



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위 청구논문

비폭력대화 프로그램이
다문화 부부의 부부이해도와
결혼만족도에 미치는 효과

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

강 미 숙

2014년 8 월

비폭력대화 프로그램이
다문화 부부의 부부이해도와
결혼만족도에 미치는 효과

지도교수 김 성 봉

강 미 숙

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함.

2014년 8 월

강미숙의 교육학 석사학위 논문을 인준함.

심사위원장 _____인

위 원 _____인

위 원 _____인

제주대학교 교육대학원

2014년 8 월

<국문초록>

비폭력대화 프로그램이 다문화 부부의 부부이해도와 결혼만족도에 미치는 효과

강 미 숙

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 김 성 봉

본 연구는 비폭력대화 프로그램이 갈등을 겪고 있는 다문화 가정 부부의 부부 이해도와 결혼만족도를 높이는데 효과가 있는지 밝히고자 하였으며, 이를 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

(연구문제 1) 비폭력대화 프로그램이 다문화가정의 부부이해도와 그 하위영역인 의사소통 만족도와 부부갈등 대처방법을 높이는데 효과가 있는가?

(연구문제 2) 비폭력대화 프로그램이 다문화가정의 결혼만족도와 그 하위영역인 생활만족, 애정, 헌신을 높이는데 효과가 있는가?

본 연구의 대상은 부부갈등과 불화로 인해 본 센터에서 상담을 받은 부부 50여 쌍 중 실험참여를 원하는 자발적 부부 7쌍과 권유로 참여한 8쌍을 실험집단으로 하였고 실험을 원치 않는 부부 15쌍을 통제 집단으로 선정하였다. 결혼만족도를 측정하기 위하여 이경성과 한덕웅(2001)의 연구에서 사용된 측정도구를 이용하였고 부부이해도 측정 도구로는 의사소통방식검사- Bienvenu(1970)이 개발하고, 김진희(1998)가 검증한 측정도구를 사용하였고 부부갈등 대처방식 검사- Porter & O'Leary (1980)이 개발한 도구를 이주경(1999)이 번역한 것을 사용하였다.

비폭력대화 프로그램은 Rosenberg(2003)의 비폭력대화(NVC)모델을 기본으로

캐서린 한(2008)이 번역한 ‘비폭력대화’와 루시루(2008)의 강의를 토대로 해서 박현진(2007)이 만든 ‘대화가필요해’ 자료를 참고해서 다문화 전문가의 조언을 바탕으로 연구자가 재구성 하였다.

비폭력대화 프로그램은 매회기 120분씩 총 8회기에 걸쳐 실시하였고 프로그램 효과를 검증하기 위해 독립표본 t검정(Independent t-test)을 실시하였다.

또한 비폭력대화 프로그램 효과의 질적 분석을 위해 프로그램 매 회기별 내용 활동지, 사전 사후 조사, 만족도 조사, 프로그램 종결 후 소감문 등과 연구자의 관찰내용을 토대로 분석하였다.

부부이해도에 대한 양적 분석결과 실험집단의 남편과 아내는 사전-사후 검사에서 유의미한 차이를 보였으며, 통제집단의 남편과 아내는 차이를 보이지 않았다. 질적 분석에서 소통의 중요성을 알고 갈등의 상황에서도 회피나 공격이 아닌 자신을 잘 표현함으로써 부부갈등의 완화를 실천하고자 하는 의지를 드러내었다. 이와 같은 결과는 비폭력 프로그램 실시 이후 실험집단의 부부이해도가 질적으로 향상되었음을 나타내며, 남편과 아내 모두에게 프로그램의 효과가 있었음을 보여주고 있다.

결혼만족도에 대한 양적 분석결과 실험집단의 남편과 아내는 사전-사후 검사에서 유의미한 변화를 보였으며, 통제집단에서의 남편과 아내는 모두 차이를 보이지 않았다. 이러한 결과는 질적 분석에서도 유사하게 이루어졌으며, 갈등 상황이지만 결혼생활을 지속하고자 하는 의지를 더 많이 표현하였다. 이와 같은 결과는 비폭력대화 프로그램 실시 후 실험집단 부부의 결혼만족도가 높아졌음을 나타내며 남편과 아내 모두에게 프로그램이 효과가 있음을 보여주고 있다.

이상의 연구 결과를 통해 비폭력대화 프로그램이 다문화 부부의 부부이해도 및 결혼만족도를 높이는 데 효과가 있는 것으로 밝혀졌다. 따라서 본 연구는 갈등을 겪는 다문화 부부의 부부이해도와 결혼만족도를 높여 갈등을 완화시키고 갈등상황을 잘 대처할 수 있게 함으로서 건강한 가정을 영위해 나갈 수 있게 비폭력 대화 프로그램을 재구성하여 제안하고, 그 효과성을 검증한 데 의의가 있다.

목 차

국문초록	I
목 차	III
표 목 차	V

I. 서 론

1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구문제	4

II. 이론적 배경

1. 다문화 가정의 개념 및 현황	
가. 다문화 가정의 개념	5
나. 다문화 가정의 현황	6
다. 다문화 가정의 문제점	8
2. 부부이해도	
가. 부부이해도 개념	13
나. 다문화부부 부부이해도	15
3. 결혼만족도	
가. 결혼만족도 개념	17
나. 다문화 부부 결혼만족도	18
4. 비폭력대화 프로그램	
가. 비폭력대화의 개념	20
나. 비폭력대화의 구성요소	22
다. 비폭력대화 선행연구	24

III. 연구방법

1. 연구대상	26
2. 측정도구	26
3. 자료수집 및 절차	28
4. 자료 분석 방법	29
5. 자료처리	29
6. 비폭력대화 프로그램	
가. 프로그램 구성	30
나. 프로그램 회기별 내용	31

IV. 연구결과 및 해석

1. 양적 분석결과	34
2. 질적 분석결과	39

V. 논의 및 결론

1. 논의	57
2. 결론	61

참고문헌	64
------------	----

Abstract	69
----------------	----

부록

부록 1. (다문화 가정 아내용) 부부이해도, 결혼만족도, 사회생활, 친구관계, 일반적 사항 설문지	72
부록 2. (다문화 가정 남편용) 부부이해도, 결혼만족도, 사회생활, 친구관계, 일반적 사항 설문지	77
부록 3. 회기별 관련 선행연구 및 재구성 내용	82
부록 4. 프로그램 실시 후 소감문	86
부록 5. 비폭력대화 프로그램 교육내용 및 활동지	93

표 목 차

표 III-1. 설문지의 구성	27
표 III-2. 연구진행 과정 및 절차	28
표 III-3. 프로그램 실험설계	29
표 III-4. 프로그램 회기별 관찰 내용	31
표 IV-1. 연구대상의 일반적 사항	34
표 IV-2. 부부이해도 동질성 검사	35
표 IV-3. 결혼만족도 동질성 검사	36
표 IV-4. 부부이해도 가설검증 결과	36
표 IV-5. 결혼만족도 가설검증 결과	37
표 IV-6. 회기별 관찰내용	39
표 IV-7. (질적 분석) 비폭력대화 프로그램 사전·사후 효과분석	47

그림 목 차

그림 II-1. 국제결혼 현황	7
그림 II-2. 외국인 결혼이민자의 국적별 비율	8
그림 II-3. 다문화 가정의 이혼현황	10
그림 II-4. 다문화 가정 내 가정폭력 유형별 상담건수	11
그림 II-5. 초·중·고 다문화가정 학생 분포도	12
그림 III-1. 실험설계	29
그림 IV-1. 실험집단과 통제집단의 부부이해도 차이 분석결과	37
그림 IV-2. 실험집단과 통제집단의 결혼만족도 차이 분석결과	38

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

세계화·개방화 추진에 따라 세계가 하나의 공동체로 묶여지면서 국제적인 교류가 증대되고, 다민족·다문화 사이의 결합인 국제결혼이 급격하게 증가하고 있다.

통계청(2012)의 조사결과에 따르면, 외국인과의 혼인은 총 34,235건으로 2009년보다 900건 증가하였고 결혼한 10쌍 중 한 쌍이 외국인과 맺어지는 “국제결혼 10%시대”가 되었다고 보고한다. 이러한 증가 이유는 국제결혼 초기에는 한국사회의 농촌총각 배우자인 결혼적령기 여성의 절대적 부족현상으로 타 문화 여성들을 데려오게 되었고 현재는 국내 저 출산 해소 방안으로 국제결혼을 적극 장려하면서 비약적으로 증가하게 되었다(조성욱, 신호식, 2001). 그리고 동남아 지역과 한국 교류가 활발해지고 한류 열풍이 불면서 코리안 드림으로 한국을 선호하는 타문화 여성들이 많이 들어오게 되었고 이는 곧 국제결혼 중개업을 단기간에 급성장 시키는데 일조하였다(김범수, 2010).

이렇듯 단기간에 국제결혼 중개업체를 통한 신속한 결혼으로 인해 문제 또한 많이 발생하고 있다. 상업적인 목적을 가진 사설 국제결혼 중개업체의 인신 매매적인 집단 맞선처럼 결혼을 신속히 진행시키다 보니 대부분 준비 되지 않은 상태로 배우자를 맞이하게 되고 이는 배우자에 대한 정보가 불확실하고 거짓 정보가 남발하는 가운데 신뢰도를 떨어뜨려 결혼생활에 많은 갈등을 낳고 있다(이혜경, 2009:93 재인용). 결혼이주여성이 한국남성과 결혼하게 된 동기가 경제적 문제와 한류열풍 영향이 많은 수를 차지하면서 한국생활에 대한 기대감과 실제 결혼생활에서의 기대불일치가 결혼만족도를 현저히 떨어뜨린다(류정현, 2011).

또한 결혼 후 언어나 생활습관 차이에서 오는 문화적 이질감, 가정경제의 어려움, 차별과 편견, 자녀 양육 및 교육의 어려움 등 다양한 문제에 직면 하고 있어 이는 곧 부부갈등으로 비화될 수 있다. 부부갈등이 장기화될 경우 부부관계가 파괴되고 학대나 폭력으로 발전할 가능성이 높다(유혜옥, 2008). 특히 결혼이주 여성들은 일반 우리나라 기혼 여성들과는 달리 확대 가족 안에서 남편과 시댁식구

와 종속적인 관계를 가지는 경우가 많다. 경제적 약소국에 대한 비하적인 인식과 권위적인 남편의 태도로 부부간의 불평등이 심화되고 시부모의 간섭이나 통제와 결혼에 대한 실망감과 만족감을 떨어뜨리면서 이혼, 가출로 진행되는 경우도 점차 증가하고 있다(박은진, 2009; 김정혜, 2009, 3 재인용). 가장 문제시 되는 언어장벽은 의사소통의 부재로 이어지고 부부갈등과 폭력의 빈도를 높이며 부부갈등을 초래한다. 의사소통의 어려움은 남편이나 가족구성원과 대화를 기피하게 만들고, 스스로 고립시키는 부정적인 결과를 초래하며, 결혼생활 자체를 어렵게 하고 오해와 불신을 조장하며 결혼 만족도에 많은 악영향을 끼친다(오경석, 2005; 양철호 외, 2003; 보건복지부, 2011).

이런 여러 가지 갈등으로 말미암아 이혼·법률, 체류·노동, 성폭력 및 가정폭력 등으로 인한 상담 건수가 2007년 1만 8401건에서 2011년 7만 1393건으로 3년 사이에 5만 여건 이상이 급증했다. 이주여성 긴급지원센터(2011) 이렇듯 늘어가는 다문화 가정의 문제나 어려움을 사전에 적절하게 대처하지 못할 때 이혼, 가족 해체 등과 같은 사회문제가 발생하고 이러한 사회문제는 다문화 가정 문제가 아니라 새로운 형태의 사회 갈등구조를 형성하여 차후에 상당한 사회적 비용을 초래할 수밖에 없다(김정혜, 2009). 이주민에 맞는 체계적 복지정책 등이 준비되지 않은 상태에서 다문화가정이 급증하면서 다문화 가족들은 사회적인 혼란과 부적응 등의 문제들을 경험하고 있다(최외선, 손현숙, 1991). 따라서, 우리 사회는 사회 구성원의 일원으로서 그들의 어려움과 갈등을 이해하고 사전에 예방할 수 있는 사회적 지원 방안을 모색해야 한다. 현재 다문화 가정을 위한 다양한 프로그램은 많지만 거의 외부적인 기술교육으로만 치중되고 있어 자칫 자신과 상대방에 대한 근본적 이해나 자기발전의 시간이 없어 피상적인 교육 수준에 머무를 수밖에 없다(강상희, 2007).

이러한 사회적 지원 방안은 단순한 경제적 지원이나 주입식 언어 교육, 무조건 수용적인 문화적응에서 벗어나 삶의 만족도를 높이는 방안으로 이루어져야 한다. 욕구나 바람을 표현할 수 있는 상담이라는 다원적인 프로그램을 구성하고 실시하여 다문화 부부의 정서적 상호작용을 촉진시켜 부부갈등을 해소하고 심리·정서적 문제를 조기에 예방하여 행복감을 증진시킬 수 있는 프로그램을 성장시킬 필요가 있다 (박수경, 2011).

이인정(2011)과 김미옥(2001)은 ‘결혼생활의 질’을 평가하는 강력한 예측 변인을 ‘결혼만족도’로 보았고 결혼만족을 예측하는 변수로 ‘부부 이해도’를 지적하였

다. 선행연구(이은주, 1993; 김임용, 1994; Culp & Beach, 1998)에서는 부부 이해도가 높을수록 결혼만족도가 높고 활력적인 결혼 생활을 이끌어간다고 하였으며 결혼만족도는 관계적, 양 방향적 공감대를 얻어가고 부부관계의 상호성을 고려할 때 높아진다고 하였다.

국제결혼 가족의 결혼만족도를 연구한 김근식·장윤정(2009)은 결혼만족의 영향 요인으로 부부가족관계적 요인, 문화적응 요인, 사회·심리적 요인이 모두 유의한 영향력을 나타내고 있으나, 그 중에서도 배우자의 의사소통능력 요인이 가장 큰 영향력을 나타낸 것으로 보고하였고 다문화가정 결혼만족요인을 연구한 강기정·변미희(2009)의 연구에서는 다문화 부부의 수용태도와 전달태도가 서로의 결혼만족에 결정요인으로 작용한다는 것을 보여주고 있다.

농촌 국제결혼 부부를 대상으로 결혼생활적응과 결혼만족도를 연구한 양순미·정현숙(2006)도 두 개의 종속변수에 대한 영향요인을 부부 상호작용이나 의사소통, 자기노출, 욕구표현 등과 같은 부부의 관계적 표현요소가 부부관계를 유지하는데 중요한 매개체라고 정하고 있고 임애경(2010)은 부부이해도를 높이는 가장 큰 수단 또한 원활한 의사소통이며 부부는 언제 어디서든 자신의 감정을 안전하게 말할 수 있어야 하고 효과적인 부부 유대를 위해서는 공감적인 의사소통을 익히는 방법이 필요하다고 하였다.

여기서 제언한 바들과 같이 부부사이의 양방향 공감대와 표현력을 높여 다문화가정의 결혼만족도와 이해도를 높여 부부갈등을 예방하기 위한 차원으로 비폭력 대화프로그램을 적용하여 그 가능성을 타진하고자 한다.

비폭력대화 프로그램을 부부관계에 적용한 국내 선행연구 중 정경희(2008)는 비폭력 대화프로그램의 장점은 부부의 효율적인 의사소통 방식을 도움으로서 부부갈등을 완화하고 아울러 부부만족도와 이해도를 높여 관계증진 및 갈등중재에 효과적이라고 하였다. Rosenberg의 비폭력대화 방식이 부부간 친밀감 형성과 건강한 부부관계 형성에 미치는 영향력을 분석한 결과 부부 의사소통이 원활하게 되면서 부부 간에 따뜻한 친밀감이 생성되고 처음 상담실을 찾았던 남편 폭력과 폭언 문제, 자녀문제, 친인척 갈등 등이 상당 부분 해결되는 것으로 보고하였다.

이은아(2012)는 만성갈등을 경험하는 부부에게 비폭력대화(NVC)모델을 적용한 결과 부부관계증진 및 부부갈등을 감소시키고, 갈등중재에 효과적임을 입증하였다.

이러한 연구결과에도 불구하고 이은아의 연구는 갈등완화 라는 단일연구이고

정경희의 연구는 일반가정을 중심으로 진행 되었다는 한계점이 있다. 기존연구들도 결혼이주여성 입장에만 초점을 맞추다 보니 다문화 부부들의 겪는 새로운 변화, 특히 다문화 남편 입장에서 외국인 배우자와의 결혼생활을 어떻게 받아들이고 있는가 하는 부분은 가족복지영역에서 조차 관심을 받지 못하고 있다(이무영, 2010). 일반가정이나 결혼이주여성만을 대상으로 한 선행연구는 몇 편 이루어졌지만 다문화 부부를 대상으로 한 상담-교육적 연구는 아직까지 전무하다.

따라서 본 연구는 다문화 부부를 중심으로 비폭력 대화프로그램을 실시하여 다문화 부부교육의 다른 차원에서의 프로그램 효과 검증을 알아보고 부부이해도와 결혼만족도를 높여 갈등을 해소하고 질적인 관계개선을 높여 만족스러운 삶을 살 수 있도록 하기 위한 사회 복지적 함의에 목적을 두고 있다.

2. 연구 문제 및 가설

본 연구는 국제결혼 후 갈등을 겪고 있는 다문화가정의 부부들을 대상으로 비폭력대화 프로그램이 다문화가정 부부이해도와 결혼만족도에 미치는 영향을 분석하고자 다음과 같이 연구문제와 연구가설을 설정하였다.

연구문제 1. 비폭력대화 프로그램은 다문화가정 부부의 부부이해도에 영향을 미치는가?

가설 1-1. 비폭력대화 프로그램을 실시한 집단은 그렇지 않은 집단에 비해 부부이해도가 높게 나타날 것이다.

연구문제 2. 비폭력대화 프로그램은 다문화가정 부부의 결혼만족도에 영향을 미치는가?

가설 2-1. 비폭력대화 프로그램을 실시한 집단은 그렇지 않은 집단에 비해 결혼만족도가 높게 나타날 것이다.

II. 이론적 배경

1. 다문화가정의 개념 및 현황

가. 다문화의 개념

다문화(multi-culture)는 일반적으로 인종, 성별, 종교, 직업, 계층 등에 따라 고유한 문화적 특성이 각 사회집단 안에 다양하게 존재하고 있음을 의미한다(주성훈, 2010). 서구사회에서 다문화에 대한 관심이 부각되기 시작한 것은 다른 나라로부터의 이민자들이 급증하면서 인구사회학적 변화와 이들에 대한 다수집단의 인종차별과 사회적 편견으로 소수민족집단의 사회부적응, 다수-소수민족집단 간의 분열의 문제가 사회갈등으로 대두 되면서이다(여성부, 2011). 이는 우리나라에서도 마찬가지로 적용되어 다문화란 담론이 제시된 것은 1990년대 중반 이후로, 국제노동시장의 변화에 따른 외국인노동자의 수요 급증, 국내 농어촌지역의 노총각 혼인 문제해결을 위한 국제결혼 여성이민자의 증가에 따른 것이다.

다문화현상에 따른 다문화가족에 대한 정의는 연구자에 따라 다양하게 정의되고 있는데, 우리나라에서 “다문화가족”이라는 용어가 사용되기 시작한 것은 2004년 건강가정 시민연대가 국제결혼가정, 혼혈인 가정 등 차별성을 지닌 가정 용어 개선을 위해 권장하기 시작하면서 사용하였다. 즉, 우리국민과 외국인의 결혼으로 이루어진 가족을 “국제결혼가정”, “이중 문화가정”등 사용자에 따라 다양하게 사용되었다(여성가족부, 2010).

그러나 이들 용어가 차별적이고 부정적인 의미를 내포하고 있어 한 가족 내에 다양한 문화가 공존하고 있다는 의미로 ‘다문화가족’이나 ‘다문화가족 2세’로 부르자는 ‘건강가정시민연대’의 제안에 따라 “다문화가족”이라는 용어가 현재 국내에 정주하고 있는 국제결혼가정을 의미하게 되었다(윤인진, 2007). 법으로 지칭된 다문화 가족의 뜻을 보면 “다문화가족”이란 결혼이민자와 출생 시부터 대한민국 국적을 취득한 자로 이루어진 가족 「재한외국인 처우 기본법」 또는 귀화허가를 받은 자와 출생 시부터 대한민국 국적을 취득한 자로 이루어진 가족 「국적

법」으로 명명하고 있다.

이러한 다문화가정의 안녕과 정착을 위해 각 나라마다 다양한 복지정책을 펼치고 있는데, 우리나라는 다문화복지지원정책을 통해 다문화가정의 원활화를 꾀하고 있다. 오늘날 국제결혼은 결혼인구의 10% 이상을 차지할 만큼 우리사회의 다양한 결혼 유형 중 하나로 자리 잡았다. 이처럼 국제결혼이 우리나라 결혼 형태의 하나로 자리 잡은 것은 최근의 일이지만 그렇다고 우리사회에 국제결혼이 존재하지 않았던 것은 아니다.

초창기의 국제결혼은 일제 식민지와 한국전쟁 직후에 다른 민족과 접촉할 수 있었던 소수인들 사이에서 행해졌다. 즉, 과거의 국제결혼은 우리민족의 역사적 과정 속에서 소수에 의해 이루어지는 특별한 결혼형태의 하나로 여겨졌다. 즉, 민족주의가 지배하는 한국사회의 여건 속에서 ‘국제결혼’은 단일 민족의 순수한 혈통을 무너뜨리는 것으로 쉽게 용납될 수 없는 정상적이지 못한 결혼으로 여기며 사회적으로 거부하는 분위기였다(김태성, 2008).

그러나 80년대 중반 통일교는 ‘이상적인 참 가정’을 만들고 세계평화를 가져온다는 종교적 이유를 내걸며 한국의 농촌총각과 일본여성의 국제결혼을 주선하였다. 그 후 1992년 중국과의 외교관계가 공식적으로 재개되면서 조선족 여성들은 친척방문 형식으로 한국에 입국하여 취업을 하기 시작하였고, 그 뒤 보다 합법적인 이주를 위해 국제결혼을 선택하게 되었다(김영오, 2004). 특히, 성비문제로 결혼하지 못한 농촌의 노총각 문제가 사회문제로 대두되면서 농촌의 시, 군 등 지방자치단체, 그리고 나중에는 도시 간 협정체결을 통해 농촌총각 장가보내기 사업의 일환으로 국제결혼을 활용하였으며, 이러한 국내의 수요와 함께 우리경제의 성장에 따라 가난으로부터의 탈출을 원하는 동남아 여성의 결혼 수요가 증가하면서 국제결혼은 급증하기 시작하였다.

나. 다문화가정의 현황

시대적 변화에 따라 우리나라의 국제결혼은 급증하게 되었고, 통계청(2012)의 조사결과에 따르면, 외국인과의 혼인은 총 34,235건으로 2009년보다 9백 건 증가하였고, 외국인과의 혼인은 총 혼인 326,104건 중 10.5%를 차지하고 있다. 한국 남자와 외국여자의 혼인은 2만 6천 3백 건으로 전년보다 4.5% 증가하였고, 한국 여자와 외국 남자의 혼인은 8천 건으로 전년보다 2.4% 증가하였다. 외국인

과의 혼인 중 76.7%가 외국인 여자와의 한국인 남자의 혼인이 대다수를 차지하는 것으로 나타났다.



그림 II-1. 국제결혼 현황

자료: 통계청(2012), 통계자료.

결혼 이민자의 성별 비율을 보면, 외국인 아내가 86.4%로 외국인 남편은 불과 13.6%를 차지해 외국인 여성결혼 이민자가 압도적인 비율을 차지하고 있다. 외국인 여성들의 국적을 살펴보면, 베트남 여성이 34.3%로 가장 높은 비중을 차지했고, 그 다음이 중국(33.9%), 필리핀(9.3%) 순으로 나타났다.

중국여성과 한국남성의 혼인율은 매년 1순 1위를 차지해 왔지만 2006년 '방문 취업제'를 실시하게 되면서 결혼을 목적으로 이주할 필요가 없어지게 되었기 때문에 감소하게 되었다.

반면에 2011년 베트남여성과의 혼인율은 중국을 넘어 1순위 1위를 차지하고 있다. 베트남 여성은 베트남의 개혁개방 정책인 도이 머이(Doimoi) 실시 이후 베트남과 한 국간 활발한 교류로 인해 베트남인 사이에서 한국에 대한 긍정적 인식이 확산되었고 베트남 여성들은 한류열풍으로 드라마를 통해서 본 한국의 긍정적인 이미지와 한국남성을 가정적이고 책임감 있는 모습으로 생각하게 되어 한국생활에 대한 환상을 갖게 되면서 베트남 여성과 한국인 남성의 결혼이 증가하게 되었다(김미진,2010; 하밍타잉,2005).

한국여성과 결혼한 외국인 남성의 국적을 보면, 중국인 (24.9%) > 일본인

(22.8%) > 미국인 (21.8%)의 순으로 나타났다(통계청, 2011).

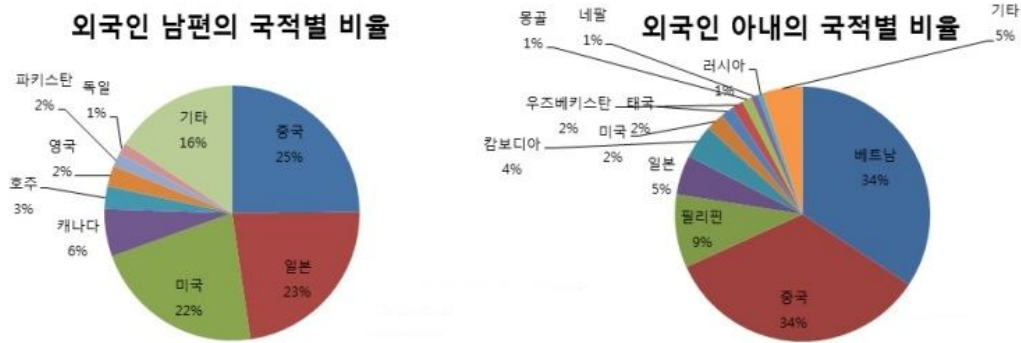


그림 II-2. 외국인 결혼이민자의 국적별 비율

자료: 통계청(2012), 외국인 거주자 통계자료.

다. 다문화 가정의 문제점

우리나라의 국제결혼은 주로 지인을 통하거나, 직접 만나서, 종교단체를 통해서, 중개업체를 통한 4가지의 방식이 주로 이루어지고 있다. 이 중에서도 중개업체를 통한 결혼이 약 50%를 차지하고 있으며(보건복지부, 2005), 특히 동남아 여성과의 국제결혼은 대부분이 결혼 중개업체를 통하여 이루어지고 있다. 그러나 이들 중개업체들의 대부분이 영리만을 목적으로 하는 경우가 많아 결혼 이주여성들이 결혼 후에 많은 문제를 야기하고 있다.

1) 언어의 차이에서 오는 문제

대표적인 문제가 언어적 문제로 다문화가정의 결혼이민자들은 한국으로 이주하기 위한 준비나 한국어를 배울 기회를 사전에 갖지 못한 상태에서 입국하는 경우가 대부분이다(설동훈 외, 2005). 이 때문에 대다수의 결혼이민자들은 한국 생활에 있어 의사소통의 어려움을 경험하게 될 뿐만 아니라 한국 사회 적응에서의 제 2차, 3차의 어려움을 가져올 수 있다. 이외에도 다양한 문제점들이 발생하고 있는데, 다문화 가정 내에 발생하는 문제점을 다음과 같이 정리하였다.

국제결혼 이민여성들에게 의사소통의 어려움은 남편이나 가족구성원과 대화를 기피하게 만들고, 스스로 고립시키는 부정적인 결과를 초래하며, 궁극적으로는 결혼생활 자체를 어렵게 하고 있다. 또한, 결혼이민자들의 한국어 미숙은 가족

간의 원활한 대화가 이루어지기 어렵게 만들어, 오해와 갈등이 유발되어 다문화 가정의 해체원인이 되고 있다 (윤형숙, 2004; 이해경, 2009).

또한 이주여성의 언어 능력의 한계는 자녀와의 관계 및 양육에도 어려움을 가져오는 요인이 되는데, 이주여성의 자녀 양육과 관련한 선행연구(고은, 2006; 김경숙 외, 2007; 전홍주 외 2008)들은 자녀와의 관계적 측면에서 가장 큰 문제로 부모-자녀와의 의사소통의 한계를 지적하였다.

그 외에도 이주여성의 의사소통의 어려움은 한국사회에 대한 이해부족, 정보소외와 이로 인한 사회적 관계 망 및 사회참여의 기회를 제한하며, 복지서비스의 접근의 어려움 등을 유발하여 이주여성의 사회참여 및 사회통합을 저해하는 요인으로 작용할 수 있다(김경옥, 2010).

2) 문화적 차이로 인한 문제

결혼 이주여성들은 한국 사회에 적응하는 데에 있어 모국과는 다른 문화의 차이로 어려움을 겪는다. 입국 후 이주여성들은 가치관, 음식, 주거문화, 생활방식으로 인하여 많은 어려움을 경험한다(구차순, 2007; 설동훈 외, 2005). 언어와 음식, 주거문화 등 일상생활의 차이는 비교적 가시적이며 일차적으로 경험되는 부분이다. 이로 인해 결혼 이민자들은 고국에 대한 그리움과 한국 사회에서의 소외, 경제적 어려움, 가정폭력, 문화적 차이로 인한 갈등 등으로 고립된 생활을 경험하고 있다. 결혼이민자들은 국적을 취득한 후 주민등록증을 받게 되면 한국인이 될 수 있다고 생각하지만 한국 사회에 녹아있는 단일민족, 순혈주의 사상은 스스로를 타자화 시키도록 강요당하고 있다. 또한 결혼이민자에 ‘언제 도망갈지 모르는’, ‘돈 때문에 결혼한’ ‘친정으로 돈을 보내려고 혈안이 된’ 등등의 편견은 이주 여성을 인격체성을 가로막고 있으며, 삶은 일상적인 차별과 낮은 시선들과 직면해야한다(김이선, 2007). 그 외에도 시댁과 친정에 대한 비대칭적 관계와 시부모의 일방적 문화 이해로 인해 결혼 이주여성들과 갈등을 겪는 경우가 많은

것으로 보고되고 있다. 이 때문에 국내 가정의 이혼현황 중 결혼기간 2년 미만의 비율이 한국인 가정 13.1%에 비해 다문화 가정이 41.2%로 현격히 높은 것으로 조사되었다. 통계청(2012)에 따르면 2010년 다문화 가정 이혼 건수가 1만 4319건에 달했다. 전체 이혼에서 차지하는 비중도 2010년 12.3%를 기록해 우리나라 이혼 부부 10쌍 중 1쌍 이상이 다문화 가정일 만큼 보편화하는 추세다.



그림 II-3. 다문화가정의 이혼현황

자료: 통계청(2012), 인구조사 통계자료.

한국 문화의 특성상 결혼 이주여성이 한국으로 이주하여 시댁식구들과 함께 사는 경우가 많으며, 같이 살지 않더라도 매우 밀접한 관계를 유지하게 된다. 때문에 서로 다른 문화에서 오는 오해와 문화적 충돌로 오해와 갈등을 겪게 되는 경우가 많다. 이처럼 다문화 가족 내에서는 서로의 권한과 역할, 서로를 대하는 태도에 대해 눈에 보이지 않는 문화적 차이가 존재하게 된다. 이는 한국적응을 힘들게 하면서 부부갈등을 초래하는 구실을 초래하고 있다. 이러한 갈등을 극복하기 위해서는 남편뿐만 아니라, 시부모를 비롯한 시댁 식구들과 이주 여성간의 상호이해를 위한 노력이 매우 필요하다(강희구, 2010; 김이선, 2007).

3) 가정폭력의 문제

결혼이주여성들이 한국사회에서 겪는 또 다른 문제로 가정폭력을 들 수 있다. 물론 결혼이주여성이 아니더라도 우리사회의 가정폭력 수준은 심각하지만 결혼이주여성들이 겪는 가정폭력이 더 심각하다는 것이다. 여성가족부 (2012년)가 발표한 자료에 따르면, 최근 농어촌 지역을 중심으로 국제결혼이 크게 늘어나면서 결혼 이주여성에 대한 가정폭력 등 각종 인권침해가 가파른 증가세를 보이고 있는 것으로 나타났다.

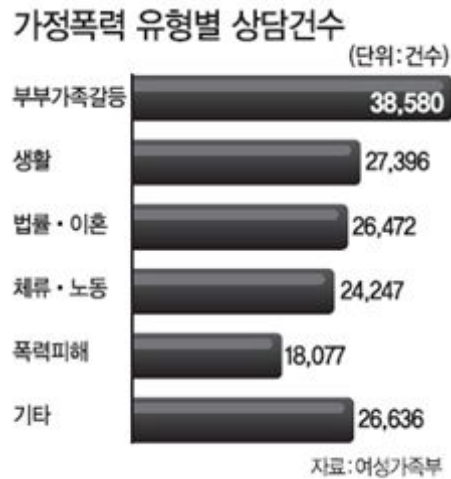


그림 II-4. 다문화 가정 내 가정폭력 유형별 상담건수

자료: 여성가족부(2012년).

위의 (그림 II-4)에 나타난 바와 같이 가정폭력 유형별 상담건수 중 가장 많은 비율을 차지하는 것이 부부와 가족 갈등으로 38,580건으로 가장 높게 조사되었다. 이는 ‘2007-2010년 이주여성 가정폭력 피해 및 조치현황’ 자료에서도 확인되는데, 부부·가족갈등, 이혼·법률, 체류·노동, 성폭력 및 가정폭력 등 결혼 이주여성의 각종 인권피해로 인한 상담 건수가 2007년 1만 8401건에서 2008년 2만 6634건, 2009년 5만 4980건, 2010년 6만 1393건으로 3년 사이에 4만 여 건 이상이 급증했다. 이와 같은 다문화 가정 내 가정폭력의 문제는 2007년 베트남 이주여성 후안마이 씨가 남편의 폭력으로 사망하고, 탕티황옥 씨가 정신 병력이 있는 남편에게 결혼 7일 만에 살해된 것으로 밝혀지면서 이슈화 되었다(한국일보 2012년 11월 11일 기사). 특히, 다문화 가정의 문제는 단순히 서로 다른 국가 출신 간의 결합이어서 문제가 되는 것이 아니라 경제적으로 차이가 있는 국가 출신간의 결합이기 때문에 문제가 된다. 이는 빈곤국가 출신 여성이라는 비하가 자칫 여성의 존엄성까지 침해하고 가부장제적인 경향을 더욱 강화 시켜 부부 관계는 동등한 입장이 아니라 마치 준 계급 관계로 변화 되어 복종하지 않을 시 폭력이라는 행태로 나타난다(김현희, 2007). 문제는 반복되는 가정폭력으로 고통 받고 있는 이주여성에게 상담만 제공한다면 큰 도움이 되지 못할 것이라는 점이다. 이주여성 긴급지원센터의 조치현황을 살펴보면, 직접상담이 72.38%로 거의 대부분을 차지했고, 2차 상담권고 13.54%, 전문기관 의뢰 4.28%로 90% 이상이 주로 상담하는 것에만 머물렀다. 또한, 지원센터를 찾은 이주여성에게 실

질적인 혜택을 주는 보호시설, 의료기관, 법률기관, 노동기관, 수사기관, 현장출동 요청, 긴급피난처 제공 등은 각각 0.03-0.98%로 모두 1% 미만에 그쳤다.

가정폭력을 막고 갈등을 예방하기 위해서는 일방적 상담에만 그칠게 아니라 근본적인 대책과 함께 부부관계를 개선할 수 있는 프로그램과 의료적 지원 등 법적·제도적 지원을 해야 할 것이다(정기선, 2008; 김현희, 2007).

4) 자녀 양육 및 교육의 문제

최근에는 결혼이민자 자녀들이 증가하고 입학연령이 되면서 다문화 자녀들에 관련된 문제 또한 중요한 이슈로 부각되고 있다.¹⁾

교육과학기술부(2012)가 발표한 '2012년 다문화가정 학생 현황' 조사 결과에 따르면, 올해 초·중·고에 재학 중인 다문화가정 학생은 4만6,954명으로, 지난해보다 21%(8,276명) 증가하였다. 조사 대상에서 제외된 학생 9,035명을 포함하면 5만5,989명이다. 다문화가정 학생 중 자녀(국내출생자녀, 중도입국자녀)가 94.4%, 국내에 있는 외국인가정 자녀가 5.6%이다.



그림 II-5. 초·중·고 다문화가정 학생 분포도

자료: 교육과학기술부(2012), 다문화가정 자녀 분포도.

1) 행정안전부(2011)의 조사결과에 따르면, 2010년 1월 기준으로 다문화가족 자녀는 121,935명인 것으로 나타났다. 다문화가족 자녀의 수는 국제결혼의 증가와 더불어 지속적으로 증가할 것으로 예상되는데, 농림식품수산부의 2009년 4월 9일 보도 자료에 의하면 농촌지역의 국제결혼 증가 추이를 고려할 때 2020년에는 19세 미만 농가인구의 49%가 다문화자녀로 구성될 것으로 전망되고 있다.

교육과학기술부(2012)의 조사결과에 따르면, 외국에서 태어나 부모의 재혼으로 한국으로 함께 온 중도입국자녀의 비율은 지난해 6.6%에서 올해 9.1%로 늘어났다. 또한, 한국어가 서툰 이들은 특히 학업중단 비율이 높은 것으로 조사되었다.

결혼 이민자 가정의 청소년들의 경우 성장과정에서 한국과 아버지 또는 어머니 나라의 정체성에 대한 혼돈으로 심리적 정서적 불안정을 초래할 우려가 있고 어려운 가정 여건으로 인해 충분히 사교육의 지원을 받을 수 없으며, 이는 바로 학습부진과 학교생활에 대한 부적응을 초래할 수 있다.

특히, 다문화 가정의 80%이상이 농어촌 지역에 거주하기 때문에 도시의 일반 가정에 비해 교육수준이 떨어진다. 또한 부모가 맞벌이인 경우가 많아 방과 후에 자녀의 학습지도를 해 줄 사람이 없고, 경제적 어려움으로 자녀를 학원에 보내거나 과외 받도록 하는 것이 불가능한 실정이다. 특히 자녀들이 말을 배우는 가장 중요한 시기인 유아기에 한국말이 서툰 외국인 어머니의 교육에 성장하기 때문에 언어발달이 늦어지고 의사소통에 제한을 받게 되어 언어능력의 부족이 학습부족으로 이어지는 경우가 대부분이다(윤형숙, 2004; 설동훈 외, 2005 등).

국제결혼 이주여성 대부분은 한국의 언어와 문화의 적응을 위한 준비를 제대로 하지 못한 상태에서 입국하여 가사와 양육을 책임지고 있다 보니 그 자녀들도 상당수가 어머니의 영향으로 성장과정에서 언어발달과 정체성 형성 등에 문제가 나타나기도 하며, 학교교육에 부적응하는 등 교육의 과정에 어려움을 겪는 것으로 확인되고 있다(오성배, 2005; 오성배 2006a; 조혜영 외, 2008; 이재분 외, 2008 등). 그들을 둘러싼 환경이 제대로 기능과 역할을 수행할 수 있도록 환경을 변화시키는 적극적인 개입이 필요하다(윤형숙, 2004; 설동훈 외, 2005 등).

열악한 조건에도 불구하고 다문화 부모가 적극적으로 자녀 교육에 참여시키기 위해서는 부부간 성숙한 문화 수용태도를 길러주는 교육과 다문화 가정 구성원들의 가족 간 관계형성을 위한 심층적인 프로그램을 시도해 변화를 위한 교육적 대책이 마련되어야 할 것이다(조수진 외, 2008; 조혜영 외, 2008; 이민경,김경근, 2009; 이재분 외, 2009).

2. 부부이해도

가. 부부이해도 개념

부부이해도란 남편의 부인이해와 부인의 남편이해로 구분할 수 있는데, 남편의 부인 이해 정도란 남편이 부인을 얼마나 잘 알고 있는지에 대한 크기를 말하는 반면, 부인의 남편 이해 정도란 부인이 자신의 남편을 얼마나 정확하게 알고 있는지에 대한 크기이다(이유영, 2010).

Olson(2000)은 부부간의 이해도는 부부관계의 핵심으로 부부가 서로의 차이를 인정하고 수용 하는 능력이라고 하였다. 건강한 부부는 자신의 감정과 생각을 명료하고 안전하게 말할 수 있으며, 서로를 이해하려는 의지가 있다는 것을 알 수 있다. 이런 노력과 시도는 건강하고 행복한 부부관계를 만들고 유지하는데 크게 기여한다고 하였다.

Prager (1999)는 부부간의 이해도를 체험적 상호작용으로 본다. 친밀한 부부의 상호작용은 자기 자신에게 혹은 상대방에게 무언가 의미 있는 것을 언어적 혹은 비언어적으로 함께 나누어 가질 때 더욱 발전 한다는 것이다. 이런 경험은 배우자에 대한 혹은 그들의 관계에 대한 이해력을 높이고 긍정적 생각이나 정서, 지각에 영향을 주며 결혼 생활을 영위하는데 중요한 요소가 된다.

한 사람이 상대방에 의해 완전히 알려지고 이해될 때 사랑받고 존중받고 보살핌을 받는다는 느낌을 가질 수 있다(F romm, 1956; Jourard, 1971; Roger s , 1951). 배우자의 의미 있는 사랑의 표현과 돌봄 앞에서 상대방은 자신의 진정한 자아를 이해하며 알게 된다(Kohurt ,1980).

또한, 기능적인 의사소통은 실제적이고, 신체자세와 음성, 표현이 자연스러우며 모순이 없고 생기 있고, 창의적인 일치형의 의사소통이 가장 기능적인 의사소통 유형이라고 하였다.

이해력에 대한 이상의 정의에서 살펴볼 때에 부부관계에서의 이해력이란 자기 내적이고(intr apsy chic), 상호작용적이고(inter act ional), 정서적인(affectiv e) 지속적인 관계를 통해 심화 발전되는 관계적 과정임을 알 수 있다. 즉 자기 자신을 알고 알리며, 이해하고 이해받으며, 수용하고 수용 받는 복합적이고 역동적 과정을 거치는 정서적 산물이며, 고정된 상태가 아니라 발전하는 과정인 것이다. Bader와 Pear son (1998)은 성숙한 부부이해력이 부부가 결혼관계를 시작하면서부터 어떻게 발전 해 가는지 설명하고 있다.

이들은 성숙한 부부 이해력의 발달 단계를 공생과 분화, 상호독립과 시너지적 유대관계의 단계로 본다. 남녀가 사랑에 빠지는 초기 단계가 공생(symbiosis)관계이다. 이 단계는 강한 정서적 애착으로 특징지어지는데 이 단계에서는 흔히 보

여지는 비합리적인 신념으로는 ‘나를 사랑 한다면 내가 말하지 않아도 당신은 내가 원하는 것을 다 알 것이고 나를 모두 이해해 주는것’ 또는 ‘진정 나를 사랑한다면 당신은 내가 원하는 것, 갈망 하는 것, 기대하는 것을 언제나 내가 원하는 때에 주는것’이다.

부부간에 이 단계에만 고착된다면, 부부는 그들의 관계에 있어서 부부관계 유지를 위해 자신의 발달은 희생하는 것으로 끝내게 된다(Bader & Pearson , 1998). 부부관계에서 성숙한 이해력을 발전시키기 위해서는 이 같은 공생단계를 벗어나 분화의 단계로 나아가야 한다. 분화 단계에서 부부들은 서로 다름을 인정해주고 독립적인 자기 역량을 발전시키며, 상대방에 대한 일방적인 요구가 아니라 자신을 따라주지 않는 상대방을 이해하는 것이 그들의 관계를 더욱 친밀하고 생동감 있게 만든다는 것이다. 공생단계에서 분화단계로 넘어가는 과도기가 대부분의 부부들에게는 무척 어렵다. 왜냐하면 공생단계를 강력하게 유지하게 만드는 문화적, 개인적으로 왜곡된 신념들이 너무도 많기 때문이다.

이해력을 증진하고 친밀성을 유지하는 능력은 부부에게 서로 다름을 인정하는 태도를 요구하며, 불일치에서 오는 불편함이나 불안을 정서적 성숙으로 끌어올릴 수 있는 역량을 요구한다. 부부관계에서 분화란 배우자로부터의 완전한 자율이나 개별화가 아니라 관계를 통한 상호독립적인 의존적 특성을 띤다(Prager , 1999, 재인용). 이런 이해력을 증진시키기 위해서는 서로 다름을 인정하고 개별화된 특성을 존중하며 상대방에 대한 일관성 있는 태도와 기대를 갖는 것이다.

따라서 본 연구는 ‘부부이해도를 상대배우자에 대한 지각과 인지’로 정의 하고 부부이해도를 높일 수 있는 방안으로 서로 다름을 인정하는 능력과 독립적인 개체의 존중을 중점으로 부부이해도를 다룰 것이다.

나. 다문화 부부 부부이해도

다문화 부부이해도는 연구된 논제들이 혼치 않지만 타문화를 접하는 시작부터 상대 문화는 생활과 가정에 많은 영향을 끼친다. 다문화 가정이 잘 공존하기 위해서는 한쪽 문화를 배제하기 보다는 타문화를 서로 이해하고 존중하여야 한다. 하지만 결혼이주여성에 대한 사회 전반적으로 깔려 있는 경제적 약자라는 왜곡된 인식과 비하적인 의식으로 한국 문화만을 강조하고 강요하다 보니 많은 문제

들이 발생하고 있다(이성운, 2008). 한쪽 문화만을 강조하는 것은 곧 부부가 원만하게 가정생활을 할 수 없다는 뜻을 내포하고 있다(이영미, 2011). 타문화 수용에 대한 전반적인 이해력을 높이고 각기 다른 성향을 독립적으로 인정 하고 존중할 때 비로소 성숙한 다문화시대에 부응 할 수 있고 발전적인 사회모습을 기대 할 수 있다(오성민, 2009).결혼의 성공을 결정짓는 가장 중요한 요인과 부부 만족도와 직결되는 것이 부부간의 이해력이다(Noller & Fitzpatrick, 1990; Gottman, 1999). 즉 부부 간의 이해도는 결혼생활의 질을 향상시키는데 핵심이 될 뿐만 아니라 정서적 지지의 중요한 부분을 이루고 가족원들 사이에 자연스런 상호작용의 기초가 되어 가족생활에 모든 면을 결정하는 중요한 과정과 역동적 힘이 된다.

Gottman & Levenson(2000)은 다문화 부부를 대상으로 한 종단 적 연구에서 3,000쌍 이상의 커플을 연구한 결과 이혼하는 부부들이 주로 부정적인 상호방식으로 비난, 방어, 경멸, 담쌓기의 4가지 단계로 이어지며, 긍정적인 애착형성에 실패하고 상대방 문화에 대한 이해력이 결여되면서 이혼하는 것을 예측 할 수 있다고 보고하였다.

다문화 부부들에게서 나타나고 있는 전형적인 의사소통 양식은 부인은 요구적, 또는 회피형 패턴을 보이고 남편은 비난이나 과격한 행동 패턴을 보인다는 것이다(송성자, 1985; 권정혜, 임승락, 1998). 갈등상황에서 적극적으로 개입하지 않고 수동적으로 회피하는 아내의 철수 행동과 남편의 비난 형은 부부의 단절을 조성하고 부정적인 부부관계를 형성한다. 소통이 단절 됐을 때 서로 다른 문화에 대한 이해와 수용 능력이 더욱 떨어지며 이는 결혼생활의 불만족과 밀접한 관련을 갖는다(권정혜, 임승락, 1998).

언어적 표현빈도가 높고 긍정적인 방법을 사용하는 부부일수록, 남자보다 여성이 먼저 긍정적인 대화 유도를 위한 노력을 많이 할수록 남편이 긍정적 패턴으로 따라가며 부부이해도가 높아진다(이영락,박순혜, 2001).

Satir(1988)는 의사소통을 거대한 우산에 비유하면서 의사소통이 인간에게 영향을 미치고 보호한다고 비유하였다. 부부 관계에 있어서 ‘의사소통이 부부문제를 유발하는 원천’이라고 부부 의사소통의 중요성을 강조하였다.

따라서 부부이해력을 높임으로서 부부단절과 가족해체를 막아 건강한 가정을 유지시키는데 기여 한다고 볼 수 있다.

2. 결혼만족도

가. 결혼만족도 개념

결혼만족도의 개념과 정의는 여러 연구자들에 의해 조금씩 다르게 정의되고 있다. Busgess와 Locke(1945)은 결혼만족도를 ‘한 개인이 결혼생활에 얼마나 만족하는 지에서 불만족하는 지에 이르는 연속선상의 태도’라고 정의하였다.

Hawkins(1968)는 결혼만족이란 결혼생활 전반에 대한 행복, 만족과 기쁨의 주관적 감정이라고 설명하고 있다. 즉 결혼만족도는 일종의 태도로서 부부를 비롯한 가족 간의 애정, 원만한 인간관계, 경제적 안정, 자녀의 출산과 순조로운 성장 및 사회적인 성공이 포함되는 것으로 결혼생활 전반에 걸친 다양하고 복합적인 요인에 의해 영향을 받는다고 주장하였다.

결혼만족도에 대한 일반적인 정의는 만족에 대한 연구자의 관점에 따라 크게 두 가지 견해로 구분된다. Lenthall(1977)는 결혼만족도를 개인이 결혼생활 및 배우자에 대해 가지는 기대와 결과 사이의 일치 정도로 보고 있고, Gullotta, Adams와 Alexander(1986)는 현재의 결혼관계에서 실제로 받은 것과 자신이 가질 수 있는 현재 관계 외의 다른 대안들 간의 차이로 정의하고 있다(김아름, 2009. 재인용). Burr와 Constantine(1979)는 결혼만족도를 결혼생활 전반에 대한 개인의 행복과 만족도에 대한 주관적 감정과 태도로 정의하였는데, 이러한 정의에서는 한 배우자에게 만족스러운 부분이 다른 배우자에게는 만족스럽지 않을 수도 있으며, 부부가 서로 다른 수준의 만족감을 가질 수도 있음으로 의미한다. 이와 같은 선호개념은 기대와 보상간의 일치 정도라는 전자의 정의보다 더 포괄적인 의미를 내포하고 있다(임옥경, 2009. 재인용).

Lewis & Spanier(1979)는 “한 사람이 가지는 결혼에 대한 기대와 그가 실제로 받는 보상의 일치 정도”라고 하였으며(전병희, 2009. 재인용), Burgess & Locke(1945)는 “한 개인이 자신의 결혼 생활에 대해 얼마나 많이 만족하는 지에서 부터 불만족하는 지에 이르는 연속선상의 태도”라고 하였다.

정승혜(1988)는 결혼만족도를 두 가지 측면으로 나누었는데 우선, 결혼 만족도란 태도적인 측정이기보다는 결혼에 대한 기대 및 실제로 받는 보상과의 일치 정도에 대한 측정 혹은 개인의 기대 및 결혼만족 사이의 비교라고 하였고 결혼

생활 전반에 걸쳐 개인이 경험하게 되는 즐거움과 만족, 행복 등과 같은 주관적인 감정이라고 정의하였다.

김정모(2007)는 결혼만족도의 분석의 단위는 개인의 주관적 지각이라고 하였고 김선우·김태현(2003)은 결혼만족도란 결혼생활 전반에 대한 부부의 행복과 만족에 대한 주관적 감정이나 태도를 가늠하는 척도를 말하는 것이라고 하였다. 임미경(2008)은 결혼만족은 지극히 주관적인 감정이며, 수시로 변할 수 있다는 성격 때문에 결혼만족이 어떤 것인가를 규정짓는 것은 쉬운 일이 아닌 것으로서, 이러한 결혼만족은 개인의 과거와 현재의 경험, 그리고 개인의 기대에 의해서 강하게 영향을 받게 되므로 주관적인 기대의 충족과 객관적인 기준에 따라 그 정도가 좌우될 수 있다고 하였다.

박은미(2008)는 결혼만족도를 결혼을 통하여 이루어진 부부는 인간관계에서 경험하는 즐거움, 행복, 성취감 등의 주관적인 감정의 정도라고 정의하고자 한다. 이러한 여러 개념 및 정의를 종합해 볼 때, 결혼만족도란 결혼생활 전반에 대한 개인적인 평가 또는 태도로서, 결혼생활에서의 삶의 질에 대한 개인의 만족 정도라고 할 수 있다.

일반적으로 결혼만족도란 배우자들이 결혼 적응도, 결혼 관계의 행복수준, 자신의 욕구, 기대, 결혼생활에 대한 바램들이 충족되었다고 느끼는 주관적 정도라고 할 수 있다(안현애, 2010).

나. 다문화 부부 결혼만족도

국내 다문화가정을 대상으로 인구사회학적 변인과 결혼만족이나 갈등과의 관계를 실증적으로 연구한 자료를 살펴보면 농촌지역의 다문화 가정을 대상으로 결혼만족도에 관해 분석한 양순미와 정현숙(2006)의 연구에서는 학력, 결혼기간, 자녀유무 등이 결혼만족도에서는 학력과 연평균 소득이 국제결혼 이주여성의 결혼만족도에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 그러나 권복순과 차보현(2006)의 연구에서는 연평균 소득이 높을수록, 학력이 낮을수록 결혼만족도가 높은 것으로 나타났다. 결혼행복감 또는 만족에 영향을 미치는 개인적 요인으로는 자아존중감과 의사소통능력이 연구되었다. 자아존중감은 자신의 존재와 가치에 대해 긍정적 인식을 하는 개인 내적 신념체계로서 결혼만족도를 높임과 동

시에 올라간다는 적응의 중요한 측면으로 연구자들의 관심을 받았다. 부부의 결혼생활의 질을 부부 적응의 개념으로 연구한 결과에 따르면 아내와 남편의 자아 존중감은 모두 결혼생활 적응에 정적인 상관성을 보이며, 유의미한 영향을 미치는 것으로 파악되었다(모의회·김재환, 2002).

이와 반대로, 농촌지역의 국제결혼 이주여성을 대상으로 결혼만족감을 분석한 농촌 국제결혼 부부의 행복에 관련변인이 미치는 효과에 관한 연구에서는 자아 존중감이 결혼만족감에 미치는 영향력이 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 검증되었으며, 남편들의 행복수준은 결혼이민자인 아내들의 행복수준보다 높았다. 결론적으로 아내와 남편의 행복수준이나 이에 영향을 미치는 변인은 성별에 따라 차이가 있었지만, 관계 지향적이고 가족유대와 관련되는 변인들은 성별에 관계없이 부부 모두의 행복에 중요하게 작용하였다는 연구결과가 나왔다(양순미·유영주, 2002).

다문화 가정 부부의 결혼만족도에 관한 연구는 주로 인구통계학적 속성을 중심으로 이루어 왔는데 박정숙(2007)의 국제결혼 이주여성의 가족갈등과 생활만족도에 관한 연구를 살펴보면 사회인구학적인 변인에 따른 국제결혼 이주여성의 가족갈등 영역은 연령, 국적, 자녀의 수, 결혼 년 수, 동거 가족에 따라 유의한 차이가 나타났는데, 연령이 31~40세 집단이 다른 집단에 비해 갈등을 많이 느낀다고 보고하였고 김양희(2008)는 남성결혼이민자의 결혼만족에 미치는 영향에 대한 연구에서는 외국인 남편의 한국어 실력, 지지자, 가정 내 성역할태도, 부부 생활 중 느끼는 문화차이가 결혼만족도에 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다.

김인철(2008)은 사회적 지지가 높을수록 결혼만족도에 긍정적 영향을 미치는 것으로 나왔으며 남편의 아내 모국어에 대한 문화 이해 노력도가 결혼 만족에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 판명되었다.

강순정(2008)은 국제결혼 이주여성의 사회적 지지와 결혼만족도에 관한 연구에서 조사대상자가 지각하는 결혼만족도는 물질적 지지, 평가적 지지, 정보적 지지, 정서적 지지의 순으로 유의미한 관계를 나타냈다. 이는 물질적 지지가 가장 높은 유의미한 관계를 나타냄으로서 물질적 지지가 높을수록 결혼만족도도 높다는 것을 보여주고 있다. 또한 결혼만족도의 하위영역별 결과로는 '부부의 사회 심리적 동질감'과 '전반적 결혼생활에 대한 만족'부분이 결혼만족도 전체 결과보다 낮은 값을 나타냈었다. 이를 통해, 결혼이주여성의 결혼생활에서 남편과의 사회 심리적 동질감을 공유하는 부분이 부족하며, 결혼생활의 전반적인 면에서 만

족도가 낮은 편이라는 연구 결과가 나왔다.

한편 몇몇 연구들은 결혼만족도가 인구통계학적 속성 외에 의사소통의 중요성을 설명하였다.

최지명(2007)은 국제결혼 부부(한국인 남편, 외국인 아내)의 의사소통 방식, 정서적 의사소통, 사회적 지지가 결혼만족도에 미치는 영향에 대한 연구에서 정서적 의사소통은 결혼만족도를 유의하게 높인다고 연구되어졌다.

홍달 아기와 채옥희(2007)는 국제결혼부부의 가치관 및 의사소통유형과 갈등과의 관계에 대한 연구에서 결혼만족도와 갈등은 서로 높은 관계가 있어서 갈등이 많을수록 결혼만족도가 낮아지는 결과를 보였고, 전체적인 의사소통유형은 일치형일 경우 결혼만족도가 높은 것으로 연구결과가 나타났으며, 지은숙(2008)은 국제 결혼한 가정의 의사소통과 결혼만족도의 관련성에 관한 연구에서 성적불만족이 5점 만점에 2.77점, 문제해결 의사소통이 3.70점, 자아존중감 3.63점 순으로 나타났다. 그리고 의사소통과 결혼만족도간 관련성을 분석한 결과 의사소통 부분의 관련성이 높았는데 이는 국제결혼가정이 의사소통으로 인해 갈등을 겪고 있음을 말해주고 있다. 부인의 경우에는 갈등이 발생할 때 적극적인 요구행동을 보일수록 전반적인 결혼생활에 불만족하고 있었고, 특히 남편이 표현하는 애정과 친밀감의 부족을 호소하는 정서적 의사소통 불만족이 높았다

갈등상황에서 남편의 회피나 과묵함은 아내의 과한 표현을 촉발시키며 남편은 더욱 침묵하게 되는 악순환의 고리가 이어진다(Feldman , 1982).

이런 연구결과는 결혼만족도를 높이기 위해서는 부부간의 의사소통 패턴을 변화시킬 필요가 있음을 시사해 주고 있다.

위에서 고찰한 연구결과의 공통점은 부부갈등이 높을수록 결혼만족도는 낮아져 가족해체까지 이르게 되고 부부갈등이 낮을수록 결혼만족도는 높을 것으로 판단되어지므로, 결혼이주여성들의 여러 부부갈등의 요인을 완화시켜주고 이들의 결혼만족을 강화할 수 있는 여러 가지 방안들이 마련되어야 할 것이다.

3. 비폭력대화 프로그램

가. 비폭력대화의 개념

비폭력대화의 비폭력은 간디의 비폭력과 같은 맥락으로, 우리 마음에서 폭력이 사라졌을 때 자연스럽게 우리 안에서 생기는 연민의 상태를 뜻한다. 흔히 비폭력 대화는 폭력적 언행을 일삼는 사람에게나 필요한 것으로 오해받는 경우가 있다. 여기서의 폭력이란 물리적, 정신적 폭력만을 의미하는 것이 아니라 서로가 마음으로 연결되는 것을 방해하는, 즉 사람과 사람사이에 마음의 벽을 느끼게 하는 것을 의미한다. 비폭력대화는 Nonviolent Communication의 번역을 줄여서 NVC라 칭하며 ‘연민의 대화’ 또는 ‘삶의 언어’, ‘기린의 언어’라고 부르기도 한다 (Rosenberg, 2003).

1960년대 미국의 임상심리학자인 Marshall B. Rosenberg에 의해 창시된 비폭력대화(NVC)는 서로의 차이를 인정하고 갈등을 평화롭게 해결하는 데 필요한 정보를 쉽게 교환할 수 있는 방법이다. Rosenberg는 인간의 본성은 서로의 삶에 기여할 때 기쁨을 느끼는 것이라고 믿었다. 그러나 사람들은 왜 이 본성을 잃고 서로에게 폭력을 쓰면서 살게 되는지와 어떻게 어려운 상황에서도 본연의 인간성을 잃지 않고 다른 사람에 대한 연민을 유지 하는 사람들이 있는지를 연구하면서 대화할 때 쓰는 말과 말하는 방법이 얼마나 중요한지를 깨닫고 비폭력대화를 만들게 되었다. 비폭력대화(NVC)는 견디기 힘든 상황에서도 인간성을 유지할 수 있는 능력을 키워주는 대화 방법이다. 단순히 말하는 방법이나 기술이 아니고 우리 자신의 본래 모습을 우리 자신에게 상기시켜 주면서 우리가 원하는 것을 찾을 수 있는 곳에 우리 의식을 집중하도록 도와주는 것이다.

비폭력대화(NVC)모델의 목적은 질적인 연결을 이루어 자신의 욕구와 상대방의 욕구를 이해하는 것이 중요하며 동등하게 존중하면서 양쪽이 다 만족 할 수 있는 방법을 찾아 가는 것이다. NVC를 익히면 습관적이고 자동적으로 반응하는 대신 자신이 무엇을 관찰하고 그에 대해서 어떻게 느끼고, 나의 욕구가 충족 되었는가, 안 되었는가를 명확히 인식하면서 솔직하게 의사소통을 할 수 있다. 사람들의 행동이 어떤 욕구를 충족하려는 것으로 이해하게 되면 비판이나 평가를 들었을 때 변명, 항변, 반격을 하는 습관적이고 자동적인 반응이 아니라 상대방을 이해하는 마음이 생기면서 거부가 아닌 자신을 받아들이게 된다.

자기 마음에서 일어나는 것을 명료하게 인식하면서 솔직하게 상대를 공감하며 진심으로 주고받는 마음이 자연히 생긴다. 특히 비폭력대화 방법은 자기 자신의 감정과 내적인 욕구를 심층적으로 들어주고 이해함으로써 내적인 평화를 얻을 수 있다. 또한 불쾌하거나 힘들었던 이전의 인간관계의 경험에서의 상처를 치유

할 수 있다. 현재 가족, 학교, 조직과 기관들, 상담과 치료에 사용될 뿐만 아니라 국제간의 갈등과 분쟁을 해결하기 위한 중재에도 많이 쓰이고 있다(캐서린 한, 2004).

나. 비폭력대화의 구성요소

비폭력대화(NVC)는 우리의 의식을 네 가지 영역으로 무엇을 관찰하고, 느끼고, 바라고, 삶을 풍요롭게 하기 위해 무엇을 부탁하는가에 집중하면서 자신을 표현하고 다른 사람의 말을 귀 기울이도록 대화단계를 구조화하였다. 즉, 비폭력대화(NVC)는 관찰(Observation), 느낌(Feeling) 욕구(Need), 부탁(Request)의 4 요소의 단계로 다음과 같다.

첫째, ‘관찰(Observation)’은 어떤 상황에서 실제로 일어나고 있는 것을 보고 듣고 접촉한 상황에 대해서 있는 그대로 객관적이고 구체적으로 묘사하는 것으로 평가와 분리되어야 한다. 판단, 평가, 추측, 의견을 섞어서 말하면 상대가 이를 비판으로 듣고, 자기 행동을 변명, 합리화하거나 공격 할 준비를 하는 데 에너지를 쓰게 되어 더 이상 대화가 진전되지 않는다. 또한 내 마음 속에 일어나고 있는 판단이나 평가를 사실로 바꾸어 표현한다.

둘째, ‘느낌(Feeling)’이란 외적, 내적 자극을 받았을 때 몸과 마음에서 일어나는 반응이다. 느낌은 필요한 것을 알려주는 경보기 같은 것으로 우리의 내면의 욕구와 연결되어 있어 욕구가 충족되었는지 결핍되었는지 그 여부에 따라 달라진다. 느낌은 또한 생각과 구별되어야 하는데 생각이나 평가가 섞이면 내 느낌의 책임을 상대에게 미루게 된다. 느낌을 표현할 때 뜻이 모호한 말보다 구체적인 느낌을 나타내는 낱말을 사용하는 것이 도움이 된다. 예를 들어 “그거 좋을 것 같은 느낌인데”라고 할 때 ‘좋다’라는 말보다 ‘설레다’ ‘기쁘다’ ‘마음이 놓인다.’ 등으로 여러 가지 다른 의미로 표현할 수 있다. 느낌은 타인과 정서적으로 연결시켜주기 때문에 자신의 느낌을 정확하게 인식하고 표현하는 것이 중요하다. 느낌은 욕구가 충족 되었는지 그렇지 않은 지에 따라 몸과 마음이 반응하는 것이므로 신체적 느낌과 정서적 느낌을 모두 알아차리는 것이 중요하다.

셋째, 자신이 알아차린 느낌은 내면의 어떤 ‘욕구(Need)’와 연결 되어있다. 느낌을 통해 내면에 충족되거나 충족되지 않은 욕구를 찾는 것이 매우 중요하다.

욕구는 우리가 하는 모든 행동은 어떤 욕구를 충족하려는 시도이며 이념, 언어, 지역, 성별, 나이, 문화를 넘어서는 보편적인(Universal) 것이다. 그러하기에 대화의 초점을 욕구를 인식하고 표현하는 것에 맞추게 되면 인간관계의 내면에 흐르는 본질을 바라보는 것이 가능해지고 보다 명료하고 따뜻한 의사소통을 할 수 있게 된다(이민식, 2005). 욕구와 욕구를 충족시키는 수단/방법을 혼동하는 경우가 많으므로 이에 주의할 필요가 있다. ‘욕구(Need)’는 삶의 에너지와 연결되는 것으로 비폭력대화(NVC) 의식의 핵심이다. 느낌이 자신의 욕구에서 나온다는 것을 알게 되면 자신의 느낌에 책임을 지게 된다. 다른 사람의 말이나 행동이 자신의 느낌을 불러일으키는 자극이 될 수 있어도, 결코 느낌의 원인이 아니라는 인식을 새롭게 해준다. 욕구는 보편적인 것이기에 모두 똑같이 갖고 있는 것으로 욕구차원에서 우리 모두 연결되는 것을 체험할 수 있다. 그러나 그것을 충족시키기 위한 수단(방법)은 사람마다 문화권마다 매우 다양하고 개개인마다 다르다. 또한, 욕구와 필요가 사람마다 다르고 다양하다. 하지만 자신의 한 가지 수단/방법만 옳다고 주장하며 집착하는 경우 갈등이 생길 수 있으며 상대방을 탓하기보다 자신들이 원하는 것을 말하기 시작하면 서로 욕구를 충족할 수 있는 방법을 찾을 가능성이 커진다. 들어 줄 때도 상대가 어떤 말로 자기를 표현하든 그 말 뒤에 있는 욕구의 에너지와 연결하는 것이 공감대를 형성하는 지름길이다.

넷째, ‘부탁(Request)’은 내 삶을 좀 더 풍요롭게 하는 데 필요한 것을 긍정적이고 구체적인 말로 표현하는 것이다. 부탁에는 ‘연결부탁’과 ‘행동부탁’이 있다. 연결부탁은 상대와 원활한 소통이 이루어져 마음이 연결되도록 하기 위한 것이다. 예를 들면 “제가 한 말에 대해서 어떻게 생각하시는지 말씀해 주시겠어요?”, “당신이 바라는 것이 무엇인지 말씀해 주시겠어요?”와 같은 부탁이다. 행동부탁은 상대에게 행동해 주기를 원하거나 해법을 요구하는 것으로 명료하게, 긍정적, 구체적, 가급적 질문의 형태로 요청하는 것이다. 부탁을 하기 전에 자신의 의도를 명확하게 하는 것이 중요하다. 진정한 부탁은 상대가 나의 부탁을 들어주든 거절하든 그것을 똑같이 받아들이는 것이다.

타인을 공감으로 들어주기 전에 자기 공감은 우선적으로 필요한 NVC의 핵심적인 과정이다. NVC는 자기소통을 강조하는데 자신의 내부적인 메시지를 NVC의 4요소로 본다. 그러므로 이 모델은 단순한 대화기술의 습득이 아니라 대화 자체에 대한 ‘관점과 태도의 변화’를 중요시 여긴다(박시현, 연문희, 2009).

비폭력대화(NVC)모델의 의사소통의 방식에서 무엇보다 중요한 것은 4단계로

정리하거나 표현하지만 이것이 단순히 음성적인 대화에서 국한하는 것이 아니라 실제로 말 한마디 하지 않아도 ‘솔직하게 말하기’와 ‘공감적으로 듣기’ 이 2가지 요소를 경험하는 것이 가능하며 고정적 공식이 아니라 상황에 맞게 유연하게 적용할 수 있다. 비폭력대화(NVC)모델의 정수는 4가지를 인식하는 마음에 있지 실제로 주고받는 말에 있지 않다(Rosenberg, 2003).

다. 비폭력대화 선행연구

비폭력대화(NVC)모델의 선행연구를 살펴보면, Steckall(1994)은 의사소통 프로그램에 참여한 실험집단의 참가자들이 공감과 자기연민에 수준이 향상된 반면 통제집단은 의미 있는 변화가 없었다는 연구결과를 보고하였다. Blake(2002)는 대학교육 과정에 비폭력대화 모델을 적용했을 때 의사소통 증진에 긍정적인 영향을 주었다고 보고하였고, Cox와 Dannahy(2005)는 3개월간 영국대학생들을 대상으로 한 사례연구를 통해 NVC가 라포형성이 더욱 용이하다는 것을 입증하였다. 또한 Latini(2009)는 신학교에서 성직자들의 교화와 교육적인 실습을 위한 용도로 NVC를 활용하여 개인과 그룹사이의 감정이입과 정직성을 발달시키기 위한 효과가 크다고 보고 하였다. 또한 NVC의 자기 공감이 신앙과 사역을 연결할 수 있는 삶의 풍성함을 주며, 신학교 교육의 맥락에서 뿐 아니라 여러 상황에서 다양하게 적용 될 수 있다고 연구보고 하였다.

비폭력대화 모델의 국내 선행연구는 연구대상이 특정 연령층에 국한되지 않고 다양한 연령층을 대상으로 그 효과가 입증되고 있다. 먼저 구자경(2006)은 대학의 교양 강좌를 이용하여 비폭력대화 모델에 근거하여 이민식(2005)이 제작한 프로그램을 다시 재구성하여 공감교육의 치료적 요인과 효과를 탐색하였다. 이에 대학생들의 상호작용을 통하여 대인관계와 의사소통의 변화가 초반기에서 후반기로 갈수록 긍정적인 치료적 요인의 변화를 보고하였다. 대학의 교양강좌의 공감교육 프로그램으로도 NVC의 효과가 입증되었다. 최은경(2006)은 평균 40대 어머니들을 대상으로 비폭력대화를 익히도록 한 결과, 자신의 의사소통 패턴을 인식하여 효율적인 의사소통의 변화를 가져왔다. 이를 통해 자녀에 대한 언어폭력과 부정적 언어가 감소되었으며 자녀와의 관계도 향상되었다고 보고하였다. 또한 이민자(2010)도 부모 교육을 받고 있는 어머니들에게 비폭력대화(NVC)를 10

주 동안 실시한 결과, 자기존중과 자기이해 인식이 향상되었다. 즉, NVC가 어머니들의 자아존중감과 의사소통 향상에 효과가 있음을 입증하였다.

최근 이화자(2009)는 사티어 성장모델과 비폭력대화(NVC)모델을 통합하여 부부 집단 치료의 프로그램을 개발하여 만성불화를 겪고 있는 부부 5쌍을 대상으로 실시하여 자존감, 분노, 정서적 의사소통, 문제 해결 의사소통, 성적 친밀감 측면에서 그 효과성을 입증하였다. 또한 정경희(2008)는 부부 3쌍을 집단 프로그램을 통한 사례연구를 현상학적 연구방법으로 분석한 결과 자신이 구체적으로 무엇을 원하는지 명료하게 솔직하게 표현하고 경청하게 되어 역기능적 대화방식이 일치적인 대화방식으로 의사소통이 변화 되었을 뿐 아니라 자녀와 부부의 문제도 상당부분 해결 된 것으로 보고하였다.

현재 국내에서는 비폭력대화의 보급과 관심이 높아지고 있으나, 비폭력대화 모델의 연구는 초기상태라 할 수 있어 선행 연구의 빈도와 분량은 그리 많지 않은 실정이다. 반면 외국에서는 비폭력대화의 관련 연구가 다수 수행되었으나, 대부분이 개인을 대상으로 하고 있다(Steckall, 1994; Blake, 2002; Beck, 2005; Cox & Dannahy, 2005; Liz, 2006; Latini, 2009). 국내에서 이 모델에 대한 관심이 높아지고 있는 시점에서 다문화가정의 부부들 중 의사소통의 문제를 경험하고 있는 부부를 대상으로 NVC 모델을 적용하고 그 효과를 규명하는 것은 부부치료의 이론과 실재를 확장할 수 있을 것이다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 다양한 부부갈등으로 인해 서귀포시 다문화가족지원센터 에서 상담을 2회 이상 받은 다문화가정의 부부들을 대상으로 하였고 본 연구자가 직접 다문화부부를 대상으로 상담을 진행하였다.

2012년 5월부터~2013년 5월 까지 상담실을 찾은 다문화 가정 부부 50여쌍 모두에게 문자를 돌리고 이에 관심을 보이며 참여의사를 밝힌 부부 7쌍과 일일이 전화를 걸어 프로그램 참여 권유를 통해 참여 신청을 받은 8쌍과 갈등조짐을 보이는 부부 4쌍을 연구대상으로 선정하였다. 이후에 4쌍 부부가 아이문제와 바뀐 직장 스케줄, 변심으로 인해 불참을 하게 되었고 최종적으로 총 15쌍을 대상으로 선정하게 되었다. 통제집단은 상담실을 받은 부부 15쌍을 무작위로 추출해 설문지를 작성하도록 하고 아무런 개입도 실시하지 않았다.

2. 측정도구

본 연구에서 다문화 가정 부부의 부부이해도와 결혼만족도를 파악하기 위해 선행연구를 토대로 측정도구를 도출하였다. 다문화 가정 부부의 결혼생활 만족도는 기존 연구에서 검증된 도구인 결혼생활 만족도(MSS)로 측정하였고, 부부이해도는 의사소통만족도(Marital Communication Inventory: MCI)와 부부갈등 대처방식(O'Leary-Porter Scale: OPS)을 통해 검증하였다. 이에 대한 자세한 내용은 다음과 같다.

가. 부부이해도 검사

본 연구에서 부부이해도를 분석하기 위해 의사소통 영역과 부부갈등 영역으로 분류하고 의사소통 만족도 검사(MCI)는 Bienvenu(1970)가 개발하고, 김진희(1998)가 검증한 측정도구를 사용하였고, 이 척도의 신뢰도는 .831이었다.

부부갈등 대처방식 검사(OPS)는 Porter & O'Leary (1980)이 개발한 O'Leary

-Porter Scale을 이주경(1999)이 번역한 것을 사용 하였고, 이 척도의 신뢰도 (Cronbach's α)는 .780로 나타나 연구를 진행하기에 양호 하였다.

설문내용은 예-배우자에게 당신의 진실한 느낌을 표현하는 것이 어렵다고 생각한다. 배우자와 나누는 대화가 편안하고 유쾌하다, 우리는 갈등이 발생 했을 시 서로 대안과 방법을 제시한다. 등 1점은 '전혀 아니다' 5점은 '매우 그렇다'로 구성된 5점 Likert 척도 측정하였다. 본 연구에서 부부이해도의 하위 영역 중 의사소통 만족도의 신뢰도는 .672, 부부갈등 대처방식의 신뢰도는 .687이며 전체 부부이해도 신뢰도는 .742이다.

나. 결혼만족도 검사

국제결혼 이주여성의 결혼만족도를 측정하기 위하여 이경성과 한덕웅(2001)의 연구에서 사용된 결혼만족도 측정도구를 사용하였다. 이경성과 한덕웅은 다문화 가정의 결혼만족도를 측정하기 위해 하위영역으로 생활만족, 애정(passion) 및 헌신을 하위영역으로 구성하였고, 각 하위영역에 대한 신뢰도 계수(Cronbach's α)는 생활만족(남편 .90, 아내 .90), 애정(남편 .93, 아내 .94), 그리고 헌신(남편 .84, 아내 .88)이었다. 본 연구에서는 국제결혼 이주여성의 적합성을 고려하여 3개 하위 영역별로 각 4문항씩 총 12개 문항으로 구성하였다(예-나는 현재 결혼 생활에 만족한다, 나는 결혼생활을 통해 나의 욕구가 충족 되었다.등) 생활만족의 신뢰도는 .646, 애정의 신뢰도는 .662, 헌신의 신뢰도는 .667이며 전체 신뢰도는 .723으로 나타났다.

설문내용은 1점은 '전혀 아니다'로 5점은 '매우 그렇다'로 구성된 5점 Likert 척도 측정하였다.

표 III-1. 설문지의 구성

영역	문항	문항번호
결혼생활만족도	생활만족	I. 1-4
	애정	I. 5-8
	헌신	I. 9-12
부부이해도	의사소통 만족도	II. 1-10
	부부갈등 대처방식	II. 11-22
일반적 사항	학력, 직장경력, 국적, 연령 등	III. 1-12

3. 자료수집 및 절차

본 연구의 진행절차는 먼저, 2013년 5월21일 연구 대상 모두에게 결혼만족도와 부부이해도와 관련한 설문지에 대한 사전검사를 실시하였다. 사전검사를 마친 후 비폭력대화 프로그램의 적용은 선정된 다문화가정 부부들을 대상으로 2013년 5월21일 - 2013년 7월 9일까지 1주일에 한번 매주 화요일에 2시간씩 8회기에 걸쳐 총 16시간을 실시하였다. 프로그램 진행은 본 연구자가 다문화 가정 부부들을 대상으로 직접 실시하였고 베트남, 필리핀, 캄보디아 통역사가 보조 진행자로 참여하였다. 비폭력 대화프로그램 적용 이후 사후 검사는 2013년 7월 9일 연구 대상 모두에게 결혼만족도와 부부이해도에 대한 사후검사를 실시하였다.

표 III-2. 연구의 진행 과정 및 절차

단계	절차	진행내용	일정	집단
1단계	대상선정	2012년 5월부터~2013년 5월까지 상담을 받은 다문화 가정부부들	2013년5월13일 ~5월16일	실험 통제
2단계	집단구성	상담을 받은 부부중 실험집단15쌍, 통제집단15쌍 선정	2013년 5월18일	실험 통제
3단계	사전검사	부부이해도 결혼만족도 사전검사 실시	2013년 5월21일	실험 통제
4단계	실험처치	비폭력대화 프로그램을 활용한 집단상담-교육	2013년 5월21일 - 2013년 7월 9일까지 1주일에 한번 매주 화요일에 2시간씩 8회기에 걸쳐 총16시간	실험
5단계	사후검사	부부이해도 결혼만족도 사후검사 실시	2013년 7월 9일까지	실험 통제

4. 자료 분석 방법

본 연구에서 비폭력 대화프로그램이 다문화가정 부부이해도와 결혼만족도에 미치는 영향을 파악하기 위하여 사전-사후 실험설계 모형을 적용하였다. 실험집단에 사전검사(O₁)를 실시한 후 실험처치(X)를 투입한 다음 사후 검사(O₂)를 실시하였다. 연구에 대한 설계는 다음과 같다.

G ₁	O ₁	X	O ₂
G ₂	O ₃		O ₄

그림 III-1. 실험설계

G₁ : 실험집단

G₂ : 통제집단

X : 실험처치 (비폭력대화 프로그램)

O₁ O₃ : 사전검사 (부부이해도, 결혼만족도 검사)

O₂ O₄ : 사후검사 (부부이해도, 결혼만족도 검사)

5. 자료처리

본 조사에서 수집된 자료의 통계처리는 데이터 코딩(data coding)과 데이터 클리닝(data cleaning) 과정을 거쳤다. 분석은 SPSS 18.0 for Windows 통계 패키지 프로그램을 활용하여 95%신뢰수준에서 검정하였다. 구체적인 분석 방법은 다음과 같다. 표본의 일반적 특성을 파악하기 위하여 빈도분석(Frequency Analysis)을 실시하였고 신뢰도를 파악하기 위하여 신뢰도 분석(Reliability Analysis)을 실시하였다. 비폭력 대화프로그램이 다문화 가정 부부들의 부부이해도와 결혼만족도에 미치는 양적 자료에 대한 분석은 사전 검사를 통해 동질성 검사를 실시하고 사후 검사에 대하여 집단 간 차이분석을 하고자 하였으며 분석 방법은 독립표본 t검정(Independent t-test)을 실시하였다.

6. 비폭력대화 프로그램

본 연구는 비폭력대화 프로그램에 대한 이론을 문헌분석을 통해 고찰하고, 선행연구 분석을 기초로 구성하였다. Rosenberg(2003)의 비폭력대화(NVC)모델을 기본으로 캐서린 한(2008)이 번역한 ‘비폭력대화’와 루시루(2008)의 강의를 토대로 해서 박현진(2007)이 만든 ‘대화가필요해’프로그램 자료를 참고해서 다문화 전문가이신 여성 쉼터소장님과 현 다문화가족지원센터 센터장님, 비폭력대화 전문 강사에게 프로그램 구상에 대한 자문을 얻어 연구자가 직접 비폭력대화 프로그램을 재구성하였다.

가. 프로그램 구성

비폭력대화의 내용을 재구성 하면서 한국말에 익숙하지 않는 다문화여성들이 쉽고 재미있게 접근할 수 있도록 동영상과 그림카드, 인형활용, 역할극 등의 다양한 방법으로 교육과 집단 활동을 접목하며 실시하였다.

총 8회기로 구성되어 있으며, 각 회기별로 다룰 주제는 앞서 연구한 다문화 가정의 문제와 다문화 부부의 결혼만족도와 부부이해도에 영향을 미치는 핵심 요인인 의사소통과 갈등해결에 중점을 뒀서 실시하였고 비폭력대화의 4가지 핵심 요소인 관찰, 느낌, 욕구, 부탁의 4단계를 익히고 이를 통해서 실제생활에서도 쉽게 적용할 수 있도록 공감하기, 분노를 잘 표현하기, 감사표현하기 등 표현력을 익히는데 많은 연습을 하였고 의사소통이 어려운 결혼이주여성에게 맞게 여러 가지 학습 물을 이용해 재구성하였다.

전체적인 프로그램 진행순서는 들어가기, 핵심요소 익히기, 적용하기, 마무리 단계로 구성되었으며 회기별 활동과정을 보면 들어가기 단계 20분은 안부인사와 주제와 관련된 활동을 한다. 핵심요소 익히기 단계 40분에서는 각 회기마다 비폭력 대화프로그램에 대한 내용을 설명하고 역할극과 느낌이나 욕구와 관련된 카드나 그림을 보여주고 자신의 경험을 나누는 토의, 표현 등을 중심으로 진행한다. 10분 쉬고 적용하기 단계 40분에서는 직접 배운 것을 표현하는 시간과 상대방의 표현을 끈기 있게 들어주는 연습을 한다. 마무리 단계 10분은 각 회기마다 비폭력대화법으로 느낌나누기를 하며 마무리를 한다.

나. 프로그램 회기별 내용

◆ 1회기 프로그램 소개, 집단의 규칙정하기, 자기소개

들어가기 단계의 1회기는 프로그램의 이해 및 참여 동기를 향상시키며 친밀감을 형성하는 인사와 자기소개, 집단의 규칙을 정하였다. 첫 시간이므로 어색함을 줄이고 표현에 대한 부담감을 줄이기 위해 간단한 자기 자기소개 후 편안하게 참여할 수 있도록 재미있는 부부우화를 틀어주었다. (소와 사자 이야기). 부부 별칭을 짓고 소개하는 시간을 가지고 아내와 남편으로 부르게 하였다. (예-짱돌이 부부, 흥부네 아내, 등)

진개로는 비폭력대화(NVC) 교육내용, 목적, 성격, 기대되는 효과에 대해 설명하였다. 대화란 무엇이며 말과 대화의 차이 알아보기와 언어적 비언어적 영향의 중요성을 강의하여 의사소통의 의미를 알아보았다.

◆ 2회기 부부의 걸림돌 대화 찾아보기

2회기는 평소에 자주 쓰는 대화의 걸림돌을 찾아보고 다른 방식으로 대화 했을때 느낌이 어떤지 이야기해 보면서 표현력을 유도한다.

2회기는 인식의 단계로 비폭력 대화의 4단계 파악에 앞서 자신에 대한 무의식적인 패턴을 알고 부부에게 어떤 영향을 미치는지 의사소통 방식을 점검하도록 한다. 변화의 필요성과 욕구를 파악함으로써 자각을 유도 한다.

공통된 주제를 통해 객관적인 관찰과 그 당시의 느낌을 쓰게 함으로서 상대방의 의사소통방식과 나의 의사소통 방식에 대해 점검하게 하였다.

◆ 3회기 관찰-있는 그대로, 실제로 무엇이 일어나고 있는지 관찰하기

3회기에서 비폭력대화의 핵심요소를 익히는 단계로 상대를 평가하지 않고 있는 그대로를 관찰하는 방법을 연습한다. 카드그림을 보며 관찰하고 있는 그대로 표현해 본다. 이 단계는 적용단계에 앞서 구체적인 의사소통 훈련을 효과적으로 하기 위해 관찰의 중요성과 생각의 왜곡성을 알 수 있게 한다.

◆ 4회기 느낌-자신의 느낌을 자각하고 표현하기

4회기는 동영상 그림을 보여주고 자신에게 주로 느껴지는 느낌 단어를 알아보고 어떤 상황에서 그런 느낌이 드는지 탐색해 보는 시간이다.

솔직한 느낌을 표현하는 것이 중요하고 느낌과 생각을 구분하는 방법을 익힌다. 느낌 단어가 어려울 수 있어서 결혼이주여성들을 위해 감정카드를 참고하여 표현을 하도록 한다. 생각이 나오면 생각을 배제하고 자기느낌으로만 표현하도록 연습한다. 일상에서 부부들은 주로 상대방에 대한 생각을 표현하는데 익숙해져 있기 때문에 생각이 나왔을 때 즉시 생각이 아닌 느낌으로만 표현하도록 가르쳐 준다. 다양한 느낌 목록을 소개하고 감정카드를 준다. 자동적이고 습관적인 언어 습관을 다시 관찰하여 자칼과 기린메세지로 다시 연습해 보게 하고 자주 느끼는 감정이 무엇인지 나누고 그림을 통해 그림의 상황을 설명해 보고 상대방으로 인한 감정을 느껴보고 왜 그렇게 느끼는지 표현해 보도록 한다.

◆ 5회기 욕구-느낌과 연결되어 있는 숨은 욕구 찾아보기

5회기에는 동영상 “방황하는 아이”를 보여주고 이 아이의 억압된 욕구를 찾아보고 말하게 한다. 느낌과 연결되어 있는 숨은 욕구를 알아보고 자신의 욕구와 느낌을 연결하여 이야기 해본다. 욕구가 어떤 것이 있는지 욕구 목록 표를 보고 자신에게 필요한 것이 무엇인지 이야기 나눈다. 그리고 자신들의 과거 사건들을 회상하는 시간을 가져서 자신들의 억압된 욕구는 어떤 것인지, 또한 원가족의 대화 패턴을 관찰하여 현재 자신의 의사소통에 어떠한 영향을 주었는지 자각하게 하고 먼저 자신과 소통하는 연습과 공감을 연습함으로 타인과의 긍정적인 의사소통을 할 수 있도록 도와준다. 본 회기에서 중요한 것은 상호 욕구를 존중하고 보편적 욕구로서 서로 연결하며 비폭력적 태도를 갖도록 하는 것, 비난을 다르게 듣는 것으로 비판과 비난으로부터 자신의 욕구를 찾아보는 것이다.

◆ 6회기 부탁-소통을 위해 긍정적인 행동을 구체적으로 부탁하기

6회기는 자신의 마음을 관찰하고 느낌을 알아차리며 느낌이 어떤 욕구에서 비롯되었는지를 인식하며 자신의 욕구를 충족하기 위한 부탁하는 방법을 역할극을 통해서 연습한다. 이 회기에서는 생활에서 부탁하는 경우 알아보기와 부탁할 때 알아야 할 점 과거부터 습관화 되거나 학습된 부탁에 대한 의사소통 방식이 현재 부부 에게도 자연스럽게 전수 되어지는 것을 알아보게 한다.

◆ 7회기 공감-자신과 타인의 마음 공감하는 방법 배우기

7회기는 무의식적으로 내는 화와 그 화가 어디에서부터 근거한 것인지 찾아보게 함으로서 화를 낼만한 상황이 아니라는 것과 화를 내기 전에 화를 의식함으로서 조절 할 수 있게 하여 화를 약화시킬 수 있도록 한다.

첫째, 자신 안에 있는 분노를 파악하고 그 분노가 어디에서 기인했는지 생각해 보게 한다.

둘째, 분노를 충분히 표현해보고, 분노의 내면작업을 경험하며 분노를 NVC모델로 연습하는 것이다.

전개에서는 듣기 힘든 말을 들었을 때 4가지 마음을 설명하고, 분노를 표현하는 4가지 방법 익히는 것이다.(자칼 IN, OUT, 기린 IN, OUT).

분노를 다루고 표현하는 지침을 교육하고, NVC 방식으로 분노를 충분히 표현해 보도록 하였다.

활동으로는 부부가 듣기 힘든 말과 상처가 되는 말을 4가지 방식으로 먼저 써 보도록 하고 자칼과 기린의 머리띠를 활용하여 4가지 방식을 연구자와 함께 연습하여 새롭게 표현해 보도록 한다.

◆ 8회기 감사-종결 감정 나누기

8회기는 비폭력대화로 자신에게 도움이 된 것이나 있었던 일 중 감사한 것에 대해 표현하는 것으로 욕구와 느낌을 함께 공유하는 것이다.

첫째, 감사의 NVC표현을 알아보고 부부가 일상에서 NVC를 적용해 보는 것, 둘째, 강요, 비난, 비판을 욕구로 바꾸어 보기를 연습하고 NVC를 일상에서 적용해 보도록 하는 것이었다.

IV. 연구결과 및 해석

1. 양적 분석결과

가. 일반적 사항 분석결과

본 연구에 참여한 연구대상자는 총 60명으로 각각 실험집단 30명, 통제집단 30명으로 구성되었다. 이에 따른 연구대상 다문화가정 부부들의 대상별 명단과 분포는 아래와 같다.

표 IV-1. 연구대상의 일반적 사항

구 분		실험	통제	합계
		n=30	n=30	n=60
		N (%)	N (%)	N (%)
출 신국	필리핀	3 (10.0)	3 (10.0)	6 (10.0)
	베트남	5 (16.7)	6 (20.0)	11 (18.3)
	중국	4 (13.3)	3 (10.0)	7 (11.7)
	캄보디아	3 (10.0)	2 (6.7)	5 (8.3)
	한국	15 (50.0)	15 (50.0)	30 (50.0)
연령대	20대	8 (26.7)	10 (33.3)	18 (30.0)
	30대	6 (20.0)	3 (10.0)	9 (15.0)
	40대	14 (46.7)	15 (50.0)	29 (48.3)
	50대 이상	2 (6.7)	2 (6.7)	4 (6.7)
성별	여자	15 (50.0)	15 (50.0)	30 (50.0)
	남자	15 (50.0)	15 (50.0)	30 (50.0)
학력	중학교졸업	4 (13.3)	4 (13.3)	8 (13.3)
	고등학교졸업	20 (66.7)	23 (76.7)	43 (71.7)
	대학교졸업	6 (20.0)	3 (10.0)	9 (15.0)
	대학원이상	0 (.0)	0 (.0)	0 (.0)
개인소득	100만원 미만	9 (30.0)	7 (23.3)	16 (26.7)
	100만 원 이상~200만원 미만	19 (63.3)	17 (56.7)	36 (60.0)
	200만 원 이상~300만원 미만	2 (6.7)	6 (20.0)	8 (13.3)
	300만 원 이상~400만원 미만	0 (.0)	0 (.0)	0 (.0)
	400만 원 이상	0 (.0)	0 (.0)	0 (.0)
결혼경로	가족, 친지 소개	3 (10.0)	4 (13.3)	7 (11.7)
	친구소개	1 (3.3)	0 (.0)	1 (1.7)
	결혼중개업소개	17 (56.7)	18 (60.0)	35 (58.3)
	종교, 단체 소개	5 (16.7)	6 (20.0)	11 (18.3)
	직접, 스스로	2 (6.7)	2 (6.7)	4 (6.7)
	기타	2 (6.7)	0 (.0)	2 (3.3)
결혼동기	본국을 떠나고 싶어서	1 (7.1)	3 (21.4)	4 (13.3)
	가족, 친지의 권유로	2 (10.5)	1 (7.1)	3 (10.0)
	친정의 경제적 지원을 위해	5 (33.3)	5 (33.3)	10 (33.3)
	종교적 신념 때문	3 (15.8)	1 (7.1)	4 (12.1)
	현재 남편과 함께하고 싶은 마음	1 (7.1)	3 (21.4)	4 (12.1)
	한국에 대한 호감과 한국에서 일	2 (10.5)	2 (14.3)	4 (12.1)
	기타	1 (5.3)	0 (.0)	1 (3.0)
소 계	15 (100.0)	15 (100.0)	30 (100.0)	

출신국을 보면 한국인 배우자를 빼고 베트남 5명, 중국 4명, 캄보디아 3명, 필리핀 3명이었고 연령대는 남편은 40대(48.3%)가 가장 많았고 아내는 20대가 (30.0%)로 가장 많았다. 성별은 남성과 여성 각 (50.0%)이었으며 학력은 고졸이 (71.7%) 이었다. 직장 경력은 남, 녀 모두 합쳐 2-3년 미만이 (25.0%)이고 5년 이상이 (26.7%) 등 이었다.(직장을 자주 바꿈) 1인당 개인 소득은 100만 원 이상-200만원 미만이 (60.0%)였으며 결혼을 한 경로는 결혼중개업을 통한 경로가 (58.3%)로 가장 많았고 결혼 동기는 친정의 경제적 지원을 위해서가 (33.3%)로 가장 높게 나왔다.

나 . 동질성 검사

표 IV-2. 부부이해도 동질성 검사

구 분		<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
의사소통 만족도	실험	30	2.66	.434	1.443	.154
	통제	30	2.50	.443		
부부갈등 대처방식	실험	30	2.86	.330	1.900	.062
	통제	30	2.69	.338		
부부이해도 전체	실험	30	2.77	.338	1.863	.067
	통제	30	2.60	.343		

프로그램 처치 전 실험집단과 통제 집단 간 부부이해도에 차이가 있는가를 파악하기 위하여 동질성 검사를 실시하였다. 그 결과 부부 이해도 전체는 *t*값이 1.863, *p*값이 .067로 유의한 차이를 보이지 않았다. 하위 영역인 의사소통 만족도(*t*=1.443, *p*>.05)와 부부갈등 대처방식(*t*=1.900, *p*>.05) 모두 유의한 차이를 보이지 않아 실험처치 전 두 집단의 부부이해도는 차이 없이 동일하였다.

표 IV-3. 결혼 만족도 동질성 검사

구 분		N	M	SD	t	p
생활만족	실험	30	2.28	.543	-1.517	.135
	통제	30	2.47	.429		
애정	실험	30	2.53	.601	1.219	.228
	통제	30	2.35	.563		
헌신	실험	30	3.14	.439	.000	1.000
	통제	30	3.14	.387		
결혼생활 만족도 전체	실험	30	2.65	.287	-.038	.970
	통제	30	2.65	.279		

프로그램 처치 전 실험집단과 통제 집단 간 결혼 만족도에 차이가 있는가를 파악하기 위하여 동질성 검사를 실시하였다. 그 결과 결혼만족도 전체는 t값이 -.038, p값이 .970으로 유의한 차이를 보이지 않았다. 하위 영역인 생활만족 (t=-1.517, p>.05), 애정(t=1.219, p>.05), 헌신(t=.000, p>.05) 모두 유의한 차이를 보이지 않아 실험처치 전 두 집단의 결혼 만족도는 차이 없이 동일하였다.

다. 가설검증 결과

가설 1-1. 비폭력 대화프로그램을 실시한 집단은 그렇지 않은 집단에 비해 부부이해도가 높게 나타날 것이다.

표 IV-4. 부부이해도 가설검증 결과

구 분		N	M	SD	t	p
의사소통 만족도	실험	30	2.87	.200	2.360	.022*
	통제	30	2.71	.331		
부부갈등 대처방식	실험	30	2.79	.223	3.187	.002**
	통제	30	2.58	.292		
부부이해도 전체	실험	30	2.83	.128	4.432	.000***
	통제	30	2.63	.200		

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

프로그램 처치 후 실험의 효과를 검증하기 위하여 실험집단과 통제집단 간 사후검사를 차이 분석하였다. 부부이해도 전체는 사후 검사에서 실험집단이 2.83점으로 통제집단의 2.63점에 비하여 높았으며 이는 통계적으로도 유의한 차이였다 ($t=4.432, p<.001$). 하위 영역을 살펴보면 의사소통 만족도는 실험집단이 2.87점으로 통제집단의 2.71점에 비하여 높았으며 이는 통계적으로도 유의한 차이였다 ($t=4.432, p<.001$). 하위 영역을 살펴보면 의사소통 만족도는 실험집단이 2.87점으로 통제집단의 2.71점에 비하여 높았으며 이는 통계적으로도 유의한 차이였다 ($t=2.360, p<.05$). 부부갈등 대처방식은 실험집단이 2.79점으로 통제집단의 2.58점에 비하여 높았으며 이는 통계적으로도 유의한 차이였다($t=3.187, p<.01$). 이를 통해, 비폭력 대화프로그램이 다문화가정의 부부이해도를 긍정적으로 향상시켰으며 하위 영역인 의사소통 만족도와 부부갈등 대처방식에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

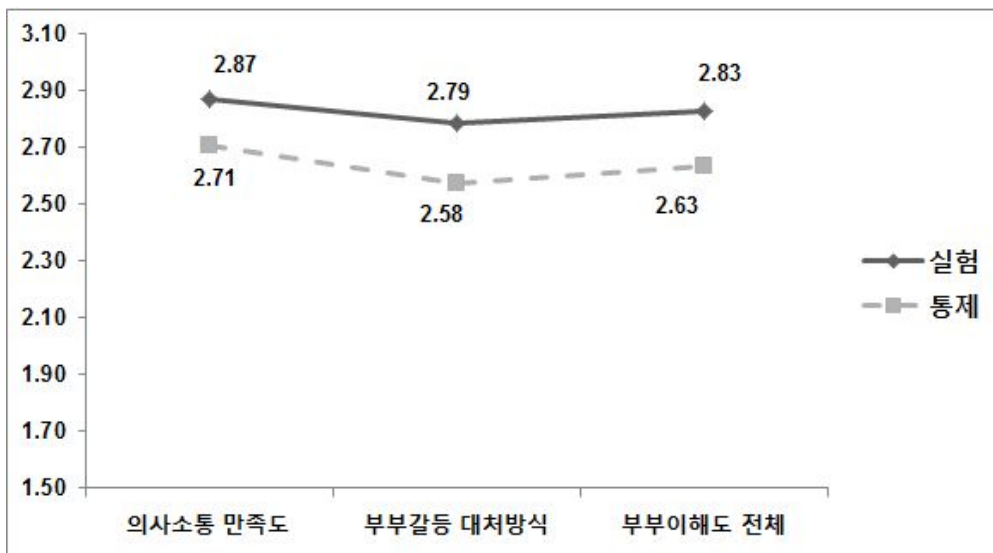


그림 IV-1. 실험집단과 통제집단의 부부이해도 차이 분석결과

가설 2-1. 비폭력 대화프로그램을 실시한 집단은 그렇지 않은 집단에 비해 결혼만족도가 높게 나타날 것이다.

표 IV-5. 결혼만족도 가설검증 결과

구분		N	M	SD	t	p
생활만족	실험	30	2.60	.345	4.580	.000***
	통제	30	2.15	.413		

애정	실험	30	2.83	.323	1.282	.205
	통제	30	2.68	.554		
헌신	실험	30	3.15	.507	.150	.882
	통제	30	3.13	.762		
결혼 만족도 전체	실험	30	2.86	.258	2.516	.015*
	통제	30	2.65	.373		

* $p < .05$, *** $p < .001$

프로그램 처치 후 실험의 효과를 검증하기 위하여 실험집단과 통제집단 간 결혼만족도 사후검사를 차이 분석하였다. 결혼만족도 전체는 사후 검사에서 실험집단이 2.86(SD=.258)점으로 통제집단의 2.65(SD=.373)점에 비하여 높았으며 이는 통계적으로도 유의한 차이였다($t=2.516$, $p < .05$). 하위 영역을 살펴보면 생활만족은 실험집단이 2.60점으로 통제집단의 2.15점에 비하여 높았으며 이는 통계적으로도 유의한 차이였다($t=4.580$, $p < .001$). 반면, 애정과 헌신은 유의한 차이를 보이지 않았다. 이를 통해, 비폭력 대화프로그램이 다문화가정의 결혼만족도를 긍정적으로 향상시켰으며 애정과 헌신보다는 생활만족을 향상시키는데 효과가 있었다.

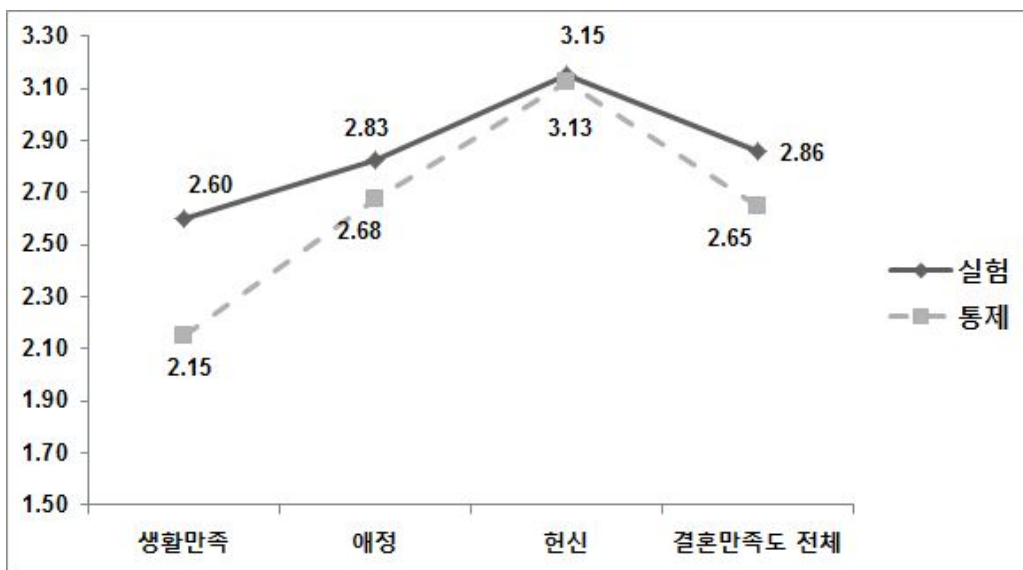


그림 IV-2. 실험집단과 통제집단의 결혼만족도 차이 분석결과

2. 질적 분석 결과

가. 회기별 관찰 내용 분석 결과

표 IV-6. 회기별 관찰내용

1회기 관찰내용
<p>친밀감 형성과 참여 동기를 높이기 위해 교육 보다는 흥미를 유발하는 활동을 하였다. 직접 할 수 있는 별칭 짓기와 다름에 대한 ‘소와 사자의 사랑이야기’동영상을 먼저 보여 주었다. 별칭은 원하는 이름을 자유롭게 선택해서 부부가 결정을 해서 짓도록 하였는데 처음에는 남편들이 아내에게 아무 것이나 지으라며 떠 넘겼지만 “부부가 같이 상의하고 지어보세요”라고 말을 하니 서로 고민하며 짓기 시작 하였다. 그리고 자신들의 닉네임을 소개할 때 처음엔 부끄러워 말을 잘 못하다가 흥부부부가 “돈이 없어 이 이름으로 짓게 되었어요”라고 말하면서 모두들 웃음바다로 만들며 방어벽을 조금 무너뜨리면서 차차 자신감 있게 소개하기 시작 하였다.</p> <p>조금씩 분위기가 편해져 가는 걸 파악한 후 비폭력대화의 주요개념을 소개하고 비폭력 대화의 목적과 효과에 대한 이해 교육을 간단하게 하였다.</p> <p>첫 날부터 너무 교육이 많이 들어가지 않게 간단히 하고 부부에게 참여 동기와 기대, 그리고 변화 되고자 하는 것을 나누어 보도록 활동지를 주니 모두 진지하게 활동에 참여 하였다.</p>
2회기 관찰내용
<p>비폭력 대화 프로그램의 4가지 주요 핵심 용어와 내용에 대한 소개를 하였다. 용어 소개를 할 때 집중력이 떨어지고 산만해지는 부부가 보여서 “제가 설명을 할 때 OO부부가 제 설명을 안 듣고 서로 이야기를 해서 제가 말을 잘 못하는 거 같고 앞으로 잘 가르칠 수 있을까 라는 불안감이 생겨서 걱정이 되요. 제 말에 조금 귀를 기울여 주시면 너무 감사 하겠어요” 라고 직접 비폭력 대화로 이야기를 해주니 살짝 미소를 보이며 말을 하는데 집중을 하였다. 부부대화 걸림돌 찾기 에서는 자신과 부부 의사소통 방식을 주의 깊게 살펴보고, 소통의 걸림돌이 무엇인지 알아보도록 하는 것인데 남편들은 비교적 걸림</p>

돌이 없다고 말하고 아내는 남편이 욕을 잘해서 걸림돌이 많다는 반응을 많이 보였다. 이들 갖고 있는 기대와 상대에 대한 걸림돌을 탐색한 결과 무조건 상대방의 잘못으로 인해 대화가 안 되고 말을 안 한다는 반응들이 많이 나왔다. 상대가 변화되었으면 하는 것, 한 가지를 나누어 보게 함으로서 스스로 인지를 못했던 걸림돌을 알아가기 시작하면서 자신에 대해 돌아보게 되었다. 소외와 단절을 일으키는 관점과 표현에 대해 교육하고 자신이 자주 쓰는 언어와 관점은 어떤 것인지를 알아봄으로서 부부의 습관적 대화패턴으로 상대방이 힘들어 이해하는 시간이 되었다. 걸림돌 찾는걸 힘들어 해서 예를 들어 주니 ‘시장에 갔는데 아내가 사고 싶은 것을 남편이 사주지 않았다.

이때 아내의 반응과 남편의 대처는? 이때부터 부부대화에 대한 여러 가지 걸림돌을 쓰기 시작 하였다.부부들은 살짝 미소를 보이더니 짱 아내가 “남편은 정말 사주지 않아요”라고 말을 하였다. 말로 하지 말고 남편은 아내의 불만스러운 행동을 어떻게 대처하는지 아내는 남편에게 서운함 점을 어떻게 표현하는지 종이에 쓰게 하였다.

이때 중요한 것은 자신의 감정을 쓰기도 하지만 상대방이 어떤 표현을 하는지 즉, 표현법이나 말투, 제스처, 얼굴표정, 행동 등을 쓰게 했다. 평상시 생활할 때 가장 친숙한 예로 작업을 함으로서 평상시 언어와 태도를 쉽게 알 수 있게 하고 그 결과 스스로도 몰랐던 행동 등을 상대방으로 인해 알게 되었다는 것이다. 부부 한쪽이 읽어줌으로서 남편은 아내의 감정을 이해하고 아내는 자신의 표현을 이해하게 되었다. 마무리는 동물카드를 이용해 배우자와 닮은 동물을 뽑고 왜 뽑았는지를 설명하며 좀 더 쉽고 편안하게 이해할 수 있도록 하였다. 동물카드를 이용함으로써 좀 더 친숙한 표현과 자연스러운 생각을 표현하도록 유도하기 위함인데 한라봉 남편은 아내를 기린으로 비유했는데 아내는 늘 목을 빼서 고향만 쳐다보는 것 같다고 말해서 모두들 침울하게 하였다. 아내는 그런 자신을 돌아보게 되었고 남편은 그런 아내를 이해하는 시간이 되었다.

3회기 관찰내용

그림을 통해 있는 그대로를 표현하는 연습과 시청각 자료인 ‘대화가 필요해’를 통해 다른 사람의 가정을 객관적 거리를 두고 관찰하고 느낌을 나누었다.

다른 부부의 모습을 보고 느끼고 표현하게 함으로 객관적인 눈을 통해 자신들의 패턴도 간접적으로 돌아보게 하였는데 소감을 말할 때 무지개 남편은 “저렇게 사는 게 저 들뿐만은 아닌 거 같아요. 내가 봐도 우리 부부는 대화를 안 해요. 왜냐 하면 아내가 한국말을 잘 못하고 이해하지 못할 것이라는 전제가 있어 나를 이해해 주지 않을 거 같아서예요. 무슨 말만 하면 자기말만 하는 통에 얘기를 하고 싶지 않아요.” 평가나 판단을 배제한 의사소통의 어려움을 직접 발견하는 시간을 가졌는데 생각을 배제한 관찰 하는 게 쉽지 않은 듯 평가하지 않고 관찰하는 것을 교육하는 것이 목표이다. 대화시 평가하지 않고 있는 그대로 관찰하기를 연습해 보는 것, 자신의 의사소통 패턴을 인식하게 하고, 부부의 의사소통방식을 볼 수 있도록 하게 하는 것이다.

전개로는 소통이란 무엇인지 PPT의 남녀 그림을 보고 그 느낌과 그림의 상황을 보이는 대로 설명해 보게 한다. 활동으로는 판단 및 평가를 관찰로 바꾸어 보기를 연습하는 것이다. 익숙해진 판단, 평가가 자신도 모르게 나오면 반복적으로 고치며 연습해 보았다. 어색함을 피하기 위해 자칼언어와 비폭력 대화인 기린언어를 손 인형으로 역할극을 시범을 보인 후, 부부의 각자 자신의 평상시 언어와 비폭력 대화를 재현해 보도록 하였다. 마무리 과정으로는 비난과 평가의 말을 관찰로 자신과 배우자에게 바꾸어 해 보는 것을 과제로 부과하였다. 본 회기에서 부부들이 처음 상담실에 올 때의 모습과 같이 서로의 불만과 갈등을 어떻게 푸는지 모르고 반복되는 부부갈등에 대한 대처방식과 부부대화 패턴을 볼 수 있었다. 서로 주고받는 대화를 통해 부부는 불만과 문제가 상대방에게만 있다고 확신하며, 부부의 만성적 갈등을 역력히 드러내고 있었다. 이번 회기를 통해 자신들이 얼마나 평가위주의 비난의 말들을 주로 쓰고 있는지를 보면서도 오랜 습관으로 인해 상대방에 향한 비난과 평가의 말들을 계속 쓰면서도 상대방에게 문제가 있다고 호소하였다.

상징 동물인 자칼과 기린 인형으로 상황 역할극을 통해 부부는 서로의 역할을 번갈아 가며 하면서도 아직은 자신의 대화방식을 통찰하거나 인식하지 못하고 있는 단계이다.

4회기 관찰내용
이 회기에서는 많은 변화들이 보였다.

첫째, 어떠한 상황을 주어 그때의 느낌을 카드로 표현해 보라고 하니 슬플 때 느낌 카드, 화날 때 느낌카드, 을 잡으며 정확히 자신의 느낌을 표현 하였다. 생각이 들어가면 상대방을 지시, 지적할 수 있는 오류가 있다는 것을 알게 하고 그대로의 느낌만을 전달하는 표현법을 배우는 활동을 통해 느낌의 종류가 많다는 걸 알고 부부관계에서 자신의 느낌보다는 상대방에 대한 비난을 먼저 이야기 했다는 것을 알아차렸다. 비난을 자제한 느낌만을 표현하는걸 어려워했지만 쑥스러워 하면서도 바로 정정해서 따라하였다.

둘째, 자신의 감정을 직면해 보고 감정 인식, 표현을 훈련하며 자신의 느낌을 명확하게 인식하는 과정이 되었다. 희망 부부남편은 자신의 힘든 감정을 서로 솔직하게 표현 하는 것이 안 좋은 것이라고 생각 했는데 표현하니까 시원하다는 말을 하였다. 비난을 배제시킴으로서 상대방에 대한 말에 대해 안정감을 느끼고 정서적 유대감을 경험해보도록 하였다.

셋째, 감정 카드를 이용하여 느낌과 생각이 어떻게 다른지 알아보고 연습해 보는 시간을 통해 일상생활에서도 자연스럽게 사용하도록 하였다. 5가지 카드 중에 자신이 최근 경험한 감정이나 자주 경험하는 감정을 카드 중에서 하나를 선택하고 설명하도록 하였다. 지금 여기에서의 자신의 느낌을 솔직하게 표현해 보도록 하였고 교육 내용으로는 느낌은 몸과 마음에서 일어나는 반응으로 필요한 것을 알려주는 경보기로 충족되었는지 그렇지 못한지 알려주는 메신저 역할이라는 것을 인식하도록 하였다.

느낌과 생각을 구별해 보도록 하여 생각은 느낌으로 바꾸어 보고 부부가 서로 상대에게 자주 느끼는 감정을 나누어 보도록 하니 남편들은 대부분 “너무 어깨가 무겁다”이고 아내들은 “외롭다”가 많았다.

본 회기에서 아내는 자신의 감정을 솔직하게 표현하는 반면 남편은 자신의 느낌을 표현하는 것에 상당히 어색하고 쑥스러워 하였다.

“지금 느낌을 표현해 주실 수 있으세요?”라는 질문에 “잘 모르겠다”. 또는 “그럭저럭 이다”.라는 애매한 표현을 하거나 그냥 웃음으로 회피하였다.

남편이 자주 느끼는 감정은 분노나 짜증, 무시감 이고 아내는 불안, 우울등 주로 남편으로 인한 기대감이 좌절됨으로서 오는 감정들이 많았다.

아내의 감정을 잘 인식하지 못하는 남편으로 인해 평상시 아내는 소통의 단절과 외로움을 많이 느끼고 있었다. 반면 남편은 이런 아내의 우울과 의기

소침으로 인해 답답함을 호소하고 이런 것 들이 자신을 무시한다는 생각을 가지며 화로 표현을 하였다.

5회기 관찰내용

도입으로는 과제를 점검하고 부부가 서로의 긍정적 자원을 찾아 서로 나누어보고, 최근에 불편했던 상황이나 감정을 욕구와 연결해 보는 작업을 하였다. 욕구는 사람의 건강한 느낌이며 욕구를 잘 해소 했을 때 더욱 건강한 자아를 만들 수 있다고 말하였다. 우리의 모든 행동이 어떤 욕구를 충족하기 하려는 시도임을 인식하도록 하였고 자신의 욕구를 표현을 해야 상대방이 알 수 있고 진정으로 상대방을 위한다면 상대방의 욕구를 잘 이해하고 같이 해소해줄 필요가 있다고 하였다. NVC의 핵심은 욕구를 자각하고 상대방으로 인한 욕구는 서로 연관이 있기 때문에 상호보완적으로 노력할 필요가 있다고 하였다. 욕구를 충족시키는 수단은 개인, 부부마다 다양하기 때문에 각각의 욕구는 서로 부부가 인식하는 것이 중요하다는 교육을 하였다.

활동으로는 자신의 욕구를 욕구 리스트에서 찾아보고 자신의 필요, 가치, 욕구를 알아보고 어린 시절부터 현재까지 불충분한 내면의 욕구를 살펴보고 서로 나누어보도록 하니 지금 같증 상황이 꼭 상대방 때문은 아니라는 반응들이 나왔다. 전에도 나타났던 불만들이 지금까지 나타난다는 것을 알았다.

마무리로는 여러 장의 욕구카드 속에서 자신이 중요하게 생각하는 욕구와 배우자에게 받고 싶은 욕구를 욕구카드에서 선택하게 하여 자신과 배우자의 욕구를 더욱 명료하게 인식하도록 하였다.

본 회기에서 부부는 마무리 시간에 자신이 받고 싶고 중요하다고 생각하는 욕구를 욕구 카드에서 동일하게 선택하였다. 그것은 존중, 수용, 인정의 욕구로써 부부가 동일하게 매 회기마다 반복하여 드러났다. 특히 아내들은 남편이 자신의 욕구를 무시하고 있다고 생각하면서 욕구충족보다는 자신의 욕구를 들어주고 공감해 주지 않는 태도에서 더욱 좌절감을 느꼈다고 하였다. 이 욕구의 좌절로 인해 비난과 비판의 부정적 대화방식이 악순환하고 있는 것을 보기 시작하였다. 부부는 깨닫기는 하였으나 습관화 된 말을 바꾸기가 쉽지 않다고 하였다. 자동적이고 고정적 언어습관이 변화되기가 쉽지 않음을 공감

해주고 꾸준한 연습과 무엇보다 대화의 스킬보다 자신의 관점의 변화가 더욱 중요함을 강조하며 지지해 주었다. 과제점검으로 다시 서로의 장점을 나누면서 서로 긍정적인 피드백을 강화하였다. 남편은 아내에 대한 칭찬을 거의 하지 못하였으며 아내는 이에 서운해 하였다. 남편은 느낌은 표현하기 힘들어 하였으나 욕구는 비교적 잘 표현하였고, 아내는 욕구를 인식하고 표현하는 것을 힘들어 하였다. 아내는 자신의 욕구를 잘 표현하지 못하면서 남편이 자동적으로 알아주기를 바라는 욕구를 알았고 그 욕구는 ‘바람’이지 표현이 안되는 바람은 결코 상대방의 뜻이 아니라는 것을 알게 하였다.

아내는 섭섭한 마음이 남편이 아닌 자신의 욕구표현 미숙이라는 점과 스스로 만든 기대감에 남편을 넣어 불만을 호소한 것을 알면서 어느 정도 남편을 이해하게 되었다. 또한 남편은 자신의 욕구를 강요에 의해 표현하는 방식을 알게 되었고 욕구란 것이 상대방의 존중과 자연스러운 수용을 통해 해결된다는 것을 알았다. 남편은 좌절된 욕구를 다른 식으로 풀거나 강요가 아닌 부탁으로 표현함으로써 아내는 남편에 대해 공격적으로 받아들이지 않게 되었다.

<p>6회기 관찰내용</p>
<p>강요와 부탁에 대한 구분이 다르고 강요를 했을 때 상대방의 반응 부탁을 했을 때 상대방의 반응을 동영상으로 보여 주었다. 아내들이 많이 호소하는 문제 중 하나인 남편의 명령적인 태도로 인한 무시감이 들면 아내들은 말을 안 해 버린다는 것을 아내들이 역할극 통해 자신의 경험을 이야기하면서 남편들은 헛기침을 하거나 불편을 만지작거리며 당황스러워 하였다. 교육내용과 변화된 내용들을 보면 첫째, 강요와 구별된 부탁(요청)하기를 구별하기, 둘째, 자신의 언어 속에 강요에 의한 자칼 언어를 인식한다. 셋째, 명확한 자기 부탁과 강요와 구별된 부탁을 연습해 보는 것이었다. 비폭력 대화의 관찰, 느낌, 욕구, 부탁의 4단계의 모델을 적용한 예문을 통해 명확한 부탁을 연습하여 부탁과 강요를 구별하도록 하였다.</p> <p>이를 통해 남편들은 상대에게 “~를 좀 해줄래?” “이것을 하지 않았으면 좋겠어” 식으로 연습하도록 하였고 연습을 하면서 익숙하지 않은 말에 대해 남편들은 쑥스러워 하며 웃었고 아내들은 그런 남편을 보며 웃었다. 부탁은 서로의 욕구를 모두 존중하는 것의 중요함을 배우고 상대에게 부탁하고 싶은</p>

것을 NVC의 관찰, 느낌, 욕구, 부탁으로 해보도록 하였다. 연결하여 서로 주고받으면서 자연스럽게 말하게 되고 달라진 표정들과 말투를 느낀 대로 말하는 시간을 가짐으로서 처음으로 상대방에 대한 친찬을 들을 수 있는 시간을 가졌다. 과제로는 상대방에게 부탁하고 싶은 것을 NVC로 표현해 보고 한 주간 동안 배우자의 부탁을 1가지 이상 들어주기를 내주었다.

7회기 관찰내용

본 회기에서 부부는 자신들의 외부나 내부의 자극에 의한 상황을 자칼과 기린의 NVC방식으로 표현해 보면서 특히 남편은 분노의 책임을 아내에게 돌리고 폭력적 언어를 일삼은 자신을 부끄럽게 생각하며 아내에게 진심으로 미안하다는 표현을 하였다.

상대의 행동은 느낌에 대한 자극일 뿐 그 행동을 어떻게 생각, 비판, 해석하느냐는 자신의 생각 안에 분노의 원인이 있다는 것을 배우며 행동만이 폭력이 아니라 자신의 폭력적 언어에 대한 인식과 통찰이 생기면서 언어에 대한 패턴을 다시 한 번 돌아보게 하였다.

분노를 표현하는 단계는 짧은 시간에 해결할 수 없는 부분과 자칫 남편의 분노로 인한 감정 확산이 우려되어 표현연습은 짧게 하고 대신 그 표현이 상대로 하여금 불안감과 상처가 될 수 있다는 부분에 초점을 두었다. 자신의 분노 뒤에는 현재 가지고 있는 문제만이 아닌 해결되지 않는 감정과 충족되지 않은 욕구에 있다는 것을 인식 하게 되었다.

공감하기에서는 공감에 대한 새로운 지식을 배우고 자기 공감, 타인 공감을 경험해 보는 것이다.

첫째, 공감을 방해하는 10가지 방해물을 익히고 그중에 자신은 어떤 장애물을 많이 사용하는지 나누어 보았다.

둘째, 부부가 몸으로 하는 공감, 말로 하는 공감을 새롭게 경험하도록 한다.

셋째, 자기 공감이 무엇인지, 타인 공감을 배우고 경험해 볼 수 있도록 하는 것이었다. 배우자의 말을 감정 이입하며 듣고 NVC로 말하기를 연습해 보았다. 아무 말 없이 서로 눈으로 말하기와, 등을 맞대고 몸을 통하여 하도록 하였다. 몸으로 하는 공감, 말로 하는 공감, 침묵으로 하는 공감을 통해 부부

가 서로 연결되어 있다는 것과 꼭 표현을 통한 것이 아니라 비언어적으로도 공감의 효과를 경험하도록 하였다.

또한 자신의 말에 아무도 주의를 기울이지 않는다는 부분에서는 그 부분을 이야기 하게 하고 상대방이 공감을 통해 치유하고 오해된 생각을 풀게 하였다. 공감적 경청과 반응 연습은 부부 역할극을 해 봄으로 좀 더 직접적인 경험을 하고 느낄 수 있게 하였다.

공격적인 말과 비난의 말들 속에 좌절된 욕구와 필요를 인식하여 연결하는 것을 연습하면서 부정적 언어 표현이 감소하였다. 부부가 서로 눈을 보며 공감해 줄 때 감정을 잘 드러내지 않던 남편이 눈물을 보였다. 이에 아내는 살면서 주로 화만 내는 남편이 눈물을 보이니 남편도 감정이 있고 참고 있었다는 약한 존재라는 라는 걸 느끼며 부부의 정서적 교류가 생기기 시작하였다. 아내는 자기공감이 이루어지기 시작하면서 자신의 내면의 강요가 자신과 타인을 힘들게 한다는 것을 보게 되면서 유연성 있는 사고로 전환하는 계기가 되었다. 7회기부터 적용하기 단계로 비폭력대화의 4가지 요소를 활용하여 공감하기를 방해하는 걸림돌을 찾아보고 자기 공감과 타인을 공감하는 연습을 한다. 집단원이 자신이 속상했던 이야기를 하면 그것을 잘 듣고 자신이라면 어떻게 대처를 했을지 생각해보고 이야기를 나눈다. 그리고 비폭력대화로 분노를 표현하는 방법을 익힌다. 분노를 표현하는 것이 나쁜 행동이 아니라 분노는 자신의 욕구가 채워지지 않아서 올라오는 감정 이라는 것을 인식하게 한다. 자신의 충족되지 못한 욕구를 찾아보고 느낌과 욕구를 함께 이야기 하는 것으로 분노를 표현하는 연습한다.

과제로는 배우자에게 들으면 힘이 나고, 또한 마음이 아픈 말을 5개씩 찾아보도록 하였다. 상대방을 충분히 들어주는 비언어적 공감이 날로 하는 충고, 교육, 지시 언어 보다 훨씬 효과가 있고 비효율적인 언어가 소통보다는 단절을 가져오는 것을 깨달았다.

8회기 관찰내용

도입으로는 지난 한 주간동안 배우자에게 고맙고 감사한 일을 천천히 떠올려 보고 서로 상대에게 듣고 싶은 감사한 것을 적어 보았다.

감사를 NVC 모델(관찰, 느낌, 욕구, 부탁)로 표현해 보도록 하였다.
 부부의 일상에서 일어난 일을 생각하고 한사람씩 NVC 4단계 표현으로 하고
 마지막에는 감사로 끝을 맺을 수 있도록 하였다. 지금까지 배운 비폭력대화의
 원리를 실제 적용하는 시간을 가졌다. 자신이 변화된 점을 집단 원들에게 말
 하는 시간을 통해 그 변화의 각성을 더욱 확고히 하고 문제 해결하는 방법에
 대해서 참여자들의 다양한 경험을 서로 이야기함으로써 간접경험을 통해 문
 제 해결을 배우게 하였다. 마지막으로 자기 자신에게 집중하여 변화되어 가는
 자신과 상대방을 축하 하고 칭찬 하며 감사하는 시간을 가지게 하였다.
 자신과 상대방을 수용 하고 존중하며 종결 후에도 새로운 대화법으로 의사
 소통 하는 것을 지속 하리라는 새로운 다짐과 각오를 직접 작성하게 하였다.
 회기를 마치고 돌아가기 전 부부의 친밀감을 위해 포옹하기를 지도하고, 서로
 포옹하면서 “사랑합니다” 말하도록 하였다. 부부사진과 감사한 것들에 대해
 적어 액자로 만들어 주어 보관하게 하였다.

나. 비폭력대화 프로그램 사전·사후 효과 분석

표 IV-7. 사전·사후 효과 분석

<p> ● 흥부부부 흥부 부부의 갈등은 남편은 아내가 살림을 안 하고 집에도 관심 없다고 하면서 아내는 한국에 돈을 벌러 왔다는 말을 많이 하였다. 아내의 호소는 남편은 왜 저렇게 화만 내고 자신을 싫어하는지 모르겠다고 하였다. 자신의 입장에서는 열심히 하는 거 같은데 남편은 만족을 하지 않는 거 같다고 하면서 베트남 가고 싶다고 하였다. 남편의 일방적 비난과 아내의 일방적 무시로 부정적인 언어와 파괴적 비언어적 의사소통을 주고받는 악순환의 패턴이 연속되고 있었다. 아내를 가르치고 설득하려는 의사소통 방식이 아내에게는 강요로 받아들여져 아내는 이를 무시하고 다시 남편은 자신을 무시한다고 화를 내며 서로 힘겨루기와 자존심 싸움을 하고 있었다. 부부의 일방적 비난, 일방적 무시가 부부의 주요 갈등요소이었다. </p>
<p>사전</p>

남편: 아내는 너무 게을러요. 살림을 하는 건지 마는 건지 모르겠어요. 자기 일만 잤다 오면 잠만 자요. 집안 살림은 엉망이고 내가 하다하다 이젠 지쳤어요 저 여자는 한국에 돈 벌러 온 게 틀림없어요. 돈을 벌면 모두 친정에 보내고 대체 결혼생활이 뭔지도 모르겠어요. 일단 여자가 집에 오면 남편 밥부터 걱정을 하고 차려 줘야 하는 거 아닙니까? 반찬은커녕 밥도 안차려주면 어떻하라는 겁니까?

아내:

아내: 남편은 거짓말을 해요. 남편은 나쁜 사람 이에요. 남편은 화만 내요. 무서워요.

남편: 어휴 답답해 내가 무슨 거짓말이야? 내가 살림을 안 하고 밥 안차려 주잖아. 내가 거짓말 하는 거야 (화를 내며 얼굴이 상기됨)

아내:.....(고개를 돌려버림)

남편: 내가 화를 내게 만들잖아.. 밥도 안주고 청소도 안하잖아

아내: 밥하고 청소해요.

남편: 뭐!! 이게, 어휴 그게 밥 하는 거야? (아내를 노려봄)

부부가 처한 갈등 문제보다도 대화패턴에 중심을 뒀서 집단이 진행되었다. 이런 문제를 가지고 대화를 할 때 상대방을 비난, 평가, 무시하는 부정적인 언어패턴이 비록 상대방이 잘못이라도 해도 상대방을 변화시키는데 전혀 도움이 되지 않고 오히려 방어태세만 가질 수 있다고 강조하였다. 일단은 배우자에 대해 평가하는 부정적 언어를 관찰로만 연습할 수 있도록 하였다. 집단 중기까지 부부는 언어습관이 고정화되어 있어 계속 상대방에 대한 비난을 멈추지 않고 힘겨루기를 하고 있었다. 그러나 계속 관찰과 느낌을 먼저 알고 욕구 인식에 대한 연습과 과제를 통하여 내면의 욕구 결핍과 좌절에 대한 인식을 알게 되었다. 그 욕구 좌절이 더욱 상대방을 비난 하는 패턴으로 간다는 것을 자각함으로써 자신의 욕구를 억압하기 보다는 감정을 느끼며 표현하는 연습을 하였다. 말하기를 할 때 상대에 대한 행동보다는 느낌과 욕구를 연결하여 말하기를 시도하도록 하고 듣기를 할 때 눈을 보며 끝까지 들어주는 연습을 통해 평가와 비난의 말이 감소하기 시작하였다.

“비난이 아닌 느낌만으로 감정 표현을 하니 기분이 어때요?” 라는 질문에

남편: 잘 모르겠는데요....

감정 표현을 하는게 썩스럽고 어색해요. 평상시 해 본적이 없으니까.. 두

렵기까지 한것 같아요. 지금까지 표현하지 않아도 잘살았는데 꼭 이렇게 해야 돼요? 저는 말 많이 하는 사람 싫어해요.

아내: 남편은 표현을 잘 안 해요. 표현을 안 하니 마음을 모르겠어요. 혼자 말을 할 때가 많아요. 남편이 가장 잘 표현하는 감정은 화지요. 그래서 더 상처 받고 대화를 안 하게 되는 것 같아요. 남편이 남이라는 생각이 들고 외롭다는 생각이 요즘 많이 들어요. 그래서 밖에 활동을 많이 하는 것 같고..

한꺼번에 대화패턴을 바꾼다는 것이 힘들기 때문에 우선 남편은 상대를 있는 그대로의 관찰만 가지고 표현하도록 하였다.

남편은 비난, 평가하는 자동적이고 습관적인 대화패턴과 아내는 ‘~해야만 한다.’ 는 당위성이 오히려 갈등을 야기한다는 것을 인지하였다. 평가, 판단을 배제한 있는 그대로 아내를 바라보도록 해보았다. 감정표현 역시 미숙한 점을 연습하도록 하였다.

사후

관찰 느낌과 욕구를 섞어 말할 수 있도록 하였다.

남편: 아내가 집에 들어오면 밥을 안차려줘서 배가 고파요. 집에 들어오면 방이 지저분하게 어질러져 있어요...(중략)..... 집에 들어오면 아내가 밥을 안차려줘서 배가 고파요, 배가 고프면 짜증이 나고 힘들게 일하고 온 나를 생각해주는 맘이 없는 거 같아 서운해요 아내가 밥을 차려주고 청소도 깨끗이 해줬으면 좋겠어요.

아내를 공격, 지시하지 않고 자기언어로 이야기 하니 남편의 목소리 톤과 표정이 달라졌다. 처음엔 관찰과 느낌으로 표현하기가 힘이 들었지만 반복해서 연습을 하니 말이 한결 자연스러워 졌다.

아내는 “남편이 나를 욕하지 않으니 무섭지 않아요”라는 말을 하였다. 남편의 대화가 일차적으로 공격성을 띠지 않고 완화된 걸 느끼면서 안도감과 표정이 밝아지고 미소를 많이 지었다. 인신공격대화 패턴에서 조금 완화된 대화 패턴을 재구성함으로써 상대방 스스로 느끼게 하고 자신도 상대방에게 상처를 주는 말을 하는 것을 인지하게 되었다.

남편: 아내를 너무 내 식으로 판단하고 아내 단점만 보려고 하니 화가 더 많이 난거 같아요. 나의 말투나 행동이 아내에게 위협감을 주는 줄 몰랐어요. 아내의 무대 응이 고집이 세고 나를 무시한다고 생각하고 판단했어요.

아내: 제가 말을 안 한 것은 남편의 비난하는 말 때문에 상처를 받았고 무서워서 그랬어요. 남편이 화를 많이 안내니 너무 편하고 좋아요. 저 역시 남편에게 말을 안 한 것 또한 무시감을 줄 수 있다는 걸 알았어요. 말을 잘 못하지만 표현을 하는 게 좋은 거 같아요.

남편: 식사하고 잘 먹었다는 말이나 고맙다는 말을 잘하지 않았는데 어색하지만 노력하고 표현하고 있어요. (감정표현 노력)

강요나 판단 대신 자신의 감정을 표현하기 시작하였다.

(자기이해와 상대방 이해의 변화)

남편은 기분이 어떠한지 반복 질문에 감정표현이 어색하지만 마음이 좀 편해지는 느낌이 들고 화도 사라지는 거 같다고 하였다.

처음엔 화에 대해 직면하기를 두려워하며 자신의 기분에 대해 물어보는 말에 '모르겠다'는 말로 회피하였고 아내는 일상적인 말 이외에 남편과 정서적 교류가 거의 없는 편으로 우울과 외로움을 밖에서 풀려고 무언가를 배우고 활동하는 것으로 정서적 허기를 채우고, 남편은 아내가 밖으로만 다니고 살림을 소홀히 한다며, 불만을 강하게 표현하며 부부갈등을 증폭시켰다.

자신의 일방적 생각으로 상대방을 판단하는 것은 위험하고 왜곡된 생각이 나중에는 피해의식과 오해를 받을 수 있다는 걸 배우고 그냥 판단이나 지적 없이 있는 그대로 관찰과 나의 느낌만을 표현하는 연습을 해보았다.

아내: 일을 하고 돌아오면 남편은 그냥 눕고 나는 밥해야 해요, 나도 힘들어요. 할 일은 많은데 남편이 도와주지 않으면 짜증나고 화가 나요.(감정표현) 어떨 때는 남편한테는 내가 남보다 못한 존재 같아요. 내가 참 못한 존재같이 느껴져요. 남편은 나를 사랑하지 않아요.(느낌이 아닌 생각).

아내: 남편은 내가 화를 내면 같이 화를 내요. 나를 알아주면 좋은데 남편은 아무 대화도 하지 않고 참 서운해요.(감정 자각)

아내: 남편에게 사랑받지 못한다는 마음이 들고 슬프고 우울해져요.(자기이해)

남편: 제 마음을 감정으로 표현하려고 하니 왠지 쑥스러워요.(감정표현)

제 자신도 감정 표현을 잘 하지 못하는 보면서 좀 놀랐어요.(감정자각)

하지만 그렇게 하려고 노력해야죠. (감정 표현 노력)

남편: 아내만 탓했는데 제 자신도 감정 표현하는 것이 미숙하다는 것을 알게 되면서 허탈하기도 하고 그동안 내가 좀 아내에게 부족한 거 같고 자신을 돌아보게 됐어요. 정신이 드네요.(자기이해)

남편: 아내가 나를 무시한다고 생각했어요. 비웃는 것 같은 생각이 많이 들어요.(느낌이 아닌 생각)

남편은 자신이 감정을 잘 표현하지 못하고 느낌이 아닌 생각으로 아내를 판단하며 화나 상대방의 질타로 표현하고 있다는 것을 알게 되었다.

남편: 당신이 밥을 안차려주니 나를 생각 안 해 주는 거 같았어. 그리고 당신이 떠날까봐 불안한 마음이 있다는 걸 알았어. 그래서 그 불안감이 더 화로 나왔던 거 같아.(솔직한 감정 직면)

부부는 감정자각을 통한 자기인식과 이해가 생기기 시작하였다.

남편: 아내가 밥을 안차려 주는 것이 나를 생각 안하는 것 같고 말을 하지 않는 것이 나를 무시한다고 생각해서 저도 화를 많이 냈어요. 하지만 교육을 받으며 그 이면에 아내가 떠날 것 같은 불안감이 있다는 걸 알았어요. 그 불안감이 있으니까 화를 내지 않아도 될 일에 화를 냈던 거 같고 모든 감정들이 막혀 버렸던 거 같아요. 이것 알았으니 이전 어느 정도 조절과 통제가 되겠죠.

이후 매 회기마다 지금 여기에 감정을 자각하고 표현하여 대화하도록 연습함으로써 남편은 자신의 감정자각과 표현에 조금 자연스러워지면서 의도적으로 아내에게 감사표현을 시도하게 되었다. 자신의 느낌과 욕구를 연결하는 것을 통해 자신이 주로 왜 화를 잘 내는 지를 알아가기 시작했다. 아내는 생각과 느낌을 구별하는 것을 통해 생각을 표현하는 것이 많았는데, 느낌을 몸과 마음의 정서로 연결하기 시작하였다.

서로가 “~ 때문에” 고맙다는 말을 주고받으면서 부정적인 피드백에서 긍정적 에너지와 연결되고 처음의 살벌한 분위기에서 화기애애한 분위기로 갈등이 완화되었다. 남편은 초기의 경직된 모습에서 부드럽고 유연한 모습과 행동을 보였다. 자신도 역시 대화에 문제가 많음을 보게 되었다. 아내 역시 자신의 마음을 들여다보며 느낌과 욕구에 귀 기울이기를 연습하면서 남편의 비난을 공격적으로 받아들이지 않게 되고, 관계가 변화되기 시작한 것 같다고 하였다. 남편은 초기에 NVC로 말한다는 것이 너무 어색하고 자연스럽지 않아서 힘들었다고 한다. 남편은 정서적 억압이 심한 편으로 느낌과 욕구에 대해 둔감하였으며 감정 표현을 거의 하지 않았다.

그래서 부부는 서로 연결되어 있는 유대감과 정서적 교류가 없었으며, 아내는 소외와 단절로 인한 외로움과 우울을 경험하였다. 남편이 감정표현을 하지 않는 이유는 정서적 억압이 습관화 되었고, 자기를 노출시키는 것은 약한 모습이라는 고정관념과 알 수 없는 두려움으로 회피하였다. 이 정도면 괜찮은 남편이라고 자신은 생각했고 자신을 알아주지 않고 만족을 못하는 아내에 행동에 화가 나있었고 그 화를 부정적인 태도나 말로 아내에게 투사를 하였다.

폭력적 행동만이 아니라 무시, 화, 표정, 행동, 제스처 등 존중하지 않는 모든 것이 폭력이라는 것을 알게 되었다. 비난 뒤의 욕구를 보니 아내에게 인정받고 싶어 하는 마음이 얼마나 많은지 알게 되었고 솔직하게 얘기하게 되면서 서로가 원하는 것과 중요한 것이 무엇이지를 보고 듣게 되면서 부부 서로에 대한 이해도가 높아졌다.

● 잉꼬부부

이 부부는 겉으로 들어난 뚜렷한 갈등은 있어 보이지 않았는데 3회기쯤 되서야 불안감을 나타내면서 문제도 들어났다. 아내의 갑작스런 과도한 자학이나 극단적인 행동으로(칼을 들고 죽어버린 다고 함), 인해 남편은 불안감에 아내와의 거리를 두며 조심스러워 하였다. 그동안 남편의 권위적인 태도와 아내의 순종적이 태도가 오히려 갈등을 증폭하다가 갑자기 아내의 불만을 이런 식으로 표현한 것이다.

남편은 아내의 과도한 행동으로 권위적인 행동은 줄어들었지만 아내에 대한 정이 떨어지고 친밀감을 느낄 수 없다고 함. 아내의 행동이 한국정서상 도저히 이해할 수 없다고 하고 너무 불안하다고 함. 아내는 남편에게 표현은 하지 않으면서 남편이 스스로 알아주기를 바램. 헌신하고 봉사하고 참고 사는 자신에 대해 남편이 알아주지 않는다고 호소하였다.

사건

아내는 부지런하고 살림을 잘 하며 조용하고 말을 많이 안하지만 누가 시키지 않아도 스스로 하면서도 ~ 때문에 할 수 없이 ~~해야만 한다.” “~하지 않으면 안 된다.”는 몸에 밴 내면의 강요와 규칙이 많았다. 캄보디아에서 동생들 5명을 부양하고 아픈 엄마를 대신해서 일을 열심히 했지만 일을 하면서

도 항상 ~ 때문에 어쩔 수 없이 일을 한다는 감정이 깔려 있었다.

하지만 캄보디아에 있을 때는 이런 고생을 부모님이나 동네사람들의 칭찬으로 보상을 받음으로서 위로를 삼았지만 여기서는 남편이나 시누이가 그런 보상을 주지 않음으로 인해 인정에 대한 욕구가 강하게 작용하면서 좌절감을 느꼈고 남편의 성향상 권위적인 부분이 많아 노력하는 아내에게 부탁이 아닌 통제나 강요로 표현되어지면서 더욱 스트레스가 증폭되었다.

아내 : 남편은 내가 열심히 하는 대도 쉬라고 하지 않아요. 나는 일만 해요. 밭에 가면 밥 먹고 앉아 있으면 남편이나 시누이가 눈치를 줘요. 그리고 쉬는 날도 주지 않고 어찌다 친구 집에 놀러 갔다 오면 남편은 기분이 나빠져 있어요.

남편: 나는 아내에게 계속 일하라고 강요한적 없어요. 그리고 아내를 위해 열심히 일을 하고 돈도 집에 보내주는데 뭐가 문제인지 모르겠어요. 아내가 무섭습니다. 저 여자와 계속 살아야 하는지 모르겠어요. 아마도 정신과 적인 문제인거 같아요. 저런 극단적인 행동을 하는 게 아무래도 이상해요.

아내: 나도 열심히 일해요. 하지만 내가 꼭 아내가 아닌 가정부 같아요. 나에게 너무 일을 많이 시켜요. 그리고 나에게 너무 명령적 이에요. ~하라~ 하지마라.

남편: “네가 힘들다고 하면 되지 누가 시켰다고 그래? 네가 너무 열심히 하니깐 너 좋아서 열심히 하는 줄 알았지. 네가 애냐? 알아서 쉬고 알아서 놀면 되지.” 왜 내 눈치를 보냐고 !!

아내: 내가 놀면 당신이 싫어하잖아요.

남편: 뭘 싫어해! 어휴~ 내가 어찌라는 건지

아내는 남편의 모든 면을 자기 생각으로 판단을 하며 피해의식을 키우고 있었다. 자기 생각을 사실과 구분 하도록 하기 위해 남편의 말을 그대로 받아들이는 연습을 하였다. 아내 생각이 남편 생각과 같지 않다는 것과 남편에게 느끼는 피해의식이 정말 남편이 눈치를 주는 건지 원래 어릴 적부터 가지고 있었던 건 아닌지에 대해 생각을 하도록 하였다.

그리고 자기느낌으로 표현을 해보라고 하였다. ‘일을 너무 많이 시켜서’에서 ‘일을 스스로 너무 많이 해서’ 로 상대방의 관점이 아닌 자신의 관점으로 해

석하도록 하였다.

남편이 눈치를 주는 것이 아닌 자신이 어릴 적 캄보디아에서 자신이 일을 하지 않으면 동생들이 굶어 죽는다는 책임감과 부모님의 성화로 인해 습득이 되어버린 것도 있다는 것을 인식하게 됨으로서 남편에 대한 피해의식과 원망을 조금씩 내려놓게 되었다. 하지만 보상에 대한 욕구는 남아 있었다.

아내: 나는 남편을 위해 이렇게 노력하는데도 남편은 알아서 먼저 나에게 잘 해준 적이 없어요. 나는 부탁을 하지 못하는 성격이라 먼저 말을 하지 않아요. 돈을 버는 기계 같고 남편이 싫어요.(생각)

남편: 자기표현을 안 하면서 어떻게 내가 알아요? 딱 싫어요. 이해가 안돼요.(비난, 평가)

아내: 나를 일 시키려고 데려 왔어요.(생각, 평가) 남편은 나쁜 사람 이에요.(비난) 남편은 욕하는 다혈질 이에요. 내가 부탁을 하면 분명 거절할거예요(생각, 자기 판단).

남편: 그래서 그런 미친 짓을 한거야? (타인비난) 한국에서는 너처럼 살면 안 돼! 부부는 그러면 안 되는 거야.(옳고 그름, 비난)

아내에게는 자기감정표현 연습과 생각과 사실의 분류를 남편에게는 부탁과 강요의 구별을 교육하였다. 아내는 스스로 만든 자기강요가 많음을 인식하고 자신을 수용하면서 남편이 잘못이 아니라는 것을 알게 하였다. 남편은 아내의 행동에 대해 분노하기보다는 이해하게 되면서 목소리가 낮아지고 말을 하기 보다는 듣는 횟수가 많아졌다. 내면의 ‘~해야 한다’ 는 규칙이 아내 입장에서 불편하게 들릴 수 있고 피해의식을 키운다는 것을 알고 NVC를 부탁으로 연습하게 하였다.

사후

관찰과 느낌을 표현하고 욕구와 감사의 표현이 이어지도록 하였다.

남편: 당신을 이해는 하지만 당신이 칼을 드니까 나는 놀라서 뒤로 넘어졌어. (관찰) 당신이 그런모습을 보니 무서웠고 왜 당신이 그래야만 했는지 이해가 되지 않았고 너무 불안했어.(느낌) 두 번 다시 이런 행동을 한다면 나는 정말 견디지 못할 거 같아.(욕구) 당신이 힘든 일이 있거나 하고 싶은 말이 있으면 쌓여두지 말고 표현 했으면 좋겠어.(부탁)

남편은 평소 표현이 평가가 섞인 말이나 명령식이라는 것을 깨달고 솔직한 자기 느낌 표현을 하면서 마음도 더 너그러워지는걸 느꼈다고 하였다.

일상생활에서 어색하지만 조금씩 연습 해 봐야겠다고 하였다. 아내 또한 자신이 잘못된 생각으로 남편을 바라보지 말고 표현을 안 하면 남편이 모른다는 것과 ‘알아서 해주겠지’ 라는 기대감이 갖지 말아야 겠다는 이야기를 하였다. 결국 좌절은 상대방이 준 것이 아닌 자신이 만든 감정이라는 것을 알고 인식하게 되면서 비난이 줄어들었다.

아내: 남편을 오해하지 않고 이상한 생각이 들면 직접 남편에게 물어 볼 거예요. 혼자 이상한 생각을 많이 해서 혼자 오해 했어요. 남편이 일 시킨다는 이상한 생각이 들면 내가 만든 생각일 뿐이지. 남편과는 관계가 없다고 생각할거예요. (감정 인식과 표현의 변화)

회기가 진행될수록 상대방을 비난하지 않고 자신의 표현에 솔직해지기 시작하였다.

아내 : 난 당신에게 사랑받고 싶고 인정받고 싶어요.(욕구인식)

남편 : 아내가 저렇게 인정욕구가 많은걸 몰랐어요. 알아서 잘하니까 안심했고 표현을 안 해도 아내가 관찬을줄 알았어요. 사실 아내는 부지런하고 일도 잘하거든요. 그런 아내를 왜 이렇게 몰라줬는지 모르지만 나에게도 이해심이 부족하다는 걸 알았어요. 앞으로 아내에게 바라지만 말고 나도 잘해줘야 되겠다는 생각이 들어요.(자기이해)

아내가 칼을 들은 부분에 대해서 남편을 따로 불러 개인 상담을 진행 하였다. 다문화 상담을 하며 아내들이 종종 칼을 들었다는 이야기를 듣는다. 대부분 상대방을 해치려는 것 보다 자신을 향한 자학이 많고 방어기제로 많이 쓴다. 정신적인 문제라기보다는 ‘나를 알아줘’ 라는 메시지가 강하고 타국에 살면서 아무도 자신을 지켜주지 않는 불안감을 가지고 있어 방어수단으로 극단적인 행동을 취하는 거 같다. 칼을 들었다고 싸울 때 마다 반복된 경우는 없었고 그 이후로 더 조심하는 것을 볼 수 있고 간혹 결혼이주여성들이 교육, 환경의 영향과 한국말 표현의 미숙함으로 인해 말을 못하거나 자기를 이해받지 못할 경우 답답함을 해소할 길이 없어 극단적인 행동을 하는 걸 종종 볼 수 있다고 말하자 남편은 “아 그러한 경우도 종종 있군요” 아내가 정신적으로 이상한 줄 알고 앞길이 막막했어요”라고 하였다.

남편은 근본적인 두려움에서 벗어나자 더욱 교육에 적극적으로 임하며 자기 인식과 표현에 나아지는 것을 볼 수 있었다.

남편: 아내에게 하는 말이 명령으로 한말은 아닌데 내 대화패턴이 그런 것이라는 것을 아내가 좀 조심스러워요.(자기이해) 나도 남편으로서 아내에게 존중받고 싶은 마음이 있었어요. 강하게 나가야 하는 줄 알았어요.(욕구 인식)

아내도 나처럼 존중받고 싶고 인정받고 싶었다는 것을 왜 몰랐는지.(자신과 아내의 욕구연결)

아내: 남편에게 잘하고 있다고 칭찬받고 싶어요.(욕구인식, 표현) 나를 조금만 이해해 주고 있는 관심을 가져 줬으면 좋겠어요.(이해욕구)

남편 : 아내는 사랑 욕구가 많은 데 나는 그동안 아내를 너무 몰라 봤던 거 같아요.(자기인식)

남편에게는 아내가 원하는 욕구를 알아차렸으니 일을 하거나 평상시에도 “힘들지” “쉬면서 해 ”라는 관심과 “우리 아내 잘하네”라는 긍정적인 칭찬을 하도록 하였다. 공감에 대한 교육으로 아내는 자신의 내면의 강요를 자기 공감으로 바꾸어서 보는 경험을 하게 되었다. ‘누가 시켜서 하는 게 아닌 내가 스스로 하는 거야’ ‘잘 하고 있어’라고 바뀌서 생각할 수 있도록 하였다.

부부 상담을 신청할 당시, 역기능적 의사소통에서 오는 부부갈등, 가정폭력 문제를 가지고 있었다. 부부가 의사소통 훈련을 통해 대화방식이 바뀌으로써 상대 배우자를 이해하는 관점이 변화되었고, 자신과 상대방에 대해 객관적으로 살피는 여유를 갖게 되었다. 가족관계에서 객관적인 관점을 갖게 됨으로써 자신의 모습을 더 깊이 이해하게 되었고 자신의 관점에서 배우자를 생각하여 비난했는데 프로그램에 참여한 후에는 상대의 관점에서 볼 수 있는 사고의 전환이 생겼음을 알 수 있다.

관찰에 대한 비판적 생각을 알고 비판적인 생각들 뒤에 있는 욕구를 파악한 후 중요한 욕구가 충족 되지 않았을 때를 인식하고 내 마음 안에 화가 아닌 어떤 느낌이 일어나는가를 알게 하였다. 공감과 감사하기에 대한 인식이나 연습시간이 부족해서 안타깝긴 했지만 분노 원인이나 책임을 다른 사람에게 돌리지 않고 먼저 자신을 바라보는 과정을 거치게 함으로서 부부 이해도가 높아지면서 결혼 만족도도 높아졌다.

V. 논의 및 결론

1. 논의

본 연구는 비폭력대화 프로그램을 기초로 결혼위기에 처한 다문화갈등 부부를 대상으로 집단 상담과 교육을 병행하며 그 효과성을 검증하고자 하였다. 본 프로그램의 효과성 검증은 결혼만족도와 부부이해도 측면에서 양적 분석과 질적 분석을 통해 이루어졌다.

프로그램은 8회기로 총 16시간을 나누어 주1회 2시간씩 진행되도록 구성되었으며 비폭력 대화 프로그램의 기본 원리인 관찰, 느낌, 욕구, 부탁, 감사의 단계로 교육과 동시에 집단상담의 원리에 따라 구성원간의 역동적인 상호교류와 지지체계를 형성할 수 있도록 진행되었다. 효과 검증은 갈등을 겪고 있는 실험 집단 15쌍 통제집단 15쌍을 대상으로 사전과 사후검사로 변화를 측정하였고 프로그램을 실시하기 전에 실험집단과 통제집단의 사전 동질성 검사를 실시한 결과 부부이해도와 결혼 만족도의 차이가 나타나지 않아 두 집단이 동질성이 검증되었다. 프로그램 효과는 양적자료와 질적 자료를 활용하여 이루어졌다. 양적자료는 부부이해도 하위요소(의사소통 만족도 부부갈등 대처방법)와 결혼만족도 하위요소로는 (생활만족, 애정, 헌신)에 관한 질문지와 일반적 사항 질문지를 통해 수집되었고, 독립표본 t검증을 통해 이루어졌다. 질적 자료는 프로그램 진행과정에서 축어록, 연구자와 보조진행자의 관찰 내용, 프로그램 활동지, 집단원들간의 피드백 작성일지를 근거로 하위범주화 하여 분석하였다.

이상의 연구에 기초해 몇 가지 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 부부이해도 향상에 미친 효과를 보면, 양적분석에서 실험집단의 남편과 아내는 사전-사후 검사에서 변화를 보였으며, 통제집단의 남편과 아내는 차이를 보이지 않았다.

질적 분석에서는 남편과 아내 모두에게서 회피하거나 배타적, 공격적 자세로 의사소통에 장애가 있었으나 프로그램이 진행되면서 공감과 수용 받는 경험을 하고, 소통의 중요성을 알고 갈등의 상황에서도 회피나 공격이 아닌 자신을 잘 표현함으로써 부부갈등의 완화를 실천하고자 하는 의지를 드러내었다 이와 같은 결과는 비폭력 프로그램 실시 이후 실험집단의 부부이해도가 질적으로 향상되었음을 나타내며, 남편과 아내 모두에게 프로그램의 효과가 있었음을 알 수 있다.

둘째 부부이해도가 높아졌다.

의사소통 방식이 변하고 갈등 대처 방식이 바뀌면서 전체적인 부부이해도에 대한 분석결과 실험집단 부부 와 통제집단 부부 간에 유의한 차이가 나타났다. 즉, 참가집단 부부들이 비 참가집단 부부들에 비해 이해도 변화 정도를 높게 지각한 것으로 밝혀졌다.

집단상담의 초기과정에 대한 분석에서 보면 부부가 서로에게 느끼는 불편한 감정에 대하여 표현을 하지 않고 피상적인 수준에서 상호작용하고 있는 것으로 나타났다. 부부관계에서 나에 대한 배우자의 태도, 즉 배우자가 나를 얼마나 존중 하는 가, 의사소통에서 얼마나 공감해주는가, 얼마나 솔직하게 의사소통하는가에 따라 부부이해도의 차이가 있음을 시사해 준다. 부부관계에서 배우자의 전반적 이해태도의 변화 정도에 대한 분석결과 실험집단 부부와 통제집단 부부 간에 유의한 차이가 나타났다.

질적 분석을 통해 배우자에 대한 존중, 의사소통에서의 공감과 일치성, 갈등대처방법의 각각의 하위영역별로 분석해 봤을 때 집단 상담에 참가한 후에 자신에 배우자에 대한 존중 정도가 향상된 것을 알 수 있었다.

이와 같은 의사소통의 존중과 공감의 결과는 부부의 언어적 장벽으로 인한 다문화 가정의 성격을 가장 잘 반영해주는 특성이기도 하다. 언어적 장벽을 이해한 후에 배우자의 서로 다른 특성에 대하여 비판적인 시각에서 수용적인 태도로 변화된 사실에 의해서도 입증되었다. 즉, 모든 걸 말로 표현하지 않아도 그 전에 배우자를 이해할 수 있는 여유가 생기고 배우자에 대하여 보다 수용적이게 하며 존중하게 되는 것으로 해석할 수 있다.

(효과적인 의사소통 능력 증진)

프로그램에 참여하면서 부부들은 의사소통이 타인을 향한 질서에서 타인을 행한 수용, 나에 대한 수용으로 바뀐 것을 알 수 있었다. 언어뿐만이 아니라 비언어적인 부분에 있어 갈등이 느껴던 목소리, 표정, 제스처가 아닌 한층 부드러워진 표정이나 목소리 그리고 비난이 아닌 느낌전달 방식으로 대화가 이루어지면서 배우자에 대한 긍정적인 감정표현, 부부 사이에 애정표현이 증가되었고, 감정이나 입장을 부부가 서로 이해 수용하는 등의 효율적인 의사소통을 하는 것을 확인할 수 있었다.

집단과정에 대한 내용분석 결과 집단 초기에서 후반기에 갈수록 배우자에 대한 공감적 태도나 반응이 증가되는 것을 알 수 있었고 남편의 경우 공감을 언어

적으로 표현하는데 어려움을 느끼는 반면에 아내들은 표현과 공감의 대화법을 실습한 이후에 언어적 표현이 보다 구체적이 되고 세련되어짐을 확인할 수 있었다. 이 같은 사실은 남편들은 아내의 공감적 태도의 변화를 아내의 언어적 표현을 통해 빨리 지각함에 반해서 아내에 대한 남편의 공감은 언어적으로 전달되고 그것을 아내들이 지각하기까지는 어느 정도 시간이 걸린다는 점을 시사한다.

따라서 남편은 배운 공감기술을 언어적으로 숙달되게 표현할 수 있기까지 프로그램 종료 이후에도 지속적인 훈련의 필요성을 시사해준다.

(부부갈등 대처방식 향상)

표현기술이 어느 정도 익숙해짐에 따라 부부들은 부정적인 감정이나 갈등을 기존 폭언이나 폭력적인 행동으로 표현하던 것을 자신의 감정을 먼저 자각하면서 상대방이 보다 쉽게 수용할 수 있는 형태로 표출함으로써 상대방이 평소와는 다른 공감적인 반응으로 대하면서 부부들은 보다 촉진적인 대화를 하고 갈등 상황을 보다 효과적으로 대처할 수 있는 것으로 나타났다.

세째, 다문화가정 부부의 결혼만족도가 높아졌다.

결혼만족도에 대한 결과를 양적 분석부터 살펴보면 실험집단에서 사전-사후 검사에서 유의미한 변화를 보였으며, 통제집단에서는 남편과 아내 모두 차이를 보이지 않았다. 이러한 결과는 질적 분석에서도 유사하게 이루어졌으며, 갈등 상황이지만 결혼생활을 지속하고자하는 의지를 더 많이 표현하였다. 이와 같은 결과는 비폭력 프로그램 실시 후 실험집단 부부의 결혼만족도가 높아졌음을 나타내며 남편과 아내 모두에게 프로그램의 효과를 나타냈음을 알 수 있다.

비폭력대화 프로그램에 참가한 부부집단의 부부 적응 수준의 변화 정도가 비참여 집단에 비해 통계적으로 유의한 차이가 있는 것으로 나타났다. 이런 결과는 프로그램에 참여하고 나서 부부들의 만족도 수준이 향상되었음을 보여준다.

하위영역을 본다면 생활만족도에서 가장 많은 변화를 보인 반면 애정이나 희생 면에서 특별히 변화를 보이지 않았다. 이유는 사전 검사부터 부부 각각이 자신은 헌신하고 애정을 쏟는다는 응답에 처음부터 높은 점수를 줬기 때문이다.

상대방은 그렇게 생각하지 않지만 본인은 노력하고 희생한다는 생각을 많이 가지고 있었고 이것은 배우자와 상관없이 본인의 잣대로 생각한 결과임으로 소통이 원활하게 이루어지고 있지 않음을 의미 하였다. 이런 제한점을 보완하기 위하여 실시한 질적 분석에서는 부부들의 애정이나 헌신은 변화가 없고 반면 사전에 비해 그것을 배우자가 알아주고 이해해주는 것을 볼 때 애정이나 헌신과 연

결되어 결혼만족도가 증가되었음을 확인되었다.

느낌 전달, 공감 대화를 통하여 부부들은 자신들의 문제를 서로에게 상처를 주거나 싸우지 않고서도 해결할 수 있다는 자신감을 갖게 된 것을 확인할 수 있었고 상대방이 보다 수용적인 태도로 받아줄 것이라는 신뢰감을 쌓으면서 상대방의 신뢰가 결혼에 신뢰로 이어지며 결혼만족도가 높아졌다.

또한 결혼생활에 대한 심층적인 감정들까지 꺼내놓고 나눔으로써 부부의 상호작용의 역동성을 바탕으로 문제 상황에 대하여 상대방을 비난하거나 탓하는 태도에서 자신에게도 어느 정도 책임이 있다는 자기 초점화된 인식을 갖게 된 것으로 나타났다. 이와 같은 자기초점화된 책임의식은 부부관계에서의 변화를 가져오는 전환점인거 같다.

따라서 집단상담 효과에 대한 통계적 분석과 프로그램 진행과정에 대한 내용 분석 결과에 근거하여 본 비폭력대화 프로그램은 부부들의 전반적인 적응수준과 결혼만족도에 기여한 것으로 볼 수 있다. 프로그램 진행과정에 대한 내용분석에서 보면 부부들은 부부관계에서 갈등을 느끼는 문제에 대하여 자신이 원하는 것이나 감정을 솔직하고 구체적으로 배우자와 나누고 공감적인 태도로 상대방을 이해하는 과정을 통하여 갈등이 상당 부분 감소되고 해결되는 것을 확인할 수 있었다.

본 연구 결과를 토대로 선행연구와 비교 논의 하면 다음과 같다.

첫째, 본 프로그램에 참여한 실험집단 부부는 생활만족도면과 의사소통, 갈등 대처 방식에서 좀 더 성숙하게 대처할 수 있게 되었다.

부부관계에서 느꼈던 갈등의 문제에 대하여 객관적인 집단의 장을 통하여 자신이 원하는 감정을 솔직하고 구체적으로 배우자와 나누고 이해를 주고받게 되었다. 이러한 과정을 통하여 자신이 사용하던 방법이 공격이나 회피와 같은 부정적인 방법이었음을 자각하였고, 부부간에 소통을 가로막는 의사표현 방법이었음을 깨닫게 되었다. 이러한 결과는 박남숙 (2001)의 연구에서 결혼만족도, 부부대화, 부부관계의 증진의 결과와 모의회 (2002)의 연구에서 부부 적응, 의사소통의 향상의 결과와도 일치한다. 그 효과성은 일치하지만 모의회, 박남숙의 프로그램이 부부 장점 찾기와 가치 확인하기, 긍정성 찾아주기 등이 밖에서 안으로 향하는 원리 대입이라면 본 비폭력 프로그램에서는 자기탐색, 자기이해, 자기존중에

서 시작하는 즉 안에서 밖으로 향하는 원리에서 갈등해결 방법을 다루도록 구성되어 두 프로그램의 원리는 차별화된다.

둘째 본 프로그램에 참여한 실험집단의 부부는 결혼만족도의 하위요소인 애정 헌신 부분에서는 실험 후 크게 차이가 나지 않았다. 이는 비폭력 대화 프로그램을 일반 부부집단 상담을 실시하여 애정, 성적 친밀감, 자존감이 향상되었다 (모의회, 2002; 서혜석, 2005; 이화자·최연실, 2003)는 연구결과와 차이가 있다. 이러한 결과의 차이는 본 연구의 대상자가 다문화 갈등부부라는 특성도 있지만 결혼만족도는 부부를 떠나 지극히 개인적인 만족감이라는 개념에서도 유래될 수 있다. 본 연구 사례의 부부들은 배우자의 인정과 상관없이 거의 대부분 자신은 애정과 헌신을 다한다고 사전 점수부터 높게 책정했기 때문이다.

셋째, 본 프로그램은 다문화 갈등부부의 의사소통과 갈등 해결 방법에 있어 효과적으로 나온 만큼 결혼이주여성들의 효율적인 의사소통의 변화를 꾀함으로써 자녀 양육에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 앞선 선행연구인 최은경(2006)은 어머니들을 대상으로 비폭력대화를 익히도록 한 결과, 자신의 의사소통 패턴을 인식하여 효율적인 의사소통의 변화를 가져옴으로서 자녀에 대한 언어폭력과 부정적 언어가 감소되었으며 자녀와의 관계도 향상되었다고 보고하였다는 연구에서 시사했듯이 다문화가정 문제 중 하나가 자녀 양육문제가 대두되고 있는 만큼 비폭력 프로그램이 자녀 양육에도 도움을 줄 수 있다는 기대감을 가질 수 있다.

2. 결론

이상의 논의에 기초해 내릴 수 있는 결론은 다음과 같다.

본 연구는 부부갈등과 폭력적인 부부관계와 의사소통에 어려움으로 인해 만성 갈등을 경험하는 부부에게 비폭력대화(NVC)모델을 적용함으로써, 부부의 결혼만족도와 부부이해도 향상에 효과가 있음을 입증하였다.

첫째, 비폭력대화 교육-상담은 부정적 대화 방식을 감소시켰다. 부부갈등이 만성화되어 거의 모든 상호작용을 비난, 평가, 무시하는 부정적 대화방식과 태도가

감소함으로 부부 상호작용에 변화를 가져왔다.

둘째, 비폭력대화는 부부 갈등을 완화시키고 예방할 뿐만 아니라 갈등중재에 효과적임을 입증하였다.

셋째, 부부의 감정 자각과 욕구인식의 향상은 자기이해 및 인식의 확장을 가져왔다. 이로 인해 부부의 정서적 교류와 정서적 유대감의 변화를 주었다.

넷째, 비폭력대화는 상호존중하며 자기마음에서 일어나고 있는 것을 명료하게 인식하고 솔직하고, 진솔하게 주고받는 것을 의미한다. 그러므로 비폭력대화는 감정표현의 향상과 더불어 공감능력까지 향상시키게 됨에 따라, 부부 이해도가 높아지고 아울러 결혼만족도를 높이는데 효과가 있다고 할 수 있다.

집단상담의 전반적 진행과정과 부부 사례별 분석에서 나타난 결과를 볼 때에 부부들은 감정표현을 통해 배우자에 대해 더 가까운 감정을 느끼며 “좋네요” “평상시 들어보지 못한 말투라서, 편안함이 느껴졌다”. “정말 이 사람을 이제야 알았다”.와 같은 감정표현을 하였다. 이런 긍정적인 체험은 감정표현의 중요성에 대한 가치를 인식하게 하며 자신의 필요에 대한 표현과 자기노출, 친밀감을 표현할 수 있도록 고무 시켰다고 할 수 있다. 또한 감정표현의 증가는 부부의 상호작용을 방어적 패턴에서 지지적 패턴으로 변화시킴으로서 갈등에 대하여 상대방을 비난하거나 책임 떠넘기기식의 반응에서 부부가 같이 풀어가야 할 문제로 인식하게 되었다. 특히 아내들에게서 많이 나타나는 기대가 ‘나에게 부족한 부분을 남편에게 기대하는 것’ ‘상대방이 알아줄 때까지 기다리는 것’ ‘내가 표현을 안 해도 남편이 알아 줄 것’ 이라는 것들이 왜곡된 자각이라는 인식을 분명히 심어 줌으로서 오해를 부를 수 있는 상황에서 빠져나올 수 있게 하고 자기 초점화된 책임의식을 가지게 함으로서 갈등예방에 대처하는 방법을 알게 하였다.

다음으로 본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언을 하고자 한다.

첫째, 본 연구는 갈등을 겪는 부부를 대상으로 하여 진행이 되었기 때문에 일반 다문화 가정의 부부관계를 증진시키고 갈등을 예방하는 데 효과가 있는지에 대해서는 입증하지 못하였다. 다문화 가정 특유의 문화적 이질감과 언어적 장벽이라는 기본적 문제점을 안고 있는 것을 볼 때 후속 연구에서는 일반적인 다문화 부부를 대상으로 NVC를 적용하고 그 효과를 규명할 것을 제언한다.

둘째, 교육-집단상담의 이원화된 프로그램으로 진행하다보니 시간상 부족한 부분이 있어 분노와 억압된 감정을 들어내는데 다소 소홀하였다. 자칫 감정을 꺼냈다가 해결하지 못할 것을 우려해서 너무 깊은 심리적인 측면은 들어내는 걸 막았다. 이로 인해 즉각적인 효과는 있지만 해소 하지 못한 심리적 부분으로 인해 또다시 부정적 패턴이 반복될 확률이 많았다. 충분히 감정을 들어내어 감정해결의 변화를 볼 수 있도록 하고 프로그램의 장시간 효과를 위해서 반 구조화된 집단이 아니라 심층적인 집단으로 진행할 것을 제언한다.

셋째, 본 연구에서는 NVC 모델의 단기간의 효과만을 보았으므로 다문화 부부를 대상으로 한 추후 회기를 추가하여 지속적인 효과를 규명할 것을 제언한다.

넷째, 본 연구에 쓰인 결혼만족도 하위영역이 다양한 부분에서 다뤄지지 않아 자칫 한쪽으로 치우친 경향이 있어 결혼만족도를 증명하는데 다소 부족함이 있다. 결혼 만족도 하위영역인 부분을 자존감, 성적 친밀감, 정서적 교감, 경제력 등 좀 더 깊이 있고 다양한 부부관계 영역에서 부부관계 개선을 시도해 볼 것을 제언한다.

다섯째 본 연구는 결혼만족도, 부부이해도 효과면 에서 남녀를 구분하지 않았다. 남녀에 따른 효과면 차이와 이러한 차이가 남녀의 어떤 특성에 기인하는 것인지에 대한 보다 심층적인 분석이 요구된다.

참 고 문 헌

- 고영미(2010). 긍정심리학 기반의 행복 증진 집단상담 프로그램이 아동의 행복감과 우울에 미치는 영향. 서울교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김옥란(2011). 비폭력 의사소통 훈련 프로그램이 배척아동의 자존감과 또래관계에 미치는 효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 김범수(2010). 국제결혼 정책으로 인한 결혼 중개업 시장의 활성화로 인한 문제점 시사 17, 5-39.
- 김덕주(2013). 다문화가정 자녀 교육복지지원제도의 고찰. 사회복지지원학회지, 8(1), 167-187.
- 김선미(2009). 한국의 다문화교육 어떻게 해야 할 것인가. 인하대학교 교육연구소10.
- 김영오(2004). 지방자치단체의 공공서비스에 대한 주민만족도에 영향을 미치는 요인분석. 한국지방자치학회보, 16(3), 67-86.
- 김영주(2010). 결혼이주여성의 자녀출산·양육 정책에 대한 비판적 고찰: 젠더관점과 다문화관점을 중심으로. 한국인구학, 33(1), 51-73.
- 김태성(2008). 사회복지정책 입문. 서울: 청록출판사.
- 김정혜(2009). 다문화 가족 해체 원인 조사에 따른 예방 프로그램기획 및 실제. 경북대학교 대학원 박사학위 논문
- 강상희(2007). 다문화인식과 문화적 능력 배양을 위한 역량강화 프로그램. 한국건강가정 진흥원 보고서
- 구자경(2006). 대학의 교양강좌를 이용한 공감교육 프로그램이 의사소통 및 인간 관계와 치료적 요인 지각에 미치는 효과. 상담학회지, 7(1), 11-26.
- 공성숙(2005). 부부관계 증진 집단 프로그램이 부부의 결혼만족도, 긍정적인 감정, 갈등조정방식, 의사소통 악화요인에 미치는 효과. 대한간호학회지, 35(6), 991-1003.
- 김홍숙(2006). 갈등부부를 위한 부부교육 프로그램 개발. 경남대학교 대학원 박사학위논문.
- 김희진(2004). 결혼 초기 부부관계 향상 프로그램 개발. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 구병모(2011). 우리나라 이민자 사회통합정책 현황 및 개선방안 모색. 한국 행

- 정언어 및 질적 연구학회 추계 학술대회 발표논문. 경북대학교.
- 문순희(2008). **부부갈등 예방과 치유를 위한 부부관계 향상 프로그램 개발 및 효과성**. 연세대학교 대학원 석사학위 논문.
- 박수경(2011). **경청과 탐색을 통한 다문화 부부 관계 개선**. **다문화교육원**
- 박은진(2009). **다문화가족 사례관리 사업 결과 보고서 8(3)**, 20-25.보, 120, 51-55.
- 박현진(2003). **초등학생이 지각한 부모-자녀 간 의사소통과 자아존중감 및 학업 성적과의 관계**. 전북대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 류정현(2011). **결혼이주여성의 삶의 실태조사 연구**. **재외한인연구**, 18, 9-39.
- 선필호(2010). **다문화가정 청소년 복지서비스 전달체계의 원칙과 효과성에 관한 인식 연구**. 명지대학교 대학원 박사학위 논문.
- 설동훈(2005). **외국국적 동포의 노동시장 분석**. **재외한인연구**, 17, 5-39.
- 송정미(2008). **비폭력 의사소통 프로그램의 효과연구: 초등학생의 대인관계, 의사소통능력, 공감능력을 중심으로**. 중앙대학교 대학원 석사학위 논문
- 송정미(2007). **의사소통 공감능력 프로그램 중 '공감하는 법'연구**. 계명대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신우승(2008). **긍정심리 집단상담 프로그램이 청소년의 자아존중감, 행복감 향상에 미치는 효과 검증**. 전북대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이민식(2005). **비폭력대화에 대하여**. [http://www. change.re.kr](http://www.change.re.kr)
- 이민식(2009). **마음 챙김과 공감, 비폭력대화**. **CHANGE 기초과정 워크샵 교재(V7.1)**.
- 이민자(2010). **비폭력프로그램이 어머니의 자아존중감 및 의사소통에 미치는 효과**. 전남대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 이은아(2006). **Rosenberg의 비폭력 의사소통 훈련 프로그램이 배척아동의 자존감과 또래관계에 미치는 효과**. 경성대학교 대학원 석사학위 논문.
- 유혜옥(2008). **부부갈등이 자녀인성 및 가족생활에 미치는 영향**. 이화여자 대학교 대학원 석사학위 논문
- 이화연(2005). **부부갈등 극복과 이혼위기 극복에 관한 연구**. 상명대학교 정치경영대학원 석사학위 논문.
- 이화자(2009). **경험적 부부 집단치료 프로그램의 개발과 효과성 검증 : Satir 성**

- 장 모델과 비폭력대화(NVC)모델의 통합. 성균관대학교 일반대학원 박사학위 논문.
- 유 옥(2010). **결혼만족도 증진을 위한 신혼기 부부의사소통 교육 프로그램 개발과 효과검증**. 서울여자대학교 대학원 박사학위 논문
- 이경성·한덕웅(2001). 부부관계에서 배우자 행동의 귀인이 결혼만족과 이혼 외도에 미치는 영향, **한국심리학회 : 사회 및 성격**, 15(2), 41-64.
- 이은아(2012). **비폭력대화 교육-상담이 만성갈등을 경험하는 부부의 의사소통 향상에 미치는 효과**. 단국대학교 대학원 석사학위 논문.
- 이혜경(2009). 다문화가족 지원정책의 유형화에 관한 연구. **한국가족복지학**, 25, 147-166.
- 유석란(2012). **게임놀이를 활용한 비폭력 대화프로그램**. 경북대학교 대학원 박사학위 논문
- 유정혜(2013). **“비폭력대화(NVC)의 도덕교육적 함의”**경성대학교 대학원 박사학위 논문.
- 유옥(2010). **결혼만족도 증진을 위한 신혼기 부부의사소통 교육 프로그램**. 경성대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이화연(2005). **부부갈등 극복과 이혼위기 극복에 관한 연구**. 전북대학교 대학원 박사학위 논문.
- 이유영(2009). 분노조절을 위한 부부의 효과적인 의사소통 방법. **부부학연구**, 11(3), 321-337.
- 조성원(2002). 국제결혼 부부관계에서 오는 갈등이 한국사회에 미치는 영향과 정책적 방안 연구. **다문화 정책학**, 30(1), 61-70.
- 윤인진(2007). 국가주도 다문화주의와 시민주도 다문화주의. **한국적 다문화주의의 이론화**. 동북아시아위원회. 사학위 논문.
- 정경희(2008). **부부의사소통을 위한 비폭력대화 프로그램 사례연구**. 평택대학교 대학원 석사학위 논문.
- 주성훈(2010). 다문화가족지원사업 문제점과 개선과제, **국회예산정책처**.
- 조성욱·신효식(2001). 국제결혼의 실태와 타문화 이해교육, **다문화가족 관련법 학회지**
- 정경진(2010)의 ‘비폭력대화 훈련프로그램에서 ‘집단의 시작’, 영남대학교 대학원 박사학위 논문


- 최외숙,손현숙(1991). 다문화 복지정책의 문제점을 기반으로 한 시사점, **추계학술대회발표 학회지 26(6)**, 16-25.
- 최은경 (2006). **비폭력 대화프로그램의 의사소통효과**.선문대학교 석사학위 논문.
- Denzin, N.(1989). The research art: A theoretical introduction to socio logical method(3rd Eds). New Jersey: Prentice Hall.
- Giorgi, A.(2003). Giorgi의 현상학적 연구방법 워크샵 자료집 (2003), 12월 12-13일, 이화여자대학교 SK텔레콤관.
- Morse J. M. & Field P. A. (1995). Qualitative Research Methods for Health Professionals. Thousand Osk: Sage.
- Buss, W. H. & Durkee, A (1957). An inventory for assessing different kings of hostility. *Journal of Consulting Psychology*, 21, 343-349.
- Harvey, O. J.(1961). *Conceptual Systems and Personality Organization*. Harper & Row.
- Ikechukwu Nathaniel Okonkwo(2007). *Non-Violent Conflict Resolution In Our Home*. Cairo, Egypt : Cairo Univ. Press.
- Blake, Susan M.(2002). A step toward violence prevention: "Non-Violent Communication" as part of a college curriculum. Master of Arts. Florida Atlantic University
- Rosenberg, M. B.(2009). **비폭력대화**(캐서린 한 역). 서울: 바오출판사.
- Rosers, C. R. (1951). *Client-Centered therapy*. Boston:Houghton Mifflin.
- Steckall, D. S.(1994). *Compassionate communication traning and levels of participant empathy and self-compassion*. Doctor of Philosophy. United States international University.
- Vygotsky. L. S.(1978). *Mind in Society: The developement of higher psychological processers*. Cambridge, MA:Harvard University Press.
- Werth, J. V. (1985). *Vygotsky and the social formation of mind*.Cambridge, M.A: Harvard University Press.

기 타 자 료

- 교육과학기술부(2012). 다문화가정 학생통계자료.
- 교육인적자원부(2006). 결혼이민자 가족 사회통합 지원대책 자료,
<http://www.president.go.kr>
- 국가통계포털(2009). 인구동향조사. <http://www.kosis.kr>
- 법무부(2006). 「외국인정책 관련 환경변화 미래예측 보고서」
- 법무부(2006). 「외국인정책 기본방향 및 추진체계」.
- 법무부(2011). 체류외국인 현황. <http://moj.go.kr>
- 보건복지부(2007). 「국제결혼 이주여성실태조사 및 보건 복지지원 정책방안」.
- 보건복지부(2005). 2005국제결혼 이주여성 실태조사 및 보건·복지지원 정책방안.
- 보건복지부(2010). 2009 다문화가족지원센터 사업결과보고서.
- 보건복지부(2011). 2010 다문화가족지원센터 사업결과보고서.
- 보건복지부(2012). 2011 다문화가족지원센터 사업결과보고서.
- 부산광역시 다문화가족. <http://multi.busan.go.kr>
- 여성가족부(2009). 다문화가족지원 지원현황.
- 여성가족부(2010). 다문화가족지원 지원현황.
- 여성가족부(2011). 다문화가족지원 지원현황.
- 여성가족부(2012). 다문화가족지원 지원현황.
- 통계청(2009). 인구조사 통계자료.
- 통계청(2012). 인구조사 통계자료.
- 통계청(2012). 혼인통계 결과. <http://www.kostat.go.kr>
- 이주여성긴급지원센터(2011) 이주여성상담분석과 인권실태
- 한국일보(2012).국제결혼중개업체 관리 ‘난맥상’, 한국일보 2012년 11월11일.

<Abstract>

Effect of Non-violence Conversation Program on Married Couple's Mutual Understanding & Marriage Satisfaction Among Multicultural Married Couples


Department of Counseling Psychology
Graduate School of Education
Jeju National University
Advisor: Kim Seong-bong

The objective of this study was to examine whether the non-violence conversation program had an effect on the improvement of married couple's mutual understanding and marriage satisfaction in multicultural families who experienced the conflict. For that, the following research issues were set:

(Research Issue 1) Is the non-violence conversation program effective in increasing the married couple's mutual understanding in multicultural families, raising the communication satisfaction level and improving the method of response to marital conflict which belong to the subdomain?

(Research Issue 2) Is the non-violence conversation program effective in raising the marriage satisfaction level in multicultural families and increasing the life satisfaction, affection, and sacrifice which belong to the subdomain?

The subjects of this study were divided into the experiment group consisting of 7 voluntary married couples who had the desire to participate in the experiment and 8 married couples who participated upon the recommendation and the control group comprised of 15 married couples who did not want to participate in the experiment among about 50 married couples who received

the counseling from this center for reason of marital conflict and discord.

To measure the marriage satisfaction, this study used the measurement tool used in the study by Lee Gyeong-seong and Hang Deok-woong(2001). For the tool to measure the married couple's mutual understanding, the communication method test used the measuring tool which had been developed by Bienvenu(1970) and validated by Kim Jin-hee(1998) while the marital conflict response method test used the tool that had been developed by Porter &O'Leary (1980) and translated by Lee Joo-gyeong(1999).

The non-violence conversation program was restructured by this researcher by referring to the 'Non-violence Conversation' translated by Catherine Han(2008) based on the non-violence conversation(NVC) model of Rosenberg(2003) and 'Conversation in Need' created by Park Hyeon-jin(2007) based on the lectures of Lucy Liu(2008).

The non-violence conversation program was implemented in 8 sessions with each session lasting 120 minutes. To validate the effect of program, independent t-test was conducted.

Moreover, the analysis was performed based on the observations by this researcher, along with the activity sheets for each session of program, pre and post-investigation, satisfaction survey, testimonials after the completion of program, etc., in order to conduct the qualitative analysis examining the effect of non-violence conversation program.

The results of quantitative analysis on married couple's mutual understanding suggested that the husbands and wives in the experiment group exhibited significant difference in pre and post-test while the husbands and wives in the control group did not exhibit any difference.

Specifically, the results of qualitative analysis showed the intention of married couples to mitigate the conflict based on acknowledgement of the importance of communication by articulating themselves effectively even in the midst of conflict without eluding the situation or resorting to violence. Such results imply a qualitative improvement of married couple's mutual understanding in the experiment group after the implementation of the non-violence program, and also suggest that such program was effective on both husband and wife.

The results of quantitative analysis on marriage satisfaction showed that the husbands and wives of the experiment group exhibited significant change in pre and post-test while the husbands and wives of the control group did not exhibit any difference. Such results were similar to the findings of qualitative analysis, and suggested greater intention to sustain the marriage life even in the midst of conflict situations. Those results showed an improvement in marriage satisfaction among the married couples of the experiment group after the implementation of non-violence conversation program, and suggest that the program was effective on both husband and wife.

Based on aforesaid results, the non-violence conversation program was found to be effective in increasing the married couple's mutual understanding and marriage satisfaction among multicultural married couples. Thus, this study is meaningful in that it restructured and presented the non-violence conversation program and validated the effectiveness of such program conducive to increasing the married couple's mutual understanding and marriage satisfaction among multicultural married couples who experience conflicts, thereby mitigating the conflict and ensuring effective response to conflict situations, ultimately helping them lead healthy family lives.

부록1. 설문지-(아내용)

* 본 조사는 통계법 제 13조 및 제 14조에 의거 비밀이 보장되며 통계자료 목적 이외에는 사용하지 않습니다.

비폭력대화 프로그램이 다문화가정 부부이해도와 결혼만족도에 미치는 영향

안녕하십니까?

바쁘신 중에도 시간을 내어주셔서 대단히 감사드립니다.

본 설문조사는 「비폭력대화 프로그램이 다문화가정 부부이해도와 결혼만족도에 미치는 영향」을 알아보기 위한 설문조사로써 귀하께서 응답하신 모든 내용은 학술적인 목적으로만 사용되며 무기명으로 처리되어 오직 통계자료로만 활용됨을 약속드립니다.

귀하의 의견은 본 연구에 소중한 자료로 사용되오니, 평소 본인 생각과 가장 가까운 답을 솔직하게 체크해주시고 적극적으로 협조해 주시면 많은 도움이 되겠습니다.

감사합니다.

2013년 5월

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

연구자 강미숙

I

다음은 결혼생활만족도에 대한 관한 질문입니다.
 해당항목에 √ 표기를 해주십시오.

	문항 내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	나의 결혼생활은 불행하다	①	②	③	④	⑤
2	나는 현재 결혼생활에 만족한다	①	②	③	④	⑤
3	결혼생활을 통해서 내가 바라던 것들이 충족되었다	①	②	③	④	⑤
4	나는 배우자와 결혼한 것을 후회한다	①	②	③	④	⑤
5	우리 부부는 신체적 애정접촉이 별로 없다	①	②	③	④	⑤
6	내 배우자의 행복이 곧 나의 행복이다	①	②	③	④	⑤
7	우리 부부는 서로 애정표현을 잘하는 편이다	①	②	③	④	⑤
8	나는 배우자와 떨어져 있으면 허전하게 느낀다	①	②	③	④	⑤
9	나는 결혼한 후 배우자와 자식들에게 헌신적이었다	①	②	③	④	⑤
10	나는 배우자와 미운정 고운정이 들어서 헤어지기 어렵다	①	②	③	④	⑤
11	나는 결혼생활을 유지하기 위해서 많은 희생을 감수했다	①	②	③	④	⑤
12	나는 결혼관계를 지속해야 한다는 의무감이 있다	①	②	③	④	⑤

II

다음은 부부 이해도에 관한 질문입니다. 귀하의 의견과 일치하는 수준에
 √ 표기를 해주십시오.

	문항 내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	배우자와 마주 앉아서 이런 저런 이야기를 한다.	①	②	③	④	⑤
2	배우자에게 당시의 진실한 느낌을 표현하는 것이 어렵다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
3	배우자와 나누는 대화가 편안하고 유쾌하다.	①	②	③	④	⑤
4	배우자가 자신의 느낌을 드러내지 않는 경향이 있다.	①	②	③	④	⑤
5	배우자는 당신이 말하는 것을 경청한다.	①	②	③	④	⑤
6	배우자는 자신의 말을 먼저 하기 위해 당신의 말을 중간에서 끊는다.	①	②	③	④	⑤
7	배우자의 감정 상태를 이해하기 어렵다.	①	②	③	④	⑤
8	배우자는 대화를 많이 독점한다.	①	②	③	④	⑤
9	당신은 배우자에게 자신이 화 나 있음을 알려준다.	①	②	③	④	⑤
10	문제를 의논할 때, 배우자는 당신의 생각이나 견해를 늘 이해해준다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
	부부 사이에 어떤 문제가 생겼을 때	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
11	우리 부부는 모두 문제를 들추려고 하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 문제를 피하려고 하고, 배우자는 문제를 의논하려고 한다.	①	②	③	④	⑤
13	배우자는 문제를 회피하려고 하고, 나는 문제를 의논하려고 한다.	①	②	③	④	⑤
	문제에 대해 의논할 때	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
14	우리는 서로 비난하고 책임을 추궁하고 화를 낸다.	①	②	③	④	⑤
15	우리는 서로 자신의 감정을 표현한다.	①	②	③	④	⑤

문항 내용		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
16	우리는 서로 가능한 대안과 방법을 제시한다.	①	②	③	④	⑤
17	나는 문제에 대하여 의논하고 싶지 않아 말없이 있으려고 하면, 나의 배우자는 잔소리를 하고 나를 힘들게 한다.	①	②	③	④	⑤
18	나의 배우자가 문제에 대하여 의논하고 싶지 않아 말없이 있으려고 하면, 나는 잔소리를 하고 배우자를 힘들게 한다.	①	②	③	④	⑤
문제에 대하여 의논이 끝났을 때		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
19	우리는 모두 배우자의 입장에 대해 공감하게 된다.	①	②	③	④	⑤
20	우리는 의논이 끝나고 서로 멀어진다.	①	②	③	④	⑤
21	우리는 모두 문제가 잘 해결된 것 같이 느낀다.	①	②	③	④	⑤
22	의논이 끝나면 우리는 모두 배우자에게 더 잘해주려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤

III	다음은 가정생활과 사회생활에 관한 질문입니다. 해당항목에 √ 표기를 해주십시오.
-----	---

**** 시대 및 친정 부모와의 관계**

1. 지난 두 달 동안 시대 부모 및 가족들과 서로 연락을 하거나 함께 모임을 가진 적이 얼마나 됩니까?

- ① 전혀 없다 ② 1-2번 정도 ③ 3-4번 정도 ④ 5번-6번 정도 ⑤ 7번 이상

2. 시대 부모 및 가족들과의 관계에서 어려움이 있었습니까?

- ① 전혀 없었다 ② 약간 있었다 ③ 보통이다 ④ 꽤 많았다 ⑤ 아주 많았다

3. 지난 두 달 동안 친정 부모 및 가족들과 서로 연락을 하거나 함께 모임을 가진 적이 얼마나 됩니까?

- ① 전혀 없다 ② 1-2번 정도 ③ 3-4번 정도 ④ 5번-6번 정도 ⑤ 7번 이상

4. 친정 부모 및 가족들과의 관계에서 어려움이 있었습니까?

- ① 전혀 없었다 ② 약간 있었다 ③ 보통이다 ④ 꽤 많았다 ⑤ 아주 많았다

**** 친구관계**

5. 현재 가깝게 지내는 친구가 몇 명이나 됩니까?

- ① 전혀 없다 ② 1-2명 정도 ③ 3-4명 정도 ④ 5-6명 정도 ⑤ 7명 이상

6. 최근 두 달 동안 친구들을 만났을 때, 마음이 서로 통할 만큼 친밀한 관계를 맺는 데 어려움이 있었습니까?

- ① 전혀 없다 ② 1-2번 정도 ③ 3-4번 정도 ④ 5번-6번 정도 ⑤ 7번 이상

7. 최근 두 달 동안 친구들과의 관계에서 얼마나 만족을 느끼십니까?

- ① 매우 불만족스럽다 ② 약간 불만족스럽다 ③ 보통이다
④ 꽤 만족한다 ⑤ 아주 만족한다

8. 최근 두 달 동안 친구들과의 관계에서 불편함을 느끼셨습니까?

- ① 전혀 느끼지 않았다 ② 약간 느꼈다 ③ 꽤 느꼈다
④ 꽤 느꼈다 ⑤ 많이 느꼈다

IV **다음은 귀하와 관련된 일반적 사항에 관한 질문입니다.**
해당항목에 √ 표기를 해주십시오.

문	항	응답
1	국적	① 필리핀 ② 베트남 ③ 중국 ④ 우즈베키스탄 ⑤ 러시아 ⑥ 캄보디아 ⑦ 기타()
2	연령	① 20대 ② 30대 ③ 40대 ④ 50대 이상
3	귀하의 학력	① 중학교 졸업 ② 고등학교 졸업 ③ 대학교 졸업 ④ 대학원 이상 ⑤ 무 학력
4	직장 경력	① 1-6개월 미만 ② 6개월-1년 미만 ③ 1-2년 미만 ④ 2-3년 미만 ⑤ 3-5년 미만 ⑥ 5년 이상
5	귀하의 개인소득 (직장 생활자에 한함)	① 100만원 미만 ② 100만 원 이상~ 200만원 미만 ③ 200만 원 이상 ~ 300만원 미만 ④ 300만 원 이상 ~ 400만원 미만 ⑤ 400만 원 이상
6	고용형태	① 아르바이트 ② 정규직 ③ 계약직(비정규직) ④ 기타 ()
7	전체 가족의 소득	① 100만원 미만 ② 100만 원 이상~ 200만원 미만 ③ 200만 원 이상 ~ 300만원 미만 ④ 300만 원 이상 ~ 400만원 미만 ⑤ 400만 원 이상
8	종교유무	① 있다 ② 없다
9	직업형태	① 회사원 ② 학생 ③ 노동자(공장근로자) ④ 주부 ⑤ 판매/영업직 ⑥ 학원 강사/학교 강사 ⑦ 기타()
10	이주경로	① 가족친지소개 ② 친구소개 ③ 결혼중개업체소개 ④ 종교단체 소개 ⑤ 직장/스스로 ⑥ 기타()
11	주거지역은?	① 도시지역 ② 읍지역 ③ 면지역

-설문에 응해주셔서 대단히 감사합니다-

부록2 설문지-(남편용)

* 본 조사는 통계법 제 13조 및 제 14조에 의거 비밀이 보장되며 통계자료 목적 이외에는 사용하지 않습니다.

비폭력대화 프로그램이 다문화가정 부부이해도와 결혼만족도에 미치는 영향

안녕하십니까?

바쁘신 중에도 시간을 내어주셔서 대단히 감사드립니다.

본 설문조사는 「비폭력대화 프로그램이 다문화가정 부부이해도와 결혼만족도에 미치는 영향」을 알아보기 위한 설문조사로써 귀하께서 응답하신 모든 내용은 학술적인 목적으로만 사용되며 무기명으로 처리되어 오직 통계자료로만 활용됨을 약속드립니다.

귀하의 의견은 본 연구에 소중한 자료로 사용되오니, 평소 본인 생각과 가장 가까운 답을 솔직하게 체크해주시고 적극적으로 협조해 주시면 많은 도움이 되겠습니다.

감사합니다.

2013년 5월
제주대학교 교육대학원 상담심리전공
연구자 강미숙

1

**다음은 결혼생활만족도에 대한 관한 질문입니다.
해당항목에 √ 표기를 해주십시오.**

	문항 내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	나의 결혼생활은 불행하다	①	②	③	④	⑤
2	나는 현재 결혼생활에 만족한다	①	②	③	④	⑤
3	결혼생활을 통해서 내가 바라던 것들이 충족되었다	①	②	③	④	⑤
4	나는 배우자와 결혼한 것을 후회한다	①	②	③	④	⑤
5	우리 부부는 신체적 애정접촉이 별로 없다	①	②	③	④	⑤
6	내 배우자의 행복이 곧 나의 행복이다	①	②	③	④	⑤
7	우리 부부는 서로 애정표현을 잘하는 편이다	①	②	③	④	⑤
8	나는 배우자와 떨어져 있으면 허전하게 느낀다	①	②	③	④	⑤
9	나는 결혼한 후 배우자와 자식들에게 헌신적이었다	①	②	③	④	⑤
10	나는 배우자와 미운 정 고운정이 들어서 헤어지기 어렵다	①	②	③	④	⑤
11	나는 결혼생활을 유지하기 위해서 많은 희생을 감수했다	①	②	③	④	⑤
12	나는 결혼관계를 지속해야 한다는 의무감이 있다	①	②	③	④	⑤

II

다음은 부부이해도에 관한 질문입니다. 귀하의 의견과 일치하는 수준에
 √ 표기를 해주십시오.

	문항 내용	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	배우자와 마주 앉아서 이런 저런 이야기를 한다.	①	②	③	④	⑤
2	배우자에게 당시의 진실한 느낌을 표현하는 것이 어렵다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
3	배우자와 나누는 대화가 편안하고 유쾌하다.	①	②	③	④	⑤
4	배우자가 자신의 느낌을 드러내지 않는 경향이 있다.	①	②	③	④	⑤
5	배우자는 당신이 말하는 것을 경청한다.	①	②	③	④	⑤
6	배우자는 자신의 말을 먼저 하기 위해 당신의 말을 중간에서 끊는다.	①	②	③	④	⑤
7	배우자의 감정 상태를 이해하기 어렵다.	①	②	③	④	⑤
8	배우자는 대화를 많이 독점한다.	①	②	③	④	⑤
9	당신은 배우자에게 자신이 화 나 있음을 알려준다.	①	②	③	④	⑤
10	문제를 의논할 때, 배우자는 당신의 생각이나 견해를 늘 이해해준다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
	부부 사이에 어떤 문제가 생겼을 때	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
11	우리 부부는 모두 문제를 들추려고 하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 문제를 피하려고 하고, 배우자는 문제를 의논하려고 한다.	①	②	③	④	⑤
13	배우자는 문제를 회피하려고 하고, 나는 문제를 의논하려고 한다.	①	②	③	④	⑤
	문제에 대해 의논할 때	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
14	우리는 서로 비난하고 책임을 추궁하고 화를 낸다.	①	②	③	④	⑤
15	우리는 서로 자신의 감정을 표현한다.	①	②	③	④	⑤

문항 내용		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
16	우리는 서로 가능한 대안과 방법을 제시한다.	①	②	③	④	⑤
17	나는 문제에 대하여 의논하고 싶지 않아 말없이 있 으려고 하면, 나의 배우자는 잔소리를 하고 나를 힘 들게 한다.	①	②	③	④	⑤
18	나의 배우자가 문제에 대하여 의논하고 싶지 않아 말없이 있으려고 하면, 나는 잔소리를 하고 배우자 를 힘들게 한다.	①	②	③	④	⑤
문제에 대하여 의논이 끝났을 때		전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
19	우리는 모두 배우자의 입장에 대해 공감하게 된다.	①	②	③	④	⑤
20	우리는 의논이 끝나고 서로 멀어진다.	①	②	③	④	⑤
21	우리는 모두 문제가 잘 해결된 것 같이 느낀다.	①	②	③	④	⑤
22	의논이 끝나면 우리는 모두 배우자에게 더 잘해주 려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤

IV	다음은 가정생활과 사회생활에 관한 질문입니다. 해당항목에 √ 표기를 해주십시오.
----	---

**** 시댁 및 친정 부모와의 관계**

1. 지난 두 달 동안 시댁 부모 및 가족들과 서로 연락을 하거나 함께 모임을 가진 적이 얼마나 됩니까?

- ① 전혀 없다 ② 1-2번 정도 ③ 3-4번 정도 ④ 5번-6번 정도 ⑤ 7번 이상

2. 시댁 부모 및 가족들과의 관계에서 어려움이 있었습니까?

- ① 전혀 없었다 ② 약간 있었다 ③ 보통이다 ④ 꽤 많았다 ⑤ 아주 많았다

3. 지난 두 달 동안 친정 부모 및 가족들과 서로 연락을 하거나 함께 모임을 가진 적이 얼마나 됩니까?

- ① 전혀 없다 ② 1-2번 정도 ③ 3-4번 정도 ④ 5번-6번 정도 ⑤ 7번 이상

4. 친정 부모 및 가족들과의 관계에서 어려움이 있었습니까?

- ① 전혀 없었다 ② 약간 있었다 ③ 보통이다 ④ 꽤 많았다 ⑤ 아주 많았다

**** 친구관계**

5. 현재 가깝게 지내는 친구가 몇 명이나 됩니까?

- ① 전혀 없다 ② 1-2명 정도 ③ 3-4명 정도 ④ 5-6명 정도 ⑤ 7명 이상

6. 최근 두 달 동안 친구들을 만났을 때, 마음이 서로 통할 만큼 친밀한 관계를 맺는 데 어려움이 있었습니까?

- ① 전혀 없다 ② 1-2번 정도 ③ 3-4번 정도 ④ 5번-6번 정도 ⑤ 7번 이상

7. 최근 두 달 동안 친구들과의 관계에서 얼마나 만족을 느끼십니까?

- ① 매우 불만족스럽다 ② 약간 불만족스럽다 ③ 보통이다
④ 꽤 만족한다 ⑤ 아주 만족한다

8. 최근 두 달 동안 친구들과의 관계에서 불편함을 느끼셨습니까?

- ① 전혀 느끼지 않았다 ② 약간 느꼈다 ③ 꽤 느꼈다
④ 꽤 느꼈다 ⑤ 많이 느꼈다

III **다음은 귀하와 관련된 일반적 사항에 관한 질문입니다.
해당항목에 √ 표기를 해주십시오.**

문	항	응답
1	연령	① 20대 ② 30대 ③ 40대 ④ 50대 이상
2	귀하의 결혼 형태는?	① 재혼 ② 초혼
3	귀하의 학력	① 중학교 졸업 ② 고등학교 졸업 ③ 대학교 졸업 ④ 대학원 이상 ⑤ 무 학력
4	직장 경력	① 1-6개월 미만 ② 6개월-1년 미만 ③ 1-2년 미만 ④ 2-3년 미만 ⑤ 3-5년 미만 ⑥ 5년 이상
5	귀하의 개인소득 (직장 생활자에 한함)	① 100만원 미만 ② 100만 원 이상~ 200만원 미만 ③ 200만 원 이상 ~ 300만원 미만 ④ 300만 원 이상 ~ 400만원 미만 ⑤ 400만 원 이상
6	고용형태	① 아르바이트 ② 정규직 ③ 계약직(비정규직) ④ 기타 ()
7	전체 가족의 소득	① 100만원 미만 ② 100만 원 이상~ 200만원 미만 ③ 200만 원 이상 ~ 300만원 미만 ④ 300만 원 이상 ~ 400만원 미만 ⑤ 400만 원 이상
8	종교유무	① 있다 ② 없다
9	직업형태	① 회사원 ② 학생 ③ 노동자(공장근로자) ④ 주부 ⑤ 판매/영업직 ⑥ 학원 강사/학교 강사 ⑦ 기타()
10	이주경로	① 가족친지소개 ② 친구소개 ③ 결혼중개업체소개 ④ 종교단체 소개 ⑤ 직장/스스로 ⑥ 기타()
11	주거지역은?	① 도시지역 ② 읍지역 ③ 면지역

-설문에 응해주셔서 대단히 감사합니다-

부록 3. -회기별 관련 선행연구 및 재구성 내용

프로그램의 각 회기별 재구성 내용

단계	회기	선행연구참고	목표	재구성 교육내용
1단계	1	▶정경진(2010)의 ‘비폭력대화 훈련프로그램에서 ‘집단의 시작’ 김옥란(2011)의 “나의목표”활동지	인사 및 소개 참여 동기 높이기	▶사전검사 실시 ▶비폭력대화 프로그램 소개 ▶별칭 짓기 (한사람씩 일어나서 부부별칭과 자신소개) ▶참여 동기 높이기 -동영상 보여주기(소와사자의 사랑이야기) 활동을 하면서 집단의 방향성과 상담-교육간 비구조화를 통한 라포형성과 참여 동기를 높이기 위해 부부가 처음 만났을 때 느낌 적어보기와 ‘나의목표’활동지를 이용하였다.
	2	▶이정미 (2006). 부부관계 향상을 위한 교육 프로그램 개발과 효과검증 ▶이민자 (2010). 비폭력프로그램이 어머니의 자아존중감 및 의사소통에 미치는 효과.	자기이해 상대방 이해	▶구자경의 공감교육프로인 비난하는 부부, 공감하는 부부 대화 동영상 보여주기 -부부 대화의 걸림돌 찾아보기 -상대방의 평소에 하는 말 중 기분이 상했거나 상처를 받은 말을 적어보기(단어장) -그 말을 기분에 대해 각각 이야기 해보기 -듣고 싶은 말 적어보기 -각각 읽어주기와 느낌 말해보기 ▶동물카드이용 -동물카드를 통해 아내나 남편에 맞는 비유 동물 뽑은 후 왜 그 동물을 뽑았는지 말해보기 -상대방을 통해 자신의 유형을 안다. -자신의 의사소통유형을 알 수 있다. -의사소통 걸림돌을 알 수 있다. ▶과제 -상대방이 쓰는 파괴적이고 습관적으로 쓰는 폭력적 언어 5가지 써오기와 상대가 변화되었으면 하는 1가지를 일주일 동안 실천해 보기이다.
2단계 (진행)	3	▶로젠버그의 저서 캐서린 한(2004)이 번역한 ‘비폭	비폭력 핵심요소 익히기	▶상대를 평가하지 않고 있는 그대로 관찰하는 방법을 익히기 -그림 보여주며 관찰하기-그림을 있는 그대로

		<p>력대화'와 박현진 2007)의 '대화가 필요해'</p> <p>▶이은아 (2006). Rosenberg의 비폭력 의사소통 훈련 프로그램이 배척아동의 자존감과 또래 관계에 미치는 효과.</p>	<p>(관찰)</p>	<p>로 표현하기</p> <p>-여러 사람에게 사진을 있는 그대로 본 것을 설명하기(사진과 다르게 말할 수 있는 것을) -느끼며 자신의 판단과 사실이 다르다는 것을 알아감</p> <p>▶상대방의 이야기를 들어보기</p> <p>-평가 없이 그대로 들어주기</p> <p>-상대방의 제스처나 목소리톤 눈빛, 행동등을 있는 그대로 묘사하기</p> <p>▶시청각 자료인 '대화가 필요해' 동영상 자료</p> <p>-평가 없이 있는 그대로 관찰하기 연습</p> <p>-관찰보다 평가로 말하게 되는것 인식하기</p> <p>-있는 그대로 표현해보기</p> <p>▶자칼언어로 표현하기</p> <p>▶과제</p> <p>-상대방에 대한 자신의 관찰을 5가지 이상 적어오기(느낌이나 생각은 배제) (예-남편이 양말을 벗고 아무 곳이나 던져서 집안이 지저분하게 되었다.)</p>
4		<p>▶로젠버그의 저서 캐서린 한(2004)이 번역한 '비폭력대화'와 박현진 2007)의 '대화가 필요해'</p> <p>▶이은아 (2006). 이화연 (2005). 부부갈등 극복과 이혼위기 극복에 관한 연구.</p> <p>▶유석란(2012) 게임놀이를 활용한 비폭력 대화프로그램</p>	<p>핵심요소 익히기 (느낌)</p>	<p>▶느낌말을 알아보고 느낌과 생각을 구분해 보기</p> <p>-감정카드게임(갈등 시 발생하는 감정들을 모두 카드를 통해 제시해본다</p> <p>-그중 가장 핵심적인 감정을 3가지만 골라본다</p> <p>-느낌만을 표현해본다 (예-남편이 돈을 안주니 나를 사랑하지 않은 거 같았어요→남편이 돈을 안주니 너무화가 나요)</p> <p>-감정과 생각을 구분하도록 해준다.</p> <p>▶감정카드를 이용해 느낌과 생각을 구별 하고 다양한 감정목록을 알고 표현할 수 있다.</p> <p>▶상대방에 대한 자신의 느낌만 이야기 해보기</p> <p>▶과제</p> <p>-상대방에 대한 자신의 느낌을 5가지 이상 적어오기 (예-남편이 양말을 벗고 아무 곳이나 던져서 집안이 지저분해져서 속이 상하고 화가 났다.)</p>

5	<p>▶유정혜(2013)는 “비폭력대화(NVC)의 도덕교육적 함의”</p> <p>▶유옥 (2010). 결혼만족도 증진을 위한 신혼기 부부의사소통 교육 프로그램 개발과 효과</p>	<p>핵심요소 익히기 (욕구)</p>	<p>▶욕구마음의 중요성 강의 교육</p> <p>▶욕구 찾기</p> <p>-동영상 “방황하는 아이”</p> <p>-느낌과 연결되어 있는 숨은 욕구를 찾아보기(가장 하고 싶은 것, 가장 바라는 것)</p> <p>-나의 욕구 찾기(욕구, 바램 적어보기)</p> <p>-자신의 내면을 탐색하여 좌절된 욕구를 파악</p> <p>▶원가 족과의 대화패턴 알기</p> <p>-욕구 표현해보기</p> <p>▶과제</p> <p>-상대방에 대한 자신의 욕구를 5가지 이상 적어오기 (예-남편이 양말을 벗고 아무 곳이나 던져서 집안이 지저분해 지고 화가 났다. 빨래바구니에 잘 놓아주면 좋으면 좋겠다.)</p>
6	<p>▶송정미(2007) 대인관계 및 의사소통 증진을 위한 비폭력대화 프로그램</p> <p>▶구자경(2006) 비폭력 대화 프로그램이 결혼이주여성의 자기표현 및 자신감 향상에 미치는 효과</p>	<p>핵심요소 익히기 (부탁)</p>	<p>▶부탁요청하기</p> <p>-소통을 위해 긍정적인 행동을 구체적으로 부탁하기</p> <p>-부탁 역할극하기</p> <p>-생활에서 부탁하는 경우 알아보기</p> <p>-부탁할 때 알아야 할점</p> <p>-부탁연습카드 게임하기</p> <p>-부탁할 때 느낌과 마음을 함께 이야기하기</p> <p>-요청과 강요 구분하기</p> <p>▶과제</p> <p>-상대방에 대한 자신의 부탁을 5가지 이상 적어오기 (예-“여보 양말을 아무데나 놓으니 집안이 지저분해서 보기가 싫고 화도 나요 양말을 바구니에 잘 놓아주면 좋겠어요)</p>
7	<p>▶이유영(2009)부부 효과적인 의사소통 분노조절 활동지</p> <p>▶이민식 (2009). 마음 챙김과 공감,</p>	<p>분노표현 (공감)</p>	<p>▶분노표현하기</p> <p>-분노를 잘 표현하는 방법을 익히기</p> <p>-풍선게임(풍선에 자신이 힘든 점을 모두 적는다.→풍선을 터트린다.</p> <p>▶화가 났을 때 자신의 몸 반응과 감정 알아보기</p> <p>-가장 화가 났을 때</p>

		<ul style="list-style-type: none"> ▶송정미(2007)의 사소통 공감능력 프로그램 중 ‘공감하는 법’, 		<ul style="list-style-type: none"> -화가 난다는 것의 의미알기 -화가 났을 때 대처 방법 알기 -분노를 표현하는 방법을 비폭력언어로 익히기→교육 강의 ▶공감하기 -공감하기를 방해하는 걸림돌을 알아보고 공감 하는 방법 익히기 -공감하기의 의미알기 -공감연습하기 -공감을 방해하는 10가지 장애물 적어보기 -공감과 경청 연습하기 ▶내 마음을 맞혀봐 게임 ▶과제 분노가 일어날 때 솔직한 감정을 적어오기
3단계 (종결)	8	<ul style="list-style-type: none"> ▶신우승(2008)의 ‘감사가 주는 효과’ ‘감사하는법’ ▶고영미(2010)의 ‘부부의 강점 칭찬하기’ ▶송정미 (2008). 비폭력 의사소통 프로그램의 효과연구 	변화된 내 모습 (감사)	<ul style="list-style-type: none"> ▶그럼 과정 돌아보기, ▶활동을 통하여 변화된 점 -느낀 점 표현하기 -어려웠던 점과 같은 생각과 느낌나누기 -프로그램을 통해 강화된 요인들을 바탕으로 부부의 긍정적인 미래 설계 ▶감사표현 하기 -감사의 세 가지 요소를 알고 고마움 표현하기 -평소에 감사한 일 찾기 -비폭력대화로 고마움 표현하기 -지금까지 체험한 프로그램의 소감 나누기 ▶느낌나누기 -프로그램 종결

부록 4. -비폭력대화 프로그램 실시 후 소감문

연구자 소감

이 프로그램을 하면서 집단이 처음보다 동질감이 많이 높아진 것을 알 수 있었다. 평상시 흔한 한국부부모임과 다르게 다문화 모임이 흔하지 않아 다른 부부들을 통해 정보를 공유하거나 간접적으로 배우는 기회가 적어 이 집단을 통해 많은 것을 경험하고 느낀 것을 알 수 있었다. 다문화 가정을 이루며 사는 사람들의 애환을 누구보다도 서로 잘 알기 때문인지 회기를 거듭할수록 모두 자신의 일처럼 이야기에 집중을 하며 강한 유대감과 소속감을 보이며 집단에 적극적 참여를 하였다.

처음 교육을 시작하면서 남편들은 억지로 아내 때문에 왔다고 하면서 불만을 많이 호소하였지만 후반부로 갈수록 아내보다 더욱 교육에 적극성을 띠었다. 한라산 부부 아내가 제일먼저 자신을 솔직하게 개방하고 난후 마음이 시원하고 더욱 도움을 많이 받고 변화되었다는 말을 하면서 소극적이던 상대방 부부들이 많은 개방을 하였다. 프로그램을 마치고 잉꼬부부는 꺼내기 어려운 문제를 말한 것에 대해 심정이 어땠냐고 하니 창피하고 후회스러운 마음도 있었지만 집단 원들이 공감해주며 자신을 오픈하는데 용기를 얻었다는 말을 듣고 뿌듯해지면서 후회가 사라졌다. 집단 집단의 응집력을 키우는데 많은 도움과 큰 역할이 되었다고 하니 미소를 지었다.

무지개 부부 남편은 의욕이 많고 말 하는걸 좋아해서 교육 중에 불쑥불쑥 끼어들어 흐름을 방해 하고 남들을 가르치려는 모습을 보여 몇 번 제지를 당하기도 하였지만 차차 그 외향성이 리더적 성향이 오히려 집단에 활력소가 되기도 하였다. 다문화 가정의 특수성과 역기능적 가정으로 집단이 이루어지다 보니 가끔 직선적 태도와 공격성과 돌발적인 상황이 많이 발생하기도 해서 교육하는데 있어 당황스럽기도 하였다. 하지만 회피가 아닌 수용적 태도와 직면적인 물음으로 상황을 잘 넘기기도 하였다. 감귤향 부부 남편은 처음 참석했을 때 부부갈등 완화보다는 집단에 대한 기대감과 인간관계의 친밀감 욕구를 나타내면서 부부관계에 대해서는 잘 집중하지 못하였다. 하지만 후반부에는 아내에게 집중하면서

자신의 실수로 인한 부부관계의 어려움을 직면하게 되었고 새로운 부부관계형성에 대한 방법을 알게 되었다고 하였다.

짱 부부 남편은 발언 횟수가 많지 않았고 집단 원에게 말하는 것을 어려워하였고 아내의 말에 대한 본인의 심정을 물으면 겨우 답변하는 정도였다.

2-4회기에서도 자신을 방어하고 다른 사람들을 관찰만 하면서 표현이나 느낌을 말하지 않았다. 5회기부터 안전함을 느끼며 차차 자신을 표현하기 시작하였다. 표현력이 부족해 힘들다고 하면서도 공감, 인정, 수용, 열망, 요청 등의 비폭력대화를 연습하고 말하기 시작하면서 폭력적인 언어가 사라지고 마음이 편안해졌다고 말했다.

집단 원 대부분은 3회기부터 점차 마음을 열기 시작하여 5회기에 적극 참여하였다. 거의 대부분 참가자들이 대화방식에서 초기에 신념과 비난, 판단 등의 폭력적 표현이 많았다.

6회기 부터는 관찰, 느낌, 욕구, 부탁, 비폭력대화를 두루 사용하게 되었는데 이는 부부 간에 새로 시도한 대화에 대한 긍정적 변화가 있음을 짐작할 수 있었고 새로운 행동에 대한 자신감이 쌓여서 감정적으로 대응하던 행동방식을 이성적으로 해결하며 무의식적인 폭언과 폭력이 줄어든 특징을 볼 수 있었다.

희망 남편은 말을 천천히 조목조목 잘 하는 편이나 자신은 말을 잘 못한다며 1-2회기는 조용히 관망하는 자세만 보였다. 3회기부터 점점 집단의 분위기에 적응하는가 싶었더니 갈수록 자신의 부정적 감정을 드러내어 판단, 추측, 비난, 감정적 대응 발언을 많이 하였다. 6회기에 이 부정적 감정들이 원 가족에서 오는 낮은 자존감 이었다는 것을 알아차린 후 자신이 부정적 표현이 많았다는 걸 느끼면서 대화와 표정에 큰 변화를 보였다. 집단원의 피드백을 받고 고마워하면서 자신의 부정적 감정을 관찰, 느낌, 요청으로 사용하는 횟수도 늘어났다. 무지개 남편은 3회기에 자신에 대한 관찰과 이해를 하니 좌절감을 느꼈다고 하면서 많은 위축감을 보였지만 5회기부터 문제에 대한 수용을 용기를 가지고 고쳐보겠다고 하면서 자신 때문에 힘들어 하는 아내를 알게 되었고 자신이 변화를 스스로 만족해 하였다.

잉꼬부부는 3회기 때 관찰이 아닌 비판을 하면서 아내가 남편에 대해 불만을 터트려 다툼이 생겼다. 4회기 때는 남편만 왔다. 남편은 아내에 대해 비판과 욕을 하면서도 아내를 사랑하고 미안해하는 양가감정을 가지고 있었다. 변화하려는 생각은 있지만 잘 안된다고 하였다.

변화라는 것이 아내가 아닌 자신이 먼저라는 것을 이해하면서 빠른 진전이 보였다. 다행히 다른 사람 피드백을 잘 해 주었고 4회기 때는 솔직한 부정적 감정을 쏟아내어 추측, 당위, 강요, 감정적 대응 등이 자신에게 있다는 것을 발견하였다. 5회기에는 아내를 데리고 와서 비폭력적 언어를 쓰려고 노력을 하면서 부부관계가 좋아졌다.

집단 초기에는 전체적으로 자신을 방어하려는 방법으로 공격적이거나 회피적인 모습들이 많이 보였고 약간 예의를 벗어나는 듯 말을 함부로 했지만 차차 자신을 알아가고 서로에 대한 공감을 잘해주며 신뢰감이 형성이 되고 진지함을 찾아가며 진실로 경청을 하였다.

아내들은 ‘감정해소’가 가장 효과가 있었던 거 같고 남편은 ‘감정표현’이 부부관계를 진척시키는데 효과가 있었던 것 같다.

참가자 소감문

<소나무 부부 남편>

처음에는 우리 집안의 안 좋은 점을 이야기하려니까 기분이 좋지 않았지만 다른 가정도 비슷한 부부관계를 이루며 사는걸 보고는 왠지 편안한 마음이 들었다.

나의 부족한 점에 대하여 생각하게 되고 아내에게 미안한 감정이 든다. 부부문제나 가족 간의 대화에 있어서도 상대방의 이야기를 경청해주고 화가 아닌 나의 감정을 표현하도록 노력해야 되겠다. 요즘은 아내에 대한 고마움이 느껴졌다. 감정표현을 잘 못했고, 나의 감정 상태를 잘 알지 못하였는데 느낌에 대하여 교육을 받다 보니까 알게 되었다.

아내와 대화를 많이 하고 아내의 이야기를 눈 마주치며 잘 들어주려고 한다. 일상생활 에서도 그때그때 상대의 입장을 충분히 고려하여 대화하고, 부부간, 가족 간 유머 있는 가장이 되도록 노력해야겠다.

< 아내 >

다른 부부들의 사는 이야기를 들으며 함께 웃고 울며 공감되는 면이 많아서 좋았다. 과거의 난 감정의 기복이 심하여 화를 잘 냈었다. 이제는 내 마음을 먼저 바라보니 감정조절을 잘 할 수 있게 되었다. 교육을 받으며 내 마음을 돌아보게 되니 남편이 나 때문에 많이 힘들었다는 생각이 들었다. 지금은 남편 입장에

서 이야기 하려고 한다.

분노표현 에서는 남편에 대한 미웠던 마음들이 떠올랐다. 분노, 화, 증오가 떠올라 너무 미웠지만 조금씩 이해하게 되었다.

남편을 마주 보면서 환한 미소로 대화의 폭을 넓혀 나가야겠다. 남편이 듣고 싶었던 말“당신 참 잘해!”라는 표현을 자주 해야겠다.

<짱 부부 남편>

그동안은 아내가 알아듣지 못한다는 생각에 부부대화를 많이 하지 않았고 아내를 무시하기도 했는데, 지금은 그냥 소소한 일들을 이야기 한다. 아내는 이야기 해주는 것만으로 행복한 표정을 짓는다. 집단 후로는 의도적으로 조그만 것이라도 칭찬하려고, 부부간에 대화하려고 노력한다. 이혼할 만큼 사이가 안 좋았는데 이런 계기가 주어지고 교육 받다 보니까 무의식적으로 나왔던 말들이 한번 생각해서 나오게 된다. 요즘은 좀 노력을 하니 아내도 농담을 한마디씩 하고, 나도 농담을 받아주며 마음이 편해진 것 같다.

제일 중요한 것은 아내를 무시하지 말고 존중 하는 것이다. 그것이 나도 존중 받는 것이라는 것을 알았다. 지금부터는 표현을 무시하지 않으며 할 수 있을 것 같다.

<아내>

전과 달리 남편은 나를 무시하지 않고 화를 많이 참는 거 같다. 큰 싸움이 일어날 것 같으면 나도 맞대응 하지 않고 남편이 감정이 좀 식으면 남편에게 이야기 하니 큰 싸움으로 되지 않는다.

남편도 금방 미안해하며 자신이 화를 낸 것에 대해 반성을 한다. 이 교육에서 나는 상대를 있는 그대로 받아들인다는 게 제일 어려웠다. 하지만 남편을 그대로 받아들이니 남편이 이해가 되고 불쌍하다는 생각이 들었다.

그런 생각이 드니 싸우면 오래 가지 않고 요즘은 그날, 그날 푸니까 감정이 쌓이지 않아서 좋다. 남편을 이해하려고 노력하고 남편에게 힘내라는 말을 자주 하려고 한다.

남편은 평소 답장을 안 하는데 저번에는 ‘사랑한다’ 문자를 보내주니 남편이 똑같이 ‘사랑한다’는 답장이 와서 놀랐다.

무조건 참는 것이 잘하는 줄 알고 행동했었는데 아닌 것 같다.

<감귤향 부부 남편>

지금까지 내 감정을 잘 몰랐고 자신을 아끼지 않고 생각 없이 살았구나 하는 생각이 들며 내 자신이 한스럽고 착잡한 느낌이었습니다.

혼자 생각하고 판단하여 상처를 주었는데, 내 감정을 아내에게 솔직히 말하니 조금 시원한 생각이 듭니다. 나를 사랑하는 방법을 몰랐는데 이 교육을 통해 내 자신을 사랑하는 방법을 알았고 소중함을 느꼈습니다. 그러니까 아내도 소중하고 감사하게 느껴졌습니다. ‘나를 아끼고 상대방 감정을 읽어주자’ 이 말이 제일 와닿은 거 같고 아내의 말을 들어보니 아내가 안쓰럽게 느껴져서 앞으로는 정말 행복한 가정을 이끌며 살아가리라 생각했습니다.

아내를 하루에 한 번 정도는 칭찬하기, 대화를 할 때 눈을 마주치며 경청하기, 하루에 한 번씩 안아 주면서 나와 내 가족, 그리고 모든 사람을 사랑하는 사람이 되고 싶습니다.

<아내>

남편이 밋고 매일 힘들게만 하는 줄 알았는데 좋은 점을 발견하게 되었다. 행복한 마음이 약간 들었고 다른 가정에 있는 문제점들을 보며 나만 힘든 게 아님을 알아서 위로가 되었다.

다른 사람의 이야기를 들으며 그래도 나는 행복하구나! 라는 생각이 들었다. 우리 부부는 왜 안 맞을까 생각 했는데 욕구가 다를 뿐 잘못된 부부가 아니라는 생각이 든다. 남편이 등 돌리고 자면 힘들었는데 이제는 편하게 바라볼 수 있다. 나의 욕구를 알게 되니 더 이해심이 커진 거 같다. 너무 사랑받기를 원하는 욕구가 강했던 거 같다. 그리고 남편이 듣고 싶어 하는 말을 해주려고 노력한다. “당신 대단하다”이다. 집단 후 감정표현이 자연스럽게 되는 것 같다. 남편과 평소 속 깊은 애기는 안했는데 집단을 통해 남편을 이해하게 되고 집단 후, 남편이 공감 잘 해줘서 웃는 얼굴로 말하게 되는 것 같다. 감정을 표현하니 풀어지는 것 같다. 내 감정을 알고 달래주기와 표현하려고 노력한다.

<천사 부부 남편>

아직도 감정전달이 잘 안 된다. 성격이 급해서 화나게 하니까 아내에게 폭언으로 바뀌게 되고 힘들다. 힘들 때 나갔다 들어오면 화가 좀 풀리는데 문 앞을 막고 못나가게 하니까 화가 안 풀리고 쌓인다. 대가족에서 살다보니까 부모 입장에 맞춰줄려고만 해서 나 자신이 하고 싶었던 것 못했다. 아내가 힘들게 하면 다른

데로 가서 푸는데 모두 아내만 탓하는 편이었다. 지금도 억눌림 당하는 느낌은 있지만 그것은 아내의 탓이 아니라 내가 만든 감정이라는 생각을 하니 아내에게 미안한 생각이 든다.

<아내>

다른 분들의 이야기를 들으면서 ‘내가 이상한 사람이 아니구나’ 라는 생각과 함께 용기를 얻었습니다. ‘나도 나 자신을 사랑하지 않는구나’ 라는 생각이 들며 맘이 아팠습니다. 내 감정을 좀 더 깊이 들여다보아야 상대방의 감정도 볼 수 있겠다는 생각이 들었습니다. 배우자가 우는데도 전혀 감정이 동요되지 않는걸 느끼며 제가 너무 감정에 삭막한 거 같습니다. 남편 입장에서 한 번 더 생각해 보자는 생각이 들었습니다.

‘내가 힘든 만큼 이 사람도 힘들었구나’하는 생각이 들며 ‘남편을 좀 더 이해해야 되겠구나’하는 생각을 했습니다.

싸우지 말고 현명하고 침착하게 내 생각을 이해시켜야겠다는 생각 들고 저녁 식사 시간에 내 얘기 뿐 아니라 남편의 이야기도 들어주겠습니다. 대화 순서에 따라 대화를 좀 더 연습을 해 보아야겠습니다. 아직도 잘 모릅니다.

<희망 부부 남편>

‘사람의 마음은 다 똑 같구나’라는 생각과 나만의 문제가 아닌 모두의 문제라는 생각이 들고 여유를 갖고 아내를 이해하는 마음을 가져야겠다는 생각이 듭니다. 좀 더 구체적이고 실질적으로 표현해야겠고, 상대를 있는 받아들여야 했는데 ‘나의 주관적 사고가 문제를 만들었구나’하는 생각이 들었습니다. 그대로를 인정하지 않았다는 것만으로 미안한 생각이 들었습니다. 경청하는 자세를 가지고 한걸음 물러서 상대를 생각해야겠다는 생각이 듭니다.

집단 상담을 통해 아내를 헤아릴 수 있었고 아내 입장에서 좀 더 폭넓게 인정하고 좀 더 배려해야겠다는 생각이 들었다. 늘 결과만 생각하고 말을 했는데 충분한 상황설명을 하고 결과를 말하도록 해야겠습니다. 문제 발생 시 상대의 입장을 충분히 고려하여 대화하고 상대의 말과 행동에 좀 더 집중해야겠다는 생각이 듭니다.

<아내>

남편에게 힘을 주고 우리 가정의 행복과 평화를 위해 기도하고 싶다. 다시 태어나도 남편과 살고 싶다. 미처 못 느꼈던 남편의 마음을 아니까 나도 남편이 좋

아졌다.“여보! 힘내세요! 사랑해요.”

<사랑 부부 남편>

요즘은 감정표현을 좀 한다. 그 전에는 말을 들리거나 회피하면서 마음을 숨겼다. 대화는 서로가 통해야 되는데 직접 말하면 상처가 될까봐 말을 안한 것도 있다. 요즘은‘~하면 낫지 않을까?’ ‘이제는 이렇게 하자’ ‘미안하다’ 는 말을 속스럽지만 많이 한다. 지금은 편하게 쓰고 있다.

생각해서 표현하고, 고맙다고 인정해주니까 요즘은 아내 표정이 좋다. 대화는 혼자 하는 게 아니고 듣는 게 중요한데 집단을 하는 동안 아내 말을 듣는 훈련이 잘 된 것 같다.

‘아내가 좋아할까? 싫어할까?’에 더 신경 쓰고 존중해야하는데 내 이기적 생각으로 그렇게 하지 못했다. 아내의 단점으로만 보이던 게 장점으로 보이고, 요즘은 점점 부부 사이가 좋아지는 거 같다.

<아내>

요즘은 남편이 내 말을 편안하게 들어주고 인정해준다. 전에는 내가 말하면 화부터 냈는데 지금은 먼저 들어준다.

자칼 쇼 할 때 나를 보면서 남편이 마음이 아파했던 것 같다. 남편이 잘 대해주니 남편이 무섭지 않고 표현을 자유롭게 할 수 있는 거 같다.

지금은 남편과 의심을 분리해서 생각하고 있다. 남편이 표현을 안 하니 혼자 상상을 많이 했다.

지금은 하고 싶은 얘기가 있으면 얼굴 보며 얘기하고, 집단 마치고 싸운 적이 없었다. 전화 중에 남편이 바쁘다고 하면 그냥 끊는다.

예전엔 서운 했지만 많이 이해하게 되었다.

부록 5. - 비폭력대화 프로그램 교육내용 및 활동지

1회기	참여 동기 높이기	
목표	1. 참여자간의 상호 신뢰감을 형성	
	2. 프로그램의 목적과 과정을 알 수 있다.	
	3. 참여 동기를 부여하고 각자 목표를 설정할 수 있다.	
활동 내용	도 입	-진행자 인사 및 소개
		-프로그램 소개(서약서, 일정, 목적, 출결여부)
		-사전검사
	전 개	- 별칭 짓고 자기소개별칭 * 프로그램 중 불리고 싶은 별칭 및 그 이유는? 별칭소개, 참여 동기를 쓴 글을 읽는다. -발표
		-참여 동기 높이기 -동영상 보여주기(소와사자의 사랑이야기)
		- 활동을 하면서 집단의 방향성과 상담-교육간 비구조화를 통한 라포형성과 참여 동기를 높이기
		-부부가 처음 만났을 때 느낌 적어보기 '나의목표'활동지를 이용 함.
		- 비폭력대화법 소개하기
		- 첫 시간에 대한 느낀 점을 적어봅시다.
	정 리	- 좋았던 점이나 아쉬웠던 점을 나누어 봅시다.
		- 과제 안내와 앞으로의 프로그램 방향설명과 참여 독려
	과제	참가자 별칭 외우기
준비물	이름표, 다과, 검사지, 필기도구, 경험보고서, 프린트물	

1회기

- ▶ 우리 부부 별칭-
별칭 및 그 이유는?

- ▶ 이 프로그램에 참여하게 된 계기

- ▶ 이 프로그램에 참가하면서 바라는 점

- ▶ 현재 느끼는 감정

서 약 서

나는 비폭력대화 프로그램에 자발적이면서도 적극적으로 참여할 것이고 아래 사항을 꼭 지킬 것을 서약합니다.

1. 나는 프로그램에 빠짐없이 참석하겠습니다.
2. 나는 프로그램에 늦지 않고 참석하겠습니다.
3. 나는 집단 안에서 나누는 내용에 대해 비밀을 지키겠습니다.
4. 나는 비폭력 대화 프로그램 과제를 충실히 실천하겠습니다.

2013년 0월 0일

서 약 인-----

서 약 인-----

2회기	대화를 방해하는 요소 찾아보기		
목표	1. 현재 자신의 심리적 상태를 파악하고 이해할 수 있다.		
	2. 의사소통 걸림돌에 대해 알 수 있다.		
	3. 자신의 의사소통 패턴을 탐색하고 긍정적인 의사소통을 연습할 수 있다.		
활동 내용	도입	-진행자, 참여자 인사	
		-과제 점검	
	전개	-비폭력대화의 목적과 효과 이해하기 부부 대화의 걸림돌 찾아보기	
		-상대방의 평소에 하는 말 중 기분이 상했거나 상처를 받은 말을 적어보기(단어장)	
		-그 말을 기분에 대해 각각 이야기 해보기	
		-듣고 싶은 말 적어보기	
		-각각 읽어주기와 느낌 말해보기	
		(느낌, 생각, 내용 나누기)	
		*의사소통 방식에 대한 고찰을 묻는 돕는 질문	
		(상대방의 대화법에 대한 생각, 느낌 나누기)	
		동물카드이용	
		-동물카드를 통해 아내나 남편에 맞는 비유 동물 뽑은 후 왜 그 동물을 뽑았는지 말해보기	
	정리	-상대방을 통해 자신의 유형을 안다.	
-자신의 의사소통유형을 알 수 있다.			
-의사소통 걸림돌을 알 수 있다			
과제	-이번 시간에 대한 느낌 점을 적어봅시다.		
	-좋았던 점이나 아쉬웠던 점을 나누어 봅시다.		
	-과제 안내		
준비물	PPT, 동영상 자료, 이름표, 다과, 필기도구, 경험보고서, 프린트물		

2회기 (결림돌 찾기)

▶ 우리 부부 대화 결림돌 찾기-

▶ 대화를 방해하는 요소 찾아보기-

3회기	비폭력 핵심요소 익히기 (관찰)		
목표	1. 일상의 대화 패턴을 관찰하고 문제점을 인식할 수 있다.		
	2. 자신의 타인에 대해 평가나 판단 없이 관찰로 대화할 수 있다.		
활동 내용	도입	-진행자, 참여자 인사	
		-과제 점검	
		-주제 제시	
	전개	관찰vs평가구분하기 (느낌, 생각, 내용 나누기) (상대방의 행동과 대화법 관찰로 말해보기)	
		시청각 자료인 “대화가 필요해“동영상 자료 -평가 없이 있는 그대로 관찰하기 연습 -관찰보다 평가로 말하게 되는 것 인식하기 -있는 그대로 표현해보기	
		- 자칼언어로 표현하기 (판단, 평가로 상황보기, 상대방과 상황을 바꾸어 이야기 해 보기, 관찰로 대화하는 방법 연습 해 보기)	
		- 관찰의 중요성 알기 타인과의 의사소통을 할 때 표정, 목소리, 몸짓도 잘 살펴보기	
		-. 관찰을 방해하는 표현을 배제하고 있는 그대로 바라보기 연습	
		- 관찰과 평가/판단을 구분하기	
	정리	-이번 시간에 대한 느낌 점을 적어봅시다.	
		-좋았던 점이나 아쉬웠던 점을 나누어 봅시다.	
-과제 안내			
과제	1. 일상에서 관찰과 평가/판단 구분하기를 연습하기		
	상대방에 대한 자신의 관찰을 5가지 이상 적어오기(느낌이나 생각은 배제)		
준비물	동영상 자료, PPT, 인형, 그림카드, 이름표, 다과, 필기도구, 프린트 물		

3회기 (관찰)

▶ - 관찰일까? 평가일까? -

- 1) 형돈 이는 텔레비전을 보는 동안 손톱을 깨물고 있었다. (관찰 / 평가)
- 2) 그 아이는 평소 대화할 때 공격적으로 이야기한다. (관찰 / 평가)
- 3) 너는 생각 없는 애야. (관찰 / 평가)
- 4) 내가 '안녕'이라고 말했는데, 하하는 창밖을 보고 있었다. (관찰 / 평가)
- 5) 사람들이 모두 지루해하더라. (관찰 / 평가)
- 6) 그 선생님은 선생님답지 않게 행동한다. (관찰 / 평가)
- 7) 기철이는 거짓말을 잘한다. (관찰 / 평가)
- 8) 명수는 지난주에 이론서 한 권을 읽었어. (관찰 / 평가)
- 9) 준하는 어제 4팀이 한 시간 예정으로 잡힌 발표에서 혼자 30분을 이야기했다. (관찰 / 평가)
- 10) 그 사람은 무례하다. (관찰 / 평가)
- 11) 내 남자친구는 애정표현을 하는 법이라곤 없다. (관찰 / 평가)
- 12) 재석 이는 천사 같은 친구야. (관찰 / 평가)
- 13) 우리 교수님은 나를 싫어하나 봐. (관찰 / 평가)
- 14) 내 여자 친구는 우유부단하다. (관찰 / 평가)
- 15) 길이는 게으르다. (관찰 / 평가)
- 16) 우리 아버지는 독재자야. (관찰 / 평가)
- 17) 우리 오빠가 개리와 PC방에서 1시간 놀다가 집에 들어왔어. (관찰 / 평가)
- 18) 우리 엄마는 착한 것 같은데 어떨 때는 너무 무서워. (관찰 / 평가)
- 19) 너는 욱 하는 데가 있어. (관찰 / 평가)
- 20) 나는 형편없는 인간이다. (관찰 / 평가)

4회기	핵심요소 익히기 (느낌)		
목표	1. 자신의 느낌을 알고 표현을 해본다.		
	2. 느낌과 생각을 구분한다.		
활동 내용	도입	-진행자, 참여자 인사	
		-과제 점검	
		-주제 제시	
	전개	▶느낌말을 알아보고 느낌과 생각을 구분해 보기	
		(느낌, 생각, 내용 나누기)	
		감정카드 이용	
		-감정카드게임(갈 등시 발생하는 감정들을 모두 카드를 통해 제시해본다	
		-그중 가장 핵심적인 감정을 3가지만 골라본다	
		-느낌만을 표현해본다	
	용	-감정과 생각을 구분하도록 해준다(활동지)	
-감정카드를 이용해 느낌과 생각을 구별하고 다양한 감정목록을 알고 표현할 수 있다.			
-상대방에 대한 자신의 느낌만 이야기 해보기			
- 느낌을 나타내는 문장 찾기 감정카드를 통해 느낌 찾기 연습			
		- 느낌처럼 사용하지만 느낌이 아닌 단어알기 감정카드 통해 느낌 찾고 말하는 연습	
정리	-이번 시간에 대한 느낌 점을 적어봅시다.		
	-좋았던 점이나 아쉬웠던 점을 나누어 봅시다.		
	-과제 안내		
과제	-상대방에 대한 자신의 느낌을 5가지 이상적어오기		
준비물	감정카드,PPT, 이름표, 다과, 검사지, 필기도구, 프린트물,활동지		

4회기 (느낌)

▶ - 느낌일까? 생각일까? -

- 1) 당신이 나를 사랑하지 않는 것처럼 느껴져. (느낌 / 생각)
- 2) 너를 한 대 때려주고 싶은 느낌이야. (느낌 / 생각)
- 3) 오랫동안 미루던 일을 마치고나니 흥가분하다. (느낌 / 생각)
- 4) 내가 제안한 의견에 아무도 반응을 보이지 않았을 때 무시당한 느낌이었어. (느낌 / 생각)
- 5) 내가 그 친구들한테 불친절하게 한 것 같아. (느낌 / 생각)
- 6) 우리 동아리에서 그 형이 회장으로 선출되는 것을 보았을 때, 나는 변화를 원했기 때문에 반가웠어. (느낌 / 생각)
- 7) 너는 나를 피곤하게 만들어. (느낌 / 생각)
- 8) 네가 나한테 어떻게 그런 일을 할 수 있는지 이해할 수가 없어. (느낌 / 생각)
- 9) 사람들이 나를 좋아하지 않는 것 같아. (느낌 / 생각)
- 10) 그 책을 읽었을 때 내가 고민하던 문제에 대한 이해와 깨달음이 생겨서 행복해. (느낌 / 생각)

5회기	핵심요소 익히기(욕구)	
목표	1. 비폭력 모델의 세 번째 요소인 욕구개념 이해하기	
	2. 욕구vs수단 구분하기	
활동 내용	도입	-진행자, 참여자 인사
		-과제 점검
		-주제 제시
	전개	(느낌, 생각, 내용 나누기)
		욕구마음의 중요성 강의 교육 -나의 욕구 찾기(욕구, 바램 적어보기) -자신의 내면을 탐색하여 좌절된 욕구를 파악
		욕구 찾기 -동영상 “방황하는 아이” -느낌과 연결되어 있는 숨은 욕구를 찾아보기(가장 하고 싶은 것, 가장 바라는 것)
		- 원가 족과의 대화패턴 알기 -욕구 표현해보기 (나의 상황 떠올려 말하기)
		- 2인 1조로 역할극으로 일상대화를 표현하기 새로운 대안으로 대화가 필요하다는 것 인식하기
		-이번 시간에 대한 느낌 점을 적어봅시다.
	정리	-좋았던 점이나 아쉬웠던 점을 나누어 봅시다.
-과제 안내		
과제	상대방에 대한 자신의 욕구를 5가지 이상적어오기	
준비물	동영상 자료,PPT, 이름표, 다과, 필기도구, 프린트 물	

5회기 (욕구)

▶ - 느낌과 욕구는? -

1) 남편과 함께 시부모님 댁에 갔는데 남편은 내일을 도와주지 않고 티비만 본다. 나는 아무것도 모르겠고 시부모님이 하는 말도 잘 모르겠다.

남편에 대한 나의 생각은?

느낌:

욕구:

2) 친한 친구들이 자기 남편이나 아내를 자랑 할 때

느낌:

욕구:

3) 어제 내가 술에 취해 집에 늦게 왔는데, 아내가 아무 말 없이 혜장국을 끓여 주었을 때

느낌:

욕구:

4) 친구가 어제 돈을 갚는다고 하고는 일주일도 지나도록 갚지 않았을 때

느낌:

욕구:

5) 내생일 날 선물을 사주거나 생일을 진심으로 축하해 줄때

느낌:

욕구:

6회기	핵심요소 익히기(부탁)	
목표	1. 진정한 공감 개념 이해하기	
	2. 경청의 기술을 알고 경청을 실천 할 수 있다.	
활동 내용	도 입	-진행자, 참여자 인사
		-과제 점검
		-주제 제시
	전 개	부탁요청하기 -소통을 위해 긍정적인 행동을 구체적으로 부탁하기 -부탁할 때 알아야 할점 -부탁할 때 느낌과 마음을 함께 이야기하기 -요청과 강요 구분하기
		-부탁 역할극하기
		-생활에서 부탁하는 경우 알아보기 -부탁 활동지
		-부탁연습카드 게임하기‘대화 릴레이’
	정 리	-이번 시간에 대한 느낌 점을 적어봅시다.
		-좋았던 점이나 아쉬웠던 점을 나누어 봅시다.
		-과제 안내
과제	-상대방에 대한 자신의 부탁을 5가지 이상 적어오기	
준비물	PPT, 이름표, 다과, 검사지, 필기도구, 프린트 물, 활동지	

6회기 (부탁)

▶ - 명확한 부탁을 하고 있나요? -

- 1) 나를 이해해줘.
- 2) 내가 한 일 중에서 당신이 맘에 들었던 것을 하나만 말해줘요.
- 3) 당신이 좀 더 자신감을 가졌으면 좋겠어.
- 4) 나를 믿어줘요.
- 5) 일 끝나기 5분 전에 데리러 와주실 수 있나요?
- 6) 어제 내가 한 행동에 대해 솔직하게 말해주시기 바랍니다.
- 7) 제한속도에 맞추거나 그보다 조금 천천히 운전했으면 좋겠다.
- 8) 너를 좀 더 알고 싶어.
- 9) 나의 사생활을 존중해주시기 바랍니다.
- 10) 술을 마시지 말았으면 좋겠어요.

7회기	분노표현(공감)	
목표	1. 진정한 공감개념 이해하기	
	2. 느낌과 욕구카드를 활용한 공감실습하기	
활동 내용	도 입	-진행자, 참여자 인사
		-과제 점검
		-주제 제시
	전 개	분노표현하기 -분노를 잘 표현하는 방법을 익히기 -풍선게임(풍선에 자신이 힘든 점을 모두 적는다.→풍선을 터트린다)
		화가 났을 때 자신의 몸 반응과 감정 알아보기 -가장 화가 났을 때 -화가 난다는 것의 의미알기 -화가 났을 때 대처 방법 알기 -분노를 표현하는 방법을 비폭력언어로 익히기→교육 강의
		공감하기 -공감하기를 방해하는 걸림돌을 알아보고 공감 하는 방법 익히기 -공감하기의 의미알기 -공감연습하기 -공감을 방해하는 10가지 장애물 적어보기 -공감과 경청 연습하기
		내 마음을 맞춰봐 게임
정 리	-이번 시간에 대한 느낀 점을 적어봅시다.	
	-좋았던 점이나 아쉬웠던 점을 나누어 봅시다.	
	-과제 안내	
과제	분노가 일어날 때 솔직한 감정을 적어오기	
준비물	감정 카드,PPT, 풍선, 이름표, 다과, 검사지, 필기도구, 경험보고서, 프린트 물,활동지	

7회기 (감사하기)

▶ 공감으로 듣기 -

▶ 감사표현 -

(1) 남편에게 또는 아내에게 살아가면서 고맙게 생각하고 있는 부분을 천천히 생각해본다.

① 그 사람이 한 행동이나 말 중의 하나를 구체적으로 써본다.

② 그 사람의 행동이나 말로 나의 어떤 욕구(need)가 충족되었나?

③ 그것을 생각할 때 지금 내가 어떻게 느끼는가?

(2) 부부끼리 감사를 충분히 표현해 본다.

(3) 듣는 사람 역할

① 감사의 표현을 공감으로 듣고 상대의 느낌과 욕구를 반복해준다.

② 감사의 말을 듣고 자신 안에서 일어나는 느낌이나 욕구를 표현 한다.

8회기	변화된 내 모습(감사)	
목표	1. 비폭력적으로 감사와 칭찬을 표현할 수 있다.	
	2. 일상생활에도 비폭력 대화법을 적용할 수 있다.	
활동 내용	도 입	-진행자, 참여자 인사
		-과제 점검
		-주제 제시
	전 개	- 감사와 칭찬 표현의 방법 알기 (감사 표현에 대한 자기 저항을 극복하고 감사와 칭찬의 마음 받아들이기)
		-프로그램 과정 돌아보기 -활동을 통하여 변화된 점 -느낀 점 표현하기(활동지) -어려웠던 점과 같은 생각과 느낌나누기 -프로그램을 통해 강화된 요인들을 바탕으로 부부의 긍정적인 미래 설계
		▶감사표현 하기 -감사의 세 가지 요소를 알고 고마움 표현하기 -평소에 감사한 일 찾기 -비폭력대화로 고마움 표현하기 -지금까지 체험한 프로그램의 소감 나누기
		-느낌나누기
		- 비폭력대화법을 실천하는 지침알기
		-서약서 액자 만들기
		-사후 검사
		-프로그램 종결
정 리		-마지막 시간에 대한 느낀 점을 적어봅시다.
		-좋았던 점이나 아쉬웠던 점을 나누어 봅시다.
과제	지속적인 실천과 노력하기	
준비물	PPT, 이름표, 다과, 검사지, 필기도구, 프린트 물	
	활동지, 액자 만들기 재료	

8회기 (종결)

▶ 프로그램 참여소감문 쓰기

별칭: ()

★ 프로그램을 통해 깨닫게 되거나 변화된 점 등 자유롭게 적어봅시다