

채 규 만 교수지도

석사학위 청구논문

건강한 부부의 특징

-Gottman의 이론을 중심으로-

2006년

성신여자대학교 대학원

심리학과

홍순건

건강한 부부의 특징
-Gottman의 이론을 중심으로-

채 규 만 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2005년 11월

성신여자대학교 대학원
심리학과
홍순건

인 준 서

홍순건의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____인

심사위원 _____인

심사위원 _____인

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 부부에 대한 국내의 선행연구의 결과들과 부부를 과학적인 방법으로 연구한 Gottman의 이론을 토대로 한국의 건강한 부부의 특징을 밝혀내는 것을 목적으로 하였다.

서울시, 경기도 및 수도권에 거주하는 부부 700명(350쌍)에게 질문지를 배포하여 총 490부(245쌍)를 자료분석에 사용하였다. 측정도구로는 한국판 결혼만족도 검사(K-MSI)의 전반적 불만족 척도, Gottman의 사랑지도 척도, 배우자를 좋아하고 존중하는 마음 척도, 공유하는 의미 척도, 의사소통 악화요인 척도, 배우자의 영향력 수용하기 척도, 회복 시도하기 척도를 사용하여 평가하였으며 수집된 자료는 모두 신뢰도 분석을 하였고, 연구문제에 따라 빈도분석, Pearson상관, 변량분석, 회귀분석을 이용하여 분석하였다.

본 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 몇 가지 인구통계학적 변인이 결혼만족도와 상관이 있었다. 연령이 높을수록, 결혼지속연수가 길수록 결혼만족도와 부적의 상관을, 교제 기간과는 정적인 상관을 나타내었다. 또한 남편의 결혼만족도가 아내의 결혼만족도보다 유의미하게 높았고, 직업, 가계 월 소득, 학력도 결혼만족도와 관계가 있었다. 중매혼보다는 연애혼이 결혼만족도가 유의미하게 높았고, 종교에서도 유의미한 차이를 보였다.

둘째, 몇 개의 변인에서는 남편과 아내가 유의미한 차이를 나타내었다. ‘좋아하고 존중하는 마음’ 척도 내에 ‘내가 배우자를 좋아하고 존중하는 것’, ‘공유하는 의미’ 척도 내에 ‘역할’, 결혼만족도에서 남편의 점수가 아내의 점수보다 유의미하게 높았다.

셋째, 각 변인 내의 문항에서 남편과 아내가 유의미한 차이를 나타낸 문항을 모검토하였다. 배우자를 좋아하고 존중하는 마음, 공유하는 의미, 회복 시도하기의 몇몇 문항에서 모두 남편이 아내에 비해 유의미하게 긍정적인 답을 하였으나 배우자의 영향력 수용하기에서는 남편이 아내의 영향력을 인정하지 않는 편이었다. 반면에 아내는 남편의 영향력을 더 수용해주는 것으로, 의사소통 악화요인에서는 아내가 남편보다 비난과 멸시적인 의사소통을 많이 보이는 것으로 나타났다.

넷째, 6개의 모든 변인은 결혼만족도와 유의미한 상관을 나타냈다. 부부의 인지적인 측면인 배우자를 아는 정도와, 부부 간에 서로 의미를 공유하는 것(의식, 역할, 목표, 상징), 부부의 정서적인 측면인 서로를 좋아하고 존중하는 마음, 또한 이혼의 가장 잘 예측하는 변인인 의사소통 악화요인(비난, 경멸, 방어, 담쌓기), 부부의 갈등을 조정하는데 필요한 서로의 영향 수용하기와 회복 시도는 모두 부부의 결혼만족과 유의한 상관을 나타냈다.

다섯째, 6개의 모든 변인들 중에서 결혼만족도를 가장 잘 예측하는 변인은 의사소통 악화요인이었다. 그 다음으로는 서로를 좋아하고 존중하는 마음, 부부간에 의미를 공유하는 것, 마지막으로 사랑 지도가 결혼만족도를 가장 잘 예측하였다.

이와 같이 본 연구를 통해 한국의 건강한 부부의 특징을 다각적인 측면에서 구체적으로 살펴볼 수 있었고, 부부 간에 서로를 아는 인지적인 측면과 서로를 좋아하고 존중하는 정서적인 태도, 부부 간의 의사소통 및 갈등의 효과적인 조절 방안이 결혼만족도와 관계가 있음을 알 수 있었다. 특히 결혼 생활 만족은 얼마나 의사소통의 4가지 악화요인이 나타나지 않는지에 가장 많은 영향을 받는 것으로 나타나 국내 부부의 의사소통 수준을 점검하고 의사소통 훈련이나 이혼 위기 상담 프로그램에 본 개념을 적용하는 것이 필요하겠다. 또한 부부 사이의 부정적인 의사소통 및 태도가 적고, 긍정적인 정서가 높을수

록 결혼만족도가 높았기 때문에 장기적으로 볼 때 부부 사이에 긍정적인 정서를 높여주는 개입이 효과가 있을 것이다.

본 연구는 Gottman의 연구가 한국의 부부에게 적용도 가능할 것을 보여 주었기에 국내의 부부 연구에 새로운 이론적 틀로 사용하여, 이혼율이 증가하는 국내의 실정에 효과적인 부부치료의 모델을 개발하는 데 도움을 줄 수 있을 것이다.

목 차

논문 개요

I. 서론

- 1. 연구의 필요성 1
- 2. 연구의 목적 5

II. 이론적 배경

- 1. 결혼만족도에 대한 선행 연구 7
 - 1) 결혼만족도의 정의 7
 - 2) 한국 부부의 결혼만족 9
 - 3) 인구통계학적 변인과 결혼만족도 9
- 2. 배우자에 대한 긍정적 감정과 결혼만족도와 관련된 선행 연구 10
- 3. 부부간에 서로 공유하는 것들과 결혼만족도에 관련된 선행 연구 11
- 4. 의사소통방식과 결혼만족도와 관련된 선행 연구 12
 - 1) 의사소통의 중요성 12
 - 2) 의사소통방식과 결혼만족도 13
- 5. 갈등대처방식과 결혼만족도에 관련된 선행 연구 15
- 6. 부부간의 수용과 결혼만족도에 관련된 선행 연구 17
- 7. Gottman의 부부치료 및 부부관계 증진에 대한 연구 17
 - 1) Gottman의 부부 연구 및 치료 17
 - 2) 행복한 부부, 불행한 부부의 특징 18
 - 3) 이혼의 4가지 재앙적 경고 (Four Horsemen) 20
- 8. Gottman의 'Sound marital house theory' 21

III. 연구 방법 27

1. 연구 대상	27
1) 인구통계학적 특성	27
2. 측정도구	28
1) 결혼만족도	28
2) 사랑 지도 (Love map)	29
3) 좋아하고 존중하는 마음 (Fondness & Admiration)	30
4) 의미 공유하기 (Shared meaning)	30
5) 의사소통 악화요인 (Four horsemen)	30
6) 배우자의 영향력 수용하기 (Accepting influence)	31
7) 회복 시도 (Repair attempts)	31
3. 자료 분석	32
IV. 연구 결과	33
1. 인구통계학적 특성과 결혼만족도	33
2. 변인 간 부부의 차이	34
3. 각 변인 내에서 부부의 차이	35
1) 각 변인에서의 부부간의 차이	35
2) 문항에서의 차이	36
4. 각 변인들과 결혼만족도의 상관	38
5. 결혼만족도를 가장 잘 예측해주는 변인	39
V. 논의 및 제언	40

참고문헌

ABSTRACT

부록

표 목 차

<표 1> 각 변인별 부부간의 차이	34
<표 2> 각 변인과 결혼만족도의 상관	38
<표3> 결혼만족도에 대한 중다회귀분석	39

I. 서 론

1. 연구의 필요성

‘결혼은 해도 후회, 안 해도 후회’라는 말이 있다. 남녀가 만나 사랑에 빠지고 영원을 약속하며 시작하였지만, 부부가 되어 함께 생활하는 것은 관계에 긍정적인 요소 뿐 아니라 처음에는 예상치 못한 결혼 생활을 힘들고 지치게 하는 부정적인 요소들도 그만큼 많다는 것이다.

가정은 부부의 관계가 성립되는 것으로 시작한다. 한 가정의 기본이 되며, 부부관계는 성장하는 자녀에게도 가장 직접적으로 영향을 미친다. 부부관계는 자녀의 정서, 행동에 유의미한 영향을 끼치는 것으로 보고되고 있다. 아동에게 가장 스트레스를 주는 사건은 모두 부모와 관련된 것으로 부모의 이혼, 부모의 질병, 부모의 부부싸움, 부모의 애정철회였으며 그 중에서 이혼은 이혼을 전후로 한 부부의 갈등이 아동에게 어려움을 준다고 보고되었다(이민식, 1999: 장휘숙, 1997: Osbome & Fincham, 1996: Peterson & Zill, 1986 재인용). 여러 연구들에 따르면 부모의 부부갈등은 아동의 공격적 행동, 비행 및 과잉행동과 같은 외현화 행동뿐 아니라 불안이나 우울, 미성숙 행동의 내면화 행동 문제에도 많은 영향을 미치는 것으로 보고되고 있다(김선희, 김경연, 1999: 이민식, 1999: Hamist & Ainsle, 1998 재인용).

그러나 최근 20여년에는 이혼율이 계속해서 증가하고 있고 1998년에는 이혼율이 32.1%로 한해 결혼한 부부의 1/3에 해당하는 부부가 이혼하는 것으로 나타났다.

2004년에는 13만 9365쌍이 이혼하여 2003년의 16만 7096쌍보다 16.6% 감소하였고 이것은 17년 만에 처음으로 이혼율이 감소한 것이었지만 한국의 이혼율은 여전히 세계 어느 나라보다도 높은 편이다(통계청, 2005). 이러한 실정에

따라 이혼하는 부부와 이혼 후 적응을 위한 프로그램들이 증가하고 있다. 대부분의 전문가들은 부부가 불행해지는 이유를 찾고자 많은 연구를 해왔고, 그것을 해결하기 위해 의사소통훈련이나 문제해결기술 같은 해결 방법을 시행해왔다. 그들이 조금 덜 불행해졌을지는 모르지만, 그리 많이 행복해지지지는 않았을 것이고 그렇게 행복해지지 않은 부부들은 상담을 받은 후에 결국 헤어지는 경우가 많았다(김준기, 2005).

역기능 부부와 역기능적 가족에 대한 연구들이 증가하고 있지만, 사후 처방보다 예방이 더 중요하기에 이를 위해 다양한 예비부부교육 프로그램이 증가하고 있다. 이미 이혼을 많이 경험한 미국에서는 이혼 예방을 위해 결혼 전 상담을 강조한 개정된 ‘결혼허가증제도(marriage license)’ 와 이혼에 따른 비용부담을 줄이기 위해 ‘서약결혼(covenant marriage)’ 제도를 실시하고 있다(김혜선, 2001). 대표적으로 플로리다 주에서는 1998년에 ‘결혼준비·유지법(Marriage Preparation and Preservation Act)’ 을 통과 시켰다. 이 법은 첫째로, 결혼 전에 고등학교 때부터 결혼 생활에 필요한 교육을 받을 것을 규정하는 데, 이 교육을 이수한 예비부부에게는 결혼허가증에 드는 비용을 감면하는 혜택을 주고 둘째, 이혼을 하려는 부부에게는 이와는 반대로 별도의 요금을 부과하고 미성년자녀가 있는 경우 부모교육을 의무적으로 수강하게 하여 이혼 예방을 목적으로 하는 것이다. 이런 교육은 많은 커플들이 결혼이나 이혼과 관련된 결정에 대해 고려할 수 있는 기회를 제공한다(Lindsey, 1998, 재인용). 또한 미국에서 무책주의 이혼(no-fault divorce)을 도입함으로써 이혼이 급속도로 증가하는 부작용이 나타났다. 이혼이 너무 쉽게 이루어지고, 가족의 가치가 급격히 하락하였기 때문에 10대의 임신에 대한 해결책으로 ‘서약결혼제도’가 도입되었다. 루이지애나 주와 애리조나 주에서는 이혼 시 무책주의를 채택하는 것과는 별도로 결혼을 앞둔 남녀에게 서약결혼을 선택할 수 있는 자유를 준다. 이것은 유책사유에 있어서만 이혼을 인정하고, 이혼 전에 대기 기간(waiting period)을 갖게 하고, 혼전상담을 의무화한 제도이다. 이혼율 증가로

인해 영국과 프랑스에서도 서약결혼과 그 밖의 결혼유지책들을 고려하고 있다 (Flory, 2000, 재인용) 미국의 이러한 가족정책은 한마디로 결혼 전 상담과 교육, 결혼 전의 대기기간이라는 형태로 예방적 수단을 강구함으로써 우선 파괴된 결혼을 수리하는 것에서 과정을 예방하는 쪽으로 관심을 기울이는 것이다 (김혜선, 2001).

최근에는 고도의 산업화와 핵가족화로 인해 직장 동료 및 교우관계 등 부부관계 이외의 여러 사회적 인간관계가 점점 소원해지면서 부부간의 친밀감이 개인의 심리적 안정에 더욱 중요한 요소로 대두되고 있다. 따라서 부부갈등이 심각하지 않은 부부의 경우에도 부부관계를 보다 증진시킴으로써 결혼만족도를 높이고자 하는 욕구가 높아지고 있다. 이에 따라 다양한 부부관계 프로그램이 실시되고 있다. 인지행동적 접근을 기초로 하는 미네소타 부부 의사소통 프로그램(Minnesota Couples Communication Program; MCCP), 내담자 중심 접근법을 기초로 한 부부관계 증진 프로그램(Conjugal Relationship Enhancement Program), 이혼예방 및 관계증진 프로그램(Prevention and Relationship Enhancement Program; PREP), 공감을 통한 관계수용 프로그램(Compassionate and Accepting Relationships through Empathy; CARE), 예비 커플을 위한 예방과 교육적 차원의 PREPARE, 부부관계 향상을 위한 ENRICH 프로그램 등이 있다. 또한 가톨릭 교회에서 개발되어 사용되는 참 만남(Marriage Encounter)프로그램 등이 실시되고 있다. 대부분의 프로그램들은 의사소통, 갈등해결, 가치, 역할기대, 친밀감, 현실적인 결혼 기대 및 즐거움 추구 활동들을 빈번하게 포함하고 있다.

최근 사회구성주의에 기반을 둔 해결중심적 접근, Satir의 성장모델을 적용한 부부상담 프로그램 등이 개발되어 사용되면서 부부관계의 긍정적 측면에 중요성이 부과되고 있으나, 많은 선행연구들이(김주혜, 1994; 이창숙, 유영주, 1998; 최윤화, 2000; 김순옥, 2001) 부부관계의 부정적 측면을 감소시키는데 주력해왔다. 그러나 최근의 몇몇 전문가들은 행복하게 사는 부부를 직접 관찰하

고 면담하는 실험을 통해 그들의 특징을 알아내려는 시도를 하였다. 그 중에 대표적인 사람은 J. M. Gottman 박사이다. 그는 ‘무엇이 결혼을 실패하게 하는가’ 보다 ‘무엇이 결혼을 성공하게 하는가’에 초점을 맞추어 건강한 부부를 연구하였다. 시애틀의 외곽에 ‘사랑 연구실(Love Lab)’ 이라는 실험실에서 주말마다 그곳을 찾아오는 부부를 상담하고 관찰하는 연구를 20여 년 간 해왔다. 이런 경험과학적인 연구 결과를 통해서 그는 행복한 결혼 생활을 위한 7가지 원칙(The seven principles for making marrying work)을 발견하였다. Gottman은 이혼을 예방하고 부부관계를 증진시키는 핵심요인은 부부 사이의 긍정적 감정이며, 이를 정서적 지능(emotional intelligence)에 의한 결혼생활이라고 불렀다.

본 연구에서는 기존의 부부 상담 프로그램들이 부부갈등이나 역기능에 초점을 맞추고 기법의 교육에 주력한 것을 높은 재발율의 원인으로 보아 이혼 후 사후처방이나, 결혼의 부정적인 면을 감소시키려는 노력 보다는 부부 문제에 있어서 부부의 건강한 부분에 중점을 두고 그것을 개발함으로써 효과를 가져온 Gottman의 ‘건강한 부부의 특징’들을 사용하여 한국의 건강한 부부의 특징을 알아보려고 한다.

Gottman의 주요한 이론적인 틀인 ‘Sound Marital House Theory’ 중에서 가장 영향력 있다고 여겨지는 5가지 요인들- 부부가 서로에 대해 아는 정도(인지적 측면), 부부 간의 서로에 대한 긍정적 감정, 부부 사이의 삶의 의미를 나누고 공유할만한 새로운 삶의 의미의 창조, 이혼의 가장 좋은 예측 인자인 4가지 의사소통 악화요인, 부부 갈등을 조정하는 방식으로써 배우자의 영향력을 수용하기와 관계의 회복 시도(행동적 측면)를 중심으로 이 요인들과 결혼 만족도와의 관계를 알아봄으로써 한국에의 적용을 검증할 것이다.

2. 연구의 목적

본 연구는 앞서 논의한 연구의 필요성에 근거하여 부부에 대한 국내의 선행연구의 결과들과 건강한 부부의 특징을 과학적으로 밝혀낸 Gottman의 이론을 적용하여 우리나라에서 건강한 부부의 요인을 밝혀내는 것을 목적으로 한다. 구체적인 목적은 다음과 같다.

- 1) Gottman의 건강한 부부의 이론(Sound Marital Theory)을 한국 상황에 적용하여 건강한 부부의 특징을 검증한다.
- 2) 건강한 부부 특징을 밝혀내어 앞으로 국내에서 시행할 효과적인 부부 프로그램 (이혼예방 및 부부치료) 구성에 방향성을 제시한다.

이러한 목적을 갖는 본 연구의 가설은 다음과 같다.

연구문제1. 상대를 아는 정도(부부간의 인지적인 측면)와 결혼만족은 어떠한 관계가 있는가?

가설1. 상대를 잘 알고 있는 부부는 결혼만족이 높을 것이다.

연구문제2. 배우자를 좋아하는 마음과 존중하는 마음의 정도와 결혼만족은 어떠한 관계가 있는가?

가설1. 배우자를 좋아하고 존중하는 마음이 많을수록 결혼만족은 높을 것이다.

연구문제3. 부부간 자신의 삶의 의미를 나누고 함께 공유할 인생의 의미를 새롭게 창조하는 정도와 결혼만족은 어떠한 관계가 있는가?

가설1. 삶의 의미를 나누고 새롭게 창조하는 정도가 많을수록 결혼만족이 높을 것이다.

연구문제5. 4가지 의사소통의 악화요인이 나타나는 정도와 결혼만족은 어떠한 관계가 있는가?

가설1. 4가지 의사소통 악화요인이 많이 나타날수록 결혼만족이 낮을 것이다.

연구문제6. 부부간에 서로를 수용하는 정도와 결혼만족은 어떠한 관계가 있는가?

가설1. 서로를 잘 수용할수록 결혼만족이 높을 것이다.

연구문제7. 부부가 다투고 난 후에 관계의 회복시도를 성공적으로 할 수 있는 능력은 결혼만족과 어떠한 관계가 있는가?

가설1. 회복시도를 잘 하는 부부일수록 결혼만족이 높을 것이다.

연구문제8. 부부들의 상대를 아는 정도, 배우자를 좋아하고 존중하는 마음의 부부간 삶의 의미를 나누고 새롭게 창조하는 정도, 의사소통의 악화요인, 서로를 수용하는 정도, 다투고 난 후의 관계의 회복시도가 잘 이루어지는 것 중 어떤 요인이 전반적인 결혼만족을 가장 잘 예측해주는가?

가설1. 의사소통 악화요인이 다른 변인에 비해 전반적인 결혼만족도에 영향을 가장 많이 미칠 것이다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 결혼만족도에 대한 선행연구

1) 결혼만족도의 정의

부부의 결혼생활의 질을 측정하기 위해서 다양한 개념이 사용되지만, 현재 가장 보편적으로 사용되는 개념은 결혼만족도이다. 만족이란, 한 개인이 자신의 목표와 욕구를 어느 정도 달성했는가 하는 주관적이고 개인적인 상태이다. 이런 만족감의 개인의 과거와 현재의 경험, 개인의 기대에 의해 영향을 받게 된다. 결혼만족도(Marital Satisfaction Scale)는 부부관계의 주관적인 평가나 태도를 의미하는 일반적인 용어로서, 가족관계에 대한 연구가 시작된 1930년대에서부터 사용되기 시작했다(권정혜, 채규만, 1998).

많은 학자들이 결혼만족도에 대하여 정의하였는데, Rice(1979)는 남편과 아내의 개인적인 욕구가 서로의 상호작용을 통해 충족되는 정도를 말하며, 부부간 상대방에 대한 기대와 상대방이 보이는 실제 수행과의 차이에 의해 결혼만족이 결정된다고 보았다. Hawkins(1968)는 결혼 생활 전반에 대한 행복, 만족과 기쁨의 주관적 감정으로 설명하고 있다. 이것은 일종의 태도로서 부부를 비롯한 가족 간의 애정은 물론 원만한 인간관계, 경제적 안정 및 자녀의 출산과 순조로운 성장, 사회적 성공이 포함되는 것으로 결혼 생활 전반에 걸친 여러 가지 복합적인 요인에 의해 영향을 받는다고 주장하였다. Lewis와 Spanier(1980)는 한 사람이 가지는 결혼에 대한 기대와 그가 실제로 받는 보상의 일치 정도라고 정의하였다. Lenthall(1977)은 개인의 기대와 결혼의 결과 사이의 비교라고 정의하였다. 그러나 많은 연구에서 결혼만족도는 결혼적응, 결혼안정성, 결혼행복, 결혼의 질과 유사한 개념으로 혼용되어 사용된다

(Acitelli, Douvan & Veroff, 1993; Beach et al, 2003, 재인용). 결혼만족도는 매우 복잡한 구성개념으로 여러 연구들에서도 이를 구성하는 하위 요인에 대해 각기 다른 요인을 가정하고 있다.

본 연구에서는 Snyder(1979)에 의해 개발된 결혼만족도 검사(Marital Satisfaction Inventory, MSI)를 국내 상황에 수정한 K-MSI에서 정의한 개념을 사용하기로 한다. K-MSI는 총 14개 척도로 구성되어 있으며 이 중 2개(비일관적 반응척도, 관습적 반응척도)의 척도는 검사의 타당도를 측정하는 척도이고, 나머지 12개의 척도는 전반적 결혼만족도를 측정하는 1개의 척도와 결혼 생활 각 영역에서의 불만을 평가하는 10개의 척도로 되어있다(권정혜, 채규만, 1996). 10개의 척도는 정서적 의사소통 문제척도, 문제 해결 의사소통 문제 척도, 공격행동 척도, 공유시간 갈등 척도, 경제적 갈등 척도, 성적 불만족 척도, 관습적 성역할 태도 척도, 원가족 문제 척도, 배우자 가족과의 갈등 척도, 자녀 불만족 척도, 자녀 양육 갈등 척도로 구성되어 있다. 연구결과, 우리나라 부부들의 결혼 만족도를 구성하는 제 1의 요인은 관계에 대한 전반적인 태도나 감정과 의사소통문제와 함께 정서적 문제, 성관계에 대한 불만족, 배우자 가족과의 문제 등 부부 갈등의 구체적인 영역에서의 만족 요인들을 반영하는 것으로 나타난다. 이 결과는 부부의 결혼만족에는 부부사이의 애정, 효과적인 의사소통과 갈등해결 기술에 있다는 기존의 연구들에 부합하는 것이며 (Glick & Grows, 1975; Gruamn & Kuiskern, 1981, 재인용) 이는 우리나라의 이혼 문제를 예방하기 위해서는 부부간의 대화와 갈등 해결 기술 훈련이 절실히 필요하다는 것을 시사한다.

또한 이혼집단과 규준집단 여성의 K-MSI 하위 척도 분석 결과 관습적 성역할 태도 척도, 자녀 불만족 척도, 원가족 문제 척도를 제외하고 모든 척도(비일관적 반응 척도, 관습적 반응 척도, 전반적 불만족 척도, 정서적 의사소통 척도, 문제해결 의사소통 척도, 공격행동 척도, 공유시간 갈등 척도, 경제적 갈등 척도, 성적 불만족 척도, 자녀양육 갈등 척도)에서 유의미하게 높은 점수

를 보였다(권정혜, 채규만, 1996). 특히 결혼생활에 대한 불만족 정도를 전체적으로 측정하는 전반적 불만족 척도는 정상집단과 이혼집단을 잘 변별해 주었다.

2) 한국부부의 결혼만족

한국 사회에서 부부의 결혼만족에 영향을 미치는 요인에 대한 연구들이 많이 있다. 그 중 한영춘(1979)은 결혼만족과 관련된 요인을 성격 요인, 사회문화적 배경요인, 역할 기대 요인, 경제 요인, 성 요인, 자녀 교육 요인, 친척 요인 등으로 보았다. 최규련(1988)은 크게 사회 인구학적 요인과 상호작용 요인, 사회 심리적 요인으로 나누었는데, 그중 상호작용 요인은 애정과 성, 의사소통, 우애성, 공유시간으로 보았다. 또한 결혼만족도 관하여 문헌고찰을 한 김혜선(1982)의 연구에서는 애정, 성, 의사소통 요인이 결혼만족도와 뚜렷한 정적 상관을 보인다고 하였고, 김혜경(1986)은 인척 요인, 경제적 요인, 성적 요인, 의사소통 요인, 성격 요인, 역할 요인 등으로 보았다. 이중 공통적으로 포함되고 있는 것이 인척 요인, 성 요인, 의사소통 요인, 애정 요인이다.

3) 인구통계학적 변인과 결혼만족도

결혼만족도를 다룬 일부 선행 연구들은 부부간의 결혼만족에 영향을 주는 주요 변인들로 성별, 연령, 학력, 자녀수, 결혼지속연수등을 다루었다.

성별에 따른 결혼만족에서는 많은 연구에서 일관적으로 남편이 아내보다 결혼만족이 높다고 보고되었다(유영주, 1978; 이옥진, 1982; 최규련, 1987; 권정혜·채규만; 1998). 이는 유교적인 가부장제 전통이 남아있는 우리나라에서는 부인에게 복종과 인내를 요구하기 때문이라고 볼 수 있을 것이다(허윤정, 1996).

연령별 결혼만족은 연령이 낮거나 신혼기의 부부들이 일관되게 결혼만족이 높다고 알려졌으나, 연령의 증가에 따른 결혼만족과의 관계에 대한 연구는 일관되지 않고 있다. 유영주(1978)와 허윤정(1996)은 연령이 낮을수록 결혼만족

은 높아진다고 한 반면, 박경자(1981)의 연구에서는 남편과 부인이 모두 연령과 결혼만족과는 유의한 상관을 나타내지 않았다.

사회경제적 수준과 결혼만족도의 연구에서는 대부분 교육수준, 소득수준, 남편의 지위수준이 결혼만족과 정적인 상관을 보였다(이인수, 유영주; 1986, 김화자, 윤종희; 1991). 또한 절대적 수입보다는 수입에 대한 주관적 만족수준이 더 중요하다는 연구결과도 나타났다(Lewis, Spanier, 1979; 이동원, 1988).

결혼지속연수와 결혼만족의 연구결과는 일관되지 않고 있다. 이인수와 유영주(1986)는 결혼초기에 만족도가 가장 높고, 첫 아이의 출생 후에 감소를 보이다가 자녀가 청년기에 도달하면서 다시 감소하고 부모의 역할에서 벗어나는 단계에 이르면 결혼만족이 더욱 감소한다고 하였다. 그러나 Gilford(1986)는 가족생활주기에 따라 결혼만족이 점차 증가한다고 하였다. 국내의 연구에서도 결혼지속연수에 따른 결혼만족이 통계적으로 유의한 차이를 나타내지 않았다(송말희, 이정우, 1986; 정현숙, 1994; 김명자, 이옥진, 1982, 재인용).

결혼형태를 보면, 연애혼의 경우가 중매혼인 경우보다 더 높은 결혼만족도를 보이는 경향이 있었다(이동원, 1988; 한남제, 1988). 종교적 변인에서는 부부가 동일한 종교를 가질 때에 결혼 만족도가 높으며, 종교를 갖고 있는 사람이 종교를 갖지 않은 사람보다 결혼만족이 더 높다는 결과도 있었다(김미숙, 1989).

2. 배우자에 대한 긍정적 감정과 결혼만족도와 관련된 선행 연구

Sternberg(1986)는 사랑의 삼각이론에서 사랑은 친밀감, 열정, 헌신의 구조로 이루어져 있다고 하였다. 결혼 전 교제 기간과 마찬가지로 결혼 후의 기간의 전반의 걸쳐서 배우자에 대한 친밀감, 열정, 헌신은 중요하다. 강진경, 신수진(2001)의 연구에 따르면 결혼 기간에 따라 부부의 사랑의 구조는 질

적으로 다른 패턴을 보인다고 하였다. 결혼 5년 이내의 부부와 21~30년 사의 부부는 헌신 차원이 다른 요인과 독립적으로 나타났다. 이 시기의 부부들은 사랑구조에서 헌신의 비중이 낮고, 다른 요인과 독립적이었기 때문에 이 시기의 부부에게서 극단적으로는 결혼 위기 혹은 해체의 가능성을 설명할 수 있었다. 반면 결혼한 지 6~10년 된 부부, 11~20년 된 부부처럼 헌신과 친밀감, 열정 차원이 결합되어, 해당 결혼기간에서 친밀감이나 열정이 약해질 때 헌신 또한 함께 흔들릴 수 있다는 것을 보여주었다. 결혼 후 4~5년에 결혼의 만족도가 감소하며(Bradbury, Cohan, Karen, 1998), 10%의 부부가 결혼한 지 3~4년에 별거를 하는 것(McDonald, 1995), 대부분의 이혼이 결혼 후 7년 사이에 가장 많이 발생하는 것 등은 친밀감과 열정의 감소가 결혼만족도와 유의미한 것을 알 수 있다.

또한 Gigy, Kelly(1992)의 California 이혼 프로젝트에서는 이혼하는 부부의 80%는 부부 사이에 서서히 가깝다는 감정이 사라지고 멀어진다는 점을 밝혔다. 특히 중기 이혼 부부들 간에는 긍정적인 정서의 결여가 특징적으로 나타났다.

3. 부부 간에 서로 공유하는 것들과 결혼만족도와 관련된 연구

이 주제는 기존 연구들에서 많이 다루지 않았다. 부부가 새로운 가정을 만들고, 새로운 가족문화를 창조하는 데 있어서 조율하는 과정은 필수적이다. 고재홍, 전명진(2003)은 부부의 가치관(성공지향, 전통지향, 관계지향, 쾌락지향, 권력지향), 결혼관(경제적 여유, 애정표현, 성적만족, 종교나 정치 등에 관한 비슷한 신념을 갖는 것, 상호신뢰, 집안일 함께하기), 취미, 성격(Big Five: 외향성, 호감성, 성실성, 정서안정성, 교양성)의 네 가지 영역에서 부부간의 프

로파일 일치도를 통해 '부부 유사성'이라는 개념을 제안하였다. 분석 결과 네 가지 영역 모두에서 어느 정도 유사성이 있었고, 가치관과 결혼관의 유사성이 취미와 성격의 유사성보다 상대적으로 큰 것으로 나타났다. 또 부부들의 유사성 크기 중 유일하게 결혼관의 유사성 크기가 남편과 아내의 결혼만족도에 모두 영향을 주는 것으로 나타났다. 여섯 가지 가치관 중 남편의 결혼만족도는 어느 것도 유의한 상관이 없었으나, 아내의 결혼만족도는 생활지향 가치관, 관계지향 가치관 유사성과 유의한 상관을 보였다. 결혼만족도와 관계에서 남편은 애정표현과 상호신뢰의 중요성에서 아내와 차이를 느낄수록, 아내는 경제적 측면, 성생활, 상호신뢰의 중요성에서 남편과 차이가 클수록 결혼만족도가 낮았다. 그러나 예상외로 종교와 정치관의 차이나 가사분담에 대한 견해 차이는 남편과 아내의 결혼만족도와 무관한 것으로 나타났다.

4. 의사소통 방식과 결혼만족도와 관련된 선행연구들

1) 의사소통의 중요성

부부 의사소통과 결혼생활 만족은 가장 연구가 많이 이루어지는 분야이다. 연구들이 공통적으로 지적하는 점은 부부간의 대화기술과 문제 해결 능력이 결혼생활을 만족스럽게 유지하는 가장 큰 요인이라는 것이다(윤성숙, 1996; Jacobson & Margolin, 1979; Krudson, Sommers, & Golging, 1980; Vincent, Weiss & Brichler, 1975, 재인용). 부부관계 만족에 의사소통이 지니는 역할은 대단히 크다고 밝혀졌으며(Bienvene, 1970; Gilbert, 1976; Powers, 1979, 재인용), 부진한 의사소통 기술은 불만족한 부부들에서 유의미하게 많이 나타났다. 의사소통의 기본 역할은 두 사람 사이의 오해와 갈등을 조정하여 이해와 협조를 증진하는 것으로써 부부간의 높은 결혼만족은 효과적인 의사소통을 통한 상호이해를 바탕으로 친밀한 관계를 형성해 나갈 때에야 이룩될 수 있다고 보

았다(이상숙, 1989, 재인용).

Primary Communication Inventory의 개발자인 Lock, Saugh, Thomas(1956)는 의사소통과 자기보고식 결혼만족도는 높은 상관관계가 있다고 하였으며, Snyder(1979)는 부부간의 개방된 의사소통이 결혼생활의 질을 향상시키고 결혼생활에 있어야 할 내면의 신뢰감을 키운다고 하였다. 김쟁산(1983)은 부부의 의사소통이 결혼만족도에 미치는 영향을 조사하였는데, 결혼만족도에 영향을 주는 7개 요인 중 의사소통이 차지하는 변량이 가장 컸고, 송말희(1983)의 결혼만족도와 의사소통 이해도와와의 관련성에 대한 연구에서도 의사소통 이해도 수준이 높아짐에 따라 결혼만족도 점수도 높아져 결혼만족도가 의사소통에 의해 영향을 받는 것을 알 수 있었다. 또한, 부부간의 개방적인 의사소통은 부부간의 이해, 적응, 만족을 더 촉진시키며(Blood & Woolf, 재인용), 의사소통 효율성이 높을수록, 부부의 공동여가 활용의 빈도가 높을수록 부부의 결혼만족도가 높았다(김화자, 윤중희, 1991, 재인용). 의사소통이 잘 되는 가정이 결혼에 대한 후회 빈도가 낮았으며, 이혼을 고려해 본적이 있는 주부와 의사소통에 관한 교육을 받은 경험이 없는 주부가 낮은 가정생활 만족도를 보였다(박경자, 1981). 결혼관계에서의 대화 단절은 부부간의 갈등상황을 유도하는데(Cavison et al., 1983) 부부간의 의사소통 이해도와 결혼만족도 간에는 정적인 상관관계가 있었다(송말희, 이정우; 1986).

2) 의사소통 방식과 결혼만족도

결혼만족도가 낮은 부부들일수록 부정적인 의사소통 방법을 많이 사용하며, 자신의 감정과 소망을 나타내는 표현을 적게 하는 것으로 나타났다(Halweg, Reisner, Johli, Vollner, Schindler, & Revenstrof, 1984, 재인용). 이들은 문제에 봉착했을 때 객관적으로 잘못을 찾으려 하지 않고, 상대방에 원인을 돌리는 단점 찾아내기, 서로 불평하기, 문제 부추기기, 교착상태, 끼어들기, 단정적 언어 표현, 문제 돌리기 등의 행동을 보인다. Christensen과 Sullaway(1984)는

의사소통 방식을 3가지(상호 건설적 방식, 상호회피 방식, 요구-철회 방식)로 나누었고 그 중 상호 회피 및 요구-철회방식이 단기적으로나 장기적으로 결혼 만족도에 부정적인 영향을 끼친다는 것을 나타냈다(Christensen, 1998; Christensen & Shenk, 1991; Heavy et al., 1993, 재인용). 상호회피 방식은 부부 모두 갈등 영역에 대한 대화를 회피하는 것을 의미하고, 요구-철회 방식은 배우자 중 한 명이 상대를 비난하고 불평하거나, 변화를 추구하는 대화를 시도하는 하지만 상대 배우자는 대화를 끝내려고 하거나, 대화의 주제를 바꾸며 침묵을 지키거나 대화 장소를 떠남으로써 대화를 회피하려는 방식이다. Christensen등(1991)은 요구-철회 방식의 중요성을 강조하였으며, 이 방식이 가장 치료하기 어렵고 결혼의 질과 결과에 부정적인 영향을 미친다고 하였다. 또한 국내연구에서는 부정적인 의사소통으로 남편은 통제식 말하기(충고), 아내는 양심품고 말하기(잔소리)를 가장 많이 사용하고 있었다(송시내, 1999). 부부간의 의사소통이 상대방에게 요구하고 잔소리하는 등의 비효율적인 의사소통 방식으로 굳어져갈 때, 결국은 상대방을 깎아 내리는 모욕적인 말이나 욕설 등의 언어적 폭력까지 발전될 수 있었다(이종선, 권정혜, 2000).

박영화, 고재홍(2005)은 갈등 시 사용하는 의사소통 방식이 자신의 결혼만족도와 배우자의 결혼만족도에 미치는 영향을 살펴보았는데, 비난과 공격이 포함된 의사소통 행동과 대화 회피적인 의사소통은 자기효과뿐 아니라 상대방 효과도 유의하였다. 부부가 갈등 시 사용하는 의사소통 방식이 예상과는 달리 상대방보다는 오히려 자신의 결혼만족도를 떨어뜨리며, 부부 각자의 결혼만족도는 자신이 사용하는 의사소통 방식과 갈등대처행동에 더욱 영향을 많이 받는다는 사실을 발견하였다.

결혼만족도가 높은 부부들은 긍정적인 의사소통 방법을 사용한다. 나-전달법, 공감적 경청, 요약하기, 개방형 질문, 긍정적 환류 등이 많이 나타나며, 개인적인 문제를 논의하고 대화하는 데 보다 많은 시간을 보내고, 갈등을 갖는 시간이 적은 것으로 나타났다(Bornstein & Bornstein, 1986). 즉, 긍정적 의사

소통은 높은 결혼만족과, 부정적 의사소통은 낮은 결혼만족과 관련이 있다. 이처럼 부부 사이의 의사소통은 결혼만족과 직결되어 있고, 만족스런 부부들은 긍정적 사고와 감정을 언어적 비언어적 의사소통으로 표현할 수 있다. 또한 기능적인 의사소통에는 부부가 자신이 느끼고 생각하는 것을 충분히 이야기하여 상대방의 마음을 이해하고, 이후에는 전과는 다른 방식으로 행동할 수 있도록 의견을 협상하는 '상호 타당화 과정(mutual validation, Gottman, 1979)'이 있다.

5. 갈등대처방식과 결혼만족도에 관련된 선행연구

대부분의 선행연구에서 부부가 문제가 생긴 갈등상황에서 어떻게 대처하는지와 결혼만족도가 유의미한 관계가 있다고 주장하였다.

갈등대처방식을 구분하는 연구 방법이 다양한데, 부부 사이에 갈등이 있을 때 보이는 태도에 대한 용어로 문제해결행동유형(최혜경, 노치영; 1994), 문제해결전략(유은희, 1994), 갈등해결방법(김은정, 1992), 통제시도유형(이정연, 1991), 갈등관리형태(길미령, 1990)등이 있다.

갈등대처행동 유형은 다음과 같이 분류되고 있다. Pearlin과 Schoole(1978)는 충고 구하기, 감정 표출, 협상, 체념, 선택적 무시를 제시하였다. Rice(1979)는 갈등대처행동으로 완전한 이해, 갈등 해결에 도달하는 건설적인 싸움, 자신을 자극하는 상황이나 문제 등을 피하여 갈등을 방지하는 회피, 문제 자체보다 상대의 자아를 공격하는 파괴적인 싸움, 위협과 복종, 역할 유도·역할 수정·역할 역전, 협상과 그에 따른 계약 등으로 분류하였다. Straus(1979)는 갈등대처행동으로 문제에 대해 의논하거나 해결할 정보 등을 이용하는 이성적 방법과 상대에게 상처 주는 말이나 행동을 하는 언어적 공격, 육체적 힘이나 완력을 이용하는 폭력의 3가지로 구분하였다.

갈등대처행동과 결혼만족도에 관한 국내·외의 경험적 연구결과들을 보면, 일반적인 경향을 발견할 수 있는데, 갈등대처행동에 따라 결혼만족도가 달라진다는 점이다. 국외의 연구에서, Heavy와 Christensen(1993)은 남편이 요구형이고, 아내가 후퇴형인 것이 그 반대인 경우보다 결혼만족도에 긍정적인 영향을 미치고 있다고 하였다. 또 갈등상황에서 부정적인 감정을 억제할 경우, 긍정적 방식을 사용할 경우(Bowman, 1990) 결혼만족도가 높아진다고 하였다. 국내의 연구에서는 이성적 대처방식을 사용할 경우 결혼만족도가 높고(김은정, 1992), 회피적 대처방안을 사용할 경우에 결혼만족도가 낮게 나타났다.

결혼만족도가 낮은 부부들은 결혼만족도가 높은 부부들에 비해서 부부문제 해결 시 상호 적대적이거나, 아내가 적극적으로 요구하는 한편, 남편은 회피적으로 대응하는 부정적 상호작용을 보인다(Billing, 1979; Christensen & Heavy, 1993, 재인용) 또한 Thompson과 Walker(1991)는 부인이 남편보다 더 적극적이고 주도적인 역할을 하며, 이는 부인이 결혼 생활에 대해 남편보다 더 민감하고 반응적으로 지각하며 갈등을 해결해야 할 책임자로 자신을 보는 경향이 있다고(최혜경, 노치영;1994, 재인용) 하였다. 부부문제 해결에서 파괴적이거나 회피적인 행동을 취하는 부부는 부부문제 해결 효율성이 낮고, 결혼에 대해 불만족한 것으로 나타나는 반면에, 긍정적으로 행동하는 부부의 부부문제 해결 효율성은 높았고 결혼에 대해서도 만족한 것으로 나타났다(Canary & Cupach, 1988).

그러나 대부분의 국내 연구에서는 남편이 주로 이성적이거나 행동을 표출하는 방식을 취하고, 부인은 방어적인 갈등 대처 유형을 사용하는 것으로(송말희, 1990; 김명자, 1991; 최규련, 1994; 최혜경, 노치영, 1994, 재인용) 나타났다.

6. 부부간의 수용과 결혼만족도에 관련된 선행연구들

Jacobson과 Christensen(1996)은 부부 간의 문제를 해결하는데, 갈등이 심한 부부들에게는 변화를 위한 직접적인 시도가 어렵고 이때 관계를 향상시킬 수 있는 유일한 방법은 부부 사이에 처음에 수용하기 어려웠던 것들을 수용하도록 촉진하는 것이라고 주장하였다. 그는 그동안의 연구에서 이런 수용을 촉진할 수 있는 전략은 행동적 기술에서는 전무했다고 하였다. 부부치료를 받는 부부들은 자신이 가지고 있는 이상적인 남편상, 아내상에 맞추어 배우자를 개조시키려는 투쟁을 하는 데, 그것이 갈등을 일으키며 그런 투쟁을 그만두게 하여야한다고 주장하였다. Watzlawick, Weakland, Fisch(1967)는 배우자를 변화시키려는 부부들의 노력은 때로 자기 패배적이며 역효과를 가져올 수 있기에 이런 투쟁을 그만두게 한다면, 부부 간의 맥락의 전환이 일어날 수 있다고 보았다. 즉, 수용 작업은 해결할 수 없는 문제들과, 화해하기 힘든 차이점을 다루기 위해 실시되는 것으로 부부들이 겪는 문제와 차이점을 없애려하기 보다는 그것들을 이용하여 관계에서 더 큰 친밀감을 촉진하는 것이 그 목적이라고 보았다. 많지는 않지만, 몇몇의 연구에서 부부간에 해결하기 어려운 문제에 대해서는 수용하는 것이 유일한 방법이라고 주장하였다.

7. Gottman의 부부치료 및 부부관계 증진에 대한 연구

1) Gottman의 부부 연구 및 치료

그동안의 많은 결혼문제 상담자들은 자신들이 학습한 지식이나 경험, 직관이나 가족사 또는 종교적인 신념에 기초를 두면서 상담을 해왔지만, 확실한 과학적인 이론에 근거한 관점은 결여되어 있었다. 그러나 Gottman 박사는 20여 년간 결혼 생활의 본질을 탐구하기 위해 대대적이고도 전대미문의 새로운

연구를 하여 얻은 과학적인 데이터를 토대로 부부치료를 하고 있다. ‘사랑 연구실’을 중심으로 부부문제를 연구하는 실험실을 운영하였다. 일방경을 통해 부부의 일상생활을 관찰하고, 가슴에 부착한 센서로 맥박, 혈압, 땀 등을 측정하며 카메라로 얼굴의 표정과 대화를 수백 개의 비디오 테이프에 담아 분석해 왔다. 그러한 연구를 통해 이혼의 예측요인을 찾아냈으며, 그 결과 부부의 상호작용을 5분만 관찰하여도 부부가 행복한 결혼생활을 할 것인지 이혼이나 파경을 맞을지를 91%의 정확도로 예측할 수 있게 되었다.

결혼 문제 해결에는 여러 종류의 접근이 있지만 대부분이 높은 재발을 보인다. 가장 효과적이라고 여겨졌던 워싱턴 대학의 Jacobson(1984)의 행동적 접근의 개별적 치료를 받은 후 관계가 개선된 부부는 55%였으며 부부갈등이 해결된 부부는 35%에 불과하다고 보고하였다. 그리고 1년 후에 해결된 35% 중의 절반의 부부가 관계 유지를 위해 두 번째 치료를 받는다. Jacobson과 Addis(1993)은 부부치료에 대한 다양한 연구들을 메타 분석한 결과 치료 후 회복된 부부들 중 2년 내에 심한 재발이 생기는 경우가 30-50%라고 보고하였다. 반면 Gottman의 치료접근은 640쌍의 부부를 대상으로 집단치료를 시행하고, 9개월 후 추적 조사에서 20% 이하의 낮은 재발율을 보인 것으로 보고하였다(Gottman & Silver, 1999). 미국 전체에서 재귀 비율이 평균 30-50%에 비교하여 낮으며, 이혼 직전의 27% 부부들에 대해 추적 조사 결과, 3개월 후에는 6-7%가 여전히 이혼을 생각하고 있었지만, 9개월 후에는 0%가 되었다.

2) 행복한 부부, 불행한 부부의 특징

Jacobson 등(1985)은 대부분의 부부치료 효과 연구들을 조사한 결과, 치료 후 1년 동안 효과가 지속되는 부부에게서 3가지 유형의 변화가 나타난다는 사실을 밝혀냈다.

- 갈등이 없는 상태에서 긍정적 부부관계(positive interaction)가 증가
- 갈등 상황에서 부정적 부부관계(negativity)가 감소

- 갈등상황에서 긍정적 부부관계가 증가

Gottman과 Notarius(2002)는 15년간에 걸쳐 677쌍을 대상으로 한 7개의 실험실 연구를 통해 행복한 부부와 불행한 부부의 특성을 밝혀냈는데, 이는 Jacobson의 연구 결과와 맥락을 같이한다. Gottman과 Levenson(2000)은 불행한 부부의 7가지 특성을 다음과 같이 설명하였다.

- 긍정적 감정보다 부정적 감정이 1:1.25 이상의 높은 비율을 보이는 부부
- 의사소통의 4가지 위험요소(비난, 방어, 경멸, 담쌓기)가 자주 나타나는 부부
- 부부불화 후에 회복시도에 실패하는 부부
- 부부관계에서 일어나는 모든 일을 부정적으로 지각하는 부부
- 부정적 감정에 압도되어 점차 부부관계가 소원해지고 각자 외롭게 지내는 부부
- 신체적 흥분상태가 지속되고 흥분을 가라앉히지 못하는 부부
- 남편이 아내의 영향력(말이나 태도)을 수용하지 못하는 부부

Gottman등(1998)은 또한 결혼만족도가 높고 부부관계가 안정적인 부부들의 특성을 연구한 결과 다음과 같은 내용을 보고 하였다.

- 부부갈등의 69%는 해결될 수 없는 반복적인 문제(성격의 근본적인 차이, 개인의 기본적인 욕구 등)에 관한 것이고, 31%만이 해결 가능한 문제이다. 따라서 해결될 수 없는 갈등에 대해 부부가 효과적으로 대처하고 대화하는 방식을 배움으로써 관계의 악화를 막을 수 있다.
- 분노감정이 부부관계를 악화시키는 위험한 요인이기는 하지만, 이혼예측의 더 중요한 요인은 분노감정 그 자체 보다 '4가지 의사소통 악화요인(four horsemen)' - 비난(criticism), 방어(defensiveness), 경멸(contempt),

담쌓기(stonewalling)이다.

- 결혼의 안정성과 행복 정도를 예측하는 가장 중요한 변인은 긍정적 감정(positive affect)과 갈등 상황에서의 상승방지(deescalation)할 수 있는 능력, 신체적 흥분을 진정시키는 능력(physiological soothing)이다.

3) 이혼의 4가지 재앙적인 경고 (Four Horsemen)

Gottman(1993)은 특히 처음에 부부 사이를 지배했던 긍정적인 감정이 점차 사라지게 되는 근본 원인을 ‘4가지 의사소통 악화요인(Four Horsemen)’이라고 보고 개입 초기에서부터 이에 대한 적극적인 교육과 중재가 필요하다고 강조하였다. 이것은 여러 부부치료 전문가들의 연구결과, 분노를 비롯한 부정적 감정이 생기고 나면 두 사람 사이의 관계가 매우 취약해지고 두려움과 불안정성에 압도되기 때문에 관계가 더욱 악화되는 악순환을 초래한다는 연구결과에 기초한 것이다(Greenberg & Johnson, 1988; Lewis, 1997; Winkler & Doherty, 1983). 의사소통 악화요인이란 부부의 대화에서 갈등을 더욱 악화시키고 이혼의 정확한 예측요인으로 보고되는 비난(criticism), 방어(defensiveness), 멸시(contempt), 담쌓기(stonewalling)를 말한다(Gottman, 1999). 비난은 상대방에 대한 불만이 있을 때 상대의 인격을 비난하고 상대를 비판, 평가하는 것이고, 방어는 내게는 문제가 없으며 상대방에게 문제가 있다는 책임전가, 변명하는 것이다. 경멸은 상대방을 평가절하하며 무시하고 멸시하는 태도와 행동이다. 담쌓기는 상대에 대한 극심한 화 때문에 침묵이나 무반응, 도피 행동처럼 상대방에게 귀 기울이지 않는 태도이다.

Gottman(2000)은 20년에 걸친 많은 연구들을 통해 긍정적 감정을 증진시키는 것이 이혼을 예방하고 부부관계를 증진시키는 데 중요한 핵심요인임을 밝혔으며, 이러한 긍정적 감정을 증진시키기 위한 기법을 강조한 것이 중요한 특징이라고 볼 수 있다.

8. Gottman의 ‘Sound marital house theory’

(건강한 결혼의 집 이론)

Gottman은 부부 사이가 친밀해지고, 갈등을 잘 관리할 수 있기 위하여 ‘건강한 결혼의 집’이라는 개념을 제시하였다. 이것은 부부관계를 증진시키는 이론적 기틀이다.

행복한 결혼은 서로 긍정적인 상태를 유지하는 것이며, 갈등 해결보다는 친밀감을 쌓는 애정 관계를 발달시키는 것을 목표로 한다.

1) 1단계: 갈등이 없는 상태에서의 긍정적 감정 강화- 우정

(Creating positive affect in non-conflict contexts-friendship)

Gottman등(1998)은 안정적이고 건강한 부부에게서 관찰되는 주요 성공요소는 긍정적 감정, 즉 부부간의 우정임을 밝혀냈다. 그러나 이미 갈등이 심해진 부부에게 긍정적 감정을 불러일으키는 것은 매우 어렵다. Gottman(1999)의 이론에서는 부부간의 관계가 악화되기 전 평소 일상생활에서 긍정적 감정을 저축하도록 돕는 중재가 필요하다고 보았다. 그는 이를 ‘정서적인 은행잔고(emotional bank account)’라 명명하고, 평소 부부 긍정적인 관계가 유지되면, 갈등해결이 필요하거나 불만스러운 부정적인 상황에서도 잘 극복할 수 있다고 하였다. ‘갈등이 없는 상태(일상생활)에서의 긍정적 감정 강화하기’를 초점으로 한다.

이와 같이 ‘건강한 결혼 이론’의 1단계인 긍정적 감정을 증진시키는 기법은 3단계로 나눌 수 있다.

첫 번째 단계는 건강한 결혼의 집 1층으로, 부부가 서로의 개인 생활, 배우자의 심리적 내면세계에 대해 아는 것이다. 이는 ‘사랑 지도(love map)’를 통해

서 이루어진다. 사랑의 기초는 상대방을 잘 아는 것에서 출발한다. 이것은 배우자의 인생과 관련된 정보를 머릿속에 그려놓은 지도로, 상대방에 대한 애정이 강할수록 정확하고 상세하게 그려지게 된다. 상대방이 누구인가, 상대방의 취미, 친구, 기호, 가치관등을 포함한다. 많은 부부들은 시간이 지나면서 서로에 대해 이전의 정보만을 가지고 현재에 배우자에게 일어나는 변화에 대해서 더 이상 업데이트하지 않는 경향이 있다. 그러나 배우자에 대해 평소에 얼마나 관심을 가지고 있고, 현재의 배우자에 대해 알고 있는 정도는 대화 등을 통해 관계를 친밀하게 유지할 때 가능한 것이다. 부부가 처음 만났을 때부터 지금까지 지내오면서 가장 긍정적 감정이 충만했던 순간을 회상하도록 하는 'oral history interview'를 사용하여 평가한다. 그런 작업은 부부가 자신의 배우자에 대한 '인지적 공간(cognitive room)'을 넓히도록 돕는다.

두 번째 단계는 건강한 결혼의 집 2층으로, '좋아하고 존중하는 마음(fondness & admiration system)'을 표현하는 것이다. 상대방을 인정하고 존경하는 태도는 4가지 의사소통 위험요인에 대한 해독제라고 할 수 있다. 즉, 부부가 서로를 좋아하고 존중하는 마음을 표현함으로써 지금까지 비난, 자기방어, 경멸, 담쌓기 등의 부정적인 의사소통 방식에 의해 쌓여온 부정적인 감정을 누그러지게 할 수 있다. 서로에 대한 진실한 태도와 신뢰에서 존중하는 마음이 생겨난다.

세 번째 단계는 건강한 부부의 집 3층으로, 부부간의 정서적 교감을 위한 '다가가기(turning toward)'로, 정서적인 연결을 하고자 하는 상대방의 시도에 긍정적으로 반응해주는 것이다. 모든 부부들을 같등을 겪을 수 있는데, 한쪽에서 화해를 시도하면 건강한 부부는 그것을 수용한다. 그러나 불행한 부부는 고집을 부리며 상대방이 굴복하기를 바라는 경향이 있다.

다가가기는 상대방이 느끼고 표현하는 감정(즐거움, 불안, 슬픔, 두려움 등)에 대해 잘 듣고 이해하려는 반응을 보이는 것이다. 여기에는 취미 및 여가활동, 가사활동을 함께 하는 것, 배우자와 공감적인 대화를 나누는 것 등이 포함된

다. 부부는 평소에도 다가가는 행동을 해야 한다. 다가가는 배우자와의 정서적 교감을 위한 시도에 전혀 반응을 보이지 않는 반응(turning away)과 구별함으로써 그 의미가 더욱 명확해진다. 이러한 기법들은 부부에게 자발적인 흥미와 관심을 이끌어 낼 수 있도록 고안되어 있어 매우 실제적이고 활용도가 높다.

2) 2단계: 긍정적 감정 충만하게 하기

(Creating positive sentiment override; PSO)

1단계의 긍정적 감정 강화를 통해 부부간에 긍정적 감정이 충만한 상태가 되어야만 부부간의 긍정적인 관계가 이루어진다. ‘긍정적 감정의 충만 상태(PSO)’는 Weiss(190)가 보고한 개념으로, Gottman과 Notarius(2000)는 실험실 연구를 통해 이러한 상태에 있는 부부들에게서 다음의 3가지 특징을 발견하였다.

첫째, 이러한 아내는 남편이 화를 낼 때에도 이를 중립적으로 받아들인다.

둘째, 부부의 갈등 상황에서도 부정적인 감정에서 벗어나 효과적인 관계회복을 할 수 있는 능력이 있다.

셋째, 갈등을 해결해 나가는 과정에서도 부정적 과정을 악화시키거나 신체적으로 흥분하지 않고 긍정적인 감정을 나타낸다.

따라서 부정적인 감정에 압도되어 갈등이 더욱 깊어진 부부의 경우에는 1단계와 2단계 과정을 통해 먼저 감정을 긍정적으로 전환한 이후에야 갈등해결에 대한 논의가 효과적으로 이루어질 수 있다.

3) 3단계: 갈등의 조정 (Regulating conflict)

Gottman 등(1998)은 행복한 부부를 대상으로 장기간 연구한 결과 행복한 결

혼생활의 예측요인은 '갈등의 해결'이 아닌 '갈등의 조정'이라고 보고하였다. 이 단계의 목표는 갈등의 조정 과정에서 부부가 긍정적 감정을 드러내는 것이며, '갈등 속의 꿈(dream within conflict)'이라는 중재를 통해 갈등의 저변에 있는 배우자 인생에서의 꿈을 탐색하는 과정을 포함한다. 가장 먼저 부부 갈등의 핵심이 무엇인지를 탐색하게 한다.

부부 갈등은 크게 2가지 유형으로 구분되는데, 하나는 해결 가능한 갈등(solvable issue)이고, 다른 하나는 해결할 수 없는 갈등(perpetual problem)이다.

첫 번째, 해결 가능한 갈등은 상황적이고 일시적인 문제에 국한되어 발생하는 것이다. 이 경우에는 효율적인 갈등조정기법을 훈련하게 함으로써 문제 해결을 도울 수 있다. Gottman(1999)은 부부가 대화를 시작할 때 한쪽 배우자의 부정적이고 거칠게 시작되는 대화(harsh start-up)가 갈등의 악화요인으로 작용한다는 것을 지적했다. 이를 위한 갈등조정기법으로는 '부드럽게 대화 시작하기(softened start-up)'와 관계가 악화되려는 시점에서 '회복 시도하기(repair attempt)', '배우자의 영향력 수용하기(accepting influence)', '긴장의 완화(deescalation)' 등이 있다.

두 번째, 해결될 수 없는 갈등은 그 이면에 두 사람의 상징적인 의미가 숨겨져 있으며 오랫동안 반복적으로 지속되어 서로 상처받고 거절당했다는 느낌을 갖게 하는 갈등이다. 이것은 전체 갈등 중 70%를 차지하며, 부부 각자가 가진 기본적인 성격이나 남편과 아내의 관심사, 욕구와 선호의 차이에서 비롯된다. 부부는 이런 문제를 해결하려면 할수록 오히려 갈등이 심해지기 때문에 이러한 문제에 대해서는 갈등이 극단적인 대립 상태에 빠지지 않고, 반복적인 갈등에 대해 부부가 대화를 나누고 수용할 수 있게 돕는다.

이러한 두 가지 갈등에서 가장 기본이 되는 자세는 본인과 배우자의 신체적 흥분을 가라앉히는(physiological soothing) 것이며, 이것이 재발을 막아주는 중요한 역할을 한다.

건강한 결혼의 집 4층은 이처럼 배우자에 대해 긍정적인 관점과 태도를 유지하면서, 해결할 수 없는 문제에 대해서는 대화를 하고 수용하는 태도를 갖는 것이며, 동시에 비난, 멸시, 방어적인 태도, 담쌓기는 최소화한다. 해결할 수 있는 문제에 대해서는 부드럽게 대화 시작하기(softened start-up), 긴장의 완화 능력(deescalation), 배우자의 영향력 수용하기(accepting influence), 신체적 흥분을 가라앉히기(physiological soothing)등의 기법이 효과적이다. 치료자는 이러한 방법으로 부부의 문제를 다룰 수 있다.

4) 4단계: 상징적인 의미를 공유하고 창조하기

(Creating shared symbolic meaning)

부부가 지속적으로 부딪히는 반복적인 갈등의 이면에는 개인의 꿈이나 살아온 경험, 삶의 철학이나 신념 등이 자리 잡고 있는 경우가 많다. Gottman(1999)은 부부가 서로 자신의 삶에서 이루어지기를 바라는 꿈이나 열망을 나누고 이러한 꿈이 자신의 결혼 생활에서 이루어질 수 있다고 자각할 때에야 지속적으로 부부 사이의 긍정적인 감정 연결이 이루어진다고 보았다. 삶의 의미와 꿈을 부부가 함께 탐색하고 공유하는 것은 극심한 갈등으로 인한 대립상태를 벗어날 수 있는 중요한 기반이 된다.

이러한 중재를 위해 주로 사용되는 기법은 개인의 중요한 꿈이나 살아온 경험, 삶의 철학 또는 신념 등에 대해 탐색하는 '의미에 대한 면담(Meanings interview)'과 자신의 원가족에서 행해지던 의식(ritual), 구성원들의 역할(role), 목표(goal)의 의미에 대해 부부가 서로 탐색하는 '메타감정면담(Meta-emotion interview)'이 있다. 그들의 감정과 결혼에 대해 말하기에 결혼에 대한 부부의 속마음, 은유, 신화 등을 포함한다. 이러한 면담을 통해 배우자의 꿈, 철학, 신념 등이 각자의 원가족에서 어떻게 형성된 것인지 이해하고, 궁극적으로 부부가 함께 둘만의 새로운 의미를 창조하도록 도와야한다. 부

부들은 결혼을 통해 이루고 싶어 하는 이상이 일치하지 않을 수 있지만, 이런 경우에도 그것에 대해 대화하면서 인정하고 수용하는 자세가 필요하다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구대상

본 연구는 2005년 9월 30일부터 10월 30일 사이에 이루어졌다. 서울시, 경기도 및 수도권에 거주하는 부부 700명(350쌍)에게 질문지를 배포하였다. 질문지는 2부씩(남편용·아내용) 각각 별도의 봉투에 넣은 후, 큰 한 봉투에 두 부를 함께 넣을 수 있도록 하였다. 설문지는 부부가 서로 의논하지 않고 독립적으로 작성하게 하게 하였고, 비밀보장을 위해서도 부부의 각 봉투에 양면 테이프를 붙여 봉할 수 있도록 만들었다. 질문지는 약 4주에 걸쳐서 직접 혹은 우편으로 수거되었다.

질문지 700부 중 560부(80%)가 수거되었고, 이 중에서 부부 2명의 질문지가 모두 수거되지 않았거나, 성실하게 응답하지 않았다고 생각되는 70부를 누락시키고, 총 490부(245쌍)를 자료 분석에 사용하였다.

1) 인구통계학적 특성

본 연구에 포함된 연구대상자의 인구통계학적 특성이 표1에 제시되어 있다. 인구통계학적 변인을 살펴보면, 연구대상자의 연령은 전체 평균은 41.91세(표준편차 8.435)로 20대부터 60대까지 다양하였다. 남편의 평균 연령은 43.45세(SD=8.4), 아내의 평균 연령은 40.37세(SD=8.2)였다. 학력 수준은 높은 편으로 남편은 73.9%가 대졸이상, 아내는 59.6%가 대졸이상이었다. 고졸 이하는 남편은 25.9%, 아내는 40.3%였다. 직업은 남편은 일반 사무직이 26.9%로 가장 많았고, 전문기술직이 19.2%, 판매·서비스직 18%, 관리직이 17.6%이었다. 아내는 전업주부가 46.5%로 가장 많았고, 직업이 있는 경우 전문기술직이 16.7%,

일반사무직이 15.5%, 판매·서비스직 8.2%이었다. 가계 월 소득은 200만원~300만원이 35.1%로 가장 많았고, 그 다음은 300~500만원이 34.3%였다. 가계 월 소득이 500만원 이상의 가정도 18%나 되었다. 이것은 남편과 아내 모두가 경제활동을 하는 맞벌이 가정의 증가 때문으로 보인다. 경제적 책임을 전적으로 남편이 담당하는 경우가 40%였고, 남편·아내가 비슷한 수입이 34.4%로 나타난 것이 그러한 원인으로 생각될 수 있겠다. 종교는 남편 아내 모두 기독교가 가장 높게 나타났다(남편 42%, 아내 46.9%). 다음으로는 무교(남편 35.9%, 아내 26.5%), 불교(남편 11.8%, 아내 15.5%), 가톨릭(남편 9.4%, 아내 10.6%) 순으로 나타났다.

가족형태는 부부와 자녀로 구성된 가족이 77.6%로 가장 많았다. 핵가족화의 영향으로 평균 자녀의 수는 2명이 55.1%로 가장 많았고 그 다음은 1명이 22.4%로 나타났다. 3명 이상의 자녀를 둔 가정은 13%였다. 부부의 결혼형태는 연애혼이 58%로 가장 많았다. 교제 기간은 평균 2년 2개월(SD=2.1)로 최소 0개월부터 최고 17년이었으며, 결혼지속연수는 평균 14년 7개월로 최소 5개월부터 최고 38년까지 폭 넓은 범위를 이루고 있었다.

2. 측정 도구

본 연구에서 사용된 도구는 질문지로서, 결혼만족도, 사랑지도, 좋아하고 존중하는 마음, 삶의 의미를 나누고 함께 공유할 인생의 의미를 새롭게 창조하는 것, 의사소통 악화요인, 배우자의 영향 수용하기, 관계의 회복 시도 및 선행연구에서 검증된 인구통계학적 변인들을 포함한 총 172문항이다.

1) 결혼만족도

권정혜와 채규만(1998)에 의해 표준화된 한국판 결혼 만족도 검사(K-MSI)

는 임상심리학자인 Snyder(1979)가 개발한 결혼 만족도 검사를 기초로 한국 부부들의 결혼 만족도를 평가하기 위해 개발된 것이다. 결혼 만족에 중요한 측면인 부부관계 내 공격행동 정도를 평가하는 척도를 추가하였으며, 우리나라의 결혼생활에서 배우자 가족과의 관계가 중요한 영향을 미치는 점을 고려하여 배우자 가족과의 갈등척도를 추가하여 총 160문항으로 구성되어 있다.

그 중에서 전반적 불만족 척도(Global Distress Scale)을 사용하였다.

전반적 불만족 척도는 배우자와의 관계에 대한 전반적인 결혼 불만족 정도를 평가한 것으로 전반적인 부부관계에 대한 느낌이나 태도를 알 수 있다. 척도는 총 22문항으로 ‘예’, ‘아니오’에 응답하도록 되어있으며, 이혼이나 별거 등 부부관계의 미래에 대한 부정적 기대와 전반적인 관계에 대한 불만족을 기술한 것으로 “내 결혼은 여러 가지 점에서 실망스럽다”, “우리는 내가 알고 있는 대부분의 부부보다 행복하다” 등의 문항으로 구성되어 있다. 역채점되는 문항은 1, 2, 9, 14, 16, 17, 18, 19, 21, 22번 이다.

T점수가 61점 이상일 경우 결혼생활에 대해서 심각한 불만족을 가지고 있음을 시사하고, 51-60점일 경우는 갈등이 상당한 수준임을 반영하며, 50점 이하일 경우는 결혼 생활이 만족스럽다고 느끼며 배우자를 좋은 동반자로 생각하고 있음을 말해준다. 권정혜 등(1999)의 연구에 의하면, 이 GDS척도는 이혼 상담집단과 정상집단을 가장 잘 구별해주는 척도로서 다른 어느 하위 척도보다 가장 큰 차이를 나타냈다. 이 척도의 내적 일치도 계수는 .92, 시간적 안정성 계수는 .96이었다. 따라서 이 척도는 전반적인 결혼만족도 뿐 아니라 특별히 결혼 안정성에 대한 변별 타당도가 높은 것으로 해석할 수 있다.

본 연구에서는 전반적 불만족 척도를 역채점하여, 점수가 높을수록 결혼만족도가 높다고 보았다.

2) 사랑지도 (Love map)

Gottman(1999)이 개발한 ‘Love map’ 척도는 20문항 2점 척도이며 점수가

높을수록 상대에 대해 잘 알고 있는 것을 나타낸다. 이 문항에서는 내가 상대방에 대해서 알고 있는 곳에 '예', '아니오' 둘 중 한 곳에 답하게 되어있다. 또한 상대방이 나를 대해서 알고 있는 정도(10, 15, 19, 20번)를 측정하는 문항도 포함한다. 채규만·홍순건이 번안하였다. Cronbach's $\alpha=.92$ 로 높게 나타났다.

3) 좋아하고 존중하는 마음 (Fondness & Admiration)

Gottman(1999)이 개발한 'Fondness & Admiration' 척도는 20문항 2점 척도이며 점수가 높을수록 상대방을 인정하고 존경하며 존중하는 태도를 나타낸다. 이 척도는 내가 상대방을 좋아하고 존중하는 마음을 측정하는 문항(1, 3, 4, 9, 11, 13, 14)과 배우자가 나를 좋아하고 존중하는 태도에 대한 문항(5, 6, 7, 8, 12, 15, 16), 부부 서로가 좋아하고 존중한다고 여기는 문항(2, 10, 17)을 포함한다. 한국의 실정에 맞추어 3개의 문항을 제외시키고 17개 문항을 5점 척도로 재구성하였다. 채규만·홍순건이 번안하였다. Cronbach's $\alpha=.944$ 로 높게 나타났다.

4) 의미 공유하기 (Shared meaning)

Gottman(1999)이 개발한 'Shared meaning Questionnaire' 척도는 의식(Ritual) 13문항, 역할(Role) 7문항, 목표(Goal) 10문항, 상징(Symbol) 20문항으로 총 50문항 2점 척도로 구성되어있다. 이것을 한국 실정에 맞추어 의식 9문항(1-9번), 역할 5문항(10-14번), 목표 6문항(15-20번), 상징 14문항(21-34번)으로 간추려 총 34문항, 5점 척도로 재구성하였다. 채규만·홍순건이 번안하였다. Cronbach's $\alpha=.968$ 이었다.

5) 의사소통 악화 요인 (Four Horsemen)

Gottman(1999)이 개발한 'Four Horsemen' 척도는 부부 사이의 문제를 논 의할 때 비난(criticism), 멸시(contempt), 자기방어(defensiveness), 담쌓기

(stonewalling)가 얼마나 나타나는지 알아보는 척도로 전체 33문항, 2점 척도로 구성되어있다. 점수가 높을수록 부부 간의 의사소통에 악화요인이 많을 것을 의미한다. 본 연구에서는 역채점을 하여, 점수가 높을수록 의사소통 악화요인이 적은 것으로 보았다. 'Four horsemen'을 김준기(2005)가 번역한 '의사소통의 4가지 악화요인'이라는 용어로 사용하였다. 이 척도를 5점 척도로 재구성하고, 채규만·홍순건이 번안하였다. Cronbach's $\alpha=.966$ 이었다.

6) 배우자의 영향력 수용하기 (Accepting influence)

Gottman(1999)이 개발한 'Accepting influence' 척도는 부부 관계에서 서로를 어느 정도 수용하고 있는지를 나타내는 척도이다. 이것은 해결 가능한 문제에 대해서 서로의 영향력을 수용하고 인정하는 태도로써 효과적인 갈등해결 기술을 가지고 있는지를 측정한다. 20문항, 2점 척도로 구성되어있다. 이 척도를 5점 척도로 재구성하였고, 채규만·홍순건이 번안하였다. 역채점 문항은 8, 10, 12, 17, 19, 20번 문항이다. Cronbach's $\alpha= .774$ 이었다.

7) 회복 시도 (Repair attempts)

Gottman(1999)이 개발한 'Repair attempts' 척도는 부부 사이의 갈등을 해결하고자할 때 어떻게 갈등의 회복을 시도하는지를 나타내는 척도이다. 부부 사이의 갈등이 있을 때 배우자에게 효과적으로 다가가고, 경직된 분위기를 풀어내고, 부부 사이에 문제 해결에 대한 노력과 해결에 대한 자신감을 측정하는 문항들이 포함된다. 20문항, 2점 척도로 구성되어있는 것을 5점 척도로 재구성하였고, 채규만·홍순건이 번안하였다. Cronbach's $\alpha=.913$ 로 높게 나타났다.

3. 자료 분석

본 연구에서 수집된 모든 자료는 SPSS for Windows 12.0 프로그램을 사용하여 분석하였다.

- 1) 모든 척도는 신뢰도 분석을 통해 Cronbach's α 계수를 산출하였다.
- 2) 연구대상자의 인구통계학적 변인은 빈도분석을 하였고, 결혼만족도의 관계는 연속변인은 상관분석을, 명목변인은 일원 변량분석을 하였다.
- 3) 각 문항에서의 부부의 차이는 일원 변량분석을 하였다.
- 4) 모든 변인과 결혼만족도의 관계는 상관분석을 하였다.
- 5) 부부가 각 변인들 간에서 어떤 차이를 보이는 지 Paired T-Test를 통해 검증하였다.
- 6) 6가지 요인 중 어떤 요인이 결혼만족도를 가장 잘 예측 해주는지 알기 위해 위계적(Stepwise)중다회귀분석을 실시하였다.

V. 연구결과

1. 인구통계학적 특성과 결혼만족도

기존의 연구들에서 결혼생활의 적응과 만족에 관련을 가진다고 보고된 인구통계학적 변인들(연령, 학력, 직업, 결혼형태, 가계수입, 자녀수, 가족 형태)이 결혼만족과 어떤 관련을 가지는지 알아보았다. 분석결과 연속변인 중에 연령($r=-1.8, p<.01$)과 결혼지속연수($r=-1.7, p<.01$)는 부적상관을 나타냈고 교제기간은 정적상관($r=1.49, p<.01$)을 나타냈다. 연령이 증가할수록, 결혼지속연수가 길어질수록 결혼만족은 낮아지고, 교제기간이 길수록 결혼만족이 증가되는 결과를 보였다.

명목변인에서 성별은 남편($M=81.65$)이 아내($M=78$)보다 유의미하게 결혼만족도가 높았고($p<.05$), 결혼형태로는 연애혼($M=82.73$)-절충혼($M=77.83$)-중매혼(75.4) 순으로 결혼만족도가 높았다($p<.05$). 가계 월 소득은 500만원 이상($M=85.27$)-300~500만원($M=81.02$)-100~200만원($M=78.07$)-200~300만원($M=77.76$)-100만원 이하($M=70.75$)순으로 결혼만족도에 유의미한 차이를 보였다($p<.05$). 직업도 전문직($M=87.16$)-기타($M=84.67$)-관리직($M=83.81$)-일반사무직($M=81.82$)-전업주부($M=79.57$)-전문기술직($M=78.39$)-생산직·단순노동직($M=74.52$)-무직($M=65$)순으로 결혼만족도에 유의미한 차이를 보였다($p<.05$). 학력도 대학원졸($M=85.73$)-초등졸($M=85$)-대졸($M=80.2$)-중졸($M=78.77$)-고졸($M=77.39$)-무학($M=75$)순으로 결혼만족도에 유의미한 차이를 보였다($p<.05$). 이것은 기존의 연구들과 일치하는 결과이다. 종교는 가톨릭($M=82.29$)-기독교($M=81.31$)-무교($M=79.59$)-불교($M=77.55$)-유교($M=68$)를 믿는 사람 순으로 결혼만족도에 유의미한 차이를 보였다.

2. 각 변인에서의 부부 간의 차이

각 변인 중 '좋아하고 존중하는 마음' 척도 내에 내가 배우자를 좋아하고 존중하는 마음($p < .05$), '의미 공유하기' 척도 내에 역할($p < .05$), 결혼만족도 ($p < .05$)에서 부부 간에 유의미한 차이가 나타났다.

좋아하고 존중하는 마음, 공유하는 의미 척도 내의 역할 모두 남편이 아내보다 크게 나타났다. 또한 선행연구 결과와도 일치하는 것으로, 결혼만족도도 남편이 아내보다 높은 것으로 나타났다.

<표1> 각 변인별 부부 간의 차이

변 인	부		t
	남 편 (n=245)	부 인 (n=245)	
사랑 지도	19.27 (2.52)	19.31 (2.28)	-.188
내가 배우자를 아는 것	15.38 (2.03)	15.51 (1.7)	.702
배우자가 나를 아는 것	3.89 (0.61)	8 (0.7)	2.03
좋아하고 존중하는 마음	61.70 (11.72)	60.04 (12.12)	1.541
내가 배우자를 좋아하고 존중하는 것	25.44 (5.23)	24.06 (5.7)	.932*
배우자가 나를 좋아하고 존중하는 것	25.34 (4.94)	25.06 (4.89)	1.213
서로 좋아하고 존중하는 것	10.92 (2.36)	10.56 (2.42)	1.511
의미 공유하기	124.62 (20.76)	122.21 (22.19)	1.245
의식 (Ritual)	32.34 (5.84)	31.95 (6.37)	-.771
역할 (Role)	18.1 (3.49)	17.41 (3.93)	2.791*
목표 (Goal)	22.21 (4.3)	21.84 (4.52)	-.175
상징 (Symbol)	51.98 (8.72)	51 (9.08)	1.657
의사소통 악화 요인	117.04 (22.05)	115.37 (24.29)	.8
배우자의 영향력 수용하기	68.33 (6.71)	67.85 (7.08)	.76
관계의 회복 시도	69.60 (9.56)	68.29 (10.54)	1.45
결혼 만족도	81.65 (15.06)	78.76 (16.03)	2.062*

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

3. 각 변인에서 부부의 차이

1) 각 변인에서의 부부의 차이

각 변인 및 문항에서 부부의 응답이 유의미하게 차이가 나는 것을 살펴보았다.

세 가지 변인에서 남편과 아내의 차이가 있었는데($p < .05$), 모두 남편이 아내에 비해 높은 점수를 보였다. ‘좋아하고 존중하는 마음’ 척도 내에 ‘내가 배우자를 좋아하고 존중하는 것’, ‘공유하는 의미’ 척도 내에 ‘역할’, 결혼만족도에서 남편과 아내의 점수가 유의미한 차이를 나타내었다.

‘좋아하고 존중하는 마음(Fondness & Admiration)’ 척도는 평균 점수가 유의미한 차이는 아니었지만, 남편이 아내보다 높았다. 그 중에서 유의미한 차이가 나타난 하위 변인은 ‘내가 배우자를 좋아하고 존중하는 것’이었다. 아내가 남편을 좋아하고 존중하는 마음 점수보다 남편이 아내를 좋아하고 존중하는 마음이 높게 나타난 것은 남편 스스로 남편이 아내를 좋아하고 존중한다는 자기보고에 일치하는 결과로 보인다. 또한 실제 아내가 남편을 좋아하고 존중한다고 보고한 것보다 남편이 지각한 아내가 자신을 좋아하고 존중한다고 여기는 점수가 평균적으로 더 높게 나타났다. 부부 간에 유의미한 차이가 나타난 문항을 살펴본 결과, 3개의 하위 변인인 ‘내가 배우자를 좋아하고 존중하는 마음’의 7개 문항 중 4문항(4, 9, 11, 14)에서 차이가 나타났고, 배우자가 나를 좋아하고 존중하는 마음의 7개의 문항은 차이가 나타나지 않았고, 서로 좋아하고 존중하는 마음의 3문항 중 1문항(10)에 차이가 나타났다. 결혼만족도에서도 남편이 아내보다 유의미하게 점수가 높은 결과를 보인 것과 일관되게, 남편이 아내를 더 좋아하고 존중하는 마음이 남아있고 전반적으로 아내에 대해 만족하고 있는 것으로 보인다. 반대로 아내는 남편보다는 결혼 생활에 대해서나 배우자에 대해서 덜 만족하고 있는 것이 나타났다. 특히 14번 문항, ‘나는 다

시 태어나도 나의 배우자와 결혼할 것이다'에서 .000의 유의확률에서 차이가 났다.

'공유하는 의미' 척도 내에 '역할' 에서 부부 간의 차이는 남편의 점수가 높게 나타났다. '역할'의 5개 문항 중에서도 변량분석을 통해 부부 간 유의미 있는 차이가 나타난 문항을 살펴보면($p < .05$), 11. 우리는 어머니나 아버지로서의 역할에 대해서 공통된 견해를 가지고 있다, 12. 우리는 서로의 가장 좋은 친구로 비슷한 관점을 많이 가지고 있다. 11번은 부부 간 양육에 대한 관점 및 태도에 차이가 있음을 보여 준다. 양육에 대한 부부 간의 역할 분담이나, 부모로서의 역할에 대한 합의가 잘 이루어지지 않고 있음이 나타난다.

세 번째, 결혼만족도에서 차이가 나타났다. ($p < .05$) 남편의 평균은 81.65, 아내의 평균은 78.56이었다. 구체적으로 문항에서의 차이를 살펴보면, 일관적으로 남편은 결혼생활에 대해 아내보다 만족하고 있고, 아내는 일관적으로 불만족을 나타내었다. 이는 선행연구들과도 일치하는 결과이다.

2) 문항에서의 차이

변인 전체에서 남편과 아내가 차이를 보인 것 뿐 아니라, 변인 내의 문항에서 남편과 아내의 점수의 차이가 유의한 것들을 살펴보고자한다. 구체적인 수준에서 남편과 아내의 차이를 보는 것은 한국의 부부의 특성을 이해하는 데 도움을 줄 것이다.

첫 번째로 결혼만족도의 중다회귀분석에서 3번째 설명력을 보였던 부부간의 공유하는 의미(Shared meaning) 척도 내에서 앞서 부부 간의 차이를 다루지 않았던 문항을 보면, 하위 변인 중 '의식(Ritual)'의 6번 문항, '내가 아플 때 배우자가 나를 돌보아주며, 내가 사랑받는 다는 것을 느낄 수 있다' 는 것은 $p < .05$ 에서 남편이 아내보다 점수가 조금 높게 나왔다.

부부 간의 '목표'의 6개 문항에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 인생의

공동 목표, 경제적 목표, 노후에 대한 희망, 꿈이 달라도 서로 존중해주는 것에 대해서는 부부 간에 공통적으로 합의된 부분이 많은 것으로 보인다.

‘상징’의 29번 문항, ‘우리는 개인적인 자유와 독립의 중요성에 대해 비슷한 가치를 둔다’ ($p < .05$)는 남편이 아내보다 점수가 높게 나왔다.

결혼만족도의 중다회귀분석에서 첫 번째 단계로 선택된 가장 강력한 설명력 ($\text{Adj } R^2 = .596$)을 가진 의사소통 악화요인(Four Horsemen)의 문항을 살펴보겠다. 부부 사이의 문제에 대해서 대화를 나눌 때 비난, 방어, 멸시, 담쌓기가 얼마나 일어나는지 알아보는 변인이다. 전반적으로 아내가 남편에 대한 불만이 높았고 아내에게서 의사소통 악화요인이 높게 나타났다. 남편은 아내가 너무 쉽게 상처를 받는다고 지각하거나 혹은 그런 방식으로 아내를 비난하고, 아내가 자신을 멸시하며, 아내의 비난이 불공평해서 자신을 방어해야한다고 느꼈다. 이것은 아내가 다음의 4개의 문항에서 비난하고 멸시하는 경향이 나타난 것을 볼 때 어느 정도 의미가 있다고 보인다. 아내는 부부의 문제에 이야기할 때 남편을 비난하거나 멸시하는 경향이 나타났고, 방어적인 태도도 보였다.

‘배우자의 영향력 수용하기(Accepting influence)’에서의 차이는 배우자의 영향력을 수용하는데 남편이 어느 정도 아내의 영향력을 신뢰하고 있지만, 의사소통 악화요인의 중 비난의 ‘나의 배우자는 대체로 너무 감정적이다’가 일관되게 아내와 차이가 났고($p = .000$), 결혼생활에서 자신만이 결정권이 있다고 생각하는 것이 아내보다 높게 나타났다. 이에 반해 아내는 결혼생활에서 남편의 영향력을 자신이 수용하고 있다는 점을 알아주길 원하는 것이 남편보다 훨씬 높게 나타났다($p = .000$).

부부 사이의 갈등을 해결하고자 할 때, 얼마나 관계의 회복시도를 잘 하는지(Repair attempts)에 대한 문항에서는 문항 모두에서 남편의 회복시도가 아내보다 높게 나타났다. 대부분의 국내 연구에서 남편이 주로 이성적이거나 행동을 표출하는 방식을 취하고, 부인은 방어적인 갈등 대처 유형을 사용한다는(송말희, 1990; 김명자, 1991; 최규련, 1994; 최혜경, 노치영, 1994, 재인용) 결과

처럼 부부간에 문제가 생겼을 때, 남편은 주로 먼저 행동을 취하고 이성적으로 대처하려는 경향이 아내보다는 많이 보이는 것으로 나타났다.

4. 각 변인들과 결혼만족도의 상관

6개의 모든 변인들이 $p < .01$ 에서 결혼만족도와 유의미한 상관을 나타냈다. 또한 사랑 지도는 좋아하고 존중하는 마음, 공유하는 의미, 회복 시도와도 유의미한 상관을 나타냈다.

좋아하고 존중하는 마음과 의사소통 악화요인, 회복시도는 다른 모든 변인들과 유의미한 상관을 나타냈다.

서로의 영향을 수용하는 것은 사랑 지도를 제외한 모든 변인과 상관을 나타냈다. 이에 가설 1번~7번 모두가 지지되었고 이것은 한국의 부부들에게서도 Gottman의 이론이 적용된다는 것을 보여주었다.

<표2> 각 변인과 결혼만족도의 상관

변인	1	2	3	4	5	6	7
1. 결혼만족도	-						
2. 사랑 지도	.203**	-					
3. 좋아하고 존중하는 마음	.731**	.122**	-				
4. 공유하는 의미	.739**	.134**	.817**	-			
5. 의사소통 악화 요인	.773**	.085	.608**	.644**	-		
6. 배우자의 영향력 수용하기	.483**	.060	.568**	.644**	.438**	-	
7. 회복 시도	.682**	.144**	.706**	.734**	.673**	.709**	-

* $p < .05$ ** $p < .01$ *** $p < .001$

5. 결혼만족도를 가장 잘 예측해주는 변인

모든 변인 중에 어떤 변인이 결혼만족도를 가장 잘 설명해주는지 알아보기 위하여 위계적 중다회귀분석을 실시하였다.

<표3>의 분석결과, 결혼만족도에 대해 의사소통 악화요인이 약 60%로 가장 큰 설명력을 나타냈다. 그 다음으로는 좋아하고 존중하는 마음이었고, 공유하는 의미, 사랑 지도가 그 뒤를 이었다. 이 네 가지 변인이 전체의 약 85%를 설명해주고 있는 것으로 나타났다. 이에 의사소통 악화요인이 가장 큰 설명력을 가질 것이라는 가설 8번이 지지되었다. 또한 Gottman의 이론의 특징인 부부 사이의 긍정적인 감정의 중요성이 결혼만족도를 예측할 수 있는 주요 변인으로써 분석을 통해 증명되었다.

<표3> 결혼만족도에 대한 중다회귀분석

종속변인	예측변인	R	R ²	Adj R ²	Beta	t
	의사소통 악화 요인	.773	.597	.596	.471	14.987***
결혼	좋아하고 존중하는 마음	.840	.705	.704	.263	6.309***
만족도	의미 공유하기	.848	.719	.718	.207	4.769***
	사랑 지도	.854	.727	.727	.103	4.305***

* p < .05 ** p < .01 *** p < .001

VI. 논의 및 제언

본 연구는 Gottman의 이론적 틀을 기초로 한국의 건강한 부부의 특징을 알아보았다.

대부분의 부부에 대한 연구와 치료에서 역기능적인 부부들을 대상으로 하기에 부부가 불행해지는 이유를 찾고자 했고, 그런 역기능을 감소시키고자 의사소통훈련이나 문제 해결 기술과 같은 방법들을 제시해왔다. 그러나 부부들이 덜 불행해졌을지는 모르지만, 더 행복해지지 못했기에 상담을 받은 후에 추적 조사를 해보았을 때 높은 재발율(Jacobson, 1984, Jacobson & Addis, 1993)을 보였다. 또한 기존의 부부치료자들은 자신의 임상 경험이나 직관 등을 통해 상담을 하는 경우가 많았고, 자신들의 치료법에 대한 과학적인 데이터를 모으거나 검증하는 일은 드물었다. 따라서 그러한 치료법의 어떤 부분이 실제 부부들의 관계 증진에 효과가 없는 것인지에 대해 알지 못했다. Gottman은 677명의 부부를 15년간 추적 조사하고, 애정연구소라는 실험실을 운영하여 부부를 과학적으로 연구하였다. 그의 과학적인 연구 결과는 기존의 부부 치료에서 통념 시 되던 개념을 뒤엎는 결과도 나타났다.

기존의 부부 연구에서 중요시 되던 의사소통이나 갈등해결에 관한 개념에 더하여 새롭게 밝혀진 부부치료의 원리를 포함한 Gottman의 ‘Sound Marital House Theory’의 이론적 기틀을 한국의 부부를 연구하는 기반으로 삼았다. 국내에 Gottman의 치료를 적용하기에 앞서, 어떤 개념은 한국의 부부에게 적용될 수 있고, 어떤 개념은 맞지 않는지 알아보고 한국의 건강한 부부의 특징을 밝혀내고자하였다. 기존의 부부 연구에서 중요하게 다루었던 부부 간의 행동적인 측면인 의사소통과 갈등해결방법을 포함한 변인 뿐 아니라, 기존에 연구에서 거의 다루지 않았던 부부간의 인지적이고 정서적인 측면을 포함하여 국내의 부부의 특징을 검증하고자 하였다. 그러한 다각적이고 통합적인 연구

를 통하여 부부 관계 증진을 위한 교육 프로그램과 불화 가운데 어려움을 겪는 부부에게 도움을 줄 수 있는 치료방법을 개발할 수 있을 것이다.

연구결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째로, 인구통계학적인 변인과 결혼만족도 관계를 보았다.

선행연구를 통해 결혼생활의 적응과 만족에 관련을 가진다고 여겨지는 인구통계학적 변인으로 잡고 결혼만족도와 의 관계를 살펴본 결과, 연령과 결혼지속연수는 부적상관을 나타냈고, 교제 기간은 정적상관을 나타냈다. 연령과 결혼만족도의 부적상관은 유영주(1978)와 허윤정(1996)의 선행연구와도 일치한다. 결혼지속연수에 대해서는 선행연구에서는 일관된 결과가 나오지는 않았다. 기존의 연구들의 결과처럼 남편이 아내에 비해 결혼만족도가 유의미하게 높았다(유영주, 1978; 이옥진, 1982; 최규련, 1987; 권정혜·채규만; 1998). 결혼형태에서는 연애혼-절충혼-중매혼 순으로 결혼만족도가 유의미하게 높게 나타났다. 연애혼이 중매혼보다 결혼만족도가 높은 것은 이동원(1988), 한남제(1988)의 결과와도 일치한다. 또한 사회경제적 수준의 기존 연구(이인수·유영주; 1986, 김화자·윤종희; 1991)와 같이 직업, 월 평균 수입, 학력이 결혼만족도와 관계가 있었다. 기존 연구에서는 남편의 지위수준이 결혼만족과 정적인 상관을 보였는데, 본 연구에서는 남편과 아내가 비슷한 수입을 갖는 비율 증가함에 따라(전체의 34.3%)로 남편만의 수입으로 유지하는 비율(40%)과 결혼만족도는 유의미한 상관이 나타나지 않았다. 종교는 없는 경우보다 있는 경우가 더 높은 결혼만족도를 보이는 기존의 연구(김미숙, 1989)처럼 가톨릭-기독교-무교-불교-유교 순으로 결혼만족도에 유의미한 차이를 나타냈다. 나머지 변인인 가족 형태와 자녀수를 제외하고 모든 변인이 결혼만족도와 관계가 있었다.

둘째로 각 변인과 문항에서 남편과 아내의 차이를 살펴보았다.

각 변인과 문항에서 부부간 유의미한 응답의 차이를 나타낸 것을 살펴봄으로써 더욱 구체적으로 한국의 부부의 특징을 알 수 있었다.

좋아하고 존중하는 마음 내의 '내가 배우자를 좋아하고 존중하는 마음', '의미

를 공유하기' 척도 내에 '역할', 결혼만족도에서 남편과 아내의 점수가 유의미한 차이를 나타내었다. 아내가 남편에 비해 상대적으로 좋아하고 존중하는 마음이 낮은 것은 기존의 결혼만족도 연구(한영춘, 1979; 김혜경, 1982; 김혜선, 1986; 최규련, 1988)에서 애정요인, 성 요인, 인척요인, 의사소통 요인이 결혼만족도와 상관있다는 결과와 연장선상에서 볼 수 있을 것이다. '서로 좋아하고 존중하는 마음'의 변인이 주로 애정요인과 성 요인을 포함하고 있고 현재의 결혼만족을 측정하기 때문이다.

'의미 공유하기' 척도에서 부모 역할이나 양육의 역할 분담에 대해 아내가 남편에 비해 서로의 견해가 불일치하다고 보고하였고, 서로를 '가장 친한 친구'로서 보는 관점도 불일치 정도가 높았다. 부부 간에 '어머니나 아버지의 역할에 대한 공통된 견해'의 차이를 아내가 남편보다 크게 느낀 것은 부모 역할에 대한 견해의 차이를 나타내어줄 뿐 아니라, 아내가 남편보다 실질적인 양육의 문제에 개입하기 때문에 나온 결과라고 추측할 수 있겠다. 혹은 남편이 원하는 어머니상이나, 아내가 원하는 남편의 상이 새로운 가정을 이루며 재창조되어야 함에도 부모의 역할에 대해 배우자와의 합의점을 잘 찾지 못한 것으로 보인다. 가족의 체계 안에서 부부의 부모의 역할은 부부에게뿐 아니라 자녀에게도 큰 영향을 끼친다. 이에 국내의 부부들이 양육을 하며 서로의 의견을 잘 조율하고 부모의 역할에 대한 공통된 견해를 갖을 수 있도록 돕는 개입이 필요할 것이다. 배우자를 '서로를 가장 친한 친구'로 보는 것은 부부 간의 동반자 관계, 즉 파트너십을 이루며 서로에 대한 비현실적인 기대를 버리게 하여 부부의 갈등을 줄여주는 많은 역할을 한다. 기존의 부부 연구들에서 부부 간의 갈등이 다른 관계와 다른 것은 사람들이 다른 관계에서는 넉넉히 수용할 수 있는 것들도 부부 관계에서는 서로에 대한 기대치가 매우 높아지기 때문이라고 하였다. 이때에는 서로를 '친구'라고 생각하면 다른 관계에서 보다 비현실적으로 높은 배우자에 대한 기대치를 낮출 수 있게 하는 관점의 변화를 가져 와서 서로를 더 잘 수용하며 문제를 해결할 수 있다. 심한 갈등을 겪는 국

내의 부부들에게 이러한 관점을 제공해주는 것은 서로에 대한 비현실적인 기대를 깨닫게하여 서로를 더 잘 수용하고 인정할 수 있게 할 것이다.

기존의 많은 연구들에서 의사소통의 질과 결혼만족도는 유의미한 상관관계 있다고 보고되었다(Lock, Saugh, Thomas, 1956; Bienvene, 1970; Krudson, Sommers, & Golging, 1980; Vincent, Weiss & Brichler, 1975; Jacobson & Margolin, 1979; Gilbert, 1976; Powers, 1979; 김쟁산, 1983; 송말희, 1983; 윤성숙, 1996). 박영화, 고재홍(2005)의 연구에서는 갈등 시 사용하는 의사소통 방식이 자신의 결혼만족도와 배우자의 결혼만족도에 미치는 영향을 살펴보았는데, 비난과 공격이 포함된 의사소통 행동과 대화 회피적인 의사소통 예상과는 달리 상대방보다는 오히려 자신의 결혼만족도를 떨어뜨리며, 부부 각자의 결혼만족도는 자신이 사용하는 의사소통 방식에 더욱 영향을 많이 받는다는 연구 결과를 보여주었다. 본 연구결과, 아내가 남편에 비해 비난과 멸시가 더 많이 나타났다. 아내의 결혼만족이 남편의 결혼만족보다 낮은 것에 대한 원인을 이 연구에서 알아낼 수 없으나 선행연구들을 통하여 살펴볼 때 아내의 의사소통 방식이 낮은 결혼만족도와 관련이 있다는 가정을 할 수 있겠다. 하지만, 자기보고로 측정되었기 때문에 실제로도 남편의 의사소통 방식에서 4가지 악화요인이 아내보다 적게 나타나는지는 확실히 알 수가 없다. 아내가 부정적인 의사소통을 보이는 것이 전적으로 아내 변인이 아닌 남편과 아내의 상호작용에서 일어났을 수 있다는 가정을 할 수 있지만, 본 연구에서는 그것까지는 상세하게 알 수는 없었다.

연구결과, 아내가 남편보다 유의미하게 배우자를 더 수용하고, 남편은 좀더 자신의 입장을 강조하는 것으로 나타났는데, 이것은 Gottman이 아내가 남편의 영향을 수용하는 경향이 많았다는 연구 결과와도 일치한다. 아내의 말이나 영향력을 거부하는 남편은 아내와 감정적으로 멀어지며, 이 상태가 계속되면 부부의 정서적인 관계에 거리감이 생긴다고 하였다. 가부장적인 남편은 아내에게 지시적인 태도를 보이면서 아내를 무시하고, 아내의 말 듣기를 거부한다.

Gottman의 연구에서 아내의 말을 듣는 사람들이 행복한 결혼을 한다고 하였는데, 우리나라의 부부에서 남편이 자신의 영향력을 강조하려는 결과가 나타난 것은 아내의 결혼만족도에도 영향이 있을 것이 짐작된다. Gottman은 기본적인 성격, 욕구 등의 차이로 인한 문제들은 시간이 가도 완전히 해결되기 어려운 문제이며 이것이 부부의 문제의 69%를 차지한다고 하였다. 건강한 부부라도 갈등을 다 해결하고 살지는 않으며, 서로 해결할 수 없는 갈등에 대해서 대화할 수 없다는 것이 문제라고 하였다. 갈등을 해결하려고 하기 보다는 자신들의 입장에 대해 충분히 대화할 수 있는 것이 중요한데 그 때에 부부 간 상호 영향력을 인정하고, 배우자에 동의하지는 않더라도 대화 과정에서 서로를 수용해주는 태도가 필요하다. 문제에 대해 논의할 때, Gottman은 남편은 부드럽게 대화를 시작하면서(soften start-up), 아내의 영향력을 수용하는 것이 해결이 어려운 문제를 다루는 데 효과적이라고 하였다. 한국의 부부에게서도 아내가 남편보다 배우자의 영향력을 수용하지만, 남편은 유의미하게 배우자의 영향력을 인정하지 않았다. 6개의 변인을 통틀어 대부분 남편이 아내에 비해 긍정의 대답을 하였는데, 이 변인에서 만큼은 남편이 아내에 비해 부정적인 입장을 보였다. 이것은 아내의 낮은 결혼만족도를 설명하는데 남편의 영향력, 즉 남편이 아내의 의견을 덜 수용하며 자신의 의견을 주장하는 것이 6개의 변인을 통틀어 남편과 아내사이에 현저하게 차이를 나타내기에 주목할만한 결과이다.

네 번째로 6개의 모든 변인과 결혼만족도간에는 유의미한 상관이 있었다. ($p < .01$) 이에 따라서 모든 가설이 지지되었다.

첫째, 배우자를 아는 정도와 결혼만족은 상관이 있었다.

이 척도는 내가 상대를 아는 것(16문항)과 상대가 나에게 대해 안다고 생각하는 문항(4문항)으로 구성되어있다. 기존의 연구들에서는 부부간의 상호작용들을 주로 다루었는데, 이것은 부부 사이의 인지적인 요소를 다루었다는 점이 특징이다. 서로의 관계에서 일어나는 상호작용 뿐 아니라, 내가 배우자를 많이 알

고 있을수록 나의 결혼만족도가 높다는 것과 배우자가 나를 아는 정도가 결혼 만족도에 영향을 준다는 것은 부부 사이에 인지적 측면 또한 중요하다는 것을 증명하였다. 특히 이 변인은 부부 간에 서로 대화를 하거나 지속적으로 현재 배우자의 상태에 관심을 갖아야 알 수 있는 것이기에, 부부 간의 애정이나 상호작용의 질도 종합적으로 알 수 있다. 기존의 연구에서 한국의 부부를 대상으로 이러한 조사를 한 것이 매우 드물었다. 이러한 연구를 통해 국내의 부부에게도 지속적으로 서로에 대해 관심을 가지고 서로에 대한 정보를 늘 새롭게 업데이트 하고자 하면서 부부 간의 애정이나 의사소통의 질도 향상시킬 수 있을 것이다. 실제 부부 교육이나 치료 장면에서는 직접 문제의 답을 적고 부부가 서로 확인하고 대화를 나누게 하는 절차를 사용함으로써, 더욱 신뢰롭게 이 척도를 사용할 수 있겠고, 단절된 부부에게는 대화의 소재를 주고 서로를 이해하는 시작으로써 좋은 도구가 될 수 있을 것이다.

둘째, 배우자를 좋아하는 마음과 존중하는 마음과 결혼만족은 유의미한 상관성이 있었다. 배우자를 좋아하고 존중하는 마음이 클수록 결혼만족이 높았다. 하위척도는 ‘내가 배우자를 좋아하고 존중하는 것’, ‘배우자가 나를 좋아하고 존중해주는 것’, ‘서로를 좋아하고 존중해주는 것’의 문항을 포함한다. 특히 남편은 ‘내가 배우자를 좋아하고 존중하는 것’의 점수가 아내에 비해 유의미하게 높게 나왔고, 또한 남편의 결혼만족도도 아내에 비하여 높게 나온 것을 볼 때 더욱 주목할 만한 변인이다. 배우자에 대한 긍정적인 정서 및 태도의 중요성에 관한 선행연구들은 많지 않으나, 많은 연구들에서 이혼 위기의 부부나 결혼만족도가 낮은 부부들에게서는 긍정적인 정서의 결여가 특징이라고 보고한다(Gigy, Kelly, 1992). Gottman도 행복한 결혼의 요건은 긍정적인 상태를 유지하는 것이라고 하였고, 행복한 부부는 부정적인 정서 대 긍정적인 정서가 1:5정도의 비율인 것에 비해 이혼하는 부부는 0.8:1이라고 하였다. 부부간에 갈등이 생길 때라도 그동안 긍정적인 정서가 쌓여있으면(emotional bank account) 부정적인 감정이 상쇄된다고 하였다. 아내의 긍정적인 정서가 남편보

다 낮은 것에 대해서는 여러 원인이 있을 것이지만 후속 연구를 통하여 그런 원인을 알아내고 치료 개입 시 아내가 느끼는 부족한 부분에 대해서 부부가 서로 대화를 나눌 수 있게 도와줄 수 있겠다.

셋째, 부부간 자신의 삶의 의미를 나누고 함께 공유할 인생의 의미를 새롭게 창조하는 정도와 결혼만족은 유의미한 상관성이 있었다.

이 변인도 그동안 많이 연구되지 않았다. 다른 가정에서 태어나 다른 문화 속에서 20년 이상 살아온 사람들이 부부로 함께 살아갈 때에는 생활의 모든 측면에서 조율하는 과정이 필요하다. 그러면서 서로의 차이를 이해할 수 있게 된다. 처음에 만날 때부터 부부 간의 유사성과는 달리 결혼 생활에서는 다른 차이점들이 부딪히게 되고, 서로 자신의 것을 주장하게 될 때 갈등은 해결될 수 없다. 해결하기 어려운 갈등에 대해서 부부 각자 삶의 꿈을 나누고 제 3의 의미를 창조하며, 자신의 꿈이 이 결혼 안에서 이루어질 수 있을 것이라는 믿음이 생길 때 관계에 대한 만족은 증가된다. 특히 국내 부부의 연구에서 거의 다루지 않았던 변인이지만, 본 연구에서 결혼만족도의 중요한 예측인자로 밝혀졌다. 부부 간의 의미를 공유하고 재창조하는 과정이 결혼 전반에서 이루어지는 것은 효과적인 의사소통과 서로에 대한 관심과 애정이 기반이 필요하다. 부부 개입 시 서로를 알고, 서로에 대해 좋아하고 존중하는 마음을 환기시키며, 해결할 수 있는 문제에 대해서 갈등을 조정하는 방법을 배우고, 그 모든 것들을 바탕으로 하여 서로의 의미를 탐색하고 재창조하는 과정이 한국의 부부의 결혼 만족을 증가시키는데 큰 영향을 끼칠 것으로 보인다.

다섯째, 4가지 의사소통의 악화요인이 나타나는 정도와 결혼만족은 유의미한 상관성이 있었다. 상대에 대한 비난, 멸시, 방어, 담쌓기가 적게 나타날수록 결혼만족이 높았다. 이 변인은 위계적 회귀 분석을 통해서도 결혼만족도에 약 60%의 설명력을 갖고 있는 것으로 나타났다. 결혼만족도를 가장 잘 예측해줄 뿐 아니라, Gottman의 연구에서는 이혼을 가장 잘 예측해주는 변인이라고 하였다. 부부 간에 이러한 의사소통이 많이 발견될 때에는 치료자는 부부가 자

신의 대화를 알아차리고, 언어폭력 대신에 긍정적인 대화를 할 수 있도록 도와주고, 특히 남성이 배우자를 인정하고 배우자의 영향력을 수용할 수 있도록 돕는 것이 중요하다.

여섯 째, 부부간에 서로를 수용하는 정도와 결혼만족도 유의미한 상관이 있었다. 이것은 문제를 해결할 때, 기본적으로 서로의 이야기를 수용하고 인정해주는 태도로 부부 갈등의 조정에 효과적인 방법이다.

일곱 째, 부부 사이의 갈등을 해결하고자 할 때, 얼마나 관계의 회복시도를 잘 하는지(Repair attempts)도 결혼만족과 유의미한 상관이 있었다.

다섯 번째, 결혼만족도를 가장 잘 예측해주는 변인을 살펴보았다. 위계적 중다회귀분석 결과, 부부 사이의 인지적인 측면인 사랑 지도와 의미 공유하기, 정서적인 측면인 좋아하고 존중하는 마음, 행동적인 측면인 의사소통 악화 요인이 포함 되었다. 결혼만족도를 가장 잘 예측해주는 요인은 의사소통 악화요인이었다. 의사소통 악화요인이 적게 나타날수록 결혼만족도가 높았다. 이 변인은 결혼만족도를 60%나 예측해주었다. 둘째로 Gottman의 이론에서 주장하는 부부 간의 긍정적 정서- 서로를 좋아하고 존중하는 마음이었고, 다음으로 부부간의 공유하는 의미도 결혼만족을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 부부 사이의 인지적인 측면인 서로를 얼마나 알고 있는지(사랑 지도)가 그 뒤를 이었다. 많은 선행연구에서 살펴보았듯이 부부간의 의사소통의 질은 결혼만족에 지대한 영향을 끼친다. 부부 간에 나타나는 부정적인 패턴- 비난, 멸시, 방어, 담쌓기가 적게 나타나고, 긍정적인 정서적 태도가 결혼만족도의 70%를 예측한 것은 한국의 부부에게도 Gottman의 이론의 강조점처럼 부부 사이의 긍정적인 정서의 중요하다는 것과, 이혼의 가장 좋은 예측인자로 알려진 의사소통 악화요인이 결혼만족도에도 큰 영향을 준다는 것을 보여주었다. 이 모델에 부부 간의 인지적인 요소(의미 공유하기, 사랑 지도), 정서적인 요소(좋아하고 존중하는 마음), 행동적인 요소(의사소통 악화요인)가 골고루 포함되어 있었다.

부부간에 4가지 악화요인이 적게 나타나고, 서로에 대한 긍정적인 정서를 가지며, 삶에서 목표를 공유하고, 서로에 대해 잘 알고 있으며 배우자가 나를 좋아한다는 것을 느끼고 삶의 영역에서 비슷한 가치관을 가지고 있다면 부부의 결혼만족이 높을 것이다.

본 연구에서 갖는 제한점은 다음과 같다.

첫째, Gottman의 모든 변인을 검증하지 못하였다.

그의 이론에서는 부부 관계의 많은 측면을 다루고 있다. 따라서 본 연구에서는 선행연구를 통해 의미가 있다고 여겨진 변인들만 선택하였다. 따라서 다루지 못한 변인에 대해서는 한국의 부부에게 적용할 수 있는지 앞으로의 검증이 필요하다.

둘째, 한국의 건강한 부부의 특징을 연구하면서 Gottman 이론만을 도구로 사용하는데 한계점이 있을 것이다. Gottman 이론이 부부 관계의 많은 측면을 다루고 있긴 하지만, 한 사람의 이론만으로는 설명하기 부족한 부분들이 있을 것이다. 이것은 앞으로 Gottman의 다른 변인 뿐 아니라 다른 선행연구 결과를 토대로 한국의 건강한 부부에 대해 연구할 수 있는 여지를 제공해 줄 것이다.

셋째, 외국의 설문지를 번역하는 과정에서 매끄럽게 번역되지 못한 문항들이 있었다. 앞으로의 연구에서는 설문지를 더욱 수정, 보완하고 설문지에 대한 타당화 검사가 필요할 것으로 생각된다.

넷째, 커플 자료에 대해서는 자신이 상대방에게 미치는 자기효과와 상대방이 자신에게 미치는 상대방효과가 나타난다. 본 연구에서는 부부를 각각의 쌍으로 연구하지 못하고, 전체 남편과 아내의 평균을 보았기에 각 커플에게서 나타나는 자기효과와 상대방효과를 검증하지 못하였다. 따라서 한 변인이 결혼만족도에 주는 영향을 인과적으로 해석하는데 무리가 있다. 후속연구에서는 각 변인에 대한 부부 상호간의 자기효과와 상대방효과를 검증함으로써 메커니

음을 이해할 수 있을 것이다.

다섯째, 변인이 결혼만족도와 상관이 있었지만, 역으로 결혼만족도가 때문에 변인의 점수가 높게 나올 수도 있다는 점을 고려할 수 있다.

여섯째, 각 변인을 검증하는데 있어 개인의 삶의 질에 대해서는 측정하지 않고 결혼만족도만을 사용하였다. 우울이나 불안 등 개인의 정서 상태나 성격 특성에 대해서는 알아보지 않고 부부의 체계의 관점으로 다루었기에 간과한 개인의 변인들이 있을 것이다. 후속 연구에서는 개인의 변인도 추가 시켜 결혼만족도와의 관계를 볼 수 있을 것이다.

일곱째, 자기보고식 검사의 문제점을 들 수 있다. 성실하게 응답하지 않았거나, 자신은 배우자에 대해 안다고 생각하나 실제 확인해보면 잘못된 지식을 갖고 있는 경우가 있을 것이다. 그것은 본 연구가 설문지로 연구에 그치지만, 치료 상황에서는 그러한 차이에 대해 부부가 서로 대화할 수 있게 하는 개입을 할 수 있을 것이다.

여덟 번째, 인구통계학적으로 고르게 분포되지 않았다는 점이 있다. 지역적으로는 서울 및 경기도에 치중되었고, 비교적 고학력과 고소득층이 많았기에 본 연구결과를 일반화하기에는 어려운 점이 있다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구에서 갖는 의의는 다음과 같다.

첫째, 한국의 건강한 부부의 특징을 밝혀냈다.

Gottman의 이론을 통하여 그 동안 잘 연구되지 않았던 변인이지만 중요하다고 밝혀진 변인을 추가하여 검증하였기에 한국의 건강한 부부의 특징을 알고 그에 맞는 개입을 구성해볼 수 있는 계기를 마련해주었다. 부부 간에 공유하는 의미 척도는 그동안 선행연구를 통해서도 거의 연구가 되지 않았었다. 이는 국내의 부부 치료에서도 부부간의 갈등 중에 69%인 해결되지 않은 갈등을 다룰 때에 배우자의 꿈과 삶의 의미를 탐색하는 것과 같이 적용해볼만한 가치가 있다. 또한 부부간의 인지적인 측면과 정서적인 측면을 살펴보아 검증하였

다. 부부간에 서로에 대해 아는 것이나 긍정적인 정서가 결혼만족도를 예측하는 중요한 변인으로써, 부부의 개입 시 유의미하게 고려할 점임을 밝혀냈다.

둘째, 국내에서 Gottman의 이론을 치료 장면에 적용하기에 앞서 한국 부부에게 적용이 가능한지 검토해 볼 수 있었다.

척도를 구성할 때, 문화적인 차이가 있다고 생각되는 문항은 제거하였다. 한국의 부부연구에서는 Gottman의 연구처럼 많은 데이터를 가지고 과학적으로 연구가 이루어지지 않는 것이다. 따라서 이미 경험과학적인 기반을 가진 Gottman의 연구 및 치료가 한국에서도 효과적일 수 있는 지 알아보고 그것을 적용할 수 있다는 점을 밝혀냈다.

셋째, 현재 계속적으로 이혼율이 증가하며, 법적으로도 이혼 전 조정기간을 마련하여 상담을 추진하고 있다. 본 연구에서 결혼만족도를 가장 잘 예측했고, Gottman의 연구들에서도 이혼을 가장 잘 예측해주었던 ‘의사소통 악화요인’을 이혼 위기의 부부를 다룰 때에나 부부 의사소통 훈련에서 그러한 개념을 적용하는 것이 실제적으로 활용도가 높고, 효과적일 것으로 생각된다.

넷째, 본 연구에서 밝혀진 한국의 부부의 특징들을 요인별로 결혼만족도와 의 관계를 연구할 수 있을 것이다. 외국과는 다르게 한국의 부부에게서만 보이는 점의 원인을 파악하고, 그에 맞는 치료적 개입을 개발하는데 도움을 줄 수 있을 것이다.

참고 문헌

- 강진경, 신수진, 최혜경(2001). 결혼지속연수에 따른 한국 부부의 사랑구조의 변화 양상. *한국가정관리학회지*, 19(5).
- 고재홍, 전명진(2003). 부부의 유사성과 결혼 만족도간의 관계: 프로파일 유사성 분석. *한국심리학회지: 사회*, 17(3).
- 공성숙(2004). Gottman의 이론을 바탕으로 한 부부관계 증진 집단상담 프로그램 개발 및 효과성 연구. *한국가족치료학회지*, 12(2).
- 공성숙(2005). 부부관계증진 집단 프로그램이 부부의 결혼만족도, 긍정적 감정, 갈등조정방식, 의사소통 악화요인에 미치는 효과. *대한간호학회지*, 35(6).
- 곽배희(1999). 이혼율 급증, 어떻게 볼 것인가. 동아일보 1999년 8월 4일자 7면
- 권정혜, 채규만(1998). 한국판 결혼만족도 검사의 표준화 및 타당도 연구. *한국심리학회 연차대회 학술논문집*.
- 권정혜, 채규만(2000). 부부 적용 프로그램의 개발과 그 효과에 관한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 19(2), 207-218
- 김미숙(1989). 도시 부부의 결혼안정성 및 그 관련변인 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김민정, 도현심(2001). 부모의 양육행동, 부부갈등 및 아동의 형제자매관계와 아동의 공격성 간의 관계. *한국아동학회지*, 22(2).
- 김선희, 김경연(1999). 아동의 행동문제와 관련변인간의 인과관계. *한국가정관리학회지*, 17(1), 155-166.
- 김순옥(2001). 부부의사소통 교육프로그램 개발. *한국가족관계학회지*, 6(1), 137-157.

- 김영실(2002). 결혼 초기 부부들의 결혼 만족도, 의사소통, 상호수용에 대한 부부 적응 프로그램의 효과. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김은정(1992). 결혼초기 주부의 역할 갈등 및 갈등해결방법과 결혼만족도. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김인주, 이상현, 최두재, 광기우, 윤방부(1991). 결혼 만족도에 영향을 미치는 인구 사회학적 특성에 관한 연구 -학동기의 부부를 대상으로. *가정의, 12(5)*.
- 김쟁산(1983). 부부간의 커뮤니케이션이 부인의 결혼만족도에 미치는 영향에 관한 연구. 부산대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김주혜(1994). 의사소통기술 훈련 프로그램이 부부들의 의사소통 향상에 미치는 효과. 계명대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 김준기(2005). *부부 쿨하게 살기*. 서울: 아이앤비마케팅.
- 김혜경(1986). 결혼초기 부부의 갈등에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김혜선(1982). 결혼만족도에 대한 문헌적 고찰. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김혜선(2001). 이혼 예방을 위한 최근 미국의 가족정책에 관한 소고. *한국가정관리학회지, 19(2)*.
- 김화자, 윤중희(1991). 가족생활주기에 따른 부부의사소통 효율성과 결혼만족도 연구. *한국가정관리학회지, 9(2)*, 177-190.
- 박경자(1981). 부부 상호간의 의사소통과 가정생활행복도와와의 관계에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박영화, 고재홍(2005). 부부의 자존감, 의사소통 방식 및 갈등대처행동과 결혼만족도간의 관계: 자기효과와 상대방효과. *한국심리학회지: 사회, 10(1)*.
- 서선미(2004). Gottman 부부치료 원리를 활용한 결혼초기 부부관계 향상 프

- 로그래. 서울여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 송시내(1999). 결혼생활 만족과 부부 의사소통에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 송말희, 이정우(1986). 도시주부의 커뮤니케이션 이해도와 결혼만족도간의 관계에 관한 연구. *한국가정관리학회지*, 4(1), 33-47.
- 유영주(1978). 한국 도시가족의 부부간의 만족도 연구. *서울대학교 가정대학 논문집*, 제 4권.
- 유은희(1994). 상담사례에 나타난 부부갈등문제 및 대응행동분석. 계명대학교 대학원 석사학위 논문.
- 유은희, 김득성(2005). 결혼초기 부부관계향상 프로그램의 효과검증. *한국가정관리학회지*, 23(1).
- 이경순, 최외선(2004). 효과적인 부부상담을 위한 성숙한 커뮤니케이션 방안 모색 -Satir의 성장모델을 중심으로-. *한국가족복지학회지*, 9(1).
- 이경희, 옥선화(2002). 부부관계유형과 판별요인에 관한 연구. *대한가정학회지*, 40(4).
- 이동원(1988). 도시부부의 결혼의 질에 관한 연구. 연세대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이민식(1999). 부부갈등이 아동의 내면화 및 외면화 문제에 미치는 영향. -아동의 지각된 부부갈등과 양육행동의 매개효과-. 연세대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이성희(2002). 부부관계 강화 프로그램의 개발과 효과 검증 -선택이론, 인지정서행동이론, 관계향상기법을 기초로-. *한국가정관리학회지*, 20(6).
- 이옥진(1982). 부부의 결혼만족도에 관련된 가정환경변인에 관한 연구. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이인수, 유영주(1986). 결혼만족도 척도의 타당화 연구. *한국가정관리학회지*, 4(1), 1-14.

- 이정연(1991). 한국 도시 남편이 지각한 부부권력 과정에 관한 연구 -권력자
원과 권력과정을 중심으로-. *한국가정관리학회지*, 9(2), 267-284.
- 이정은, 이영호(2000). 개인특성, 스트레스 및 부부간 의사소통과 결혼만족도
의 관계. *한국심리학회: 임상*, 19(3).
- 이종선(2001). 부부의 개인특성, 의사소통방식, 결혼만족도가 부부폭력에 미치
는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이종선, 권정혜(2002). 부부의 대인관계, 의사소통방식, 결혼만족도가 부부폭
력에 미치는 영향. *한국심리학회: 임상*, 21(2).
- 이종한, 이윤희(2000). 이혼제도와 실태. *한국심리학회지: 여성* Vol. 5, No. 2
- 이창숙, 유영주(1998). 부부갈등해결 교육 프로그램 개발연구 -Baucom과
Epstein의 인지 행동적 치료모델에 기초하여-. *한국가족관계학회지*:
3(1), 46-71.
- 이호신(2000). 결혼생활 만족에 관련된 부부의 상호작용 변인들. 성신여자대
학교 대학원 석사학위 논문.
- 임승락(1998). 부부간 의사소통행동과 결혼생활만족: 성차, 요구입장 차이 및
성격 특성의 영향. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 장휘숙(1997). 애착의 전생애 모델과 대물림 : 전생애 발달심리학적 조망에서
애착연구의 개관. *한국심리학회지: 일반*, 16(1), 89-105.
- 정문자, 전연진(2004). 부모의 원가족 경험과 부부갈등 및 아동 행동문제의
일반적 성향과 이들간의 인과 관계. *대한가정학회지*, 42(9), 162.
- 조유리, 김경신(2000). 부부의 갈등대처행동과 결혼만족도 -광주지역 거주자
를 중심으로-. *한국가족관계학회지*, 5(2)
- 최혜경, 노치영(1994). 기혼남녀의 부부간 문제해결 행동유형. *한국가정관리학
회지*, 12(2), 262-273.
- 채규만(2005). 과학적인 부부치료모델과 기법- Gottman이론을 중심으로. *한
국임상심리학회 추계학술대회 자료집*.

- 최규련(1987). 한국 도시부부의 결혼만족도 요인에 관한 연구. 고려대학교 박사학위 논문.
- 최규련(2002). 농촌 부부평등교육 프로그램 및 효과검증. *한국가정관리학회지*, 20(3), 73-85.
- 최윤희(2000). 부부관계증진 프로그램이 부부 의사소통과 결혼만족도에 미치는 효과. *한국아동교육학회지*, 9(2), 13-25.
- 통계청. 2004년 혼인·이혼 통계.
- 한남제(1988). 한국 도시부부의 적응에 관한 일 연구. *효성여대 여성문제 연구소 여성연구*, 16, 19-35.
- 한영준(1979). 가정병태와 청소년 문제. 서울: 여문각.
- 허윤정(1996). 부부관계 유형에 따른 결혼만족도 연구. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- Acitelli, L. K., Douvan, E., & Veroff, J. (1993). Perceptions of conflict in the first year of marriage: How important are similarity and understanding. *Journal of Social and Personal Relationship*, 10, 5-19.
- Acitelli, L. K., Kenny, D. A., & Weiner, D. (2001). The importance of similarity and understanding of partner's marital ideals to relationship satisfaction. *Personal relationship*, 8, 167-185.
- Bowman, M. L. (1990). Coping efforts and marital satisfaction, measuring marital coping and its correlates. *Journal of Marriage and the Family*, 52(2), 463-474.
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1988). Individual difference variables in close relationship: A contextual model of marriage as an integrative framework. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 713-721.

- Aron. T. Beck. (2001). *체석봉 역 (2001). 사랑만으로는 살 수 없다.* 서울: 학지사.
- Alan S. Gurman., Neil S. Jacobson. (2002). *Clinical handbook of couple therapy.* New york: The guilford press.
- Christensen, A., Heavey, C. L. (1990). Gender and social structure in the demand/withdraw pattern of marital conflict. *J Pers Soc Psychol*, 59, 73-81.
- Christensen, A., & Shenk, J, L. (1991). Communication, conflict, and psychological distance in nondistressed, clinical and divorcing.
- Christensen, A., & Sullaway, M. (1984). Communicaton pattern questionnaire. Unpublished manuscript, University of California, Los Angeles.
- Flory. H. (2000). "I promise to love, honor, obey... and not divorce you": Covenant marriage and the backlash against no-fault divorce. *Familly Law Quarterly*, 34, 133-147.
- Gottman, J. M. (1979). *Marital interaction: Experimental investigations.* New York: Academy Press.
- Gottman, J. M. (1991). Predicting the longitudinal course of marriage. *Journal of Marital and family Therapy*, 17, 3-7
- Gottman, J. M. (1994). *Why marriages succeed or fail.* New York: Simon and Schister.
- Gottman, J. M. (1998). Psychology and the study of marital process. *Annals Rev Psychol*, 49, 169-197.
- Gottman, J. M. (1999). *The marriage clinic: A scientifically based marital therapy.* W. W. Norton & Company, New York, London.

- Gottman, J. M. & Silver. N. (1999). *The Seven Principles for making marrying work*. New York: Three River Press.
- Gottman, J. M. & Silver. N. (1999). 임주현 역 (2002). *행복한 부부 이혼하는 부부*. 서울: 문학사상사.
- Gottman, J. M., Coan, J., Carrere, S., & Swanson, C. (1998). Predicting marital happiness and stability from newlywed interactions. *J Marriage Fam*, 60, 5-22.
- Gottman, J. M., Notorius, C. (2000). Decade review: Observing marital interaction. *J Marriage Fam*, 62, 927-947.
- Haukins, J. L., (1968). Association between companionship and marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*, 30, 647-648.
- Heavey, C. L, Layne, C., & Christensen, A. (1993). Gender and conflict structure in marital interaction : A replication and extension. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 16-27.
- Jacobson, N. S., & Addis, M. E. (1993). Research on couple therapy: What do we know? Where we are going? *Journal of consulting and Clinical Psychology*, 61, 85-93.
- Jacobson, N. S., Follete, V. M., Follete, W. C., Holtzworth Munroe, A., Katt, J. I., & Scaharaling, K. B. (1985). A Component analysis of behavioral marital therapy: One-year follow-up. *Behav Res Ther*, 23, 549-555.
- Jacobson, N. & G. (1979). *Marital Therapy*. New York: Brunner/Mazel
- Lindsey. N. (1998). Marriage and divorce: Degrees of "I do." An analysis of the ever changing paradigm of divorce. *University of Florida Journal of Law and Public Policy*, 9, 265-286.
- Lewis, R. A., & Spanier, G. B., (1979) Theorizing about the quality and

- stability of marriage. In Burr, W., Hill, R., Nye, L., & Reiss, I. (Eds), *contemporary theories about the family, Vol I*, New York: Free Press.
- Osborne, L. N., & Fincham, F. D. (1996). Marital conflict, parent-child relations and child relations: Does gender matter. *Merrill Palmer Quarterly*, 42, 48-75.
- Peterson, J. L., & Zill, N. (1986). Marital disruption, parent-child relationships, and behavior problems in children. *Journal of Marriage and the family*, 48, 295-307.
- Perlin, L. I. & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 19.
- Rice, P. F. (1979). Marriage and parenthood. Boston : Allyn and Bacon.
- Snyder, D. K. (1979). Multidimensional assessment of marital satisfaction. *Journal of Marriage and the family*, 813-823.
- Sternberg, R. J. (1986). A Triangular Theory of Love. *Psychological Review*, 119-135

ABSTRACT

A study about the characteristics of the Sound Korean Couples Based on Gottman's Theory

Soon-Kun Hong
Department of Psychology
Graduate School of
Sungshin Women's University

This study was conducted to find out the characteristics of sound Korean couples based on John Gottman's Sound Marital House Theory, which was generated through extensive empirical research for the sound couples in America.

Two hundred and forty five married couples in Seoul Metropolitan area were asked to fill out Global Distress subscale of the Korean Marital Satisfaction Inventory(K-MSI) and 6 scales developed by Gottman: Love map scale, Fondness and admiration scale, Shared meanings scale, Four horsemen scale, Accepting influence scale, and Repair attempts scale. Pearson's correlations between marital satisfaction and other scales were calculated for the data. Reliability analyses, ANOVA, and stepwise multiple regression analyses were also performed. The statistical analyses were done by using SPSS WIN 12.0.

Major findings are summarized as follows:

First, many demographic variables were related to marital satisfaction. The ages of the spouses and the length of the marriages were negatively related to marital satisfaction, while the length of the dating period was positively related to marital satisfaction. Also, the husbands reported significantly higher level of marital satisfaction than their wives. In addition, the couples who got married through dating courtship reported higher level of marital satisfaction than those who had arranged marriage.

Second, husbands reported higher scores than wife in the following scales such as Fondness & admiration scale, Shared meanings scale, and Global satisfaction subscale in the K-MSI, which indicates husbands tend to enjoy more marital satisfaction in all areas than wives.

Third, all of the six Gottman scales were correlated to marital satisfaction at statistically significant level. Knowing about one's spouse (love map), fondness and admiration, shared meanings, accepting influence, and repair attempts were positively correlated to marital satisfaction, and barriers to communication (four horsemen) were negatively correlated to marital satisfaction.

Fourth, the level of marital satisfaction was predicted more by communication barriers (four horsemen) than any other single variable. This result is consistent with that of Gottman's research, which showed that the barriers to communication (four horsemen) are the most powerful predictive factor of divorce. Fondness & admiration, shared

meanings, and knowledge about one's spouse (love map) were useful predictors of marital satisfaction in the given order.

Finally, This study was able to examine specific characteristics of sound Korean couples. It showed that a couple's marital satisfaction was related to the couple's knowledge of each other, emotional attitudes of liking and admiring each other, effective communication, and regulation of conflict. In particular, marital satisfaction was mostly affected by the 4 barriers to communication. Therefore, it will be worthwhile exploring communication skills among Korean spouses and attempting to apply Gottman's concepts in couple communication training or divorce crisis counseling programs. Furthermore, since this study showed that some of Gottman's research could be applied to Korean couples, Gottman's theory can be useful in developing effective couple therapy models in Korea.

부 록

부록 1. 인구통계학적 변인

부록 2. 문항 별 부부간의 차이

부록 3. 질문지

<부록1> 인구 통계학적 변인

변인	남 편 (n=245)			아 내 (n=245)			
	구분	빈도	백분율 (%)	구분	빈도	백분율 (%)	
연령	20대	5	2	20대	24	9.9	
	30대	82	33.5	30대	85	35	
	40대	89	33.5	40대	91	37.4	
	50대	62	25.3	50대	43	17.7	
	60대	7	2.9	60대	0	0	
학력	무학	1	0.4	무학	1	0.4	
	초졸	5	2	초졸	5	2	
	중졸	8	3.3	중졸	5	2	
	고졸	50	20.4	고졸	88	35.9	
	대졸	133	54.3	대졸	127	51.8	
직업	대학원졸 이상	48	19.6	대학원졸 이상	19	7.8	
	무직	5	2	전업주부	114	46.5	
	생산·단순노동직	13	5.3	생산·단순노동직	8	3.3	
	판매·서비스직	44	18.0	판매·서비스직	20	8.2	
	일반사무직	66	26.9	일반사무직	38	15.5	
	전문기술직	47	19.2	전문기술직	41	16.7	
	관리직	43	17.6	관리직	5	2	
	전문직	23	9.4	전문직	14	5.7	
	기타	4	1.6	기타	5	2	
	없음	88	35.9	없음	65	26.5	
	가톨릭	23	9.4	가톨릭	26	10.6	
	종교	기독교	103	42	기독교	115	46.9
		불교	29	11.8	불교	38	15.5
유교		2	0.8	유교	0	0	
기타		0	0	기타	1	0.4	

부 부 (n=245)			
변 인	구 분	빈 도	백분율 (%)
가계 월평균 수입	100만원 이하	2	0.8
	100~200만원	29	11.8
	200~300만원	86	35.1
	300~500만원	84	34.3
	500만원 이상	44	18
경제적 책임	전적으로 남편	98	40
	전적으로 아내	3	1.2
	남편·아내가 비슷한 수입	84	34.3
	남편이 대부분, 아내에게도 약간의 수입	54	22
	아내가 대부분, 남편에게도 약간의 수입	6	2.4
가족 형태	부부	26	10.6
	부부와 자녀	191	7.8
	시가와 동거	18	7.3
	처가와 동거	7	2.9
	기타	3	1.2
자녀 수	없음	23	9.4
	1명	55	22.4
	2명	135	55.1
	3명	29	11.8
	4명	1	0.4
	5명 이상	2	0.8

부 부 (n=245)			
변 인	구 분	빈 도	백분율 (%)
결혼 형태	연애혼	142	58
	중매혼	48	19.6
	절충혼	55	22.4
교제 기간	6개월 미만	52	10.6
	6개월~1년 미만	82	16.7
	1년~2년 미만	138	28.2
	2년~3년 미만	81	16.5
	3년~4년 미만	49	10
	4년~5년 미만	29	5.9
	5년~8년 미만	50	10.2
	8년~10년 미만	4	0.8
	10년~15년 미만	3	0.6
	15년 이상	2	0.4
결혼지속 연수	1년 미만	28	5.7
	1년~5년 미만	54	11
	5년~10년 미만	79	16.1
	10년~15년 미만	79	16.1
	15년~20년 미만	88	18
	20년~25년 미만	55	11.2
	25년~30년 미만	85	17.3
	30년 이상	20	4.1

<부록2> 문항 별 부부간의 차이

1) 사랑지도 (Lovemap)

이 변인의 모든 문항에서 부부간의 유의한 차이가 나타나지 않았다.

2) 좋아하고 존중하는 마음 (Fondness & Admiration)

p<.01에서 유의한 문항

9. 나는 배우자에게 성적인 매력을 느낀다. (남편>아내, p=.002)

14. 나는 다시 태어나도 나의 배우자와 결혼할 것이다. (남편>아내, p=.000)

p<.05에서 유의한 문항

4. 나는 자주 마음에서 우러나오는 애정으로 배우자를 안아주거나 키스를 한다. (남편>아내, p=.021)

10. 우리 사이에는 아직도 로맨틱한 애정이 확실히 남아있다.

(남편>아내, p=.044)

11. 나는 나의 배우자를 정말 자랑스럽게 여긴다. (남편>아내, p=.026)

3) 공유하는 의미 (Shared meanings)

① 의식(Ritual) p<.05

6. 내가 아플 때 배우자가 나를 돌보아주며, 내가 사랑받는다는 것을 느낄 수 있다 (남편>아내, p=.047)

② 역할(Role) p<.05

11. 우리는 어머니나 아버지로서의 역할에 대해서 공통된 견해를 가지고 있다. (남편>아내, p=.049)

12. 우리는 서로의 가장 좋은 친구로 비슷한 관점을 많이 가지고 있다.

(남편>아내, $p=.048$)

③ 목표(Goal) 6개 문항에서는 유의미한 차이가 나타나지 않았다.

④ 상징(Symbol) $p<.05$

29. 우리는 개인적인 자유와 독립의 중요성에 대해 비슷한 가치를 둔다

(남편>아내, $p=.48$)

4) 의사소통 약화요인 (FourHorsemen)

남편은 다음의 3개의 문항에서 점수가 낮았다.

$p<.01$ 수준에서 유의한 문항

31. '배우자는 보통 너무 쉽게 상처를 받는다 (비난, $p=.000$)

$p<.05$ 수준에서 유의한 문항

3. 우리가 논쟁할 때는 때때로 배우자가 나를 아주 싫어하고 있다는 생각이 든다 (멀시, $p=.021$)

4. 나에 대한 비난이 너무도 불공평하기 때문에 나는 스스로를 변명해야 한다 (방어, $p=.48$)

아내는 다음의 8개 문항에서 점수가 낮았다.

$p<.01$ 수준에서 유의한 문항

20. 나는 배우자의 성격에서 개선되어야 할 부분을 지적하려고 한다 (비난, $p=.004$)

24. 나는 우리의 기본적인 문제에 대한 배우자의 입장이 마음에 안 든다 (멀시, $p=.007$)

25. 나의 배우자는 매우 이기적이고 자기중심적일 때가 많다 (비난, $p=.003$)

26. 나의 배우자의 어떤 태도를 보면 정이 떨어 진다 (떨시, $p=.000$)
28. 배우자가 내게 비난하는 것들의 대부분은 실제로 내 잘못이 아니다
(방어, $p=.007$)

$p<.05$ 수준에서 유의한 문항

14. 우리 문제의 원인이 모두 나에게만 있는 것은 아니다 (방어, $p=.03$)
15. 나는 우리가 대화하는 방식 때문에 결혼을 포기하고 싶은 생각이 든다
($p=.033$)

5) 배우자의 영향력 수용하기 (Accepting influence)

$p<.01$ 수준에서 유의한 문항

4. 내 배우자는 자신이 우리 결혼에 중요한 영향력을 발휘하고 있다는 것을
알아주었으면 한다 (아내>남편, $p=.000$)
19. 나의 배우자는 대체로 너무 감정적이다 (남편>아내, $p=.000$)
20. 우리의 결혼에서 나만이 중요한 결정을 할 수 있는 사람이다
(남편>아내, $p=.005$)

$p<.05$ 수준에서 유의한 문항

6. 배우자의 말은 매우 일리가 있다 (남편>아내, $p=.04$)

6) 관계 회복 시도하기 (Repair attempts)

$p<.01$ 수준에서 유의한 문항

3. 나는 내가 잘못했다고 시인할 수 있다 (남편>아내, $p=.000$)
4. 나는 나 자신을 효과적으로 진정시킬 수 있다 (남편>아내, $p=.011$)
5. 우리는 말다툼 할 때라도 유머감각을 유지할 수 있다 (남편>아내, $p=.000$)
11. 나는 우리 사이의 대부분의 문제를 해결할 수 있다는 자신감이 있다

(남편>아내, p=.003)

p<.05 수준에서 유의한 문항

6. 우리는 서로에게 말하는 방식을 바꾸어야한다고 배우자가 제안할 경우에 대부분 수긍이 간다 (남편>아내, p=.047)

7)결혼만족도

p<.01 수준에서 유의한 문항

5. 나는 결혼생활에서 충족되지 못한 중요한 욕구들이 있다
(아내>남편, p=.001)
7. 나는 배우자와 함께 있을 때에도 종종 외로움을 느낀다
(아내>남편, p=.001)
18. 나는 결혼생활에서 거의 불행함을 모르고 지내 왔다 (남편>아내, p=.000)
22. 내 결혼은 매우 만족스럽다 (남편>아내, p=.001)

p<.05 수준에서 유의한 문항

6. 우리의 결혼 생활에는 심각한 어려움이 있다 (아내>남편)
13. 나는 때때로 우리 결혼에 대해서 꽤 낙심하게 된다 (아내>남편)