verified that the program can be an important tool for strengthening healthy family functioning through a study on newlywed couples in the field of community-based family work practice.

▲주요어(Key Words) : 신혼기 부부 교육프로그램(education program of newlywed couple), 결혼만족도 (marital satisfaction), 의사소통(communication), 부부관계향상(marital relationship enhancement)

I. 서론

신혼기는 가족생활주기에서 결혼적응을 위한 가장 초기 단계이다. 이 시기는 결혼으로 가정을 형성하여 아직 자녀가 없는 단계로(Lee et al., 2009), 결혼생활 초기 적응과 부모됨 준비라는 두 가지 큰 과업을 수행하면서 어느 단계보다 새로운 역할에 대한 기대와 적응이 요구되는 시기이다.

최근 결혼에 대한 가치관 변화로 인해 결혼지연현상이 지속되고 있으며(Choi, 2003), 결혼 후 첫 자녀를 출산하는 시기가 늦어져(Kim, 2008; Korea National Statistical Office, 2010), 신혼기가 과거보다 길어지고 있다. 또한 현대 결혼생활에서는 개인적인 성향이 강하며, 자원의 통합과 유지가 결혼생활지속의 주요 요인으로 나타나(Lewin, 2004; Fine, 2010; Lauer & Yodanis, 2011) 결혼생활 적응 요인의 변화가 일어나고 있다.

* 주저자 · 교신저자 : 박수선 (E-mail : sunybono@seowon.ac.kr)

신혼기 부부는 두 사람의 목표와 생활양식을 형성하고 타

협하는 시기로(Pyo, 1997), 다른 환경에서 성장한 서로간의 이해가 매우 필요한 단계이다. 신혼기에 일어날 수 있는 문제들로는 부부간의 성격과 사고방식 차이로 인한 갈등 및 의사소통의 어려움, 배우자의 원가족과의 마찰, 배우자와의 성적 부적응 등을 들 수 있다(Jung & Kim, 2000; Lee, 2010). 또한 신혼기 관련 선행연구들로는 신혼기 결혼만족도 관련 연구(Yoo, 2010; Jeon 2012), 신혼기 성생활 관련 연구(Kim, 2002; Kang & Chun, 2003), 원가족과의 관계 연구(Yim, 2008), 신혼기 부부 의사소통 프로그램 연구(Yoo, 2010) 등이 있지만 신혼기의 중요성에 비해 매우 미흡한 상황이다.

최근 발표된 한국사회의 이혼율을 살펴보면 전체 이혼건수 중 혼인지속기간 4년 이하인 결혼초기 단계의 비중이 26.9%로 가장 우위를 차지하고 있으며(Korea National Statistical Office, 2011), 그 이유로 성격차이가 가장 많았는데, 결혼기대에 대한 불만족과 부부관계에서의 실망감 때문으로 여겨진다. 이렇게 결혼지속년수 4년 이하 부부의 높은 이혼율 결과는 부부관계 해체뿐 아니라 부모의 이혼으로 인해 자녀의 발달단계 전반에서 심각한 문제가 초래되는 등 자녀세대에게까지 부정적인 영향을 미칠 수 있어(Park, 2010; Korea Family Counseling Education Institute, 2011; Jang & Lee, 2011) 더욱 큰 우려가 예상된다.

이러한 현실을 해결하고자 하는 맥락에서 최근 건강가정지원센터를 포함한 가족대상 복지기관들에서는 현대 결혼생활의 부정적인 특징인 부부간의 이해감소(Norman, 1995)로 인한 역기능적인 부부관계를 회복하기 위해 가족생활주기에 따른 부부교육 프로그램을 개발하여 실시중에 있다. 그러나 현재 이러한 부부교육 프로그램은 단편적, 불연속적 특성을 지닌 프로그램이 대부분이며, 지식과 정보 전달에 치중하여 결혼생활에 필요한 태도와 기술의 습득이 충분히 이루어지기 어렵다는 평가를 받고 있다(Kim & Choi, 2007). 또한 신혼기 부부의 발달과업과 예비부부 발달과업은 큰 차이가 있음에도 불구하고 가족생활교육 사업 매뉴얼에서 예비부부와 신혼기 부부가 구분되지 않고 제공되고 있어(Kim & Yang, 2011), 실제적인 진행상의 혼란과 명확한 프로그램 효과성 검증에서의 어려움이 예상된다.

그러다보니 신혼기는 배우자 가족 적응, 부부관계 형성 및 적응 등 새로운 결혼생활 적응과 이로 인한 다양한 스트레스가 있음에도 불구하고 이 시기를 지원하는 프로그램에 대한 연구들이 많지 않은 상황이다. 신혼기 부부 대상 교육프로그램 연구로는 부부간 의사소통 기술 증진(Yoo, 2010), 원가족의 영향력 파악(Nam & Han, 2003)과 신혼기 여성 대상의 성상담 프로그램 개발 및 효과성 검증(Kang & Chun, 2003) 등 매우 소수이다. 대부분 단일 변인들만을 살펴본 연구로 국한되어 있어 신혼기의 다양한 내용을 다룬 포괄적인 프로그램이 미흡한 상황이며, 신혼기 생활 전반에 영향을 줄 수

있는 프로그램 개발과 효과성 검증 또한 부족한 실정이다.

신혼기의 욕구와 발달과업을 충분히 반영한 가족생활교육 프로그램 실시를 통해 부부간에 개방적인 소통이 가능해지고 각자의 경험을 재확립하고 내면화하는 과정을 거침으로써(Berger & Keller, 1980), 자아존중감과 같은 개인적 차원뿐만 아니라 부부관계를 포함한 가족생활 전반적인 측면에서 긍정적인 효과를 초래할 수 있다(Yoo, 2010). 이를 통하여 신혼기 부부의 결혼생활 역량강화가 이루어지며, 향후 가족생활주기 모든 단계의 적응에 도움을 줄 수 있으므로, 현재 실천분야에서 이루어지고 있는 신혼기 부부대상 교육 프로그램의 내용과 평가 및 환류를 통해 프로그램 내용 및 운영의 질적 수준 향상과 신혼기의 요구가 충분히 반영된 맞춤형 프로그램 개발을 추진해야 할 것이다.

따라서 본 연구에서는 가족생활주기의 신혼기 발달과업을 중심으로 개발된 신혼기 부부교육 프로그램을 실제 시행한 후 효과성을 검증하여 신혼기 부부의 안정된 결혼생활 적응과 결혼만족도 향상에 도움을 줄 수 있는 기초자료 제공과 함께 신혼기를 위한 실천분야 발전과제 모색에 기여하고자 한다.

이러한 연구 목적에 따라 본 프로그램의 내용을 기반으로 도출한 구체적인 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 신혼기 부부교육 프로그램을 시행한 신혼부부의 사전·사후 자아존중감의 변화량은 유의미한 차이가 있는가? 둘째, 신혼기 부부교육 프로그램을 시행한 신혼부부의 사전·사후 의사소통 효율성과 갈등대처 수준의 변화량은 유의미한 차이가 있는가? 셋째, 신혼기 부부교육 프로그램을 시행한 신혼부부의 사전·사후 결혼만족도의 변화량은 유의미한 차이가 있는가?

II. 이론적 고찰

1. 프로그램의 이론적 배경

가족생활교육의 다양한 이론적 관점을 종합하면 가족체계적 관점, 가족발달적 관점, 건강가족적 관점(Korea Association of Family Relations, 1998; Korea Family Counseling Education Institute 2011)으로 구분한 연구와 생태학적 관점, 체계론적 관점, 발달론적 관점, 여성학적 관점을 제시한 연구(Chung, 2007)로 크게 나누어볼 수 있다.

본 연구에서 실시한 프로그램은 가족발달론적 관점과 건강가족적 관점을 바탕으로 신혼기 부부의 개인적 측면과 상호작용 측면을 파악하여 도출된 문제점들을 해결하기 위한 역량강화와 결혼만족도 증진이 목적이다.

구체적으로 이론적 관점을 살펴보면 첫째, 가족발달론적 관점은 가족을 하나의 분석단위로 보고 가족에 대한 총체적

인 접근법을 제시한다. 생애 과정동안 거치게 되는 특별한 단계로의 가족 변화에 초점을 두며, 가족의 역할과 과업이 주요한 관심사가 되는 관점이다(Chung, 2007). 또한 이 관점은 가족 고유의 이론으로 가족역할, 규범 및 발달 과업의 변화가 이후에 전개되는 가족 상호작용과 체계에 많은 영향을 미치게 된다고 판단한다(Yoo, 2010). 신혼기는 가족발달 단계에서 보면 결혼생활의 시작점이며, 이 시기의 결혼생활의 질이 이후 가족생활에 많은 영향을 미치는 중요한 단계이므로 신혼기의 바람직한 부부관계 형성은 매우 중요한 과업이라고 할 수 있다. 그러므로 가족발달적 관점에서 볼 때 가족을 형성한 신혼기 부부의 개인적 측면과 관계적 측면을 파악하기 위하여 부부 상호작용 유형과 질을 확인하는 것은 향후 긍정적인 가족역동성 형성을 위한 매우 중요한 과정이 된다.

다음은 건강가족적 관점이다. 건강가족적 관점은 가족전체를 중심으로 개입하며, 가족이 보유한 긍정적인 측면에 초점을 두는 관점이다(Korea Family Counseling Education Institute, 2011). 건강한 가족이란 가족 개개인의 자아개발 성취와 더불어 가족구성원간의 상호작용을 통한 공동체적 유대성이 균형 있게 유지되는 가족을 말한다(Kwon & Oh, 2004; Park, 2010). 이 관점에서는 개인과 가족의 강점을 지지하고 강화하여 가족의 잠재력을 개발하고 문제해결능력을 증진시키는 것을 바람직한 가족생활교육 방향으로 제시한다(Korea Association of Family Relations, 1998; Korea Family Counseling Education Institute 2011). 건강가족적 관점에서 볼 때, 신혼기는 부부생활 적응시 어려움이 있을 수 있지만, 결혼생활의 초기단계인 신혼기 적응을 돕고 바람직한 가족관계 형성을 위한 역량 증진을 위해서는 신혼기 부부가 갖고 있는 긍정적인 자원과 잠재력에 초점을 맞추어 프로그램을 개발하는 것이 필요하다. 건강한 부부관계 형성이라는 신혼기 과업수행을 통해 결혼생활 적응력 향상을 도모하기 위해서는 부부 개개인의 상황과 상호작용 패턴 등을 파악하여 강점에 초점을 두며, 부부의 결혼생활 역량이 충분히 발휘될 수 있도록 긍정적인 방향으로 교육목적을 설정하고 효과성을 확인해야 할 것이다.

2. 신혼기 부부의 특성

신혼기는 결혼에 대한 기대와 차이로 인한 결혼생활에 대한 초기 평가가 이루어지는 시기이며, 이로 인해 높은 스트레스가 발생하게 된다. 이는 결혼생활 부적응으로 이어져 2011년 발표된 이혼율에서 혼인지속기간 4년 이하인 부부가 가장 높은 비중(26.9%)을 차지하는 것(Korea National Statistical Office, 2011)에서 알 수 있듯이 가족해체까지 연결될 수 있다.

신혼기 부부의 결혼생활 적응에 영향을 미치는 주요 변인

으로 의사소통과 원가족과의 관련 요인이 있으며(Kim, 2004; Jeon, 2012), 결혼초기 부부의 상호작용 및 자신과 배우자의 갈등에 대한 인지적 측면이 결혼만족도(Lee & Jeon, 2001, 2005; Choi, 2002; Kim & Yang, 2011)와 높은 관련성을 가지는 것으로 나타났다. 또한 최근 맞벌이 증가에 따른 역할 분담과 부부관계의 공평성 정도가 신혼기 결혼생활에 영향을 주는 주요 변인으로 나타났다(Korea Family Counseling Education Institute, 2011).

우선 의사소통 영역을 살펴보면 신혼기 남녀의 결혼만족도에 영향을 미치는 변인들을 조사한 Jeon(2012)의 연구결과 역기능적 의사소통을 적게 사용할수록 결혼만족도가 상승되는 것으로 나타났다. 결혼초기 부부를 대상으로 조사한 Lee and Jeon(2001)의 연구결과에서도 갈등대처시 의사소통 만족도에 따라 결혼만족도가 차이가 나는 것으로 나타나 부부관계에서의 효과적인 의사소통의 중요성에 대해 알 수 있었다. 신혼기의 상호작용 패턴을 살펴보기 위해 결혼 4년 동안 매년 동일한 변인을 측정하는 종단연구를 시행한 Kurdek(2005)의 결과에 의하면 결혼 초기 4년 동안 심리적 스트레스, 결혼에 대한 구체적인 평가(사랑정도, 연결정도, 고유한 동기요인, 진실)에 따라 부부간의 상호작용에 의미 있는 차이가 나타남을 알 수 있었다. 또한 부부간 의사소통 방식과 자아존중감은 밀접한 영향이 있으며(Lim & Kwon, 1998; Park, 2001), 결혼만족도와도 관련이 큰 것(Ro & Kwon, 1997; Park, 2001; Kim, 2004; Ji, 2006)으로 나타났다. 그러므로 신혼기의 기능적인 의사소통과 바람직한 갈등대처 방법은 자아존중감 향상 및 신혼기 결혼생활 적응에 큰 영향을 주며, 결혼생활의 질을 결정하는 주요한 변인임을 알 수 있다.

원가족 관련변인과 신혼기 부부적응과의 관계에서는 원가족에 대한 분화수준이 높으며, 긍정적인 관계를 유지할수록 결혼 후 건강한 부부관계를 형성할 수 있음을 알 수 있었다(Nam & Han, 2003). 신혼기 부부는 종종 자신의 부모 등 원가족과의 유대감이 너무나 강하여 자신과 배우자가 부부로서 유대감을 형성하는데 어려움을 겪을 수 있으므로, 원가족으로부터 독립하여 부부가 중심이 되는 새로운 가족 경계를 구축해야 하는 것으로 나타났다(Chung & Yoo, 2001).

마지막으로 가족의 형태가 부부중심의 핵가족 형태로 변화되고 여성의 지위가 향상되면서 부부역할 분화 문제가 결혼생활에서 중요한 요인으로 대두되고 있으며(Kim, 2005), 결혼만족도에 큰 영향을 미치고 있었다(Lee et al., 1991; Ha & Kim, 1996; Lee & Choi, 1998; Hwang & Shin, 2009). 신혼기 부부관계에 대한 연구결과 신혼기 부부가 수행해야 하는 주요한 발달과업으로 역할과 책임관계의 기준 수립(Paik, Seo, & Shin, 2003), 성역할 및 부부역할 이해와 가족과 직장생활의 조화(Song, Jeon, & Kim, 1998), 부부역할 적

응(Kim, 2005) 등이 제시되고 있다.

3. 신혼기 부부교육 프로그램

한국의 경우 1990년대 들어오면서 가족생활교육 차원에서 부부교육이 활발하게 개발되기 시작하였다(Bang & Lee, 2002; Yoo, 2010). 이 중 결혼초기 부부대상 교육 프로그램 연구는 신혼기 부부교육 프로그램 분야보다 활발하게 시행되고 있는데, 이를 내용별로 구분하여 보면 다음과 같다. 첫째, 부부의 의사소통 능력과 갈등대처 능력 향상 프로그램 개발 및 효과성 검증 연구(Yoo & Lee, 1998; Bang & Lee, 2002)와 둘째, 긍정주의 심리치료, Gottman의 부부치료, Baucom과 Epstein의 인지-행동적 치료모델, ENRICH(Enriching Relationship Issues, Communication and Happiness), PREP(Prevention and Relationship Enhancement Program) 등과 같은 다양한 치료모델과 평가기준을 기반으로 부부교육 프로그램 개발 및 효과성을 검증한 연구(Yoo & Lee, 1998; Yu, 2002; Seo, 2004; Kim, 2005; Kweon & Chun, 2007)가 있다.

이에 비해 신혼기를 위한 교육 프로그램 관련 국내 연구는 신혼기 부부의 의사소통 능력 증진을 위한 프로그램 개발 및 효과성 검증(Yoo, 2010), 신혼기 여성 대상으로 인지-행동적 성상담 프로그램 개발 및 효과성을 검증한 조사(Kang & Chun, 2003) 등이 있다.

Yoo(2010)의 연구를 살펴보면, 결혼생활 5년 이하의 첫 아이 출산 전인 신혼기 부부 7커플을 실험집단으로 하고 다른 프로그램에 참가하는 신혼기 부부 6커플을 통제집단으로 구분하여 6회기의 의사소통 교육을 실시하였다. 주요 내용으로 의사소통 기법 훈련과 함께 결혼생활 기대, 자기이해와 배우자 차이, 친밀감, 성생활, 소망 등에 대한 의사소통 연습을 진행하였다. 프로그램 실시 결과 자아존중감, 스트레스에 대한 적극적 대처방식, 갈등 대처방식의 수준이 향상되었으며, 그로 인해 의사소통 만족도와 결혼만족도가 높아졌다. 또한 인지-행동적 성 상담 프로그램이 부부의 성생활 만족과 성 의사소통 및 부부적응과 같은 성생활 적응에 미치는 효과에 대해 양적, 질적 방법을 사용하여 분석한 Kang & Chun(2003)의 연구 결과 해당 프로그램은 신혼기 여성의 성생활 적응에 효과적으로 기여한 것으로 나타났다. 총 6회기로 신혼부부 6쌍을 대상으로 진행된 인지-행동적 성 상담 프로그램은 집단상담과 부부상담 형식으로 진행되었으며, 성지식 및 성관련 정보, 성 의사소통, 성기능장애, 성건강, 성과 사랑, 성적 친밀감과 신뢰 등의 내용으로 구성되었다.

제시한 선행연구결과를 종합적으로 살펴보면 신혼기 부부들의 결혼안정성 증진을 위해 필요한 주요 측면인 성과 사랑, 의사소통, 결혼만족도 및 적응 등을 초점으로 프로그램

을 구성하고 실시하여 그 효과성을 검증하였으며, 신혼기 부부간의 성에 대한 주제를 포함한 결혼생활과 관련된 의사소통방법과 갈등대처방식이 자아존중감과 결혼생활 적응 및 만족도에 영향을 주는 주요한 요인임을 알 수 있다. 그러나 신혼기 부부 교육 프로그램에 대한 연구는 그 효과성에도 불구하고 양적으로 매우 부족하고, 단편적인 주요변인을 중심으로 구성되어 결혼생활 전반과 관련된 다양한 변인들에 대한 연구가 필요한 것을 알 수 있다. 신혼기 부부의 핵심적 측면은 부부 적응이므로 부부 각각의 개인적 측면과 상호적 측면을 모두 고려한 신혼기 부부교육 프로그램 개발 및 실시가 필요하며, 이에 대한 명확한 효과성 검증이 이루어져야 할 것이다.

III. 연구방법

1. 연구대상자 선정

연구대상자는 경기도 K시 건강가정지원센터에서 주최하는 신혼기 부부교육 '알콩달콩 행복디자인'에 자발적으로 참여한 부부 5쌍이다. 상호작용을 파악하는 프로그램의 성공적인 운영을 위해서는 집단의 목표와 내담자들에게 기대하는 몰입정도를 고려하여 대체로 5~8명 정도의 수준이 일반적이며 최대 10명 이내의 집단크기가 바람직하다는 연구결과(Song, 2006; Song, 2007)를 토대로 본 연구는 프로그램의 설계단계부터 최대한 상호작용을 이끌어내기 위해 소집단 교육으로 구성되었다.

본 연구에서 모집한 신혼기 부부는 결혼한 지 5년 이내의 자녀가 없는 부부로, 참가자들은 K시 건강가정지원센터에서 프로그램 실시 3주전부터 시·구 홈페이지, 지역사회복지관 홈페이지, 인근 지역 아파트 홍보란 등에 부착한 프로그램 내용을 보고 전화나 홈페이지를 통해 신청하였다. 프로그램 신청시 건강가정지원센터 담당자가 참여동기, 도움받고 싶은 내용 등에 대해 질문하고, 그 결과를 프로그램 시작 전 연구자에게 전달하였으며, 이를 근거로 프로그램 내용 중 의사소통 부분이 강화되었다. 또한 프로그램 참가 전 연구에 대한 사전 설명을 한 후 부부 모두에게 동의를 받았다.

연구대상자들의 일반적 사항을 정리하면 다음 <Table 1>과 같다.

참가자들 대부분은 결혼한 지 5개월에서 13개월 정도 되었으며, 한 쌍을 제외하고는 맞벌이를 하고 있었고 모두 분가하여 독립가구를 이루고 있었다. 연령은 20대 중반에서 30대 중반 정도로 대학졸업 이상의 학력을 가지고 있으며, 참가자 모두 건강가정지원센터 프로그램에 처음 참여하고 있었다. 참가자들의 프로그램 참여 주요 동기는 부부간 의사소통

Table 1. Characteristics of the Participant

Number	Couple	Age	Marriage period	Occupation	Education level
1	husband wife	30 25	5month	professional housewife	college graduate "
2	husband wife	36 27	12month	office job office job	college graduate "
3	husband wife	29 31	12month	sale & service office job	college graduate "
4	husband wife	34 32	13month	office job office job	college graduate "
5	husband wife	35 31	7month	office job service job	college graduate "

개선과 갈등해결이었다.

2. 측정도구

본 연구는 신혼기 부부의 안정된 결혼생활 적응과 결혼만족도 향상을 목적으로 하는 신혼기 부부교육 프로그램의 효과성을 검증하기 위하여 선행연구 고찰을 토대로 프로그램의 주요 내용과 연관된 변인들 중 개인적 측면(자아존중감), 관계적 측면(의사소통 효율성, 부부간 갈등대처)의 척도와 프로그램의 궁극적인 목적인 결혼만족도에 대한 척도를 검증 변인으로 선정하여 측정을 실시하였다.

1) 결혼만족도

Bowden(1977)의 결혼만족도 척도 문항 중 신혼기에 적합한 내용만을 선택한 Yoo(2010)의 척도를 연구자가 재구성하여 사용하였다. 척도는 5점 리커트 척도로 20문항이며 Cronbach's α 는 .70였다.

2) 자아존중감

부부 각자의 자아존중감을 알아보기 위하여 Rosenberg (1965)의 자아존중감 척도 중 신혼기 부부에 적합한 내용을 선택하여 총 10문항을 5점 리커트 척도로 구성하였다. 점수가 높을수록 자아존중감이 높은 것을 의미하며, Cronbach's α 는 .95 였다.

3) 의사소통 효율성

Bienvenu(1970)의 부부 의사소통 검사(Marital Communication Inventory)를 한국 부부에 맞게 번안·수정한 Kim and Kim(1998)의 의사소통 효율성 척도를 연구자가 신혼기 부부에 적합하게 수정·보완하여 구성하였다. 의사소통 효율성이란 부부간에 듣고 서로 이해하고 자신을 표현하는 능력과 태도를 측정하는 것으로 점수가 높을수록 의사

소통 효율성이 높은 것을 의미한다. Cronbach's α 는 .94였다.

4) 부부갈등대처

부부간 갈등시 대처방법을 측정하기 위하여 Eo and Chung (1999), Yoo(2010)의 척도를 연구자가 수정·보완하여 사용하였다. 총 20문항으로 점수가 높을수록 부부간 갈등시 긍정적으로 대처함을 의미하며, Cronbach's α 는 .67였다.

3. 자료수집 및 분석방법

본 연구에서는 교육 프로그램의 효과성 측정을 위해 결혼만족도, 자아존중감, 의사소통 효율성, 갈등대처방식에 대한 사전·사후 설문을 시행하여 결과를 분석하였다. 사전·사후 검사시에는 동일한 질문지를 이용하였으며, 1회기 시작 전 오리엔테이션 시간에 사전 질문지를 측정하였고 모든 프로그램이 종료된 후 사후 질문지를 실시하였다. 분석 방법으로는 프로그램 참가자가 소규모이므로 비모수통계기법 중 하나인 Wilcoxon 부호-순위검증(Wilcoxon signed-rank test)을 실시하여 교육효과를 비교·분석하였다.

IV. 프로그램 구성

1. 프로그램 목적

본 프로그램은 K시 건강가정지원센터와 연구자가 건강가정지원센터에 지급된 예비부부 및 신혼기 부부 교육 프로그램 매뉴얼을 기반으로 2009년 개발한 후, 예비부부와 신혼기 부부를 대상으로 진행하여 오다가 최근 신혼기 부부만을 대상으로 수정·보완하여 실시한 프로그램이다. 신혼기 대상 프로그램 내용은 개인과 서로에 대한 이해, 사랑에 대한 진정

한 이해와 성생활, 효과적인 의사소통, 갈등대처방법, 양성평등한 부부성역할로 구성되었다. 기존프로그램에서 예비부부와 신혼기 부부를 구분한 이유는 연구자가 프로그램을 진행하면서 두 대상의 발달단계가 다르기 때문에 프로그램 진행상 대상과 내용의 구분이 반드시 필요하다고 인식하였기 때문이다.

본 프로그램은 참가자들이 신청서 작성한 프로그램 참가 이유 및 사전 인터뷰 자료를 통한 요구도 파악을 토대로 프로그램 준비단계에서 내용이 다시 재구성되었는데, 이번 참가자들은 부부간 개방적인 의사소통과 갈등해결에 대한 욕구가 매우 높은 것으로 나타나 관련 회기를 연장하고 대신 사랑에 대한 이해 부분 축소와 부부성생활 내용을 삭제하여 추가적으로 수정·보완하였다.

본 프로그램은 신혼기 부부 교육프로그램을 통해 자신과 상대에 대한 이해의 폭을 넓히고 부부 개개인의 결혼생활에 대한 긍정적인 인식변화를 유도하여 자아존중감을 향상시키며, 기능적인 의사소통 방법과 적극적인 갈등대처방법의 학습을 통해 신혼기 부부의 안정된 결혼생활 적응과 결혼만족도 향상 도모를 목적으로 한다. 이러한 목적을 달성하기 위한 구체적인 목표는 다음과 같다

첫째, 부부간의 상호이해와 결혼과 가족의 개념 정립을 바탕으로, 개인과 상대에 대한 소중함을 깨닫고, 결혼생활의 의미와 부부 역할에 대한 긍정적인 가치관을 형성한다.

둘째, 서로의 의사소통 유형 및 역기능적 의사소통 유형을 파악하고 긍정적인 관계형성을 위한 의사소통 기술을 학습한다.

셋째, 서로의 차이를 인식하고 건설적인 갈등해결법을 익힘으로써 결혼생활시 발생할 수 있는 문제 및 갈등 대처능력을 향상한다.

넷째, 양성평등한 부부관계 형성을 위한 성역할에 대한 올바른 인식과 서로에 대한 이해를 높여 동반자적 부부관계를 형성한다.

2. 프로그램 진행방법

프로그램은 2012년 4월 3일부터 4월 24일까지 일주일에 한번씩 저녁 7시부터 약 100분간 총 4회로 진행되었다. 교육방법은 단순히 지식을 전달하는 강의위주가 아닌 참여자들의 활동을 주 내용으로 하였다. 또한 본 프로그램은 1회기 종결 후 MBTI를 실시하여 부부의 성격유형을 파악하였으며, 3회기 진행 후 문화 활동으로 석고로 부부 손 모형 만들기 실시하여 완성품을 프로그램 최종 종료 후 가지고 갈 수 있도록 하여, 상담과 문화적 요소를 함께 한 통합적 교육을 실시하였다.

그리고 부부의 현재상황과 서로에 대한 기대를 확인해 볼 수 있는 체크리스트 작업 등을 초반부에 시행하였으며, 부부의 실제 생활주제로 2회기 동안 의사소통 기술 연습을 실시하여 프로그램에서 학습한 내용을 실생활에서 활용할 수 있도록 구성하였다. 본 프로그램에서 실시된 의사소통 기술 프로그램은 미국 미네소타 대학 가족연구소에서 개발되어 전 세계적으로 탁월한 효과를 인정받은 부부대화법으로(Miller, Nunnally & Wackman, 1975), 이 중 기초적인 말하기 기술과 듣기 기술을 발췌하여 진행하였으며 프로그램 진행시 부부대화법을 참가자들에게 안내하였다.

본 프로그램은 진행자와 참여자가 일방적인 관계가 아닌 상호역동적으로 함께 참여하는 방식으로 진행하였으며, 진행자가 그들의 경험과 상황을 프로그램 종결시까지 존중하고 지지해준다는 점이 본 프로그램의 강점이라고 할 수 있다. 본 프로그램은 부부관계의 역동성에 대한 충분한 이해가 있으며 신혼기 부부교육에 관한 풍부한 경험과 집단 진행기술이 있고, 부부대화법 프로그램 전문가 과정을 이수하였으며, 실천현장에서 부부교육과 상담 경험이 있는 전문가가 진행하였다.

프로그램 진행시 도입단계에서는 목표를 주지시키고 이전 회기의 내용을 상기시켰으며, 전개단계에서는 학습해야 할 내용을 설명하고 관련된 활동을 실시하였다. 마지막으로 종결단계에서는 그 회기 내용 중 주요한 내용을 정리하고, 과제가 있을 경우 제시하였으며, 다음 회기에 대한 안내를 실시하였다.

3. 회기별 세부내용

1) 1회기: 나-너 그리고 우리

1회기는 자신과 배우자의 성격 및 행동특성을 이해하고 나아가 올바른 자아인식과 배우자에 대한 이해증진을 통해 결혼생활을 다시 인식할 수 있는 계기를 마련하는 것을 목표로 한다. 첫 회기이므로 전체 프로그램에 대한 소개와 함께 참가자들간에 라포를 형성하도록 각 커플의 만남과정과 결혼과정, 그리고 배우자의 장점 등을 간략하게 소개하는 시간을 가진다. 또한 프로그램 서약서 작성을 통해 프로그램 참여도를 촉발시키는 계기로 삼는다. 교육내용에서는 현실요법의 욕구검사를 통해 현재 자신의 욕구와 배우자의 욕구를 파악하여, 차이를 인정하고 배려하도록 하며, 이를 결혼생활에서의 에피소드 등과 연결시켜 결혼생활을 현실적으로 바라볼 수 있도록 도움을 준다. 또한 과제로 Lee의 사랑유형검사와 Satir의 의사소통 유형검사를 제시하여 부부간 애정과 친밀감의 차이를 파악하고, 현재 의사소통 상태를 알아본다. 프로그램 진행 후에 K시 건강강정지원센터 상담실 주관으로 참가자들을 대상으로 한 MBTI 검사를 실시한다.

Session 1 : I, You and We

Purposes		Improve understanding on the self and the partner. Understand the meaning of marriage. Change unrealistic expectation on marriage.
Introduction	20 min	About the program. Written pledge on program About the instructor and couples - history of meeting, from the first meeting to marriage, merits of the partner, etc.
Development Activity	60 min	① (Lecture) Explanation on marital life(used by workbook) - expectation to marital life, meaning of marital life ② (Activity) Checking the self and the partner (questionnaire to identify desires) ③ (Activity) Confirming realistic expectation on marriage.
Closing	20 min	① Summary ② Homework on love type test (love type test questionnaire) ③ Homework on Satir communication type test (Satir communication type test questionnaire)
Preparation		computer, beam projector, white board, desire test questionnaire, love type test questionnaire, Satir communication type test questionnaire, workbook

* MBTI test after completion of this session.

Session 2 : Conversation of Love I (conversation method bringing happy)

Purposes		Check the approach of love of a couple. Learn communication skills (speaking and listening skill)
Introduction	20 min	Talk about change after session 1 Love type test homework check and how to score the test. Satir communication type test homework check and how to score the test
Development Activity	60 min	① (Lecture) Explanation on love type test results. - Difference in love of a couple, expectation, etc. ② (Lecture) Identifying my type by Satir communication type test results. - Difference in 4 communication type ③ (Lecture) speaking skill & listening skill (used by workbook) ④ (Activity) Practicing speaking and listening skills between a couple.
Closing	20 min	① Summary ② Thinking about conversation themes for practicing communication skills
Preparation		Computer, beam projector, white board, workbook

Session 3 : Conversation of Love II (how to handle conflicts during marital life)

Purposes		Learn how to cope with conflicts in marital life using communication skills improving self-respect.
Introduction	20 min	Talking about change after the previous session. Reviewing the learning on conversation skills between a couple.
Development Activity	60 min	① (Lecture) Importance of communication (used by workbook, DVD) ② (Activity) Practicing how to cope with conflicts of a couple using the communication skills - Intervening communication of a couple by group counseling
Closing	20 min	① Summary ② Talking about feeling after practicing communication skills
Preparation		computer, beam projector, white board, workbook

* Making hand model of a couple after completion of this session.

Session 4 : Happy Work and Family (co-existence and balance of work and family)

Purposes	Plan the reasonable life for marital relations of gender equality	
Introduction	20 min	Talking about change after previous session. Meaning of life planning and episodes in reality
Development Activity	60 min	① (Lecture) family life cycle and life planning (used by workbook) ② (Activity) Planning on how to share domestic chores between a couple ③ (Activity) Discussing and summarizing life planning in accordance with family life cycle (used by workbook)
Closing	20 min	① Summary ② Program summary and evaluation ③ Marriage preparation education program certificate ceremony (making hand model of a couple)
Preparation	computer, beam projector, white board, workbook	

이러한 활동을 통해 신혼기 부부들은 자신과 배우자의 특성을 명확히 인지하고 이해하여 서로를 긍정적으로 바라볼 수 있게 될 것이며, 부부관계 개선과 결혼생활에 대한 기대감 상승에 기여하게 될 것이다.

2) 2회기: 사랑의 대화 I (행복을 가져다주는 대화법)

2회기는 부부대화법 학습의 첫 시간으로 먼저 도입부분에서는 지난 회기 이후 일주일간의 변화를 나누는 시간을 갖고, 지난 회기 과제였던 Lee의 사랑유형검사와 Satir 의사소통 유형 검사를 채점하여 본인의 검사결과를 파악하도록 한다. 전개 부분에서는 두 검사 결과를 해석하여 본인과 배우자의 특성을 깨닫고 결혼생활과 연결되는 부분에 대해 이야기를 나누도록 하여 서로에 대한 이해를 돕는다. 그 후 부부대화법 중 말하기 기술, 듣기 기술을 강의한 후 간단한 주제를 가지고 실습한다. 이번 시간은 부부대화법 첫 시간이므로 본인들의 주제로 본격적으로 진행하기보다 기술을 익히는데 초점을 두고 진행한다. 과제로 다음 회기에 이루어질 본격적인 의사소통 실습을 위해 부부의 실제적인 대화주제를 생각해오도록 한다. 부부 각자 2가지 이상의 주제를 생각해오는데, 집안이야기나 상대의 오래된 습관 등은 의사소통 기술 습득에 적합한 주제가 아니므로 제외하도록 한다. 프로그램 진행 후 지난 회기 이후 실시한 MBTI 검사결과를 참가자들에게 설명하여, 배우자간 다름에 대한 이해를 통해 의사소통의 효율성을 높이는데 도움을 주게 된다.

3) 3회기: 사랑의 대화 II (결혼생활 갈등대처법)

3회기에서는 본격적인 의사소통 기술 실습과 갈등상황시 대안을 창출하고 합의하는 방법을 연습한다. 먼저 지난 주 이후 일어난 변화에 대해 이야기 나누는 후 지난 회기에 학습한 부부대화법의 말하기와 듣기 기술에 대해 다시 확인한다. 의

사소통의 중요성에 대해 간략히 설명한 후 관련 동영상 시청한다. 의사소통의 중요성에 대해 참가자들이 어느 정도 인식한 상태에서 부부마다 준비해온 주제들로 부부대화법 기술을 실습한다. 이때 진행자는 부부마다 개입하여 대화를 잘 듣고 어려워하는 부분이나 궁금한 점을 문의하면 답을 해주고 또 필요할 경우 코칭을 해준다.

바람직한 의사소통 방법을 습득하게 되면 개인의 자아존중감 향상에 도움을 주게 되며 결혼생활 갈등해결을 위한 중요한 능력을 갖게 된다. 종결단계에서는 이번 회기 주요 내용을 정리하고 의사소통 실습 후 느낀 점에 대해 나누면서 지금까지 부부대화의 걸림돌이 무엇이었는지 확인함으로써 앞으로의 긍정적인 변화를 기대할 수 있다. 프로그램 진행 후 특수한 재료를 사용하여 K시 건강가정지원센터 교육담당 직원이 진행하는 참가자 대상의 '부부 손 모양 모형' 작업을 시행한다. 이 모형은 부부가 손을 맞잡고 있는 형태의 모형으로 본인들의 이니셜을 모형에 새기며 마지막 회기 수료식 후 참가자들이 집으로 가지고 갈 것이다.

4) 4회기: 일도 가정도 행복하게(일·가정 양립과 균형)

4회기는 동반자적 부부관계 형성을 위해 현재 상황을 파악하고 앞으로의 공평한 결혼생활설계를 계획하고 실천을 유도하는 과정이다. 이 과정은 참가자들이 신혼기 부부관계 초기 적응 뿐 아니라 자녀를 낳은 후 공평한 자녀양육과 가사분담 역할 수행과 관련하여 필요한 단계이며, 관련 주제 논의의 과정을 통해 이전 회기에 학습한 부부대화법을 적극적으로 활용해 볼 수 있는 계기가 될 것이다. 종결단계에서는 전체 프로그램을 정리하고 느낀 점을 나누며, 수료증 전달을 통해 프로그램 마무리를 축하한다. 수료식을 통해 부부는 그동안 참가한 시간들을 정리하고 회고하게 되며 동반자적 의식을 재확인할 수 있는 계기가 될 것이다.

V. 연구결과

1. 프로그램 참가 부부의 사전사후 변화

본 프로그램 효과를 검증하기 위하여 참가자들을 대상으로 결혼만족도, 자아존중감, 의사소통 효율성, 부부갈등대처 방법 변수의 점수변화를 사전·사후 비교해본 결과는 다음 <Table 2>와 같다. 분석결과 모든 변수에서 교육 전과 후의 z값이 유의미한 차이가 있는 것으로 나타나 본 프로그램의 효과성은 검증되었다. 각 변인들의 점수 모두 프로그램 참가 후 증가한 것으로 나타났는데, 결혼만족도 0.6이상, 자아존중감 0.5이상, 의사소통 효율성 0.9이상, 갈등대처방법 0.6이상의 점수 변화를 보여 통계적으로 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다. 특히 의사소통 효율성, 갈등대처 변수와 함께 결혼만족도의 프로그램 참가 전·후 점수 차이가 크게 나타난 결과는 의사소통, 갈등해결방법 등이 결혼만족도에 영향을 미치는 주요 변수임을 제시한 다수의 연구결과(Bang & Lee, 2002; Kim, 2004; Seo, 2004; Kweon & Chun, 2007; Yoo, 2010; Lee & Kwon, 2002; Hwang & Ko, 2010)와 일치한다.

이를 구체적으로 분석해보면, 신혼기 부부들은 본 프로그램 참가를 통해 자신과 서로를 돌아봄으로써 부부간의 이해를 높이고 서로의 소중함을 재인식하게 되었으며, 결혼과 가족에 대한 개념을 재정립하여 결혼생활에 대한 긍정적인 가치를 갖게 된 것을 알 수 있다. 이를 토대로 바람직한 의사소통 방법과 갈등대처방식을 학습하고 지속적으로 발전시켜 실생활에 적용함으로써 상호간 이해의 폭이 넓어지고, 친밀감과 신뢰감이 상승되어 자아존중감 및 결혼만족도 향상에

큰 효과가 있음을 알 수 있다.

2. 프로그램 전반에 대한 평가

1) 소감을 통한 평가

프로그램 전후 연구자와 센터의 프로그램 담당자가 문의한 참가자 소감과 프로그램 과정노트에 기록한 내용들을 토대로 신혼기 부부가 본 프로그램을 통해 무엇을 경험하고 어떻게 인식하고 있는지를 알 수 있었다. 연구문제에 따른 본 프로그램의 효과성과 관련된 인터뷰 내용을 제시하면 다음과 같다.

먼저 프로그램 참가 과정에서 의사소통과 갈등방법을 학습하고 실제 생활에 적용하면서, 결혼생활에 긍정적인 변화가 생기게 되었고, 이는 힘든 결혼생활에서 낮아졌던 자아존중감이 높아지는 계기가 된 것으로 나타났다. 신혼기 부부교육 프로그램 참가 후 자신과 상대에 대한 이해가 증가하고 결혼생활을 새롭게 인식하게 되면서 변화에 대한 동기가 생기기 시작하였으며 부부관계 개선에 대한 적극적인 태도를 가지게 된 것을 알 수 있었다.

원래 이 사람에 대한 기대는 점점 사라져가는 중이었어요. '결혼을 잘못했다', '이러다가 이혼할 수도 있겠다'라는 생각이 조금씩 들고 있었는데 프로그램 처음에 '서로가 이렇게 다르구나'라는 걸 알게되고 저 사람이 노력하지 않는 것이 아니라 '서로 정말 다르기 때문이구나' 라는 것을 알게 되면서 결혼생활이 크게 잘못되지 않았다는 것을 알게 되었어요.(부부3 부인)

계속 나만 손해라는 느낌이 들었어요. 나는 우리 가

Table 2. Ex-ante & Ex-post Analysis of Variable

Variable	Rank	N	ex-ante	ex-post	Z
			Mean(SD)	Mean(SD)	
Marital satisfaction	Negative Ranks	0			-2.207*
	Positive Ranks	10	3.50(0.29)	4.17(0.35)	
	Tie	0			
Self- esteem	Negative Ranks	1			-1.792*
	Positive Ranks	9	3.86(0.54)	4.35(0.62)	
	Tie	0			
Couple Communication Efficiency	Negative Ranks	0			-2.201*
	Positive Ranks	10	3.35(0.49)	4.24(0.53)	
	Tie	0			
Copy with Conflict of Couple	Negative Ranks	1			-1.992*
	Positive Ranks	9	3.49(0.50)	4.17(0.36)	
	Tie	0			

정을 위해 최선을 다하고 있는데, 부인은 계속 불평만 하고.... '이건 아니다' 싶었죠.... 그런데 서로가 오해가 있었다는 것을 알게 되었어요. '와이프도 많이 힘들었구나' 하는 생각을 하게 되니 나만 힘들었다고 생각한 것이 미안해지더라고요. '의사소통 방법이 무언가 문제가 있었구나' 하는 생각이 들고 그렇다면 '이제는 어떻게 하는지 알아서 달라져야겠다'는 생각이 들었습니다. (부부1 남편)

이제 결혼생활이 그렇게 어렵지만은 않을 것 같아요. 대화가 되니 오해도 풀리고 조금씩 이해하게 돼서.... 무엇이든 조금씩 하면 될 것 같아요. 그냥 보내던 시간들이 소중한게 느껴지고 내가 더 잘해야겠다는 생각이 들었습니다. 그리고 잘 할 수 있을거라는 생각이 들었고... 무엇보다 내 가족이 정말 소중한다는 생각이 들었습니다. 나도, 남편도.... (부부4 부인)

다음으로 의사소통 효율성과 갈등대처방법에 대해서는 매우 긍정적인 효과가 있는 것으로 검증되었다. 참여자들은 부부간의 의사소통에 문제가 있다는 것을 알고 있었으나 말하는 방법과 듣는 방법을 적절히 시행하지 못하고 있었으며, 서로 오해와 감정이 쌓여 관계가 악화되고 있었다. 프로그램 참가 후 부부가 함께 말하기 기술과 듣기 기술을 학습하고 부부의 실제 주제로 실습을 한 후 참가자들은 기술을 조금씩 자신들의 것으로 받아들이기 시작하였으며, 숙제를 통해 더욱 활용도가 높아지기 시작하였다. 특히 말하기 기술방법을 통해 감정적인 부분이 정리가 되면서 말하고자 하는 부분에 대해 명확히 전달할 수 있게 되었으며, 평소 자신들이 인식하지 못하면서 사용했던 의사소통 장애물과 표현방법의 문제점 등에 대해 자각하게 되어 개선의지를 가진 것을 알 수 있었다. 적극적인 경청과 공감기술 등을 사용하여 의사소통이 효과적으로 이루어지고 그로 인해 갈등이 줄어들게 되었다. 의사소통 기술의 습득과 실습이 신혼기 부부관계 개선에 큰 효과가 있다는 것을 알 수 있었다.

오랫동안 연애하지 않고 결혼해서인지 결혼생활하면서 내가 이해할 수 없는 행동들을 할 때가 있었어요. 이야기하다가 하다가 말이 안통하니까 입을 닫아버렸어요. 그러니 서로 불편하고, 괜히 어색하게 말 붙이다가 싸움만 나고 그랬는데..... 그러다 보니 앞에 것이 안풀린 상황에서 계속 쌓여만 가고..... ' 그냥 말이 안통한다' 라고 생각하니 울화통이 터지고 그랬는데 대화법을 배워서 그 틀에 넣으려고 하니 처음에는 어색했는데 숙제도 하고, 하다보니 일단은 크게 싸우지는 않는 것 같아요. 선생님이 중간에 듣고 알려주고 다시

하게 하시니까 바로바로 수정되어 좋은 것 같아요. 어쨌든 가르쳐 주신대로 하려다보니 이야기는 되는데 이대로 하다보면 조금은 덜 싸울 것 같아요.(부부3 부인)

의사소통 기술을 배우고 나니 그 전에는 막 감정이랑 생각이랑 막 섞여서 이야기했는데 이제는 말하면서 정리가 되니 좀 더 명확하게 내가 무슨 생각을 하는지, 신랑에게 무슨 이야기를 해야하는지가 정리가 되요. 그 전에는 이야기하면서 계속 화가 났는데 지금은 그렇지 않아서 그게 제일 좋아요.(부부2 부인)

참가한 부부들은 현재까지 대안이 제시되지 않은 대화로 갈등을 해결하려다보니 서로 감정이 많이 상해있는 상태였다. 서로에 대한 불신이 쌓여가고 결혼만족도가 저하되어가는 상황에서 부부대화법을 통해 서로 감정과 생각을 솔직하게 이야기한 후 대안을 제시하고 행동수행까지 이어지게 하는 과정은 지금까지의 부정적인 부부관계를 회복시키는 계기가 되었다. 참가 부부들의 변화정도는 의사소통 방법 습득 후 프로그램 과정이 진행됨에 따라 의사소통 기술이 향상되면서 갈등에 대한 적극적인 대응도 함께 이루어짐을 알 수 있었다. 기능적인 의사소통과 적극적인 갈등해결 방법은 서로 깊은 관련이 있으며, 긍정적인 부부관계 형성에 영향을 주는 주요 변인임을 알 수 있었다.

와이프는 문제가 생기면 말을 안했어요. 그게 제일 답답했어요. 근데 대화법을 배우고 마지막 단계에서 대안을 제시하고 그에 따른 할 수 있는 행동을 세우다 보니 지키게 되고 '그렇게 큰일이 아닌데'라는 생각이 들더라고요. 우리는 지금까지 대안없이 그냥 자기 생각만 이야기한 것 같아요.(부부4 남편)

결과적으로 참가자들은 본 프로그램을 통해 서로에 대한 이해증진과 바람직한 의사소통방법 및 갈등해결 방법을 학습할 수 있었으며, 실제생활에 적용하여 긍정적인 변화가 일어나는 것으로 보인다. 본 프로그램이 부부간의 의사소통의 효율성과 결혼만족도 향상에 긍정적인 역할을 한 것으로 보인다.

집에 들어가면 서로 각자 일하고 대화도 없고 도와주지도 않고.... '이게 결혼생활인가'.... '왜 결혼을 했나'.... 싶었는데, 이제 둘만 있어도 어색하거나 이상하지 않아요. 결혼을 한 것도 나쁜 선택이 아니었다는 생각이 들어요. 다행인 것 같아요. 이제 이야기도 곧잘하고, 서로를 배려하게 된 것 같아요. 앞으로 결혼생활이 점점 나아지겠죠. 그럴 것 같아요.(부부2 남편)

Table 3. Evaluation of Program

Variable	Mean(SD)	Minimum	Maximum
lecturer satisfaction	4.85(0.29)	4.00	5.00
content satisfaction	4.90(0.47)	4.00	5.00
location satisfaction	4.00(0.62)	2.00	5.00
time satisfaction	4.39(0.78)	3.00	5.00

결혼 전에는 서로 대화도 잘 했는데, 결혼 후 이상하게 힘들었어요. 그런데 프로그램에 참가하면서 이것저것 새롭게 다시 깨닫게 되면서, 관계를 다시 들여다보게 되었어요. 이제 남편이 나에 대해 관심을 갖는 것 같고, 행복감도 조금은 느껴지고.... 프로그램에 참가해서 달라지게 되었어요.(부부4 부인)

2) 만족도를 통한 평가

전체적인 프로그램 평가를 위해 종결시 프로그램 전반에 대한 평가를 실시하였다(<Table 3> 참조). 구체적으로 살펴보면 프로그램 만족도는 대부분 4.0이상으로 높은 점수를 보이고 있었으며, 만족도 중 장소만족도 점수가 가장 낮은 것으로 나타났다. 특히 내용만족도가 4.90으로 가장 높은 점수를 보이고 있으며, 강사만족도(4.85), 시간만족도(4.39), 장소만족도(4.00)순으로 나타났다. 이러한 결과는 본 프로그램이 신혼기 부부관계 향상에 도움이 되었다고 볼 수 있다.

VI. 결론 및 논의

본 연구는 신혼기 부부의 결혼만족도 향상과 결혼생활 적응역량 강화를 위해 신혼기 부부관계 향상 프로그램을 구성하여 신혼부부 5쌍을 대상으로 4회기 동안 실시하고 효과성을 검증하였다.

프로그램 내용은 ‘나- 너 그리고 우리’, ‘사랑의 대화 I’, ‘사랑의 대화 II’, ‘일도 가정도 행복하게’로 구성되었으며, 프로그램 참가 후 결혼만족도, 자아존중감, 의사소통 효율성, 갈등대처방법 등에 의미 있는 차이가 있는지를 연구문제로 설정하였다.

먼저 본 프로그램의 효과성 검증을 위해 설문과 인터뷰 분석을 통해 나온 결과를 살펴보면 다음과 같다. 프로그램에 참여한 대상자들의 사전·사후 점수를 비교해 본 결과, 결혼만족도, 자아존중감, 의사소통 효율성, 갈등대처방법 등 모든 변인에서 유의미한 향상을 보여 효과성이 검증되었다.

다음으로 참가자 소감 분석 결과 프로그램을 통하여 부부 서로간의 이해의 폭이 넓어지고, 결혼생활 문제를 직시할 수

있게 되었으며 더불어 결혼생활의 어려움을 두 사람이 힘을 합쳐 이겨나갈 수 있다는 자신감이 생기고 역량이 강화된 것을 알 수 있었다. 특히 부부간 기능적인 의사소통 방법 습득과 이로 인한 긍정적인 갈등대처방법 적용이 부부관계 개선에 매우 효과적인 것으로 나타났으며, 결혼만족도 향상에 기여한 것을 알 수 있었다. 이러한 연구결과는 신혼기 부부의 결혼생활 적응을 결정하는 변인으로 의사소통 방법을 비롯한 부부의 상호작용이 큰 영향을 미치며, 자신과 배우자에 대한 개인적 인식과 갈등에 대한 인지적 측면이 결혼만족도와 높은 관련이 있다는 연구결과(Lee & Jeon, 2001; Choi, 2002; Kim, 2004; Kim & Yang, 2011; Jeon, 2012)를 그대로 반영하고 있다.

이상과 같은 연구결과를 토대로 다음과 같은 논의 및 제언을 할 수 있다.

첫째, 신혼기 부부의 결혼만족도를 높이고 안정된 결혼생활 적응을 위한 가족생활교육 분야 우선 지원과제로 부부간 의사소통 교육과 갈등대처방법에 대한 신혼기 부부교육 프로그램을 확대 실시할 것을 요구한다. 본 프로그램의 효과성 분석결과 부부관계 향상에 가장 도움을 받은 영역이며, 이로 인해 자아존중감 향상 및 결혼만족도 상승이 이루어진 것을 알 수 있었다. 참가자들 중 프로그램 참여전 결혼생활에 대한 실망과 좌절로 인해 이혼을 생각하는 경우도 있었으나 프로그램 참가를 통해 결혼생활 회복과 부부관계 개선의 의지를 갖게 되었는데, 결정적인 계기가 부부간 기능적인 의사소통이었다. 부부간 의사소통 방법은 신혼기에 형성되어야 하며, 문제가 오랫동안 진행된 후에는 다시 회복하기 어려워진다. 그러므로 부부관계의 최초 적응시기인 신혼기를 대상으로 가족발달단계에서 꼭 필요한 과업인 의사소통과 갈등대처방법에 대한 집중적인 교육 지원이 필요하다.

둘째, 신혼기 부부의 결혼만족도와 관련있는 다양한 변인들로 구성된 가족생활교육 프로그램 개발이 필요하다. 연구결과 결혼만족도는 자아존중감과 같은 개인적 측면뿐 아니라 의사소통과 같은 상호작용적 측면과 그로 야기되는 갈등대처방식, 평등한 성역할 인식 등 다양한 변인들과 관련되어 있으므로, 신혼기 부부 교육프로그램의 질적 수준 향상과 저변 확대를 위해서는 신혼기 부부생활과 관련된 면밀한 요구도

조사와 다수의 연구를 통한 신혼기 생활과 밀접한 관련있는 다양한 프로그램을 개발·실시하여야 할 것이다. 또한 프로그램에 대한 실천과 연구가 동시에 수행되어 개발된 프로그램에 대한 지속적인 효과성 검증을 통해 신혼기 부부 교육 프로그램의 강화 및 보완이 이루어져야 할 것이다.

셋째, 본 프로그램은 실제적인 부부활동 비중을 높여 인지적 측면뿐 아니라 실제적이고 행동적인 측면에서 효과적인 결과를 나타냈는데, 앞으로 교육 내용에 따라 소규모 집단을 대상으로 상호작용을 원활히 할 수 있으며, 충분한 실습을 통해 실제생활 적용까지 연결가능한 가족생활교육 프로그램을 개발·실시하는 것이 요구된다. 또한 본 프로그램 진행시 MBTI 검사와 부부 문화 활동 등을 종합적으로 구성하여 프로그램 참가자들에게 긍정적인 피드백을 받았는데, 이는 가족상담, 문화 분야의 활동을 통합하여 가족생활교육 프로그램을 제작한 것으로써 향후 다양한 교육적 방법 접근을 통한 효과적인 프로그램이 지속적으로 개발되어야 할 것이다.

넷째, 현재 건강가정지원센터의 예비부부·신혼기 부부 교육 프로그램을 가족발달 단계별로 분리하여, 그 특성에 적합하게 개발하고 실시하여야 할 것이다. 가족발달이론에 의하면 각 발달단계별로 가족이 수행해야 하는 역할에 차이가 있으며, 가족상호 작용이 달라지게 된다. 특히 결혼 전 예비부부와 결혼 후 신혼기 부부는 결혼의 유무로 인해 매우 큰 차이가 있으므로, 두 대상 모두 비슷한 내용으로 함께 프로그램을 진행하게 된다면 각자의 특성과 고유성을 극대화하기 어려우며, 그로 인해 교육적 효과도 감소하게 된다. 각 가족발달 단계별로 강점과 잠재력을 높이고 문제해결 능력을 습득하여 건강가족 관점에서 부부의 결혼생활 역량이 충분히 발휘될 수 있도록 단계별로 구분한 프로그램 실시가 반드시 이루어져야 할 것이다.

마지막으로 본 연구의 제한점을 고려하여, 앞으로의 연구를 위한 제언을 하고자 한다. 우선 본 연구는 연구대상자의 수가 적고 사전사후검사가 단일집단만을 대상으로 진행하여 통계적 검증력이 약하며, 프로그램이 특정지역 한곳을 대상으로 실시되어 효과성을 일반화하기 어렵다는 한계가 있다. 이러한 제한점을 보완하기 위해서는 신혼기 부부교육 프로그램 연구시 단일 집단이 아닌 실험집단과 통제집단으로 분류하여 더욱 정교한 비교분석이 이루어져야 할 것이며, 프로그램 종료 후 지속적인 프로그램 효과를 검증하기 위한 추후 검사가 시행되어야 할 것이다. 또한 다른 지역의 다수의 신혼기 부부들을 대상으로 본 프로그램을 실시하여 효과성을 지속적으로 검증하고 보완하며, 프로그램 효과를 방해하는 요인이 무엇인지 살펴보고 추후 교육이나 상담필요 여부를 파악해야 할 것이다.

REFERENCE

- Bang, H. & Lee, K.(2002). A study on communication improvement for the early marriage through marital relationship enhancement program, *Journal of the Korean Home Economics Association* 40(11), 39-54.
- Berger, P. & Keller, H.(1980). *Marriage and the construction of reality.:Marriage and Family in changing society*. N.Y.; The Free press.
- Choi, S.(2003). *A study on the determinants of timing at first marriage : focused on the 1965-1970 cohort*. Unpublished master dissertation Seoul National University, Seoul; Korea.
- Choi, Y.(2002). *The effect of perceptions of stress and coping behavior on marital adjustment in the early stage of marital couple*. Unpublished master dissertation Chung-Ang University, Korea.
- Chung, H.(2007). *가족생활교육*. 신정.
- Chung, H. & Yoo, G.(2001) *가족관계*: 신정.
- Coleman, M. & Ganong, L.H.(1984). Effect of the family structure on family attitudes and expectations. *Family Relations*, 33(3), 425-432.
- EO, J. & Chung, M.(1999). Variables influencing children's self - esteem in low income families. *The Korean Association of Child Studies*, 20(2), 21-40.
- Fine, M. A.(2010). The marriage-go-around: the state of marriage and the family in america today. *Journal of Marriage and Family*, 72(5), 1457-1459.
- Ha, H. & Kim, D.(1996). A study on the relationships between role conflict and psychological / physical distress of dual - earner Couples. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 34(4), 309-326.
- Hwang, H. & Shin, J.(2009). A study on the role conflict and the quality of life of dual-earner parents. *The Korean Association of Family Welfare*, 14(1), 45-71.
- Hwang, M. & Ko, J.(2010). Discrepancy, misunderstanding, and conflict in married couples: the role of communication. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 15(4), 779-800.
- Jang, Y. & Lee, Y.(2011).Communication among parents and children: effects on marital conflict and on children's stress and problematic behaviors, *Journal of Korean Family Therapy*, 19(3), 183-205.
- Jeon, E.(2012). *Variables influencing martial satisfaction of*

- newly married men and women*. Unpublished master dissertation Pusan National University, Pusan. Korea.
- Ji, H.(2006). Psychosocial factors and marital satisfaction. *Korean Journal of Family Therapy*, 14(1), 51-80.
- Jung, M. & Kim, Y.(2000). Clients' family life cycle and family therapy techniques: construction and application of the database. *Journal of Korean Family Therapy*, 8(1), 3-29.
- Kang, M. & Chun, Y.(2003). The effect of a cognitive-behavioral sex counseling program on the sexual adjustment of newly-married Wives. *Korean Journal of family therapy*, 11(1), 1-39.
- Kim, C.(2010). *Factors that influence women's decision on pregnancy-childbirth*. Unpublished doctoral dissertation Ewha University, Korea.
- Kim, J. & Kim. K.(1998). The efficiency of the interspouse communication and the level of stress recognition. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 36(1), 53-76.
- Kim, M.(2005). Development and evaluation of premarital counseling program, Unpublished doctoral dissertation Cheonan University, Korea.
- Kim, S & Choi, H.(2007). A conceptual framework for marital education program evaluation tool development. *Journal of Family Relations*, 12(1), 191-236.
- Kim, Y.(2002). *Relationship between newly married couples family value, self-value and their sexual life*, Unpublished master dissertation Ewha university, Korea.
- Kim, H.(2004). A study on the factors of korean couples' marital satisfaction. *The Korean Journal of Counseling*, 5(3), 839-853.
- Kim, S. & Yang, J.(2011). A study on the policy suggestion for re-establishment of health family support centers - focused to Gyeonggi-do. *Korean Family Resource Management Association*, 15(4), 43-64.
- Korea Association of Family Relations(1998). 가족생활교육. 하우.
- Korea family Counseling Education Institute(2011). 가족생활교육, 교문사.
- Korea National Statistical Office(2010). 2009년 출생통계 결과.
- Korea National Statistical Office(2011). 2011년 혼인, 이혼 통계.
- Kurdek, L., A.(2005). Gender and marital satisfaction early in marriage: a growth curve approach. *Journal of Marriage and Family*, 67(1), 68-84.
- Kweon, S. & Chun, Y.(2007). Developing and evaluating an ENRICH-based relationship enrichment program for newly married couples. *Korean Journal of Family Therapy*, 15(2), 247-275.
- Kwon, D. & Oh. Y.(2004). Family strength and self-esteem perceived by adolescent children. *Journal of Korean Home Management Association*, 22(1), 115-127.
- Lauer, S.,R & Yodanis, C.(2011). Individualized marriage and the integration of resources. *Journal of Marriage and Family*, 73(3), 669-683.
- Lee, J.(2010). *Variables influencing marital satisfaction of women after their first childbirth*. Unpublished master dissertation Pusan National University, Pusan. Korea.
- Lee, K., Kim, D., Gong, M., Kim, E., Jeon, Y., Son, T., & Oh, K.(2009). 결혼의 기술(2ed). 신정.
- Lee, S. & Jeon, G.(2001). The effect of marital conflict and conflict-coping method on couples marital satisfaction in the early stage of marital Life. *Journal of Korean Home Management Association*, 19(5), 203-220.
- Lee, S. & Jeon, G.(2005). The effect of couple's interaction pattern of the conflict-coping method as perceived by the husband and wife on the marital satisfaction in the early stage of marital life, *Journal of the Korean Home Economics Association*, 43(7), 93-107.
- Lee, Y. & Lee, S., Yoo, K. & Cho, S.(1991). Work/family conflict, physical/psychological symptoms, and life satisfaction of employed homemakers in dual-earner families. *Journal of Korean Home Management Association*, 9(2), 209-224.
- Lee, D. & Choi, S.(1998). Husband-wife equality and marital satisfaction. *Ewha Journal of Social Sciences*. 2, 149-184.
- Lee, J. & Kwon, J.(2002). The effects of interpersonal relationships' communication patterns, and marital satisfaction on verbal and physical violence in community couples. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 21(2), 313-330.
- Lewin, E.(2004). Does marriage have a future? *Journal of Marriage and Family*, 66(4), 1000-1006.
- Lim, S. & Kwon, J.(1998). The effect of depressive symp-

- toms on marital communication. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 17(2), 17-31.
- Miller, S., Nunnally, E. W., & Wackman, D.B.(1975). *Alive and aware: Improving communication in relationships*. Minneapolis, MN; Interpersonal Communications Program.
- Nam, S. & Han, S.(2003). The influence of family of origin on wedded couples's psychological independence from parents and marital intimacy. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 22(3), 505-523.
- Norman, W.(1995). *Key of marital life- communication*. 김원주 옮김. Life. book.
- Paik, J., Seo, S. & Shin, S.(2003). Development of the marriage preparation program for premarital couples. *Journal of Family Relations*, 8(1), 1-27.
- Park, J.(2010). The relationship between marital conflict and manifest anxiety of elementary school students: the moderating effect of ego-resiliency, *Korean Journal of Youth Studies*, 7(12), 27-48.
- Park, S.(2001). *The study of the correlation among the married couple's marital satisfaction, self-esteem, internal locus of control, and communication*. Unpublished master dissertation Sogang University, Korea.
- Park, S.(2010). The relationship between family concept and family strengths perceived by college students. *Korean Family Resource Management Association*, 14(1), 37-55.
- Pyo, Y.(1997). *Relationship between leisure activities & constraint on leisure activities according to family life cycle of married women*. Unpublished doctoral dissertation Ewha Woman's University, Seoul. Korea.
- Ro, E. & Kwon, J. H.(1997).The Role of Self-Esteem and Marital Relationship on Women's Depression 2. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 16(2), 41-54.
- Seo, S.(2004). *A program applying Gottman's principle for enhancement of the newly married*. Unpublished master dissertation Seoul Women's University, Seoul. Korea.
- Song, H.(2007). A development of family life education program focused on single-fathers. *Korean Association of Human Ecology*, 16(1), 1-15.
- Song, J., Jeon, Y. & Kim, D.(1998). *가족생활교육론*, 교문사.
- Song, M.(2006). *Develop of family life education program: focus on middle housewife*. Korean Studies Information Co.Ltd. Korea.
- Urban, D.(1980). The short-term effects of marital enrichment program on couple communication. Doctoral Dissertation, Brigham young University.
- Yim, Y.(2008). *Effects of attachment to family-of-origin parents and psychological separation on the newly-wedded couples' marital adjustment*. Unpublished master dissertation Chung-Ang University, Korea.
- Yoo, O.(2010). *A development and effect of newly married couple communication education program for enhancement of marriage satisfaction*. Unpublished doctoral dissertation Hanmam University, Korea.
- Yoo, Y. & Lee, C.(1998). A study on development of the marital conflict resolution education program -the basis on cognitive- behavioral therapy model of baucom & epstein-. *Journal of Family Relations*, 3(1), 46-71.
- Yu, E.(2002). *The marriage relationship enhancement program and its effects for couples in the early marriage stage*. Unpublished master dissertation Pusan National University, Pusan. Korea.

- 접수일 : 2012년 11월 15일
 심사일 : 2012년 12월 24일
 게재확정일 : 2013년 01월 24일