

# 원가족 애착을 중심으로 한 대학생 커플관계증진 프로그램 개발<sup>†</sup>

## Development of the Couple Relationship Improvement Programs for College Students Based on Family of Origin and Attachment

최연화 · 양명숙\*

한남대학교 아동복지학과

Choi Yeun-Hwa · Yang Myong-Suk\*

Dept. of the Child Development and Guidance, Hannam University

### Abstract

The purpose of this study was to develop the couple relationship improvement program for college students and to examine the effects of the program based on the family of origin and attachment. Does based on Bowen's theory of differentiation of self, adult attachment, group counseling for this and establishes program goals according to systematic group counseling program development model and composed program. In order to attain like this research objective, six male and female couples attending colleges were divided into the participating group and comparison group; the students were from H University in Daejeon, Korea, and they had the experience of participating in the comprehensive group program. The changes shown by the couples were studied, and the cases were analyzed by examining the minutes and reports, which supplemented the quantitative analysis of the effectiveness of the group counseling program. The analysis of the effectiveness of the program showed the following. The case showed that goals of the individuals and couples, enhancing the understanding of self and partners by understanding the self-differentiation and adult attachment while having a positive impact on understanding, acceptance, disclosure of self partner and couple relationship based on the social support of the cognitive emotion regulation strategies.

**Keywords:** family of origin, attachment, university student's, couple relationship improvement, pre-marital program

### I. 서 론

이성교제 및 연애가 사회적으로 인정받는 공간인 대학에서의 연애는 대학생들이 가질 수 있는 중요한 경험이 된다. 예비 사회인인 대학생들의 연애경험은 그 이후의 결혼관, 크게는 애정관과 인생관의 변화까지 영향을 줄 수 있다. 이에 대학생 시기의 이성교제는 일종의 역할 실

험이 되어 자신의 새로운 모습을 발견하는 기회를 제공하여 진정한 나를 발견하는데 중요한 과정이 될 수 있으며, 친밀감을 경험적으로 배울 수 있게 하여 성인 초기에 매우 중요하다고 할 수 있다(Kim, 1997).

이성교제의 기본이 되는 친밀감은 자신의 무언을 상실한다는 두려움 없이 자아정체감을 자신 외의 누군가와 연결시키는 능력으로(Evans, 1967), 친밀한

<sup>†</sup> 본 연구는 최연화(2011) 박사학위논문 의 일부임.

\* Corresponding Author; Yang Myong-Suk

Tel: +82-42-629-7389

E-mail: lmsyang@hanmail.net

인간관계와 함께 발생하는 갈등이나 문제를 직면하고 해결하며 성장, 발전하게 된다. 두 사람이 아무리 조화를 이루는 사이라 해도 그들 간의 친밀한 개방과 기대에 어떠한 견해차이나 갈등은 불가피하기 때문이다. 그러나 계속해서 정서적 갈등이 심화되면 상대방에게 자신의 주장과 욕구를 고집할 가능성은 커지게 되고 이로 인해 다시 상당한 갈등을 초래하기도 한다.

이성교제 시에 발생하는 다툼을 잘 해결하지 못해 갈등과 혼란을 경험하는 대학생이 많아지고 있다(Murray, 1996). 관계 갈등의 심화로 그 관계가 쉽게 깨지고 또 다른 관계가 형성되는 반복현상이 나타나 이 시기의 발달과업인 친밀성을 획득하지 못하고 자신의 사회적 행동과 적응에 대해 걱정과 불안 등으로 원만한 사회적 상호작용을 이루지 못하게 된다. 이 시기에 이성교제를 통하여 다른 어떤 또래들과의 관계에서 얻는 것보다 훨씬 더 큰 정서적 친밀감을 얻을 수 있지만(Hazan & Zeifman, 1994), 연인과의 결별은 이들에게 우울, 무기력, 불안, 불면, 식욕상실, 소외감 등 심각한 부정적 영향들을 미칠 수도 있다(Larson *et al.*, 1999; Monroe *et al.*, 1999). 사람들은 자신에게 의미 있는 파트너를 상실했을 때 인생에서 겪을 수 있는 다른 어느 경험보다도 고통이나 상처를 심하게 받는다(Bowlby, 1980). 친밀했던 관계의 상실을 경험한 사람들은 스트레스, 불안, 외로움이 증가하고 자아개념이나 자신에 대한 지각, 다른 사람들에 대한 믿음, 미래에 있을 친밀한 관계 형성에 대해 부정적 시각을 가지는 등 심리적으로 변화된 증상이 나타난다(Duck, 1982). 또한 종종 연애관계의 상실 후 뒤따르는 고독과 함께 새로운 사람이 자기를 좋아하지 않을 것이라고 생각하는 동시에 자신도 친밀감을 가지지 않는 경우가 많다(Meer, 1985).

이러한 대학생의 친밀감에 대한 어려움은 이성관계에만 한정되는 것이 아니라 이후 부부관계의 친밀감 형성에도 직접적인 영향을 미치기 때문에(Kim, 2001) 인생의 전환점에 놓여 있는 대학생 시기에 이성문제를 자신이 처한 상황들과 지혜롭게 병행할 수 있는 방안을 모색할 필요가 있다.

대학생들은 다양한 이성교제를 통해 여러 형태의 관계를 맺고 신체적, 인지적, 사회 정서적인 발달과 함께 파트너와 상호작용을 한다. 이때에 이성관계를 어떻게 구성할지를 자신만의 신념, 기대, 태도 그리고 사회적 경험을 통해 갖게 된다. 한 개인이 생각하고, 느끼고, 믿고 누군가와 관계를 맺을 때 의식적으로나 무의식적으로 자신의 원

가족 경험을 통해 형성된 자신과 타인에 대한 내적 작동모델의 영향을 받게 된다. 원가족 부모와의 관계경험이 표상(representation) 혹은 내적 작동모델(internal working model)이 되어 추후의 사회적 관계 패턴에 영향을 미친다는 가설은 이미 많은 연구들에 의해 지지되고 있다(Bretherton, 1985; Choi & Choi, 2001; Main *et al.*, 1985). 최근 연구에서도 부모의 원가족 경험은 성인기 친밀한 파트너십을 구성하는 방법과 자녀들과 상호작용하는 방법에 영향을 미치며, 자녀의 성인 이후 적응 수준에 영향을 미친다(Bartle-Haring & Sabatelli, 1998; Emo & Chung, 2006; Park, 2003)고 보고되었다.

자녀가 원가족 경험을 어떻게 지각했는지 그 수준만으로 자녀의 개인적 심리적 적응과 대인관계에서 자신의 행동을 평가할 수 없기에 자녀가 원가족 경험을 어떻게 내면화하였는지 알아볼 필요가 있다. 이러한 지각 수준 차이는 개인의 자아분화 정도에 따라 다르다(Han, 1999). 사회적 관계 속에서 자신의 정체성을 유지하면서 타인과의 관계를 유지해 나가는 데 가장 중요한 기본적인 요소가 자아분화이다. 자아분화는 가족 간의 상호작용 안에서 형성되고 부모로부터 영향을 받아 세대 간에 전이가 된다(Bowen, 1982; Kerr & Bowen, 1988). 자아분화가 잘 된 사람은 자신의 정체감을 잘 유지하며 친밀한 관계를 맺거나 의미 있는 목표를 추구하는 것이 자유로우며 생의 모든 측면에서 성공을 거두기 쉽다고 보고하였다(Chung, 2006). 반면 자아분화 수준이 낮은 사람은 자신의 정서적 욕구나 불안정함을 채우기 위해 자신의 정체성을 포기함으로써 타인으로부터의 애정과 수용을 유지한다고 하였다(Kang & Park, 2005). 이처럼 부모와 자녀관계에서 높은 수준의 분화는 자녀가 가족관계 뿐만 아니라 가족 이외의 관계에서 보다 더 잘 적응할 수 있으며 부모와의 관계 속에서 이루어지는 자아분화는 성장 후 그들의 생활에 지속적인 영향을 미친다. 또한 대인관계에 관한 연구 중에서도 개인차를 나타내는 변수 중의 하나로 성인애착이 주목받으면서 성인으로 접어들어 중요한 친밀한 관계인 이성관계에서 많은 학자들이 Bowlby의 애착이론을 이해의 틀로 삼은 연구가 많이 이루어지고 있다(Hazan & Shaver, 1987; Kobak & Sceery, 1988). 애착은 전반적으로 모든 관계 속에서 영향을 미치지만, 특히 애정이 개입된 친밀한 관계

에서 그 중요성이 더해진다. 즉 초기 양육자와의 경험에서 비롯된 내적 작동모델이 그 이후 대인관계를 발달시켜나가는 데 지속적으로 영향을 미치며, 특히 친밀한 관계에 큰 영향을 미친다(Bowlby, 1988; Shin *et al.*, 2009; Sroufe & Fleeson, 1986). 애착유형에 따른 사랑 방식의 차이에 대한 연구를 살펴보면, 안정 애착 유형은 그들의 애정관계가 다른 두 유형의 애정관계보다 긍정적이며 높은 수준의 신뢰, 헌신, 만족, 상호의존을 보였고(Collins & Read, 1990; Simpson, 1990), 행복하고 긍정적이고 신뢰하는 관계를 가지며 연인과의 관계에서 좀 더 자기를 노출하였다(Hendrick & Hendrick, 1989; Levy & Davis, 1988). 반면 불안 애착유형은 자주 연인이 그들을 진심으로 사랑하지 않거나 그들이 버릴 것이라고 걱정하고 연인과 극단적으로 가까워지기를 바라고(Hazan & Shaver, 1987), 강박적이고 열중하고 질투하는 사랑의 형태를 보였다. 회피 애착유형의 사람은 낮은 수준의 신뢰, 헌신, 만족, 상호의존을 가지는데 자신의 관계에 대한 부정적인 특성은 불안 애착유형처럼 애정 상대에 대한 강박적인 편향이라기보다는 친밀에 대한 심한 두려움으로부터 나온다고 보고하였다(Cho, 2006; Hendrick & Hendrick, 1989).

이렇게 형성된 성인기 애착유형에 따라 각기 내적 작동모델을 형성하고 있으며, 애착유형에 따라 상이한 내적 작동모델을 지닌 개개인은 그들 내면에 이미 존재하고 있는 기대와 신념들과 일관되게, 혹은 이를 공고히 하는 방식으로 사회적 사상을 해석할 소질을 이미 가지고 있는 것이다.

또한 부모애착과 자아분화에 대한 연구(Na, 2008; Yang, 2010)에서도 대학생의 부모와의 애착이 잘 형성될수록 자아분화 수준이 높아지고, 높은 수준의 자아분화가 이성과 애착관계에서 불안과 회피수준을 낮춰주어 성인애착을 잘 형성하게 된다는 것으로 나타나 대학생의 친밀한 관계에 부모애착 및 자아분화가 서로 연관성이 있음을 보고하였다. 종합해보면, 부모와의 초기 경험이 자녀의 성격 발달, 대인관계, 그리고 적응양식에 지대한 영향을 미치게 되며, 가족관계, 특히 부모-자녀 유대 관계가 개인의 심리적 문제를 발생시키는데 가장 본질적인 역할을 한다.

부모-자녀관계를 통해 형성된 자아분화와 자신과 타인에 대한 내적 작동모델이 불안을 매개로 자녀의 성인애착에 영향을 미친다. 결국 자신과 타인에 대한 부정적인 내적 작동모델이 불안을 통해 대학생 시기의 친밀한 관계에

까지 영향을 미쳐 반복된 이성교제의 실패경험으로 관계패턴을 계속 유지하게 만드는 요인으로 작용하게 되는 것이다.

친밀한 관계에 대한 두려움을 가진 사람들은 반복된 이성교제의 실패경험으로 자신은 사랑받을 만한 사람이 아니고 파트너 역시 자기 자신을 사랑하는지 끊임없이 의심하고 불안해하면서 자신과 파트너에 대한 왜곡된 인지를 형성하게 된다(Kim, 1995). 자신의 사고를 새로운 파트너를 통해 극복하고자 하지만 자신이 가지고 있는 잠재적 불안 때문에 다시 부정적인 관계패턴을 실행하며 또다시 커플관계를 불안정하게 만든다. 사람들은 각자의 방식으로 이러한 관계패턴을 수정하고자 노력하지만 이미 형성된 의사소통과 문제해결방식 패턴 이외에는 사용해본 적이 없거나 익숙하지 않은 것에 대한 불안, 두려움 때문에 변화하기 힘들다.

이에 대학생 시기의 성공적인 이성교제 및 정체감 형성을 위하여 친밀한 관계에 영향을 미치는 관계패턴을 대안 행동으로 바꿔 친밀한 이성관계를 유지하고 편안함을 느낄 수 있도록 도움을 줄 수 있는 상담의 개입이 필요하다.

이렇게 원가족 경험을 통한 부모-자녀관계가 자녀의 심리적 특성과 이성교제에 영향을 줄 수 있다는 결과를 통해 발달적인 관점에서 성인 초기의 친밀한 관계경험을 이해할 수 있는 틀로서, 그리고 이러한 관계에서 문제를 보이는 사람들을 돕는 상담이나 임상적인 관점에서 많은 시사점을 갖고 있음에도 아직까지 체계적으로 접근한 연구들이 부족한 실정이다. 지금까지 진행된 대학생의 이성교제에 대한 선행연구(Lee & Chung, 2005; Kang & Park, 2005; Yang, 2010)들은 원가족 경험을 통해 형성된 자아분화와 애착유형에 따라 자녀의 친밀한 관계를 형성하고 유지하는데 영향을 미친다는 각 관련 변인들 간의 관계를 알아보는 결과들이 대부분이었다. 또한 대학생을 위한 집단형태의 커플 프로그램은 1990년 중반을 지나오면서 연구(Cha, 1994; Choi, 2002; Kim, 2000; Kwon, 1996; Park, 2003)되기 시작하였으나 아직 활발하지 못하다. 대부분 각 이론의 기법적인 측면을 이용하는 절충적인 프로그램들로, 집단상담의 성장요소인 자기이해, 자기수용, 자기개방의 구성요소를 고려하여 커플관계 속에서 경험하게 되는 갈등 해결을 위한 남녀차이, 의사소통 등의 기술 습득 등 특정 문제에만 국한되어 있다. 그러나 더 깊은 문제를 가지고 갈등을 경험하고 있는 커플을 대상으로 하는 프로그램이나 이성교제 시에 나타날 수 있는 사회불안을 감소시키고 파트너와의 친밀감을 통해 커플관

계의 안정성과 만족감을 유지시켜줄 수 있는 프로그램 개발이나 평가에 대한 연구는 매우 미흡하다.

이에 Yang *et al.*(2008)은 이러한 제한점을 보완하고, 대학생 시기에 형성되는 “건강한 커플관계에 관한 정체감 형성”이라는 발달과업을 효과적으로 수행할 수 있는 예방적이고, 교육적인 차원의 대학생 커플의 관계증진을 위한 통합적 집단 프로그램을 개발 및 실시하였다. 그 결과, 자신과 파트너의 이해, 수용, 개방을 통하여 커플관계증진의 이해, 수용, 개방 수준을 높여 커플만족도를 높이는데 효과가 있는 것으로 나타났다. 그러나 예방적, 교육적 차원에서 대학원 커플에서 실시되도록 개발되었기 때문에 더 깊은 문제를 가지고 갈등을 경험하고 있는 커플들에게는 커플관계 내에서 관계증진을 위한 문제에 대한 대안을 찾을 수 있는 커플작업시간이 상대적으로 부족하였다.

커플관계 속에서의 자신과 파트너의 이해, 수용 수준을 높이기 위해선 대인관계에서의 자신의 행동패턴을 이해해야 한다. 대인관계 패턴은 지속적인 경향이 있지만, 상대방과의 관계나 다른 새로운 관계를 경험을 통해서 자신의 문제를 극복할 수 있는 대안적인 대인관계 패턴을 형성해나갈 수 있다(Ha, 1994). 즉 부정적인 관계 패턴을 가지고 있더라도 새로운 관계를 통해서 긍정적인 패턴으로 변화할 수 있다. 이에 대학생 커플의 구체적인 관계 패턴을 찾아서 대안행동으로 바꾸도록 한다면 이성관계의 어려움을 겪는 대학생 커플들에게 도움을 줄 수 있다.

또한 대학생 커플관계 증진을 위하여 기술습득 등의 기법 중심의 프로그램의 개입도 중요하지만, 보다 장기적인 치료적 효과를 거두기 위해선 우선 인지적 차원에서 접근할 필요가 있다. 왜냐하면 오늘날 상담이론에서 중요한 주류를 차지하고 있는 내담자의 문제를 대인관계 맥락에서 다루어져야 한다는 관점에서 볼 때, 대학생 시기의 이성관계의 어려움을 호소하는 대부분의 경우, 호소하는 문제나 증상은 다양하더라도 그 근본적인 원인은 개인의 대인관계상 문제에서 기인하여 대인관계적인 문제로 표현되고 있기 때문이다(Clinbell, 1981; Ha, 1994; Oh, 1997). 대인관계 패턴이 부적응적인 대인관계의 원인이 되는 것은 상대방의 행동 자체보다는 그것을 받아들이고 해석하는 자기 자신 때문이다. 그렇기 때문에 친밀한 관계에 있는 대학생 커플의 정서를 상호적이고 포괄적으로 이해하기 위해서는 인지적 접근이 필요하다. 정서가 인지적 평가와 관련되어 있고(Kim, 2005), 대인관계에서의 적

응을 위한 개인 내적 과정은 정서만이 아닌 인지와 행동이 어우러져 나타나므로 개인 내적인 요인으로서 정서뿐 아니라 인지적 차원에서 접근도 필요하다(Choi & Min, 2003; Min *et al.*, 2000).

따라서 본 연구는 커플관계의 보다 장기적인 효과를 얻기 위하여 개인의 친밀한 관계의 적용문제를 한 개인의 내적 문제로 보기보다 가족관계 안에서 조망하고자 하는 가족체계론의 시각에서 확인해보는 과정이 필요하다고 보았다. 이에 Bowen (1982)의 자아분화 이론과 성인애착 이론 관점에서 가족관계 안에서 이루어지는 개인의 역동과 인지적 특성이 대학생 시기의 이성 관계에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고자 한다. 이를 바탕으로 대학생 시기의 성공적인 발달과업을 성취할 수 있도록 이성교제시, 커플관계에서 자신과 파트너에 대한 부정적인 내적 작동모델에 대한 재평가를 통해 대학생 커플의 관계패턴을 찾아 이를 대안행동으로 바꿀 수 있도록 도와준다. 또한 인지적 정서조절 전략의 사회적 지지를 활용하여 긍정적인 정서체험을 통해 갈등상황에 따른 자신의 정서를 잘 변별하고, 정서를 적절하게 표현하며, 문제해결 상황에서 정서를 활용하는 능력을 키워 커플만족도를 높이는데 도움을 줄 수 있는 대학생 커플관계증진 프로그램을 개발하고자 한다.

## II. 프로그램 개발

집단상담 프로그램은 교과과정 개발과 달리, 적용범위가 목적과 유형, 이론적 접근, 대상 집단, 장소, 제반 여건 등에 따라 달라지는 광범위하고 창의적인 활동이기 때문에 일률적인 개발과정을 제시하기 어렵지만(Lee, 2003), 체계적으로 제시된 집단상담 프로그램 개발 모형을 살펴보면 다음과 같다. Kim(2002)은 Park(1995)과 Sussman(2001)의 집단상담 프로그램 개발 모형을 참고하여 ① 목표수립 ② 프로그램의 구성 ③ 예비연구 및 장기적 효과제고 노력 ④ 프로그램 실시와 개선의 4단계 프로그램 개발 절차를 제시하였다(as cited in Lee, 2004).

본 연구에서는 Kim(2002)이 제시한 집단상담 프로그램 개발 모형을 기초로 하여[Figure 1]같이 대학생 커플 관계증진 프로그램 개발 모형을 구성하였다.

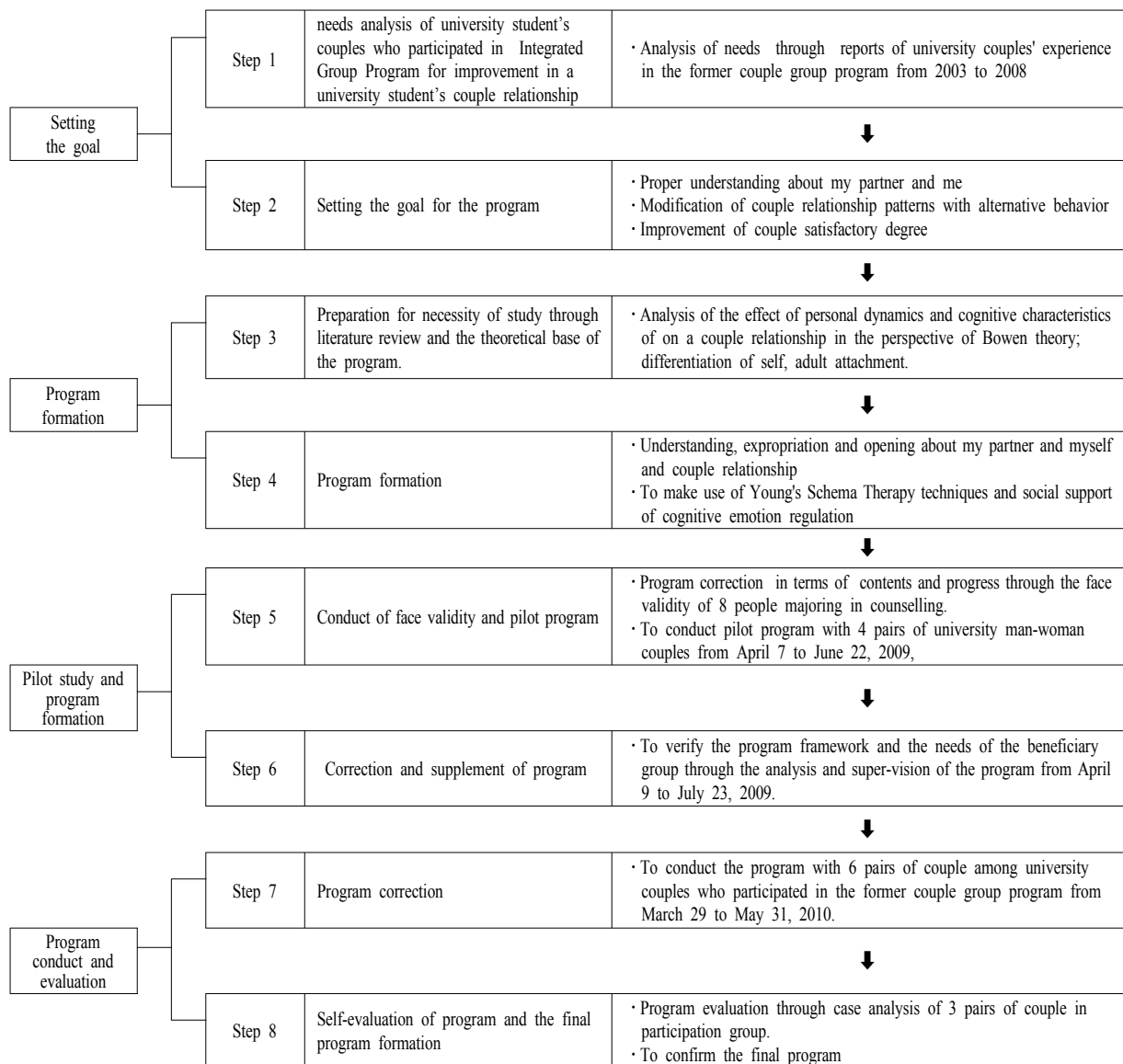
### 1. 요구분석

제 1단계에서는 실제적인 프로그램 실시 및 운영 형태에 수요자의 요구를 반영하기 위하여 2003년부터 2008년까지 대전광역시 H대학 학생상담센터 주최로 실시해 왔던 기존의 대학생 커플의 관계증진을 위한 통합적 집단프로그램에 참여했던 대학생 커플들의 경험보고를 통하여 요구도를 파악하였다. 요구도 내용은 파트너의 개방을 통해 파트너를 이해할 수 있지만 수용하는 것은 다소 어렵기 때문에 파트너를 조금 더 이해, 수용할 수 있는 시간이 더 많이 필요하다는 부분과 파트너에 대한 자신의 감정과 생각을 충분히 노출시키고, 커플관계 내에서 관계증진을 위한 대안 찾기를 할 수 있는 커플 작업 시간 더 많이 필

요하다고 보고하였다. 또한 남학생이 커플관계에 대한 개방을 할 때 여학생이 이를 수용하기보다 자신의 입장만을 계속해서 이야기하는 모습과 프로그램을 통하여 지속적인 부정적인 감정표현을 할 때 프로그램 이전의 관계 패턴으로 돌아갈 수 있는 요인 등이 나타났다. 이러한 결과를 토대로 프로그램 구성에 있어서 요구도 내용을 참고하였다.

2. 프로그램의 목표 수립

제 2단계에서는 프로그램 목적을 ‘대학생의 원가족 경



[Figure 1] Program development model for improvement in a university couple relationship

협이 이성관계에 미치는 영향을 중심으로 고정된 교체를 하고 있는 대학생 커플을 대상으로 친밀한 관계 상황에서 자신과 파트너에 대한 부정적인 내적작동모델을 재평가하여 대학생 커플의 관계패턴을 찾아 이를 대안행동으로 바꿔 커플관계의 만족도를 높이는 것'으로 정의하였다. 이러한 목적에 맞게 하위목표로는 '자아분화 수준에 따른 특성과 성인애착 유형에 따른 특성을 통해 나와 파트너에 대한 올바른 이해를 돕는다.', '커플관계에서 자신과 파트너에 대한 부정적인 내적 작동모델에 대한 재평가를 통해 커플의 관계패턴을 찾아 이를 대안행동으로 수정한다.', '셋째, 인지적 정서조절전략의 사회적 지지를 활용하여 긍정적인 경험을 통해 대학생 커플의 인지적·정서적·행동적 변화를 경험하도록 하여 커플만족도를 증진한다.'로 정하였다.

### 3. 이론적 검토

제 3단계에서는 가족체계론적 관점에서의 Bowen (1982)의 자아분화 이론과 성인애착 이론 관점에서 가족관계 안에서 이루어지는 개인의 역동과 인지적 특성이 대학생 시기의 이성관계에 미치는 영향에 대한 관련 문헌들을 연구하였다. 대학생 커플의 관계패턴을 알아보기 위해 Skowron과 Schmitt의 자아분화 척도로 분화수준에 따른 특성과 Bartholomew와 Horowitz의 성인애착 유형으로 분류한 애착유형에 따른 특성을 분석하여 이성관계에서 자신과 파트너에 대한 부정적인 내적 작동모델이 커플관계에 미치는 영향을 통해 연구의 필요성 및 프로그램의 이론적 토대를 마련하였다.

### 4. 프로그램의 구성

제 4단계에서는 자기와 파트너 그리고 커플관계에 대한 이해·수용·개방을 중심으로 커플관계에서 자신과 파트너에 대한 부정적 내적 작동모델에 대한 재평가를 통해 대학생 커플의 관계패턴을 찾아 이를 대안행동으로 바꿀 수 있도록 Young의 심리도식치료 기법과 긍정적인 정서체험을 통해 자신과 파트너의 정서조절 능력을 높여 친밀한 이성관계를 유지하고, 편안함을 느낄 수 있도록 인지적 정서조절 전략의 사회적 지지를 활용하였다.

### 5. 안면타당도 및 예비 프로그램 실시

제 5단계에서는 상담 전공 관련 전문 교수 4인과 전문 상담사 자격증을 소지한 상담관련 박사과정 4명의 안면타당도 검증을 통하여 프로그램을 수정, 보완하였다. 수정, 보완된 부분은 두 가지로 나누어 설명할 수 있다. 첫째는 프로그램의 내용적 측면에서 3회기의 원가족 경험 탐색에서 "그림을 통한 가족 세우기"를 실제 가족 세우기로 수정하였고, 8회기의 관계증진에 대한 대안 찾기(I)에서 "역할 바꾸기" 시연을 통해 새로운 시도와 연습하기 내용을 추가하였다. 둘째는 프로그램 진행적 측면에서 4회기의 애착의 개념 이해하기(I)에서 애착 대상(가족, 친구 등)과의 주요한 경험 회상을 통하여 영향 받은 자기 모습 탐색할 때, 보다 다양한 시각적 자료를 활용하는 부분과 프로그램의 회기별 진행단계의 전개에서 프로그램 목표 설명할 때 PPT 자료를 제작, 활용하는 것이 집단원들의 이해를 높이는데 더 효과적이라는 피드백이 있었다. 프로그램 진행에 이를 수정, 보완하는 단계를 거쳐 구성한 예비 프로그램을 진행절차에 따라 D시 1개 대학의 대학생 커플 4쌍을 대상으로 2009년 4월 7일부터 6월 22일까지 매주 1회 2시간 씩 총 10주 동안 실시되었다. 효과적인 프로그램 수행을 위하여 전문 상담사 자격증을 소지한 상담관련 박사과정 2명의 관찰팀이 비디오를 촬영하였고, 프로그램 진행 후 비디오 분석하였다.

### 6. 프로그램의 수정 및 보완

제 6단계에서는 전반적인 프로그램에 대한 분석과 프로그램의 슈퍼비전을 통하여 실시하였다. 전반적인 프로그램 분석을 통하여 프로그램의 틀과 수혜집단의 요구도를 확인하였다. 또한 프로그램에 대한 슈퍼비전은 2009년 4월 9일부터 6월 23일까지 매주 목요일 오후 2시부터 4시까지 상담 전공 교수이면서 가족상담 슈퍼바이저 1인이 슈퍼비전을 실시하였으며, 연구자이자 본 프로그램 지도자, 상담관련 박사과정에 있는 2명의 관찰팀과 2명의 참여자가 참여하였다. 슈퍼비전의 내용은 크게 두 가지로 나누어 실시되었는데 프로그램의 내용적 측면과 프로그램의 지도자 변인이었다. 프로그램의 내용적 측면에서는 프로그램의 목표가 프로그램의 진행에 적절하게 실시되고 있는지 진행시간은 적절한지 그리고 프로그램 목표에 부합하기 위하여 더 포함시키거나 혹은 수정이 되었으면 하는 부분이 어떠한 것들이 있는지에 대한 논의가 있었

다. 또한 다음 회기에 진행될 진행 사항과 강의 부분을 점검하였다.

**7. 프로그램 실시**

제 7단계에서는 대학생 커플의 관계증진을 위한 통합적 집단프로그램에 참여했던 대학생 남녀 커플 중에서 본 프로그램까지 참여한 3쌍을 대상으로 2010년 3월 29일부터 5월 31일까지 10주 동안 매회 2시간, 10회기에 걸쳐 이루어졌다. 각 회기는 도입, 전개, 심화 그리고 정리의 순서에 따라 진행되었다.

**Ⅲ. 프로그램 자체 평가**

본 연구에서는 대학생 커플관계증진 프로그램 개발의 마지막 단계인 ‘프로그램 자체 평가’ 단계에서 회기별 각 커플의 녹취록 확인자료, 경험 보고서를 통해 사례분석을 활용하여 효과를 검증하였다.

**1. 참가자 모집 및 진행절차**

2009년 9월 28일부터 12월 11일까지 대학생 커플의 관계증진을 위한 통합적 집단프로그램에 참여한 대학생 남녀 커플 총 11쌍 중에 개인적 사정으로 프로그램 중간에 누락된 5쌍을 제외한 커플 중에서 2010년 3월 1일부터 3월 19일까지 대전광역시 H대학 학생상담센터 주최로 공고된 ‘우리커플 이대로 좋은가요?’라는 홍보물을 보고 자발적으로 참여한 대학생 남녀 커플 6쌍이다.

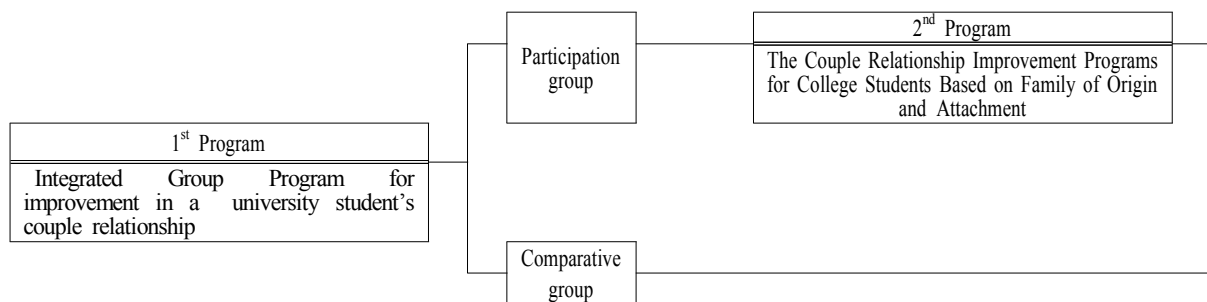
[Figure 2]에서 보는 바와 같이, 1차 대학생 커플의 관계증진을 위한 통합적 집단프로그램에 참여한 커플 중에

서 2차 본 프로그램까지 참여한 참여집단과 본 프로그램은 참여하지 않고 1차 통합적 프로그램만 참여한 비교집단으로 배치하여 연구되었다.

**2. 연구 대상자의 일반적 특성**

사례분석 한 참여집단의 일반적 특성을 성별, 연령, 가족관계, 성인애착 유형, 교제기간으로 나누어 살펴본 결과는 <Table 1>과 같다.

연구 대상자의 성인애착을 측정하기 위해 Brennan, Clark, 그리고 Shaver(1998)의 친밀관계 경험검사(The experiences in close relationships questionnaire)를 Fraley, Waller, 그리고 Brennan(2000)이 개정한 ECR-R (Experience of close relationship: R) 척도를 Kim(2004)이 번안하고 확장적 요인분석과 문항반응이론을 통하여 타당화한 친밀관계 경험검사를 사용하였다. 척도의 구성은 7점 Likert 척도이며, 애착의 두 하위 차원인 ‘불안’과 ‘회피’요인이 각각 18문항씩 총 36문항으로 구성되어 있다. 각 차원 점수의 총합이 높을수록 애착의 불안과 회피차원이 높음을 의미한다. 애착 불안과 애착 회피의 조합에 따라 애착유형을 분류하는데 그 기준점을 평균하여 하여 애착 회피와 애착 불안이 모두 평균보다 낮으면 <안정형>, 애착 회피는 평균보다 낮고 애착 불안이 평균보다 높으면 <몰두형>, 애착 회피는 평균보다 높고 애착 불안이 평균보다 낮으면 <거부형>, 애착 회피와 애착 불안이 평균보다 모두 높으면 <두려움형>으로 분류된다. Kim(2004)의 연구에서 불안, 회피차원의 Cronbach  $\alpha$ 는 각각 .89, .85로 보고되었고, 본 연구에서 사용된 검사의 Cronbach  $\alpha$ 는 각각 .87, .94이었다.



[Figure 2] Program progress

## 1) 집단원 커플1

남학생은 만 22세로 가족관계는 부모님과 1남 1녀의 둘째로, 성인애착 유형은 거부형이다. 아버지의 영향을 많이 받아 책임감이 강하고, 자신에 대한 타인의 인정 욕구가 높은 편이다. 여학생은 만 21세로 가족관계는 부모님과 1남 1녀의 첫째로, 성인애착 유형은 안정형이다. 어머니의 많이 영향 받아 친밀한 관계에 다소 수동적이면서도 주도적인 성향이 나타나기도 한다. 남동생의 철없다고 생각하는 모습을 남학생에게 투사하는 경향이 보이기도 한다. 집단 참여 동기는 1차 프로그램 대학생 커플의 관계증진을 위한 통합적 집단 프로그램을 하면서 서로 알게 된 것도 많고, 고쳐진 점도 많았다. 이에 본 프로그램에도 활동을 하면서 다시 한 번 서로 몰랐던 것을 터놓고 이야기할 수 있는 기회가 될 수 있을 것 같아 참여하게 되었다. 본 프로그램을 통해 이루고 싶은 상담목표는 서로에게 약속한 것을 지키고, 말하는 방법을 배워 관계증진을 시키는 것이다.

집단원 커플1은 교제기간이 1년이 넘어가면서부터 남학생의 생활패턴을 여학생의 입장에서 관찰하고 평가하는 부분이 많아지면서 서로 자신의 입장만 파트너가 이해해 주길 바라면서 갈등이 생기고 이에 대한 적절한 대안을 찾지 못한 경우이다. 자신의 입장만 고수하는 남학생의 방어적인 태도로 인해 여학생은 파트너가 자신의 서운한 감정을 충분히 받아주지 못하고 자신의 감정을 억압하는 커플관계에 대한 불안을 가중시켜 더 파트너에 요구하고 몰입하게 만드는 관계패턴의 요인이 되었다.

## 2) 집단원 커플2

남학생은 만 22세로 가족관계는 부모님과 1남 1녀의 첫째로, 성인애착 유형은 안정형이다. 자아 중심성이 강하고 자신에 대한 타인의 인정 욕구가 높은 편이다. 여학생은 만 20세로 가족관계는 어머니와 1남 1녀의 첫째로,

성인애착 유형은 거부형이다. 부모님의 이혼 후 아버지의 부재와 어머니의 신체적, 언어적 학대로 가족에 대한 부정적인 감정을 많이 지니고 있다. 타인에 대한 경계심이 있고, 감정기복이 심한 편이다. 집단 참여 동기는 교체하는 동안 반복되어 온 갈등에 효과적인 대처할 수 있는 방법을 배우고자 참여하게 되었다. 본 프로그램을 통해 이루고 싶은 상담목표는 서로 많이 보고 듣고 느끼고 공유하고, 보다 더 너그러운 마음 가져 관계증진을 시키는 것이다.

집단원 커플2는 교제기간이 1년째로 계속해서 반복되어 온 갈등을 효과적으로 해결할 수 있는 대안을 찾지 못한 경우이다. 교제기간이 길어질수록 남학생이 파트너가 자신의 뜻대로 변화길 바라는 마음이 커지고 상대적으로 파트너에게 요구하는 것이 많아졌다. 반면, 여학생은 이러한 남학생의 태도에 부당하게 느끼며 자신이 바라던 파트너 모습과 실제 파트너의 모습 간의 차이에서 오는 실망감으로 관계 불안이 나타났다. 두 사람 모두 자신에 대한 타인의 반응이 중요하면서도 서로에 대한 부정적인 패드백과 상호 입장에 대해서만 일방적으로 이야기하는 관계패턴을 보였다.

## 3) 집단원 커플3

남학생은 만 20세로 가족관계는 부모님과 2남의 둘째로, 성인애착 유형은 두려움형이다. 친밀한 관계에 대한 불안이 높은 편이고, 자신에 대한 타인의 인정 욕구가 높은 편이다. 여학생은 만 20세로 가족관계는 부모님과 1남 1녀의 둘째로, 성인애착 유형은 몰두형이다. 어머니에 대한 양자 감정으로 친밀한 관계를 유지하는데 다소 어려움을 느끼고 있다. 집단 참여 동기는 1차 프로그램 대학생 커플의 관계증진을 위한 통합적 집단 프로그램을 하면서 커플 간의 문제 해결 방법도 알게 되고, 프로그램이 끝나서 집단 상담실을 나갈 때 서로 행복했었다. 이에 본 프로그램에도 활동을 하면서 다시 한 번 그렇게 느끼고 싶어서 참여하게 되었다. 본

〈Table 1〉 General characteristics of the participants

Group	Gender	Age	Family relation	Adult attachment Style	Dating period
Group couple1	male	22	Parents, 2 <sup>nd</sup> born of a son and a daughter	Dismissing	1 year
	female	21	Parents, 1 <sup>st</sup> born of a son and a daughter	Secure	
Group couple2	male	22	Parents, 1 <sup>st</sup> born of a son and a daughter	Secure	1 year
	female	20	Mother, 1 <sup>st</sup> born of a son and a daughter	Dismissing	
Group couple3	male	20	Parents, 2 <sup>nd</sup> born of 2 sons	Fearful	1 year
	female	20	Parents, 2 <sup>nd</sup> born of a son and a daughter	Preoccupied	



프로그램을 통해 이루고 싶은 상담목표는 서로의 약속을 지키고, 긍정적인 마인드를 갖고, 헤어지자는 말을 쉽게 하지 않고 관계증진을 시키는 것이다.

집단원 커플3은 교제기간 1년째로 남학생의 우유부단한 행동과 이에 대한 여학생의 부정적인 감정을 억압해 오면서 자기개방보다는 파트너의 의견에 전적으로 수용해주는 경우로 적절한 대안을 찾지 못한 경우이다. 두 사람 모두 친밀한 관계 속에서 자신의 행동 패턴이 솔직한 자기개방보다는 부정적인 감정표현을 억압하다가 의사소통이나 문제해결에서 제대로 자신의 감정처리를 하지 못하고 계속 미진한 감정이 남아 있는 관계패턴을 보였다.

### 3. 자료처리

실제 대학생 커플들의 변화를 알아보고, 프로그램의 효과를 분석하기 위해 각 커플의 녹취록 확인 자료, 경험 보고서 등을 통하여 사례분석을 하였다. 진행된 프로그램은 모두 비디오 촬영과 녹취록 분석을 통해 주 1회 슈퍼비전을 실시하여 프로그램 논의 및 프로그램 진행자에 대한 피드백을 주었다. 녹취록 분석은 1명의 슈퍼바이저와 2명의 전문상담사 자격증을 소지자들을 중심으로 반복적으로 점검하면서 이견이 있을 경우에는 재분석을 통하여 의견을 조정하였다.

## IV. 프로그램 자체 평가 결과 및 확정

### 1. 대학생 커플관계증진 프로그램의 사례분석

실제 대학생 커플들의 변화를 알아보고, 프로그램의 보다 질적인 분석을 위하여 집단원 3커플의 사례 분석 결과를 원가족 경험에 따른 개인적 특성에 미치는 영향에 따라 살펴보았다. 첫째로 성별에 따른 차이는 남학생의 경우, 가족 내에서 자신의 위치에 대한 주변의 과도한 기대심리로 인해 책임감과 부담감을 동시에 나타냈고, 친밀한 관계 속에서 자신에 대한 타인의 인정욕구가 상대적으로 높게 나타났다. *"저의 아버지는 첫째인데. 5형제 중에 첫째인데 제가 가장 위고 아버지가 가장 장남이시고 약간 좀 이계. 나이가 들수록 시간이 지날수록 부담감이 커지더라고요(4회기, 집단원 커플1의 남학생)."* *"오늘 저희 있었던 '그냥 입 딱 치고 있을게'이거나 전에 파트너가 '그래 내가 병신이지' 그거 때문에 크게 싸운 적이 있었어요 진짜! 솔직히 그것*

*보다는 제가 좀 더 순화해서 '그래 내가 그냥 조용히 있을게' 그런 식으로 했으면 좋겠는데. 저는 단지 그 말 한마디 때문에 아우 화가 나서 더 이상 대화가 안 되겠다(8회기, 집단원 커플2의 남학생)."* 여학생의 경우, 부모님 중 어머니와 친밀한 관계를 유지하며 많은 영향을 받고 있었으며, 아버지나 다른 남자 형제에 대한 다소 부정적인 이미지를 가지고 있었다. *"저는 만날 항상 불만이었던 게 얼마가 오빠만 봐주는 거. 그게 전 되게 불만이 있거든요 근데 어쨌든 세워서 다른 가족들의 심리를 들었잖아요? 듣고 나니깐 나만 그런 게 아니라 음. 나도 가족한테 서운함을 주고 있겠구나 이런 생각이 들어요(3회기, 집단원 커플3의 여학생)."*

둘째로 부모님 이혼에 따른 부재 경험이 있는 경우, 부모님 부재 경험이 없는 대학생 커플보다 타인에 대한 경계가 뚜렷하고, 관계불안이 있어 친밀한 관계에 대한 두려움이 나타났다. *"저는 집이 별로 안 좋아요 그러니까 가족이 다 없었으면 제가 더 행복했을 것 같아요 정말! 그래서 집이 별로 안 좋아요(4회기, 집단원 커플2의 여학생)."* *"저는요, 오빠가 오빠는 왜 제가 싫어하는 소리 하면 싫어하는 표정을 하니까. 그러면서 본인은 안 빼졌다고 그러고. 근데 표정은 되게 안 좋아요 계속 눈치를 본단 말이에요 그래서 기분이 안 좋아졌어요(7회기, 집단원 커플2의 여학생)."*

### 2. 최종 프로그램 구성

제 8단계에서 앞의 모든 단계를 통하여 개발된 최종 프로그램을 요약하여 제시하면 <Table 5>와 같다.

## V. 논 의

본 연구의 목적은 개인의 친밀한 관계의 적응문제를 한 개인의 내적 문제로 보기보다 가족관계 안에서 조망하고자 하는 가족체계론적 관점을 중심으로 한 대학생 커플 관계증진 프로그램을 개발하고, 그 효과를 검증하는 것이다. 이에 본 프로그램의 개발과정과 프로그램 평가에 대한 논의를 하면 다음과 같다.

먼저 프로그램의 개발에 대해 살펴보면, 첫째, 프로그램의 개발과정은 체계적인 집단상담 프로그램 개발 모형에 따라 Kim(2002)이 제시한 집단상담 프로그램 개발모형을 기초로 하여 8단계로 세분화된 개발

〈Table 5〉 Final Program for Improvement in College Student Couple Relationship

	Step	Session	Title	Goal	Activity plan		
	Reception and Pre-questionnaire	0	Intake	-To fill out Pre-questionnaire			
Introduction Step	Introduction	1	Orientation	-Program Orientation -To set the goal of couple counseling	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Structuralization of groups</li> <li>· To help increase intimacy and cohesiveness between group members by introducing each other about each couple and self</li> <li>· Sharing expectations and goals for the program</li> </ul>		
				2	Sharing experiences of couple relationship	-To check belief, expectation and attitude toward couple relationship, and to search for usability, adaptability and rationality	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Sharing efforts in order to resolve the hardship and problems of current couple relationship: Emotional experience</li> <li>· Expression of emotional feelings through imaging drawing</li> <li>· Resetting the goal of couple counseling through checking for the core emotion about couple relationship</li> </ul>
Preparation Step	Understanding, Expropriation, and Opening of myself and my partner	3	Searching for experiences of original family	-To understand own psychological characteristics from family by searching for family relationship	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Searching for family relationship: Drawing Family Tree</li> <li>· Searching for the psychological distance between family members: "Family Constellation work" through drawing</li> <li>· To understand own psychological characteristics through analysis on family relationship: self-differentiation</li> </ul>		
				4	To understand the concept of attachment( I )	-To understand the key concept of attachment -To recognize attachment experiences of memories with attachment figure	<ul style="list-style-type: none"> <li>· To explore myself , affected by attachment figure(e.g. family and friends), by remembering significant experiences with them.</li> <li>· To understand myself being seen in close relationship</li> </ul>
						5	To understand the concept of attachment(II)
Working Step	Understanding, Expropriation, and Opening for Improvement in a couple relationship	6	To understand the concept of internal working model( I )	-To increase the level of understanding, expropriation and opening about myself and the partner through attachment styles and the internal working model(1)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· To identify similarities and differences from the actual couple behaviors by classifying 4 different attachment styles according to the internal working model.</li> <li>· To check anxiety element on the couple counseling goal</li> </ul>		
				7	To understand the concept of internal working model(II)	-To increase the level of understanding, expropriation and opening about myself and the partner through attachment styles and the internal working model(2)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· To check the internal working model though break-up experience in the counseling setting: Analysis of relationship patterns</li> <li>· To find out the strength and weakness of way of solving the current problems</li> </ul>
						8	Searching for alternative on relationship improvement( I )
				9	Searching for alternative on relationship improvement(II)		
				Final Step	Finishing	10	Integrated finishing
Post-questionnaire	0	Post-questionnaire	-To fill out Post-questionnaire				

모형을 구성하였다. 이렇게 개발된 본 연구에서의 프로그램 개발모형은 목적지향적이고 교육적인 성격과 과정지향적이고 집단상담적인 성격을 동시에 고려한 프로그램 개발모형을 개발함으로써 대학생 커플들의 관계증진에 필요한 지식습득 및 행동변화와 함께 집단 내에서의 관계 경험을 가능하게 하였다. 이에 개발한 프로그램은 대학생 커플들의 관계증진을 목적으로 건강한 가족형성을 위한 예방적 차원에서의 성장 프로그램이라고 할 수 있다. 둘째, 프로그램 구성내용 면에서 보면, 본 프로그램의 구성은 대학생 시기의 이성관계에 초점을 맞춰 이성과의 사회적 기술 및 대인기술을 발달시키고, 자신의 성격 특성을 시험해봄으로써 개인의 정체감 형성에 초점을 맞춘 커플관계증진 프로그램을 개발하였다. 이를 위해 자신과 파트너 그리고 커플관계에 대한 이해·수용·개방을 중심으로 인지적 정서조절 전략의 사회적 지지를 활용하여 대학생 시기의 자아정체감 형성과 커플관계의 친밀감 형성이라는 발달과업을 효과적으로 이루고자 하였다. 이는 Koh et al.(2003)의 결혼준비교육 프로그램개발을 위한 요구도 조사에서 결혼 전에 필요한 교육으로 “나와 파트너에 대한 이해”가 가장 필요하다는 요구도와 일치한다고 하겠다. 또한 Erikson(1950)이 청년기시기에 진정된 자기를 찾기 위하여 자아정체감을 형성해야 할 발달과업이 있다고 하였는데, 청년기를 겪고 있는 대학생 시기의 커플들에게 적절한 목적과 내용 구성이라고 할 수 있다. 그리고 대학생들이 이성교제에 있어 관계의 어려움을 겪는 원인을 자신의 원가족 경험을 통한 부모-자녀관계가 자녀의 심리적 특성과 이성관계에 영향을 미친다고 바라보는 가족 체계론적 관점과 애착이론에서 살펴봤다. 대학생 시기의 이성관계는 원가족과 밀접한 관계가 있고(Kim, 2001; Kim, 2003; Son, 2009), 부모-자녀 애착관계는 대학생 시기의 성인애착으로 전환되어 파트너를 선택하고 교제 중에 갈등이 생겼을 때 이를 해결하기 위한 의사소통과 문제해결 방식에 일정한 패턴을 만드는데 자신과 타인에 대한 내적 작동모델이 그 영향을 미치기 때문이다(Sroufe & Fleeson, 1986; Sroufe, 1988). 커플관계 속에서의 자신과 파트너의 이해, 수용 수준을 높이기 위해선 커플관계 속에서 갈등을 경험하고, 이를 해결하기 위해 부정적인 관계패턴을 지속했던 커플들에게 문제해결을 위한 대안을 찾기 위해서는 자신의 행동패턴을 이해해야 한다. 이를 위해 원가족, 특히 부모-자녀관계 속에서의 자신이 영향 받은 내용을 인식해야 한다. 셋째, 상담전략과 상담 기법 측면에서 보면, 커플관계의 보다 장기적인 효과를

얻기 위하여 인지적 차원에서 접근하였다. 대학생 시기의 이성관계의 어려움을 호소하는 대부분의 경우 호소하는 문제나 증상은 다양하더라도 그 근본적인 원인은 개인의 대인관계상 문제에서 기인하여 대인관계적인 문제로 표현되고 있기 때문이다(Clinbell, 1981; Ha, 1994; Oh, 1997). 대인관계 패턴이 부적응적인 대인관계의 원인이 되는 것은 상대방의 행동 자체보다는 그것을 받아들이고 해석하는 자기 자신이기 때문이다. 넷째, 프로그램의 실시방법은 집단 경험적 접근법에 따라 집단상담의 방법으로 실시하였다. 상담 중심 프로그램과 지도중심 프로그램의 혼합형이 가장 효과가 크다는 결과(Bae, 2004; Lim, 2003) 등에 근거하여 자기성장 프로그램 접근법, 인지적 정서조절 전략의 사회적 지지, 과제 등으로 구성하여 사용하였다.

마지막으로 프로그램의 자체 평가 결과를 통해 본 프로그램의 전반적인 프로그램의 효과를 분석하면 다음과 같다. 집단원 커플마다 실질적으로 얻고자 하는 목표와 내용은 조금씩 차이는 있지만 파트너에 대한 자신의 생각과 감정을 솔직히 개방하고, 파트너에 대한 수용과 배려로 남녀의 차이를 이해하면서 효과적인 갈등해결을 통해 커플관계를 증진시키는 것이다. 이것은 프로그램의 목표와 내용과 일치된다. 집단원 커플마다 조금씩 프로그램의 효과 차이는 있지만 자아분화 수준에 따른 특성과 성인애착 유형에 따른 특성을 통해 자신과 파트너에 대한 이해를 높이고, 인지적 정서조절 전략의 사회적 지지를 활용하여 집단원 커플의 자신, 파트너, 커플관계에 대한 이해·수용·개방에 긍정적인 영향을 미쳐 개인목표와 커플목표에 달성하는데 효과가 있는 것으로 나타났다. 이를 구체적으로 원가족 경험에 따른 개인적 특성에 미치는 영향을 살펴보면 첫째 성별에 따른 차이는 남학생의 경우 가족 내에서 자신의 위치에 대한 주변의 과도한 기대심리로 인해 책임감과 부담감을 동시에 나타냈고, 친밀한 관계 속에서 자신에 대한 타인의 인정욕구가 상대적으로 높게 나타났다. 여학생의 경우 부모님 중 어머니와 친밀한 관계를 유지하며 많은 영향을 받고 있었으며, 아버지나 다른 남자 형제에 대한 다소 부정적인 이미지를 가지고 있었다. 이는 여전히 자녀의 성별에 따른 부모의 기대수준에 차이가 있고, 이것이 양육행동에 반영되어 양육방식이 다르게 나타나고 있는 것을 알 수 있다. 둘째 부모님 이혼에 따른 부재 경험이 있는 경우 부모님 부재 경험이 없는 대학생 커플보다 타인에 대한 경계가 뚜렷하고, 관계 불안이 있어 친밀한 관계에 대한 두려움이 나타났다. 부모의 이혼이 성인기의 이성관계, 결혼에 대한

태도와 기대, 행동 등에 영향을 미친다는 선행연구(Amato & Keith, 1991a; 1991b; Franklin *et al.*, 1990) 결과와 동일하다. 이러한 결과는 원가족 경험이 자녀의 심리적 적응과 대인관계에 영향을 미친다는 선행연구(Baek, 1998; Bronfenbrenner & Mahony, 1975; Kim & Kim, 1999)를 지지해 준다.

또한 집단원 커플들은 집단상담의 수용적이고 허용적인 분위기 속에서 집단 내에서 안전 기지를 경험하도록 하고, 내적 작동모델에 대한 탐색을 통해 자신의 인지적, 심리적, 사회적 특성이 끼친 영향을 인식하도록 하여 자신과 파트너에 대한 부정적인 내적 작동모델을 재평가하고 수정하여 자신과 파트너 그리고 커플관계에 대한 이해 및 변화를 보고하였다.

자기이해 측면은 상담에 있어서 내담자로 하여금 자신이 겪고 있는 어려움의 본질과 그것들이 어떻게 발생하고, 왜 지속되고, 어떻게 변화할 수 있는지를 이해하도록 하는 것이 중요한 치료적 측면임을 강조한 선행연구(Elliott, 1985) 결과와 맥락을 같이 한다. 집단원 커플들은 프로그램을 통하여 자신과 파트너에 대해 이전과 다른 방식으로 이해하게 되었으며, 커플관계 안에서 반복되어 온 문제와 어려움에 대해서도 이전과 다른 시각을 갖고 탐색하는 계기가 되었다. 이전의 관계경험이 현재의 커플관계에서 어떻게 반복되고 있는지에 대해서 통찰을 보고한 점은 프로그램이 원가족 애착의 영향을 인식하고 내적 작동모델을 확인하는데 도움이 되었음을 증명한다. 이러한 결과는 본 프로그램이 커플관계증진에 효과적이었음을 의미한다.

이에 본 연구에서 개발된 원가족 애착을 중심으로 한 대학생 커플관계증진 프로그램이 효과가 있었다는 결과는 이후 성인을 대상으로 한 커플상담 및 심리치료 영역에서 원가족 애착 이론적 접근과 개입의 가능성을 제고한다.

본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 프로그램의 내용에 있어서 대학생 커플이 커플관계에서 자신과 파트너에 대한 부정적인 내적 작동모델에 대한 재평가를 통해 커플의 관계패턴을 찾아 이를 대안행동으로 수정해줄 수 있는 대안 찾기 작업시간을 보완해줄 수 있는 작업이 계속적으로 이루어져야 한다. 둘째, 프로그램의 내용과 진행을 효과적으로 실시하기 위하여 프로그램에 참여할 대상의 수를 5쌍으로 제한을 두었기 때문에 본 프로그램의 효과를 검증하는데 참여한 커플

수가 상대적으로 적었다. 보다 많은 대학생 커플을 대상으로 프로그램을 실시하여 프로그램 효과에 대한 풍부한 자료를 통해 프로그램의 효과에 대한 외적 타당도를 높이는 것이 필요하다. 셋째, 프로그램의 성과를 밝히기 위하여 기존의 1차 대학생 커플의 관계증진을 위한 통합적 집단 프로그램에 참여 경험이 있는 대학생 커플과 참여 경험이 없는 대학생 커플 간의 집단 차이를 통해서 본 프로그램의 공동 효과와 기존의 1차 대학생 커플의 관계증진을 위한 통합적 집단 프로그램과의 단계적 접근성을 알아볼 수 있는 후속 연구가 필요하다. 넷째, 대학생 시기의 친밀한 이성관계는 원가족과 밀접한 관계가 있고 이들의 교제 기간 동안 발달된 상호작용 패턴은 이후 개인의 결혼관계 및 가족생활의 맥락이 된다는 점에서 프로그램의 적용 대상을 대학생 커플 뿐만 아니라 교제 중인 미혼 남녀, 결혼을 약속한 예비 커플 등에게 확대, 적용시킨 후속 연구가 필요하다.

**주제어:** 원가족, 성인애착, 대학생 커플, 커플관계 증진, 집단 프로그램

## REFERENCES

- Amato, P. R. & Keith, B.(1991a). Parental divorce and the well-being of children: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 110, 26-46.
- Amato, P. R. & Keith, B.(1991b). Parental divorce and adult well-being: A meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 53, 43-58.
- Bae, S. J.(2004). A Meta-Analysis on the Effectiveness of Career Group Counseling Programs. Masters' thesis, Korea University of Technology and Education, Korea.
- Baek, Y. H.(1998). The Effect of Parent-Bonding Relationship on rural high School Students' Differentiation of Self, anxiety and stress. Ph D. thesis, Yeungnam University, Korea.
- Bartle-Haring, S. & Sabatelli, R.(1998). An intergenerational examination of patterns of individual and family adjustment. *Journal of Marriage and the Family*, 60, 903-911.

- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M.(1991). Attachment Styles Among Young Adults: A Test of a Four-Category Model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 226-244.
- Bowen, M.(1982). *Family Therapy in clinical practice*. New York & London: Aronson.
- Bowlby, J.(1980). *Attachment and loss. Vol. 3, Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J.(1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R.(1998). Self-Report Measurement of Adult Attachment: An Interview Overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes(Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships(pp.46-76)*. New York: Guilford Press.
- Bretherton, I. (1985). Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(Nos. 1-2), 3-35.
- Bronfenbrenner. Urie. & Mahony Maureen A.(1975). *Influences on human development*. Hinsdale, III., Dryden Press.
- Choi, H. Y. & Min, K. W.(2003). Emotion-Focused Coping Dimensions based on Functional Similarity. *The Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 17(3), 105-118.
- Cha, S. H.(1994). The Effects of the Group Counseling Program for College Student's Loving Relationships Problem-solving. Masters' thesis, Dong-A University, Korea.
- Cho, Y. J.(2006). A Study ofn fear of intimacy's related variables. Masters' thesis, Seoul Women's University, Korea.
- Cho, Y. J. & Choi, H. R.(2001). Parental Attachment, Psychological Separation and Adult Attachment. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 13(2), 71-91.
- Choi, Y. H.(2002). The Effect of Couple Communication Program on the pre-marital couples' communication skills. Masters' thesis, Hannam University, Korea.
- Chung, H., Gale, J.(2006). Comparing Self-differentiation and Psychological Well-being between Korean and European American Students. *Contemporary Family Therapy*. 28(3), 367-381.
- Clinbell. H.(1981). *Contemporary growth therapies*. Tennessee: The Parthenon Press.
- Collins, N. L. & Read, S. J.(1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*. 58(4), 644-663.
- Duck, S. W.(1982). *A topography of relationship disengagement and dissolution*. In S. W. Duck (ed.). *Personal relationship 4*. London & New York: Academic Press.
- Elliott, R.(1985). Helpful and nonhelpful events in brief counseling interviews: An empirical taxonomy. *Journal of counseling psychology*, 32(3). 307-322.
- Eom, H. J. & Chung, H. J.(2006). Effect of Primary Triad Experience on Self-Esteem and Dating Relationship Satisfaction among College Students. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 44(2), 1-16.
- Erikson, E. H.(1950). *Childhood and society*. New York: Norton (2ed).
- Evans, I. R.(1967). *Dialogue with erik erikson*. New York: Harper & Row.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., Brennan, K. A.(2000). An Item Response Theory Analysis of Self-Report Measures of Adult Attachment. *APA American Psychological Association*, 78(2), 350-365.
- Franklin, K. M., Janoff-Bulman, R. & Roberts, J. E.(1990). Long-term impact of parental divorce on optimism and trust: Changes in general assumptions or narrow beliefs?. *Journal of personality and Social psychology*, 59, 743-755.
- Ha, J. H.(1994). The changing process of clients' interpersonal relationship pattern in counseling: Time series multiple case study. Masters' thesis, Seoul University, Korea.
- Han, M. H.(1999). A Study of the Relationship among Self-Differnetiation and Marital Conflict,

- Conflict-Coping Behaviors of Couples. Masters' thesis, Sogang University, Korea.
- Hazan, C. & Shaver, P. R.(1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hazan, C. & Zeifman, D.(1994). Sex and the psychological tether. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood: Advances in personal relationships(151-178)*. London: Jessica Kingsley.
- Hendrick, C. & Hendrick, S. S.(1989). Research on love: Does it measure up? *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 391-402.
- Joung, E. H.(2004). The Study of Martial Stability through Family-of-Origin Differentiations, Self-Esteem, and Conflict-Coping Behaviors of Couples. Masters' thesis, Sung Shin Women's University, Korea.
- Kang, E. S. & Park, J. H.(2005). Differentiation of self, Social anxiety and Couple Intimacy in College-aged Koreans. *Journal of Korean family therapy*, 13(2), 149-169.
- Kerr, M. E. & Bowen, M.(1988). *Family evaluation: an approach on Bowen theory*. New York and London: Norton Company.
- Kim, C. D.(2002). Youth group counseling program development and evaluation. Korea Youth Counseling, edited, The Operation of the Youth Group Counseling(pp.75-108). Korea Youth Counseling.
- Kim, H. J. & Kim, M. C.(1999). The Interrelationship between Perceived Health in Family-of-Origin, Self-Esteem and Marital Adjustment. *Journal of family relations*, 4(2), 36-60.
- Kim, J. S.(1997). New Meaning of love. Seoul University Pree.
- Kim, K. S.(2000). The effect of the Love-Learning Program on the dating college student's intersexual relationship. Masters' thesis, Cheju National University, Korea.
- Kim, N. J.(1995). A Study on the Measurement of Social Anxiety. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 14(1), 78-81.
- Kim, N. R.(2001). The Effect of Attachment on Conflict Management Strategy in College Student's Romantic Relationship. Masters' thesis, Yonsei University, Korea.
- Kim, S. H.(2004). Validation Study revised inspection experience intimate relationships: Confirmatory factor analysis and item response theory around. Masters' thesis, Seoul National University, Korea.
- Kim, S. K.(2003). The Relationship between University Student's Romantic Attachment and Attachment Representation of Parents. Masters' thesis, Yonsei University, Korea.
- Kim, Y. M.(2005). The Mothers' parenting stress and perception of behavioral problems of children as mothers' attachment styles of the preschoolers with development disability children. Masters' thesis, DanKook University, Korea.
- Kobak, R. R. & Sceery, A.(1988). Attachment in adolescence: Working model, affect regulation and representation of self and others. *Child Development*, 59, 135-146.
- Koh, S. J., Lee, H. A., Lee, K. Y., Choi, J. A. & Yu, W. Y.(2003). Premarital Preparation Education Program based on the Integrated Approach Family Relation and Family Resource Management. *Journal of the Korean Home Economics Association*, 41(6), 47-61.
- Kwon, K. I.(1996). The Effect of the Group Counseling Program for College Student's Loving Relationships Development. Masters' thesis, Keimyung University, Korea.
- Larson, R., Clore, G. & Wood, G.(1999). *The emotions of romantic relationships: Do they wreak havoc on adolescents?* In W. Fuman, B. Brown, & C. Feiring (Eds.). *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 19-49.). New York: Cambridge University Press.
- Lee, S. H. & Chung, M. J.(2005). Effects of Differentiation from family of Origin and Self-Esteem of College Students on Their Coping

- Behaviors Toward Partners. *The Korea Journal of Youth Counseling*, 13(2), 33-45.
- Lee, S. Y.(2003). The Principle of Developing the Youth Group Program. *Korea Counseling Society Society of Group Counseling, Group Counseling 2003 Winter Conference*, 85-98.
- Levy, M. & Davis, K.(1988). Love styles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various relationship characteristics. *Journal of Social and Personal Relationship*, 5, 439-471.
- Lim, C. O.(2003). The Meta-Analysis for the effectiveness of the Career Guidance and Counseling Program. Masters' thesis, Jeon-Ju University, Korea.
- Main, M., Kaplan, K. & Cassidy, J.(1985). Security in infancy, childhood and adulthood: A move to the level of representation. In Bretherton, I. & Waters, E. (Eds.), *Growing points of attachment theory and research, Monographs of the Society for Research in Child Development*. 50(1-2, Serial No. 209), 66-104.
- Meer, J.(1985). Loneliness. *Journal of Psychology Today*, 32.
- Min, K. H., Kim, J. H., Yoon, S. B. & Jahng S. M.(2000). A study on negative emotion regulation strategies. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 14(2), 1-16.
- Monroe, S., Rohde, P., Seeley, J. & Lewinsohn, P.(1999). Life events and depression in adolescence: Relationship loss as a prospective risk fact for first on set of depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 108, 606-614.
- Murray, B.(1996). College youth haunted by increasing pressures. *APA Monitor*, 26:47.
- Na, B. Y.(2008). Relationships among Attachment with Parents, Self-Differentiation, and Fear of Intimacy by College Students. Masters' thesis, Chonbuk National University, Korea.
- Oh, H. J.(1997). A study on the relation of two depressive uvinerabilities to interpersonal problems. Masters' thesis, Korea University, Korea.
- Park, E. Y.(2003). The Effects of a Group Counseling Program for enhancing Male-Female Relationship on College Student Couples' Communication and Relationship Satisfaction. Masters' thesis, Korea National University of Education, Korea.
- Park, I. Y.(1996). Efficient Group Counseling Program for the Development of a Systematic Model. *Guidance Counselor*, 20, 19-40. Keimyung University Student Life Research Institute.
- Park, S. M.(2003). The Effect of parent's relationship and attachment with parents perceived by unmarried's on satisfaction of dating relationship. Masters' thesis, Seoul Women's University, Korea.
- Rhe, J. H.(2004). A Study on the Development & Efficacy of the child Aggression Reduction Program, Based on the Object Relation Theory. Ph D. thesis, Sook Myung Women's University, Korea.
- Shin, J. E., Bang, H. J. & Yoon, J. Y.(2009). The Relations among Female college Students Attachment Parent's Attachment and Student's Interpersonal Competence. *The Korean Journal of Woman Psychology*, 14(3), 347-363.
- Simpson, J. A.(1990). The Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 273-280.
- Skowron, E. A., & Schmitt.(2003). Assessing interpersonal fusion: Reliability and validity of a new DSI fusion with others subscale. *Journal of Marital and Family Therapy*, 29, 209-222.
- Son, H. J.(2009). The Relationship Among the Parental Attitude, the Psychological Well-being and the Romantic Relationship Satisfaction in University Students. Masters' thesis, Hongik University, Korea.
- Sroufe, L. A.(1988). The role of infant-caregiver attachment in development. In J. Belsky and T. Nezworski(Eds.), *Clinical implications of attachment (pp.18-40)*. NJ: Erlbaum.
- Sroufe, L. A. & Fleeson, J.(1986). Attachment and the construcion of relationships. *Relationships and*

- Development*, 5, 102-114.
- Sussman, S.(2001). *Handbook of program development for health behavior research & practice*. Thousand Oaks, CA: Sage.
- Yang, M. S., Choi, Y. H., Lee, J. M., Jean, S. A. & Jean, J. K.(2008). The Effects of Integrative Pre-marital Program Development for University Student's Couple Relationship Enhancement. *The Korea Journal of Counseling*, 9(1), 103-127.
- Yang, S. J.(2010). The Relationship between Parental Attachment and Adult Attachment. Masters' thesis, Sungshin Women's University, Korea.
- Young, J. E.(1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Sarasota, FL: Professional Resources Press.

접 수 일: 2012. 12. 20

수정완료일: 2013. 07. 23

게재확정일: 2013. 07. 25