

## 기독교청년을 위한 결혼예비지원그룹 프로그램 개발과 효과

박경옥\* 한숙자\*\*

### 국문초록

본 연구의 목적은 기독교청년을 대상으로 결혼예비지원그룹 프로그램을 개발하고, 이 프로그램이 기독교청년의 성경적 결혼관을 확립하도록 돕고, 자존감을 향상시키며, 동반의존을 낮추는지 그 효과를 검증하는데 있다. 그 주요 연구 결과는 다음과 같다.

첫째, 결혼관검사에서 통제집단은 사전과 사후평균에 유의한 차이를 나타내지 않았으나, 실험집단은 사전 평균 58.50, 사후 평균 54.60으로 사후의 경우에 유의미하게 결혼관에서 낮은 점수를 보였고 이는 통계적으로도 유의하였으며( $p < 0.01$ ), 이러한 결과는 프로그램 참여자들의 성경적 결혼관이 향상되었음을 나타낸다.

둘째, 기독교청년들의 자존감검사에서 통제집단은 사전과 사후평균에 유의한 차이를 보이지 않았으나, 실험집단은 사전 평균 146.00, 사후 평균 152.40으로 사후평균이 유의미하게 높게 나타났고( $p < 0.05$ ), 이러한 결과는 프로그램이 기독교청년들의 자존감을 향상시키는데 효과가 있었음을 보여준다.

셋째, 기독교청년들의 동반의존검사에서, 통제집단은 사전결과와 사후평균에 유의한 차이를 나타내지 않았으나 실험집단은 사전 평균 31.30, 사후 평균 27.70으로 사후 평균이 유의미하게 낮게 나타났고( $p < 0.05$ ), 이러한 결과는 프로그램이 기독교청년들의 동반의존을 낮추는데 효과가 있었음을 나타낸다.

**중심단어 :** 기독교청년, 결혼관, 자존감, 동반의존, 결혼예비지원그룹프로그램

• 논문 투고일: 2012년 4월 14일

• 게재 확정일: 2012년 5월 15일

\* 한영신학대학교

\*\* 한영신학대학교

• 논문 수정일: 2012년 5월 2일

## I. 여는 글

결혼에 대한 여러 선행연구들은 역기능 가정에서 발생하는 동반의존, 자존감, 결혼에 대한 가치관 간의 상관관계에 대해 말하고 있다.<sup>1)</sup> 가정의 역기능성 경향조사를 한 양희숙<sup>2)</sup>의 연구에서 전체 응답자 중 약 64%가 자신의 가정에 역기능적인 특징이 있다고 밝혔고, 또한 역기능 가정은 자녀들의 자존감 형성에 부정적인 영향을 미치며, 역기능 가정과 자녀들의 자존감형성은 상관관계가 높음을 나타내고 있다. 가족체계의 역기능적인 요소는 가족 구성원으로 하여금 낮은 자존감을 갖게 하고, 역기능적인 가족관계를 의미하는 동반의존을 낳는다. 동반의존 특징을 지닌 가족구성원은 결혼을 하게 될 때 부모를 떠나 부부가 연합하여 한 몸을 이루라는 성경적인 결혼원리를 실천하는데 장애요소를 갖게 된다.

근래 한국 사회의 결혼관은 급속하게 변하고 있다. 최근 한 언론조사에 의하면 결혼이 ‘필수’가 아니라 ‘선택’이라고 여기는 청년들이 늘고 있음을 알 수 있다.<sup>3)</sup> 또한 이 조사에서 건강·돈·직업적 성공이 우선이고 결혼은 4순위로 나타났으며, 30대여성 미혼자는 79만 명으로 집계되어, ‘미혼대국(未婚大國)’으로 치닫고 있는 결혼에 대한 현실을 보여주고 있다.

이러한 현실은 교회 안의 기독교청년들에게도 동일하게 적용되고 있다. 특히 기독교청년들은 신앙이라는 제한된 범위 안에서 배우자 선택에 좀 더 어려움을 경험하고 있으며, 성경적 가치관이 확립되지 않은 청년들은 비기독교적인 가치관과 성경적 가치관이 혼합된 결혼관으로 혼란을 겪고 있다.

그동안 한국교회에서는 결혼예비교육 프로그램을 통해 기독교청년들의 결

1) 김갑성, “자존감 회복 방안 연구: 코헛(H. Kohut)의 자기대상론을 중심으로”(박사학위논문, 호서대학교대학원, 2007), 8-13.

2) 양희숙, “학생선교단체 대학생 가정의 역기능성에 관한 연구”(석사학위논문, 침례신학대학교 신학대학원, 1996), 35-52.

3) “결혼 비용 부모의존도 가장 높아”, 『MBC 뉴스』, 2011. 3. 8.

혼을 돕고자 노력하였다.<sup>4)</sup> 주로 가정 사역을 실시하는 대형교회의 결혼준비교육 프로그램은 교육과 예방을 중심으로 진행되고 있다. 그러나 교육과 예방을 중심으로 실시하는 결혼준비교육은 결혼준비에는 도움이 되었으나, 결혼생활에 지속적으로 영향을 미치지 못한다는 한계를 나타내고 있다.<sup>5)</sup> 이에 본 연구는 결혼준비교육의 한계를 보완하기 위해 회복사역의 지원그룹 진행방법을 적용하였다. 지원그룹은 1980년대 초 캘리포니아 플라톤의 제일 복음주의 자유교회를 중심으로 'Overcomers Outreach' 라는 이름의 회복사역(recovery ministry)으로 시작되었다. 지원그룹은 비슷한 문제를 가진 사람들이 정기적으로 만나 자신의 어려움을 고백하고 나누는 과정에서 감추어져 있는 정서적 고통을 치유 받고 회복에 대한 소망을 경험하며 성령의 도우심을 체험하는 상호보완적인 소그룹으로 실행되어왔다.<sup>6)</sup>

교회는 기독교청년이 결혼에 있어서 하나님의 자녀로의 자존감을 회복하고, 부모를 떠나라는 성경 말씀에 비추어 가족 관계가 성경적인 원리로 재구조화되기 위해 가족 관계의 동반의존을 끊으며, 성경적인 결혼관을 재정립 할 수 있도록 도울 필요성을 갖고 있다. 따라서 본 연구의 목적은 기독교청년을 대상으로 결혼예비지원그룹 프로그램을 개발하고, 결혼예비지원그룹 프로그램이 기독교청년의 결혼관, 자존감, 동반의존을 감소시키는지 그 효과를 검증하는데 있다. 본 연구목적을 달성하기 위한 구체적인 연구문제는 첫째, 결혼예비지원그룹 프로그램이 기독교청년의 결혼관, 자존감, 동반의존에 미치는 효과는 어떠한지, 둘째, 결혼예비지원그룹을 통한 기독교청년의 변화경험은 무엇인지에 관한 것이다.

4) 오윤선, "결혼준비교육 및 상담 프로그램 분석을 통한 기독교적 결혼예비상담연구", 한국복음주의기독교상담학회, 「복음과 상담」 제10권(2008): 194-200.

5) 김수경, "신혼기부부의 결혼적응을 위한 과제 개발에 대한 질적 연구"(석사학위논문, 고신대학교대학원, 2009), 38.

6) Jeff Helton, Lora Helton, & Gary Chapman, *Authentic Marriages*, 정동섭 역, 『진실한 결혼생활』(서울: 베다니출판사, 1999), 14-15.

## II. 펴는 글

### 1. 이론적 배경

#### 1) 기독교청년의 결혼관·자존감·동반의존

기존의 결혼준비교육은 교육과 예방을 전제로 하면서 가족관계를 부차적으로 다룬 경향이 있다. 그러나 가족 관계가 동반의존의 관계일 경우 가족구성원의 자존감이 낮아지고, 자녀가 부모로부터 독립하는데 어려움이 따른다. 본 연구는 기독교청년의 결혼관·자존감·동반의존에 대한 세 가지 변인을 중심으로 고찰해보고자 한다.

##### (1) 기독교청년의 결혼관

청년기는 인생주기 중 매우 복잡한 시기이다. 급변하는 사회 변화에 대처하기 위해 많은 과제를 해결하는데 있어 불안과 긴장감을 가지고 있다. 청년기에서 성인으로 이행되어 가는 과도기에서 가장 커다란 과제 중의 하나는 결혼이다.

기독교청년들은 가정에서 부모의 결혼생활을 통해 결혼생활을 간접적으로 경험하게 되며, 부모의 결혼이 자신의 결혼의 모델이 되기도 한다. 부모의 결혼이 성경적일 경우라면 순기능적인 영향을 받을 수 있지만 부모의 결혼이 역기능적일 경우에는 부정적인 영향을 받게 된다. 기독교청년들에게 영향을 미치는 결혼의 모델들이 왜곡되어 가고 부부는 각자가 지닌 문제 때문에 가정 내에서 상호보완적인 만족할 만한 역할을 만들어 내지 못하는 부조화의 상태로 결혼분열을 만들어 내고 있다.<sup>7)</sup> 위기적 결혼은 부부 상호 간에 애정이 부족하고 만족이 없으며 전반적으로 활기가 없고, 안정성이 없는 취약하고 유약한 결혼생활이 되고 있다. 이에 기독교청년은 성경적 결혼관을 바르게 이해할 필요가 있다. 기독교적인 발달과업에 따른 결혼준비프로그램은

7) 송정아 외 저, 『가족치료 이론과 기법』 (서울: 도서출판 하우, 2006), 65.

기독교적 정체감, 기독교적 친밀성, 기독교적 헌신의 향상에 근거한다는 김광률<sup>8)</sup>의 제시는 기독교청년의 결혼관에 중요한 기준이 될 것이다.

기독교청년의 결혼관은 성경적인 결혼관을 따르는 것을 전제로 한다. 구약에서는 결혼이 언약을 근거로 하는 남편과 아내 사이의 깨뜨릴 수 없는 계약관계이며, 신약에서는 결혼을 언약관계로 지켜져야 하는 것으로 정의하고 있다. 결혼의 원리는 부부가 진정한 하나가 되기 위하여 부모로부터 독립이 우선되어야 한다는 것이다. 결혼은 하나님과의 관계를 시작으로 배우자와 하나가 되는 과업이며 결혼의 모든 삶은 그리스도를 존중하며 거룩함을 이루어 가는 여정이다.

## (2) 기독교청년의 자존감(self-esteem)

신약성경은 인간을 죄에서 구속하기 위해 지불된 값이 하나님의 아들의 죽음임을 선포한다. 자존감에 대한 중요한 성경적 통찰의 열쇠가 그리스도의 죽음이다. 기독교청년들이 자신의 자존감에 대하여 확증할 기준이 예수 그리스도를 믿는 믿음에 두는 이유이다. 하나님께서는 그리스도로 인하여 죄인 된 인간과 화목을 선포하셨고, 이신칭의를 통해 죄인이었던 인간에게 의로운 자로 신분을 상승시켜주셨기 때문이다. 이는 그리스도인에게 있어서 높은 자존감은 하나님의 형상대로 창조된 인간의 본성이 타락하여 결코 회복할 수 없었지만 예수 그리스도의 대속의 죽음으로 말미암아 의롭다함을 입어 존귀한 존재가 되었다는 것이다.

신앙생활은 자신의 심리적 문제로 인해 자유를 누리는 기쁨을 갖기보다 자신을 비하하는 강박적인 긴장의 연속일 수밖에 없다. 그 원인이 낮은 자존감이며 그 뿌리가 어린 시절로 거슬러간다는 사실을 모르는 사람들은 이 문제를 해결하고자 더욱 더 강박적인 신앙생활을 하게 되고, 그것을 달성하지 못하는데서 오는 절망과 죄책감으로 자신을 비하한다.

---

8) 김광률, “기독교인의 결혼준비 집단상담의 개발 및 효과 검증”(박사학위논문, 계명대학교대학원, 2000), 256-258.

임철현<sup>9)</sup>은 낮은 자존감의 치유방안은 인간에 대한 인본주의적인 공감적 이해가 아니라, 근본적으로 하나님의 치유와 은혜에 그 초점을 맞추는데 있다. 즉, 피조물로서의 자신의 연약함을 인정하고 과거의 아픈 기억과 상처를 치료해 주시도록 자신을 하나님께 개방하면 하나님께서 과거의 기억과 상처를 치료해 주시기 때문이다. 자존감의 회복은 자신을 하나님의 은혜와 용서의 관점으로 바라보며 믿는 것으로 시작됨을 나타내고 있다.

한성범<sup>10)</sup>의 연구는 내적치유 사역을 통한 성도들의 자존감이 회복되었고 신앙경륜이 오래일수록, 신앙 활동 관여도가 높을수록 자존감이 높아짐을 보여주고 있다. 이는 내적치유 사역을 통해 회복된 자존감이 높을수록 신앙 성숙도(신앙 고백성, 교회 생활성, 사회 생활성)가 높아졌음을 보고하고 있다.

기독교청년의 자존감회복은 원가족에서 형성한 부모와의 관계 회복을 통한 치료에서 더 나아가 기독교청년 각자는 하나님의 형상으로 창조된 존재임을 인식하게 되면서 시작한다. 기독교청년들이 자신의 삶을 있는 그대로 인정하되 낮은 자존감을 긍정적인 시각으로 재정립하여 높은 자존감으로 변화를 시도할 필요가 있다. 본 연구의 고백적 나눔의 형식으로 이어지는 지원그룹의 방법으로 결혼준비프로그램을 실행하려는 목적이 이에 부응할 것으로 보는 것이다. 기독교청년들이 결혼의 삶에서 높은 자존감으로, 보다 현명한 선택을 할 수 있는 힘을 지니게 될 수 있다고 본다.

### (3) 기독교청년의 동반의존(co-dependency)

동반의존은 잃어버린 정체성(lost identity)을 가리키는 전문용어로, 건강하고 바람직한 의존성을 지칭하는 상호의존(interdependency)과 반대되는 말이다. 동반의존이란 역기능 가족 체계 내에서 모든 사람에게 자연적으로

9) 임철현, “낮은 자존감이 신앙에 미치는 영향과 치유방안”(석사학위논문, 목원대학교 대학원, 2000), 50-52.

10) 한성범, “자존감 회복과 내적치유 사역의 상관관계 연구”(석사학위논문, 총신대학교 목회신학전문대학원, 2010), 90-108.

발생할 수 있고, 타인과의 관계에서도 발생할 수 있지만 특히 가족 관계에서 뚜렷하게 나타나는 의존적인 관계 현상이라고 정의하고 있다. 동반의존은 친밀성과 관련한 경계와 개인의 주체성의 장애, 그리고 자율성의 저하로 인격 장애의 한 범주로 분류하고 있다.<sup>11)</sup>

본 연구에서는 기독교청년의 동반의존은 결혼에 대해 잃어버린 정체성을 의미하고 가족 관계에서 상호의존적인 사랑의 관계를 방해하는 인격 장애의 한 범주로 분류한다.<sup>12)</sup>

기독교인의 관계에서 우선적으로 사랑하고 섬겨야 할 대상은 하나님이다. 그러나 동반의존자들은 가장 우선 사랑하고 섬겨야 할 하나님 대신에 부모와 자녀를 사랑하고, 부모와 자녀에 대한 생각, 갈망, 감정, 욕구를 우선시 한다. 이는 사랑하는 대상의 우선순위가 바뀐 것이며, 하나님의 자리에 다른 사랑하는 대상을 놓은 것으로 우상숭배가 된다. 아울러 죄를 낳게 된다. 죄가 중독적 사회체계(addictive social system)를 가지고 나타날 때와 중독의 역동성 속에 인간의 죄 성이 나타날 때 죄와 중독은 밀접한 상관 관계를 가지게 된다.<sup>13)</sup>

기독교청년은 동반의존이 관계상의 중독임을 이해하여야 한다. 이로써 하나님과의 관계를 우선순위에 둔 성경적인 결혼의 원리를 실천할 수 있기 때문이다. 부모를 떠나 배우자와의 관계가 우선시 되는 연합 후에, 부부가 함께 부모를 섬기고 자녀를 사랑하는 관계의 질서를 바르게 적용하고 결혼의 원리를 실천할 수 있다.

---

11) 고병인, “알코올 중독자 가정의 성인아이들의 특징들”, 한세대학교, 『한세대학교 교수논문단』 제12권 (1998): 172-195.

12) Bruce Litchfield & Nellie Litchfield, *Christian Counseling and Family Therapy*, 정동섭·정성준 역, 『기독교 상담과 가족치료』 (서울: 예수전도단, 2002), 181-183.

13) 김병오, 『중독을 치유하는 영성』 (서울: 이레서원, 2003), 32.

## 2) 지원그룹프로그램

### (1) 지원그룹의 역사

지원그룹은 1935년 Wilson과 Smith에 의해 알콜중독자 치료를 위한 익명그룹(AA)으로 시작하였다. Wilson과 Smith가 시작한 12단계 프로그램의 기독교 뿌리는 영국에서 시작된 옥스포드 그룹(Oxford Group)의 미국 지도자였던 Shoemaker목사가 중요한 역할을 함으로써 지원그룹은 옥스퍼드 그룹의 가르침인 기본적인 6가지 원리에 기초한다. 첫째, 사람은 모두가 죄인이다. 둘째, 사람은 변화될 수 있다. 셋째, 변화 받기 위해서 우선적으로 요구되는 것은 죄의 고백이다. 넷째, 변화된 영혼은 직접적으로 하나님께 나아갈 수 있다. 다섯째, 기적의 시대가 도래 하였다. 여섯째, 변화된 사람은 다른 사람을 변화시킬 수 있다.

이에 윌슨은 AA그룹의 철학에 옥스퍼드 그룹의 다섯 가지 절차를 통합시켰다. 그 절차는 첫째, 하나님께 맡겨라, 둘째, 하나님의 지도하심을 따르라, 셋째, 지침서를 준수하라, 넷째, 보상(restitution)하라, 다섯째, 고백과 증거를 중심으로 한 나눔을 하라 이다.

위와 같은 내용들이 발전하여 자신을 치료함은 물론이며 다른 사람들을 예수 그리스도께로 인도하기 위한 12단계가 완성되기 시작하였다. 12단계는 성경 말씀을 통합시켜 정서적 치유뿐만이 아니라 영적인 성장까지 이룰 수 있도록 계획되었는데 이는 성령의 인도와 지도하심을 믿으며 하나님의 뜻에 순종하려는 모든 사람을 통하여 역사하시는 하나님의 다스리심을 확신하는 것에서 시작한다. 자신의 죄를 하나님과 다른 사람에게 고백하기 위하여 하나님께 전폭적으로 순종할 필요가 있음을 강조한다. Wilson과 Smith는 다른 사람을 변화시키기 위해서는 자신들의 결점과 허물을 고치고 자신들의 삶의 변화를 고백해야 한다는 것을 깨달았다.<sup>14)</sup>

---

14) 노용찬, “성인아이 지원그룹이 불안장애 치유와 자존감 회복에 미치는 영향에 관한 연구”, 「가정사역연구」 제4호 (1998): 85.

이것을 기초로 지원그룹은 기독교적으로 통합해 1980년대 초 캘리포니아 플라톤의 제일 복음주의 자유교회를 중심으로 'Overcomers Outreach'라는 이름으로 시작되었다. 지원그룹은 역기능 가정에서 자라난 어린이와 십대 청소년 그리고 성인을 위하여 개발한 기독교적 집단상담 프로그램이다. 침례교 목사 Sledge를 중심으로 1991년에 출간된 『가족치유·마음치유』는 전형적인 알코올 중독자 아버지 밑에서 성장한 성인아이에 적용되며, 지원그룹은 교회에서 소그룹 치유 사역에 사용되어 건강한 그리스도인과 가정을 세우기 위해 또 다시 재구성되었다.<sup>15)</sup>

Sledge의 12단계의 내용은 자존감의 발견, 충동적 행동의 인식, 수치심으로부터의 해방, 즐기는 것에 대한 두려움의 극복, 너무 일찍 성장한 사람들을 위한 도움, 완전주의와 미루는 습관, 고통스러운 기억의 치유, 자신의 수용, 상처를 준 사람들에 대한 용서, 축복으로 나아감, 복음과 나아갈 길 등에 관한 것이다.<sup>16)</sup>

그 후 교회에서 특별히 훈련을 받지 않고도 모든 교회에서 도입할 수 있는 부부 상호 지원그룹이 미국 시카고를 중심으로 1999년에 Helton 부부에 의해 개발되었다. Helton 부부가 개발한 Marriage Accountability Group은 직역하면 결혼 상호책임 그룹인데<sup>17)</sup>, 정동섭은 이를 부부 상호 지원그룹으로 한국에 소개하고<sup>18)</sup> 2005년 이 프로그램을 실시하였다. 이후, 한국의 여러 교회에서 이러한 회복사역이 시작하였다.

지원그룹은 그룹 안에서 각 개인의 경험, 장점, 소망을 나누고 기쁨과 상한 감정을 나눔으로써 다른 사람을 격려하며 서로를 지원하는 것으로, 특

15) 고병인, 『중독자 가정의 가족치료』 (서울: 학지사, 2003), 293-300.

16) Tim Sledge, *Making Peace with Your Past* (Nashville, TN.: Lifeway, 1991), 39-44.

17) Jeff Helton, Lora Helton & Gary Chapman, *Authentic Marriages: How to Connect with Other Couples through a Marriage Accountability Group* (Chicago, IL.: Moody Press, 1999), 14-15.

18) 정동섭, 『어떻게 사람을 변화시킬 수 있는가?』 (서울: 요단출판사, 1999), 155-156.

별히 학대나 중독으로부터 회복 과정에 있는 사람들에게 효과적이다. 지원 그룹은 서로를 고치거나 바꾸려는 시도를 하지 않는다. 오히려 서로를 지지(support)한다. 참가자들은 이러한 과정을 통해 이제까지 어떤 노력으로도 해결할 수 없었던 중독과 고질적인 습관의 문제에서 벗어나 한 걸음 한 걸음 회복을 경험하게 한다. 이러한 안전한 그룹에서의 나눔과 사람들의 지지 속에서 자신의 상처와 죄 등에 대하여 직면하고 하나님의 은혜 가운데 나와 다른 사람을 용서함으로써 회복이 일어난다. 이러한 지원그룹 내에서의 나눔을 통한 고백과 지지, 용서의 과정을 함께 해주는 것이 회복의 과정이 된다.<sup>19)</sup>

지원그룹 참여자들은 감정과 경험을 나눔으로써 억압했던 고통에 직면하고, 고통을 재 경험하는 가운데 성령의 도우심을 받아 건강한 인격으로 회복할 수 있다. 지원그룹은 신체적, 심리적, 사회적, 영적 차원을 모두 다루는 전인격적 접근이어야 한다.<sup>20)</sup>

본 연구에서는 직접적인 중독자의 문제를 다루는 것이 아니라 회복사역에서 사용하는 지원그룹의 나눔 형식을 사용하여 기독교청년의 결혼문제를 해결하는데 도움을 주고자 한다.

## (2) 지원그룹의 목표

Sledge의 12단계 지원그룹은 네 가지 목표를 지니는데, 그 네 가지 목표는 하나님과의 화평과 자신과의 화평, 다른 사람과의 화평, 그리고 화평을 유지함이다. 각 목표는 여러 단계를 두고 있다. 하나님과의 화평 목표는 우리의 상처를 알기 위한 것, 믿음의 시작에 대한 것과 우리의 삶을 하나님께 맡기기로 결정함에 대한 세 단계를 가진다. 자신과의 화평에 대한 목표는 자기 성찰에 관한 것, 자신의 죄와 결점에 대한 고백의 훈련, 내적인 변화, 즉 회개에 관한 것과 우리의 성품의 변화에 대한 네 단계를 포함한다. 다른

19) 고병인, 『중독자 가정의 가족치료』 (서울: 학지사, 2003), 160-172.

20) 정동섭, 『어떻게 사람을 변화시킬 수 있는가?』, 155-156.

사람과의 화평의 목표는 다른 사람과의 관계에 대한 성찰과 스스로의 보상을 위한 준비에 관한 것, 부상을 위한 훈련에 관한 것, 지속적인 회복 과정에 대한 세 단계를 가진다. 마지막으로 화평을 유지하는 목표는 기도와 명상에 대한 영적인 훈련에 관한 것과 다른 사람을 위한 증거에 관한 두 단계를 두고 있다. 결과적으로 지원그룹의 목표는 모두 12단계를 갖게 되는 것이다.

12단계는 영성훈련을 포함하는데 순종, 회심, 고백, 회개, 보상, 유지, 기도와 증거 등이 그것이다. 12단계 프로그램은 알코올 중독자뿐만 아니라, 다른 형태의 역기능 가정에서 성장한 성인아이 모두에게 적용될 수 있다. 이는 성경 말씀을 통합시켜 정서적인 치유뿐만이 아니라 영적인 성장까지 이룰 수 있도록 계획되어 있기 때문이다.

### (3) 지원그룹의 진행

회복사역의 핵심은 같은 상처를 가진 사람들이 모여 서로 상처를 고백하고 아픔을 나누는 ‘지원그룹’에 있다. 자신과 같은 처지에 놓인 사람들을 보면서 그로부터 오히려 위로를 얻고 자신의 아픈 상처를 치유할 수 있는 힘, 공감을 얻으며 지원을 받는다. 중독은 개인의 질병만이 아닌 가족의 질병이며 환자의 증상은 가족 상호간 역동적 관계의 표현이자 산물이다. 따라서 가족관계를 고려하지 않고 이뤄지는 개인 혹은 집단상담의 임상적 접근과 치료는 제한점이 있음을 보여준다.

지원그룹의 참여자들이 어떻게 자기 패배적인 행동과 태도를 긍정적이고 생산적인 것으로 대체시키도록 돕는가는 지원그룹 진행의 중요한 요소이다. Collins는 첫째, 악순환의 고리를 깨려면 성인아이가 옛 고통을 재경험하는 가운데 스스로 ‘정서적 표현’을 할 수 있도록 도와주어야 한다고 주장한다.<sup>21)</sup> 이는 참여자들이 감정을 억압하여 왔기 때문에 무엇보다 먼저

21) Gary R. Collins, *Christian Counseling*, 피현희·이혜련 역, 『크리스찬 카운슬링』 (서울: 두란노출판사, 1995), 733-736.

분노나 수치심, 슬픔, 죄책감 등의 감정이 수용되고 표현되도록 도와주어야 한다는 것을 의미한다. 따라서 성인아이가 지원그룹을 통하여 자신의 감정을 이해하고 수용하는 것을 경험하게 한다. 둘째, 자신의 문제가 어떻게 형성되었는지 이해하도록 돕는 것이다. 지원그룹에 참여함으로써 성인아이는 인지적 재구성을 할 수 있어야 한다. 셋째, 성인아이에게 새로운 대인관계 기술을 가르치고, 절제를 배우게 도와주며, 성인아이들이 파괴적 관계를 벗어나거나 중독을 중단하도록 도와주어야 한다. 지원그룹 참여자들이 ‘행동적 변화’를 경험할 수 있도록 돕는 것이다. 이 과정은 자신을 힘들게 했던 가해자를 용서하고 분노를 해소하는 과정을 의미한다.

회복사역의 지원그룹은 정서적인 면을 강조하고 간증 중심으로 느낌과 마음을 나눈다. 비밀 보장은 필수이며 고백하는 것이 처음부터 약속되어 있다. 지원그룹은 고백과 나눔 중에 끼어들어 말하는 것을 금지하고 본인들의 현재 상황을 간증하는 기독교적 집단상담 형태를 띠고 있다. 그러므로 지원그룹은 역기능 가정에서 자라난 성인아이들이 경험해보지 못했던 순기능 가정의 분위기를 경험하게 하는 특징이 있다.

본 연구의 프로그램은 ‘예방 및 교육’이 강조된 기존 결혼준비프로그램의 한계를 보완하기 위해 가족관계로부터 오는 자존감, 동반의존에 초점을 맞추었고, 지원그룹의 장점인 고백과 나눔의 진행방식을 택하며, ‘치료와 회복’을 추구하도록 하여 기존프로그램과 차별화를 두었다. 본 연구의 지원그룹 형식의 결혼예비프로그램은 기독청년이 진정한 예수의 제자로 거듭난 삶을 살게 하기 위하여 회복된 상태에서 배우자를 만나며, 부모를 떠남에 대하여 구체적으로 어떠한 결혼을 하여야 할 지 알 수 있도록 돕기 위해 구성된 것이다.

## 2. 연구방법

### 1) 프로그램 개발과정 및 실시

미혼 기독교청년의 결혼관, 자존감, 동반의존에 대한 고찰과 결혼준비교육 프로그램과 지원그룹의 선행연구에 대한 고찰을 통해 얻은 시사점을 기초로 계획된 본 연구의 프로그램 개발과정은 다음과 같다.

첫째, 1단계에서는 이론적 배경을 통해 성경적 결혼의 원리 중에 부모 떠남에 대한 바른 이해에 대해 다루었다. 자존감과 동반의존은 가족관계를 중심으로 재조명되었다.

둘째, 2단계에서는 현재 실행하고 있는 결혼준비프로그램들을 살펴보았다. 본 연구자가 H 신학대학교에서 진행한 “준비된 결혼학교” 프로그램의 참여자들은 서로의 나눔 시간이 부족함을 셀프 모니터링지 작성을 통해 지적하였다. 이들은 좀 더 많은 나눔을 요구하였고, 결혼에 대한 심층적인 개인상담도 필요로 하고 있었다. 이와 같이, 기존의 프로그램에서 미약하게 다루어지고 있는 부분에 대해 심층적으로 분석하였다.

셋째, 3단계에서는 기독교미혼청년을 위한 프로그램의 기본 모형을 프로그램의 내용과 진행방법으로 나누어 구성하였다.

넷째, 4단계에서는 실제적인 내용을 구성하였다. 프로그램의 내용은 Seldge의 12단계 영성훈련프로그램의 네 가지 목표를 수정한 것이다. 이 내용을 본 프로그램의 전체적인 틀로 정하였고, 각 회기는 성경적 결혼원리 중에 부모 떠남을 수행하기 위한 가족 관계의 재구조화를 핵심주제로 삼았다. 프로그램의 효과성을 측정하기 위해 기독교청년의 결혼관·자존감·동반의존의 변인을 선정하였다.

다섯째, 5단계에서는 프로그램의 진행방법을 구성하였다. 프로그램의 진행방법은 회복사역 지원그룹의 나눔 형식을 적용하기로 하였다. 그룹원들은 지원그룹의 고백적인 나눔을 통하여 그룹으로부터 상호간에 지지를 받고 자신을 이해하고 관찰하며 분석하는 과정에서 성령의 도움으로 성장

할 수 있도록 하였다.

여섯째, 6단계에서는 구성된 프로그램을 수정하고 보완하는 과정을 거쳤다. 각 회기는 도입, 전개, 심화, 정리단계로 구성되었으며, 각 회기를 마칠 때마다 그룹 원들이 셀프 모니터링지, 프로그램 평가서, 추수면담 평가서 등의 평가도구를 작성하도록 하였다.

일곱 번째, 7단계에서는 구성된 프로그램을 2011년 3월 13일부터 4월 17일까지 실험집단 10명을 대상으로 매주 1회, 150분씩, 5주 동안 실시하였다.

여덟 번째, 8단계에서는 결혼예비지원그룹 프로그램을 실시한 다음, 그 효과를 측정하기 위해 양적 및 내용 분석을 병행한 검증을 하였다. 기존 프로그램들은 프로그램의 효과를 대부분 양적으로 분석하고 해석하였는데, 지원 그룹 프로그램은 고백적인 나눔에 의한 변화와 성령의 인도를 받는 특성이 있으므로 내용 분석에 의한 평가도 필요하였다. 따라서 본 연구에서는 프로그램이 달성하고자 의도하는 성경적 결혼의 원리에 의한 부모 떠남과 자존감 및 가족 관계에서의 동반의존의 감소 효과를 알아보기 위해 양적 분석과 내용 분석에 의한 평가를 병행하였으며, 프로그램 효과의 지속성을 확인하기 위해 프로그램 종결 1개월 후의 추수평가도 실시하였다.

## 2) 프로그램의 회기별 목표 및 내용

Sledge의 12단계 지원 그룹 내용을 바탕으로 본 프로그램에 맞게 수정·보완하여 구성한 결혼예비지원그룹 프로그램의 제목은 “하나님! 결혼하고 싶어요”로 정하였다. 프로그램의 내용은 성경적인 결혼관과 자존감의 향상, 그리고 동반의존의 해체를 중심으로 구성하였다.

프로그램의 회기별 목표는 하나님과의 화평, 자신과의 화평, 다른 사람과의 화평, 화평 유지의 네 가지 목표이고 여기에 성경적인 결혼관 이해 목표를 추가하였다. 프로그램의 진행방법은 그룹원들의 고백과 나눔으로써 이는 프로그램의 실시를 원활하게 하였다. 매 회기마다 과제를 부여함으로

씨 각 회기가 다음 회기의 주제 강의 내용이나 그룹원의 생활과 연결되도록 하였다.

프로그램의 회기별 목표 및 내용은 다음과 같다.

첫째, 1회기의 목표는 성경적인 결혼관 이해이다. 프로그램의 목적과 프로그램의 특징인 지원그룹의 나눔에 대하여 인지하도록 하고 결혼을 위하여 기독교청년의 발달과제인 부모 떠남에 대하여 이해하도록 하였다.

둘째, 2회기의 목표는 성경적 관점을 지니고 자신이 현재 느끼는 자존감을 바르게 이해하기이다. 자존감 형성 과정은 Kohut의 자기 심리학이론을 설명함으로써 이해하도록 도왔다.

셋째, 3회기의 목표는 참여자들이 자신의 가족의 역기능성을 발견하고 이해하기이다. Bowen의 가족체계에서의 미분화와 동반의존적인 가족체계의 유기적인 관계를 설명하였으며, 나아가 자신의 현재를 수용하고 미래를 설계하도록 하였다.

넷째, 4회기의 목표는 동반의존을 해체하고 자신과 부모를 이해하고 수용하기이다. 동반의존의 사회적 관점과 성경적 관점을 한국문화의 배경을 통하여 이해하도록 하였다. 동반의존이 가족 병력임을 이해하고 가족관계의 동반의존적인 부분을 끊는 방법을 구상하였다.

다섯째, 5회기의 목표는 하나님과의 교제를 막는 정서적 영적 장애의 극복과 부모와 화해하기이다. 기독교청년은 하나님께 용서받음을 경험한 영적인 사람으로서, 참여자들이 하나님과의 교제를 막는 가족관계의 동반의존적인 부분을 끊고 정서적이거나 영적으로 성숙한 삶을 살아내도록 격려한다. 거룩한 가정 지킴이로 부르시는 하나님의 음성에 응답하여 미래의 결혼생활에 대한 다짐을 하며, 4주 후에 추수모임을 가질 것을 예고하였다. 프로그램의 회기별 목표와 내용은 <표 1>과 같다.

〈표 1〉 프로그램의 회기별 목표와 내용

회기 및 제목	단계	목표 및 내용
제 1회기 나의 사랑, 나의 결혼	성경적인 결혼관 이해의 단계	자신의 사랑과 결혼관이 성경적으로 부모를 떠남을 이해하고 점검한다.
제 2회기 나의 자존감	자존감이 하나님과의 화평을 이루었는지 확인하는 단계	거짓된 자아를 버리고 자신을 있는 그대로 수용하여 자존감을 회복한다.
제 3회기 내가 사랑하는 나의 가족	가족과 자신과의 관계가 화평한지를 다루는 단계	나의 가족의 역기능성을 발견하고 이해한다.
제 4회기 고리 끊고 홀로서기 (동반의존)	동반의존을 끊기 위해 다른 사람과의 관계를 점검하는 단계.	동반의존의 해체로 자기와 부모를 이해하고 수용한다.
제 5회기 해피 웨딩 (성장)	성경적인 성숙을 유지하기 위해 영성을 이해하는 단계.	하나님과의 교제를 막는 정서적, 영적장애를 극복하고 부모와 화해한 후 결혼을 생각하도록 한다.

### 3) 연구 설계

본 연구의 연구설계는 사전사후실험집단통제집단 설계이고 이를 도식화하면 다음과 같다.

〈표 2〉 사전사후실험집단통제집단 설계

실험집단	01	X	02	03
통제집단	04		05	

X는 처치변인으로 결혼예비지원그룹 프로그램을 나타내고, 01과 04는 사전검사인 결혼과 가족, 자존감, 동반의존검사의 실시를 말한다. 02와 05는 사후검사인 결혼과 가족, 자존감, 동반의존검사의 실시를 말한다. 03은 추수평가로서 추수평가 질문지를 실시하였다.

#### 4) 연구대상

본 연구의 대상은 기독교대한성결교회 총회에 소속되어 있는 E교회의 청년부에 속한 10명을 실험집단으로 선정하였으며, 통제집단은 서울의 다른 지역에 있는 대한예수교장로회 총회에 소속되어 있는 N교회의 청년부 10명이다. 이들은 결혼파트너가 확정되어 있지 않다.

#### 5) 측정도구

본 연구에서 사용한 결혼관 검사지, 자존감 검사지, 동반의존 검사지, 셀프 모니터링지, 프로그램 평가서, 추수면담 평가서에 대한 구체적인 내용은 다음과 같다.

##### (1) 결혼관 검사지

결혼관 측정을 위해서 김혜선 외(1998)<sup>22)</sup>가 개발한 ‘청년기 미혼남녀의 결혼준비도’ 척도를 사용하였다. 이 검사에서 높은 점수일수록 결혼은 선택적이라는 가치관과, 낮은 점수일수록 결혼의 당위성과 필요성에 대한 가치관을 나타낸다. 이숙희(2003)의 연구<sup>23)</sup>에서 이 척도에 대한 신뢰도는 .80이었고 본 연구에서 결혼관검사에 대한 신뢰도는 Cronabch 알파계수 .76이다.

##### (2) 자존감 검사지

‘자존감 검사지’는 버지니아 사티어가 만든 검사지로 이 검사지는 박완철(2007)의 연구<sup>24)</sup>에서 수정 보완되어 사용되었고 본 연구는 이 검사지를 그대로 사용하였다. 이 검사점수에서 90이하는 낮은 자존감, 91-120은 조금 낮은 자존감, 121-180은 보통 정도의 자존감, 181 이상은 높은 자존감

22) 김혜선·한은주, “미혼남녀의 결혼준비도 평가를 위한 척도 개발 II”, 한국방송대학교, 『한국방송대학교 논문집』 제26집 (1998): 397-416.

23) 이숙희, “대학교양과정으로서의 결혼준비교육 프로그램의 효과성 검증 -S대학교 학생을 중심으로-”(석사학위논문, 신라대학교 사회정책대학원, 2003), 23.

24) 박완철, “사티어의 의사소통 이론을 적용한 구역 프로그램 개발”(석사학위논문, 한남대학교 학제신학대학원, 2007), 102-105.

으로 평가한다. 본 연구에서 자존감에 대한 신뢰도는 Cronbach 알파계수 .85로 나타났다.

(3) 동반의존 검사지

동반의존 검사지는 Friel이 알코올 중독가족 공동의존에 대하여 개발한 척도를 바탕으로 만들어졌고 최송식(1995)이 이를 수정보완하여 사용하였는데<sup>25)</sup>, 본 연구에서는 최송식의 연구에서 사용한 도구를 그대로 사용하였다. Friel 연구에서 신뢰도는 .92, 최송식의 연구에서는 .86이었다. 본 연구에서 동반의존에 대한 신뢰도는 Cronbach 알파계수 .61로 나타났다.

(4) 셀프 모니터링지

본 연구에서는 프로그램의 효과에 대한 관찰 및 면담 결과의 내용 분석을 위해서 자기 보고 형식인 셀프 모니터링지를 사용하였다. 셀프 모니터링지는 각 회기를 종료하기 전 그룹 원들이 그 회기 진행 동안 가졌던 느낌이나 생각들을 기록하도록 하기 위한 것이다.

(5) 프로그램 평가서

본 연구에서는 프로그램이 전체 그룹 원들에게 어떻게 도움이 되었는지 알아보기 위해 프로그램 평가서를 사용하였다. 프로그램의 내용 및 진행방식에 대한 만족도 평가와 프로그램의 효과에 대한 자기 평가 등을 실시하였다.

(6) 추수면담 평가서

본 연구에서는 프로그램 종결 1개월 후 실험집단에게 프로그램의 효과가 추후에 지속되는지의 여부를 알아보았다.

6) 자료분석

본 연구의 자료 분석은 PASW Statistics 18.0 통계 프로그램을 이용하여 각 문항에 대한 Cronbach  $\alpha$  계수를 산출하여 문항간의 신뢰도를 측정하였

---

25) 최송식, “알콜중독 가족의 공동의존증에 대한 사정과 개입전략”(박사학위논문, 부산대학교대학원, 1995), 122.

고, 실험집단과 통제집단의 평균차이검증을 위해 t-test를 실시하였다. 내용분석을 위해서는 셀프모니터링지, 프로그램평가서, 추수면담평가서가 사용되었다.

### 3. 연구결과

결혼예비지원그룹프로그램이 기독교청년의 결혼관, 자존감, 동반의존에 미치는 효과를 분석한 결과는 다음과 같다.

#### 1) 결혼예비지원그룹 프로그램이 결혼관에 미치는 효과

##### (1) 실험집단과 통제집단 간의 사전-사후 평균 차이 검증

먼저 실험집단과 통제집단간의 동질성을 살펴보기 위하여 t-test를 실시한 결과,  $p < .05$ 수준에서 유의한 차이를 보이지 않아 집단의 동질성은 확보되었음을 알 수 있다( $t=0.86, p=.401$ ).

실험집단과 통제집단의 결혼관에 대한 사전-사후 평균 차이 검증 결과는 <표 3>과 같다.

<표 3> 실험집단과 통제집단의 사전-사후 결혼관 차이

		n	평균	표준편차	평균 차	t	p
통제집단	사전	10	61.10	6.06	-1.30	-1.04	.328
	사후	10	62.40	3.72			
실험집단	사전	10	58.50	7.37	3.90	3.28	.009**
	사후	10	54.60	7.00			

\*\* $p < .01$

통제집단은 사전  $M=61.10$ , 사후  $M=62.40$ 으로 사후 평균이 높게 나타났으나 통계적으로는 유의하지 않았다. 그러나 실험집단은 사전  $M=58.50$ ,

사후 M=54.60으로 사후 평균이 낮아 결혼관 점수가 감소된 것으로 나타났다(p<.01). 결혼관은 높은 점수일수록 결혼은 선택적이라는 가치관을 지니고 있고, 낮은 점수일수록 결혼은 필요한 것이고 당연히 해야 한다는 가치관을 가지고 있음을 의미한다. 따라서 결혼예비지원프로그램이 기독청년의 성경적 결혼관 이해에 효과가 있다는 것을 알 수 있다.

(2) 기독청년의 결혼관에 대한 사전, 사후 변화에 대한 내용 분석

결혼예비지원그룹 프로그램을 통해 그룹 원의 결혼관에 변화가 있었는지, 1회기의 목표에 맞추어 연구자가 지원그룹 나눔 및 속기의 기록, 프로그램 평가서 작성 내용을 요약하고 분석한 결과는 <표 4>에서 볼 수 있다. 다음과 같다.

<표 4>는 지원그룹 원의 결혼관에 대한 생각과 태도의 사전-사후변화를 나타낸 것으로, 프로그램 평가서 중 “프로그램을 통하여 변화가 있다면 어떤 것이 있습니까?”라는 항목에서 결혼관에 대한 부분을 정리한 것이다.

<표 4> 결혼관에 대한 생각과 태도의 변화

범주	세 부 내 용	
	사 전	사 후
결혼관	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 결혼의 필요성 느끼지 않음</li> <li>• 청혼할 사람이 없을 것 같음</li> <li>• 결혼 전의 성관계를 나쁘다고 생각하지 않았음</li> <li>• 결혼가망이 없다고 생각, 결혼생각하지 못했음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 성경적인 결혼관으로 전환하는 계기가 됨</li> <li>• 결혼자체가 부모님으로 부터의 독립임을 이해하게 됨</li> <li>• 빨리 결혼하고 싶은 생각을 하게 됨</li> <li>• 결혼에 대해 더 알고 싶은 생각 갖게 됨</li> <li>• 성관계는 부부에게 주신 선 물임을 알게 됨</li> <li>• 결혼을 위해 준비해야 할 것들을 자신 스스로 준비하려 함</li> <li>• 결혼 전에 부모님과 독립적인 관계형성의 필요성 인식</li> <li>• 하나님과의 친밀한 관계가 성경적인 결혼을 만드는 최선임을 알게 됨</li> </ul>

지원그룹 참가자들은 본 프로그램을 통해 결혼을 하자고 할 사람이 없을 것 같아 결혼은 하지 말아야겠다는 생각과 결혼을 꼭 안 해도 된다는 생각 등의 성경적이지 않았던 자신의 결혼관을 인지하고 고백하였다. 또한 성경적 관점에서 결혼에 대해 다시 한 번 생각하는 좋은 기회가 되었고, 결혼자체가 부모님으로부터 독립하는 것이라는 사실과 하나님과의 관계가 가까운 가정을 만들어야 한다는 성경적인 결혼관으로 전환하는 계기가 된 것을 볼 수 있다. 그룹원들의 변화된 결혼관을 볼 때, 기독교청년을 대상으로 한 결혼예비지원그룹 프로그램이 성경적인 결혼관으로 전환시키는데 유용한 효과가 있음을 알 수 있다.

## 2) 결혼예비지원그룹 프로그램이 자존감에 미치는 효과

### (1) 실험집단과 통제집단의 사전-사후 평균 차이 검증

먼저 자존감에 대한 실험집단과 통제집단의 동질성을 살펴보기 위하여 t-test를 실시한 결과,  $p < .05$ 수준에서 유의한 차이를 보이지 않아 집단의 동질성은 확보되었음을 알 수 있다( $t=1.71, p=.104$ ).

실험집단과 통제집단의 자존감에 대한 사전-사후 평균 차이 검증 결과는 <표 5>과 같다.

<표 5> 실험집단과 통제집단의 사전-사후 자존감 차이

		n	평균	표준편차	평균 차	t	p
통제집단	사전	10	156.40	12.30	5.70	2.03	.058
	사후	10	150.70	14.52			
실험집단	사전	10	146.00	14.74	-6.40	2.43	.038*
	사후	10	152.40	16.59			

\* $p < .05$

통제집단은 사전  $M=156.40$ , 사후  $M=150.70$ 으로 사후 평균이 높게 나

타났으나 통계적으로유의한 차이는 없었다. 그러나 실험집단은 사전 M=146.00, 사후 M=152.40으로 사후 평균이 높아 자존감이 향상된 것으로 나타났다(p<.05). 따라서 결혼예비지원그룹 프로그램이 기독교청년의 자존감 향상에 효과가 있음을 알 수 있다.

(2) 기독교청년의 자존감에 대한 사전, 사후 변화 내용 분석

결혼예비지원그룹 프로그램을 통해 그룹 원의 자존감에 변화가 있었는지 2회기의 목표에 맞추어 연구자가 지원그룹 나눔 및 속기의 기록, 프로그램 평가서 작성 내용을 요약하고 분석한 결과는 <표 6>과 같다.

<표 6>은 지원 그룹 원의 자존감에 대한 생각과 태도의 사전-사후변화를 나타낸 것으로, 프로그램 평가서 중 “프로그램을 통하여 변화가 있다면 어떤 것이 있습니까?”라는 항목에서 자존감에 대한 부분을 정리한 것이다.

<표 6> 자존감에 대한 생각과 태도의 변화

범주	세 부 내 용	
	사 전	사 후
결혼관	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 낮은 자존감으로 고민</li> <li>• 자존감이 잘못 형성된 것으로 여겼음</li> <li>• 자존감과 하나님을 별개로 인식</li> <li>• 자신이 형편없어서 믿을 존재가 아니라고 생각했었음</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 나의 가치 존중 인식함</li> <li>• 자신을 존중하여 표현하는 방법을 알게 됨</li> <li>• 자존감이 결혼에 미치는 영향을 알게 됨</li> <li>• 나의 자존감 형성이 긍정적임을 알게 됨</li> <li>• 나 자신에 대한 신뢰감이 생김</li> <li>• 자존감의 균형이 필요함을 인식</li> </ul>

그룹원들은 Kohut의 자기심리학을 통해 세상에 태어나서 처음 만난 자신의 양육자와의 관계를 유추하며 현재의 자신의 자존감을 되돌아보는 기회를 가졌다. 회기 중에 나는 지원그룹의 나눔을 통하여 자신을 정말로 사랑해 주고 싶다는 생각을 하게 되었고, 자신을 표현할 수 있는 방법을 알게

되어서 좋았으며, 자신을 믿는 자신에 대한 신뢰가 생겼고, 자신의 자존감에 대해 균형이 필요하다고 생각하게 되었음을 표현하는 것으로 보아 기독교청년에게 지원그룹 결혼준비프로그램이 유효한 영향을 주었다고 생각된다.

3) 결혼예비지원그룹 프로그램이 동반의존에 미치는 효과

(1) 실험집단과 통제집단의 사전-사후 평균 차이 검증

먼저 실험집단과 통제집단간의 동반의존에 대한 동질성을 살펴보기 위하여 t-test를 실시한 결과,  $p < .05$ 수준에서 유의한 차이를 보이지 않아 집단의 동질성은 확보되었음을 알 수 있다( $t=0.06, p=9.55$ ).

실험집단과 통제집단의 동반의존에 대한 사전-사후 평균 차이 검증을 한 결과는 <표 7>과 같다.

<표 7> 실험집단과 통제집단의 사전-사후 동반의존 차이

		n	평균	표준편차	평균 차	t	p
통제집단	사전	10	31.30	7.57	-2.50	2.18	.059
	사후	10	33.80	6.20			
실험집단	사전	10	31.30	8.16	3.40	2.50	.034*
	사후	10	27.70	7.72			

\* $p < 0.05$

통제집단은 사전  $M=31.30$ , 사후  $M=33.80$ 으로 사후 평균이 높게 나타났으나 통계적으로는 유의한 차이가 없었다. 그러나 실험집단은 사전  $M=31.30$ , 사후  $M=27.70$ 으로 사후 평균이 낮아 동반의존이 감소한 것으로 나타났다( $p < .01$ ). 따라서 결혼예비지원그룹 프로그램이 기독교청년의 동반의존을 감소시키는데 효과가 있음을 알 수 있다.

(2) 기독교청년의 동반의존에 대한 사전, 사후 변화에 대한 내용 분석  
결혼예비지원그룹 프로그램을 통해 그룹 원의 동반의존에 변화가 있었

는지 4회기의 목표에 맞추어 연구자가 지원그룹 나눔 및 속기의 기록, 프로그램 평가서 작성 내용을 요약하고 분석한 결과는 <표 8>과 같다.

<표 8>은 지원그룹 원의 동반의존에 대한 생각과 태도의 사전-사후변화를 나타낸 것으로 프로그램 평가서 중에 “프로그램을 통하여 변화가 있다면 어떤 것이 있습니까?”라는 질문에서 동반의존에 대한 부분을 정리한 것이다.

<표 8> 동반의존에 대한 생각과 태도의 변화

범주	세 부 내 용	
	사 전	사 후
결혼관	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 가정에서 이루어지는 가족 관계가 어른들이 하던 대로 그냥 따라서 하는 것이 전통인 줄 알았음</li> <li>• 돈의 필요로 인해 돈에 대해 실세인 부모님과의 관계에 의존함</li> <li>• 무조건 어머니의 말씀에 의존함</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 그리스도인은 예수 그리스도 안에서 결혼관을 재정립해야 함을 이해함</li> <li>• 부모님으로부터 자연스럽게 독립할 수 있는 방법을 생각함</li> <li>• 성인임을 자각하고 독립해야 할 것들을 생각함</li> <li>• 부모님과의 동반의존적인 부분들을 극복하기 위해 자신의 노력이 좀 더 필요함을 인식</li> </ul>

그룹원들은 기독교청년의 믿음생활은 무조건 착해야 한다는 선입견을 가지고 있어 자신의 의견을 표현하지 않고 억압해온 것을 알게 되었다. 또한 가정 내의 가족 관계가 어른들이 하던 대로 그냥 따라서 하는 것이 전통인 줄 알았던 점과 무조건 어머니의 말씀에 의존하는 것이 옳지 않을 수 있다는 생각을 하게 되었다. 그룹 원들은 본 프로그램을 통해 동반의존은 가족 질병이며 죄의 뿌리가 된다는 것을 충격적으로 받아 들였다. 그리고 동반의존을 해체하기 위해서는 부모를 용서해야 하고, 부모를 떠나는 결혼의 원리를 깨달았다는 점에서 결혼예비지원그룹 프로그램이 동반의존을 감소시키는데 효과가 있었다는 사실을 알 수 있다.

### III. 닫는 글

본 연구 결과에 대해 논의를 통해 내린 결론은 다음과 같다.

첫째, 결혼예비지원그룹 프로그램은 기독교청년들의 당위성과 필요성에 의한 성경적 결혼관을 향상시키는데 효과가 있었다.

둘째, 결혼예비지원그룹 프로그램은 기독교청년들의 자존감을 향상시키는데 효과가 있었다.

셋째, 결혼예비지원그룹 프로그램은 기독교청년들의 동반의존을 감소시키는데 효과가 있었다.

넷째, 전체적인 프로그램 평가에서 지원그룹 진행방식은 기독교청년들이 믿음이라는 틀 안에서 분노나 수치심, 슬픔, 죄책감 등의 감정표현을 억압 하던 태도를 바꾸어 자신의 감정을 표현하게 되는 효과가 있었다. 고백과 나눔을 통한 지원그룹의 진행형식에서 나타난 내용과 진행자의 관찰, 면담, 평가질문지결과를 근거로 한 내용 분석에서도 양적분석과 동일한 유의미한 변화경향을 볼 수 있었다. 따라서 기독교청년을 대상으로 한 결혼예비 지원그룹 프로그램은 기독교청년에게 유용한 결혼교육 프로그램임이 확인되었다.

결론적으로 본 연구에서 개발한 프로그램은 기독교미혼청년들이 건강한 결혼과 가정을 이루는데 도움이 되도록 그 내용과 진행방식이 적절하게 구성되었다고 할 수 있다. 본 연구의 의의는 기독교청년에게 요구되는 성경을 근거로 한 결혼준비교육프로그램을 개발하고 치유 및 효과를 극대화시킬 수 있는 지원그룹진행방식을 프로그램에 접목시켰다는 점에 있다.

본 연구결과를 토대로 후속연구를 위해 제안하면 다음과 같다.

첫째, 기독교청년들에게 성경적인 원리에 부합하는 ‘치료와 회복’의 결혼준비교육 프로그램의 기회를 제공하고 지도하여야 할 것이다.

둘째, 본 연구의 대상자는 1단계에 속하는 결혼 파트너가 결정되지 않은

기독교청년이었다. 후속연구에서는 결혼파트너가 결정된 예비부부 커플을 위한 2단계나 신혼부부를 위한 3단계와 같은, 내용의 차별화를 둔 결혼준비프로그램의 개발이나 그 효과검증이 필요하다.

셋째, 본 연구에서 참여자들의 몇몇은 후속 프로그램에 권하고 싶은 사람에 대하여 부모님이라고 응답하였다. 이는 준비 없는 결혼 생활의 어려움에 대해 그룹 원들이 인식하게 된 것이라고 볼 수 있다. 따라서 이미 결혼한 부부들에게도 결혼 생활을 재정립하도록 이와같은 프로그램을 실시하고 연구할 필요가 있다.

## 【 참고문헌 】

- 고병인. “알코올 중독자 가정의 성인아이들의 특징들”. 한세대학교. 「한세대학교 교수논단」. 제12권(1998): 172-195.
- 고병인. 『중독자 가정의 가족치료』. 서울: 학지사, 2003.
- 김갑성. “자존감 회복 방안 연구: 코헛(H. Kohut)의 자기대상론을 중심으로”. 박사학위논문, 호서대학교대학원, 2007.
- 김광률. “기독교인의 결혼준비 집단상담의 개발 및 효과 검증”. 박사학위논문, 계명대학교대학원, 2000.
- 김병오. 『중독을 치유하는 영성』. 서울: 이레서원, 2003.
- 김수경. “신혼기 부부의 결혼적응을 위한 과제 개발에 대한 질적연구”. 석사학위논문, 고신대학교 기독교상담복지대학원, 2009.
- 김혜선·한은주. “미혼남녀의 결혼준비도 평가를 위한 척도 개발Ⅱ”. 한국방송대학교. 「한국방송대학교 논문집」 제26집(1998): 397-416.
- 노용찬. “성인아이 지원그룹이 불안장애 치유와 자존감 회복에 미치는 영향에 관한 연구”. 「가정사역연구」 제4호(1998): 85.
- 박완철. “사티어의 의사소통 이론을 적용한 구역 프로그램 개발”. 석사학위논문, 한남대학교 학제신학 대학원, 2007.
- 송정아 외. 『가족치료 이론과 기법』. 서울: 도서출판 하우, 2006.
- 양희숙. “학생선교단체 대학생 가정의 역기능성에 관한 연구”. 석사학위논문, 침례신학대학교 신학대학원, 1996.
- 오운선. “결혼준비교육 및 상담 프로그램 분석을 통한 기독교적 결혼 예비상담 연구”. 한국복음주의기독교상담학회. 「복음과 상담」 제10권(2008): 194-220.
- 이숙희. “대학교양과정으로서의 결혼준비교육 프로그램의 효과성 검증 -S대학교 학생을 중심으로-”. 석사학위논문, 신라대학교 사회정책대학원, 2003.
- 임철현. “낮은 자존감이 신앙에 미치는 영향과 치유방안”. 석사학위논문, 목원대학교대학원, 2000.
- 정동섭. 『어떻게 사람을 변화시킬 수 있는가?』. 서울: 요단출판사, 1999.
- 최송식. “알콜중독 가족의 공동의존증에 대한 사정과 개입전략”. 박사학위논문

- 문, 부산대학교대학원, 1995.
- 한성범. “자존감 회복과 내적치유 사역의 상관관계 연구”. 석사학위논문, 총신대학교 목회신학전문대학원 2010.
- Collins, Gary R. *Christian Counseling*. 피현희·이혜련 역. 『크리스찬 카운슬링』. 서울: 두란노출판사, 1995.
- Helton, Jeff, Lora Helton, & Gary Chapman. *Authentic Marriages*. 정동섭 역. 『진실한 결혼생활』. 서울: 베다니출판사, 1999.
- Helton, Jeff, Lora Helton, & Gary Chapman. *Authentic Marriages: How to Connect with Other Couples through a Marriage Accountability Group*. Chicago, IL.: Moody Press, 1991.
- Litchfield, Bruce & Nellie Litchfield. *Christian Counseling and Family Therapy*. 정동섭·정성준 역. 『기독교 상담과 가족치료』. 서울: 예수전도단, 2002.
- Sledge, Tim. *Making Peace with Your Past*. Nashville, TN.: Lifeway, 1991.
- “결혼 비용 부모의존도 가장 높아”. MBC 뉴스, 2011.3.8.

【 Abstract 】

## Development and Effect of the Marriage Preparation Support Group Program for Christian Young Adults

**Kyung Ok Park & Sook Ja Han**

Hanyoung Theological University

The purpose of this research is to develop the marriage preparation support group program for Christian young adults and to verify its effectiveness in helping them to establish a Biblical outlook on marriage, enhance self-respect, and lower co-dependency. The main results of this study are as follows.

First, in marriage outlook test, the control group had a pretest average of 61.10 and posttest average of 62.40, showing no significant difference. The experimental group had a pretest average of 58.50 and a posttest average of 54.60, and this lower posttest average was statistically significant ( $p < 0.01$ ). This shows the enhancement of a Biblical marriage outlook based on the appropriateness and necessity of marriage.

Second, in the self-respect test, the control group did not show a significant difference between pretest and posttest averages, but the experimental group had a pretest average of 146.00 and a posttest average of 152.40, having a significant higher posttest average ( $p < 0.05$ ). This shows that the marriage preparation program was effective in improving self-respect for Christian young adults.

Third, in the co-dependency test, the control group did not show a significant difference between pretest and posttest averages. The experimental group had a pretest average of 31.30 and a posttest average of 27.70, with a lower posttest score ( $p < 0.05$ ), and these results show that the marriage preparation program was effective in lowering co-dependency among Christian young adults.

**Key words:** Christian young adults, outlook on marriage, self-respect, co-dependency, marriage preparation support group program