

가족각본의 목회상담 적용에 관한 연구

- 보웬의 가족치료 이론과 인생각본의 비교를 중심으로 -

이영하* 최광현**

국문초록

가족은 우리가 태어나 처음으로 관계를 맺는 곳이다. 우리가 가족 안에서 어떤 관계를 맺고 어떤 감정을 경험하였는가는 평생 간직된다. 사람들은 어린 시절의 가족관계를 통해서 세상에 대한 밑그림을 그리며, 이 그림은 우리를 세상으로 인도하며, 수많은 인간관계와 만남 속에서 중요하게 작동할 기대치를 형성한다고 한다. 인생의 밑그림은 TA(Transaction Analysis, 교류분석)의 인생각본과 그 의미가 유사하다. 인생각본은 인생의 중요한 국면에서의 행동을 결정할 만큼 강력한 것으로 사람이 살아가는 방법에 큰 영향을 미친다. 특히 불행한 가족관계 안에서 성장한 자녀들은 자신의 가족 안에 흐르는 세대 전수의 굴레를 모른 채 불행한 가족관계를 반복한다. 가족의 문제와 갈등이 한 세대에 그치는 것이 아니라 다음 세대까지 반복되는 것이다. 가족관계에서 되풀이되는 불행한 패턴에 관심을 가진 가족치료사 중 한 사람은 보웬이다. 보웬의 이론에서 나타나는 가족이라는 정서체계는 이미 각본으로서 현재의 가족이 살아가는 가족관계의 시나리오라 할 수 있다. 이 가족 정서체계에서 나타나는 행동패턴을 본 연구자는 '가족각본'으로 보려고 한다. 또한 가족각본의 이해를 통해 목회상담적 측면에서 가족각본이 어떻게 적용될 수 있을지를 논의해 보고자 한다.

중심단어 : 가족각본, 인생각본, 보웬의 가족치료 이론, 목회상담, 되풀이 패턴

• 논문 투고일: 2013년 4월 14일

• 논문 수정일: 2013년 4월 30일

• 게재 확정일: 2013년 5월 4일

*한세대학교

**한세대학교

www.kci.go.kr

I. 여는 글

가족은 우리가 태어나 처음으로 관계를 맺는 곳이다. 우리가 가족 안에서 어떤 관계를 맺고 어떤 감정을 경험하였는가는 평생 간직된다. 사람들은 어린 시절의 가족관계를 통해서 세상에 대한 밑그림을 그리며, 이 그림은 우리를 세상으로 인도하며, 수많은 인간관계와 만남 속에서 중요하게 작동할 기대치를 형성한다.¹⁾ 인생의 밑그림은 교류분석(Transaction Analysis)의 인생각본(Life Script)과 유사하다. 인생각본이라는 것은 자신이 어린 시절에 쓴 자신의 인생 이야기로, 인생을 어떻게 살아갈지에 대해 정한 기본적 인생 패턴이다. 그래서 비슷한 환경에서 자라도 그 사람의 결단 방식에서 상당히 다른 인생각본이 형성되게 된다.²⁾ 사람들은 어른이 되어서 자신의 인생각본을 기억하지 못하면서도 그 인생 이야기대로 살아가게 된다.³⁾ 특히 어린 시절 불행한 가족관계를 경험한 사람들은 자신도 모르게 과거의 경험을 재현하며 무의식적으로 불행을 반복한다. 이처럼 가족관계는 수 세대에 걸친 되풀이 패턴(recurring pattern)을 통해 한 세대에 그치는 것이 아니라 다음 세대까지 반복된다.⁴⁾ 이와 같은 반복적인 패턴을 처음으로 언급한 사람은 Sigmund Freud로, 개인에게서 반복되는 되풀이 패턴을 반복강박(repetition compulsion)이라 했다.

가족관계에서 되풀이되는 불행한 패턴에 관심을 가진 가족치료사 중 한 사람은 Murray Bowen이다. 보웬의 이론은 다른 가족치료 이론보다 가족을 다세대적 현상으로 보고 원가족과의 관계 분석을 통하여 현재 가족의

1) 최광현, 『가족의 두 얼굴』(서울: 부키, 2011), 92.

2) 정성란, “각본분석 과정에 관한 연구: TA이론을 중심으로”, 제주대학교학생활연구소, 『學生活研究』 제22권 (2001): 258.

3) Ian Stewart & Vann Joines, *TA Today: A New Introduction to Transactional Analysis*, 제석봉·최외선·김갑숙·윤대영 공역, 『현대의 교류분석』(서울: 학지사, 2010), 29.

4) 최광현, 『가족의 두 얼굴』, 60.

문제를 파악하려고 한다.⁵⁾ 즉 현재의 가족체계는 이미 원가족과 수 세대 이전의 가족체계의 영향으로 이루어졌다는 것이다. 이처럼 보웬의 가족치료 이론에서 나타나는 가족이라는 정서체계는 이미 각본으로서 현재의 가족이 살아가는 가족관계의 시나리오라 할 수 있다. 본 연구자는 가족 정서체계에서 나타나는 이러한 행동 패턴을 ‘가족각본(Family Script)’이라 명명할 것이다.

본 논문의 첫 번째 목적은 보웬의 가족치료 이론과 TA의 인생각본의 개념들을 비교해 보며, 그 유사점을 통해 가족각본을 이해하는 것이다. 이를 위해서 보웬의 다세대 전수 과정, 핵가족 정서체계, 삼각관계 그리고 자아분화와 TA의 인생각본의 형성과정, 인생각본, 게임 그리고 인생 태도를 각각 비교해 볼 것이다. 두 번째 목적은 교회 안에서의 역기능적인 가족의 패배적인 가족각본을 분석하여 가족의 회복을 도울 수 있도록 가족각본의 목회상담 적용에 관해 논의하고자 한다.

II. 펴는 글

1. 보웬의 가족치료 이론과 TA의 인생각본의 비교

1) 보웬의 가족치료 이론과 TA의 인생각본의 개요

(1) 보웬의 가족치료 이론의 개요

프로이트에서 시작된 심리치료의 이론의 중심은 개인에서 대인관계로 그 다음에는 체계로 변화하여 왔다. 보웬의 가족치료 이론은 가족치료 분야에서 정신역동적으로 정립된 접근방법과 체계적 접근방법간의 가교적

5) 신혜섭, “보웬 가족치료 이론과 한국적 적용에 대한 고찰”, 동덕여자대학교 생활과학연구소, 「생활과학연구」 제7권 (2002): 200.

역할을 했다고 평가받고 있다.⁶⁾

보웬은 정신분열증 환자인 그의 가족들, 친척들을 치료하면서 정신분열증 환자가 가족이나 친척들과 과도하게 정서적으로 밀착되었음을 발견하였고, 특별히 정신분열증으로 발전하는 모-자 공생관계(Mother-child symbiosis)에 특별한 관심을 가졌다. 그 결과 모-자 간의 감정적 구도가 모-자관계를 넘어서 전체 가족관계를 특징짓고 아버지와 형제들도 가족문제에 중요한 역할을 한다고 보았으며 다세대에 걸친 가족체계의 분석을 통해서 현재 가족의 문제를 파악하려고 하였다. 보웬 가족치료 이론은 세대 간 가족치료 모델로, 개인과 가족의 문제가 단세대만의 문제로 보지 않고 몇 세대에 걸쳐 해결되지 못한 정서적 문제들이 영향을 미친 결과라고 보고 이에 개입한다.

보웬은 가족체계를 정서적 단위, 상호 관련된 관계망, 가족의 역사를 분석하기 위한 기초가 되는 체계로 보면서 직관적인 방법보다는 이론적인 방법을 중요시한다. 보웬의 가족치료이론은 자아분화, 삼각관계, 핵가족정서체계, 가족 투사과정, 다세대 전수 과정, 출생순위, 정서적 단절, 사회적 정서 과정 등의 8가지 개념들로 구성되어 있다. 이 중 처음 6가지 개념은 1966년에 발표된 것이며, 핵가족과 확대가족 내에서 일어나는 정서적인 과정을 설명한다. 그리고 나머지 두 개념은 1976년에 추가된 것으로 가족과 사회에서 세대를 통해 일어나는 정서과정을 설명한다.

(2) TA의 인생각본의 개요

TA(교류분석)는 1950년대 미국의 정신과 의사인 Eric Berne에 의해 개발되어 발전되어 온 이론이다. 임상심리학에 기초를 둔 인간행동에 관한 분석체계 또는 이론체계로서 “정신분석학의 안티테제(Anti-these)” 혹은 “정신분석학의 구어판”이라고도 불려지는데,⁷⁾ 이는 복잡한 정신 분석의

6) 김영근, “보웬의 가족치료이론에 근거한 신학대학원생의 가족배경 분석 및 상담”, 한국복음주의 기독교상담학회, 『복음과 상담』 제16권(2011): 175-177.

7) 우재현, 『심성개발을 위한 교류분석(TA) 프로그램』 (대구: 정암서원, 2005), 15.

이론들을 쉽게 단순화시킨 장점을 말한다.⁸⁾ TA 이론은 인간의 교류나 행동에 관한 이론 체계이자 동시에 효율적인 인간 변화를 추구하는 구체적인 치료방법으로, 현재 심리치료나 상담과 일상의 현장에서 환자들의 이해나 치료에 쓰이고 있을 뿐만 아니라 교육이나 산업의 현장에도 폭넓게 응용되고 있다. TA 이론의 인간관은 반 결정론적이며 긍정적인 특징을 가지고 있다. 이러한 교류분석의 인간관은 자율성, 변화가능성, 긍정성으로 설명될 수 있다. 즉 인간이 자율적이며 책임감이 있는 존재로 인생에 대한 새로운 결단을 통해 자신의 행동을 재구성할 수 있다고 보는 것이다.

TA 이론의 주요 개념 가운데 인생각본은 에릭 번이 처음 시작하였지만, 1960년대 중반부터는 에릭 번 이외에도 그의 동료들, 특히 Steiner가 발전시켰고, 그 후 많은 학자들이 발전시켜 왔다. 인생각본의 개념은 TA 이론에서 중요한 비중을 차지하고 있으며, 현재까지 자아상태 모델과 더불어 TA의 중심적 이론으로 자리잡고 있다. 인생각본에서는 인생을 하나의 드라마와 같다고 생각하고, 그 가운데 자기가 연기하는 역할을 인생각본 또는 각본이라 부르고 있다.⁹⁾ 어린시절에 형성된 인생각본은 인생의 중요한 국면에서의 행동을 결정할 만큼 강력한 것으로 사람이 살아가는 방법에 큰 영향을 미친다. 즉, 각본의 지배를 받고 있는 사람은 이러한 유아의 인생계획을 실행하기 위해 필요한 친구, 놀이동료, 경쟁상대, 배우자, 직업 등을 선택하게 된다.¹⁰⁾ 이처럼 인생각본은 일생의 전체기간에 걸쳐 지속되도록 설계되는 것이다.¹¹⁾ 에릭 번은 각본을 3가지 유형, 승자각본(winning script), 패자각본(losing script), 평범한 각본(non-winning script)으로 나누었다. 승자란 자기가 선언한 목적을 성취하는 사람이고, 패자는 각본 결

8) 홍석제, “TA 이론의 목회상담 활용에 관한 연구”(석사학위논문, 전주대학교대학원, 2004), 6.

9) 김규수·류태보, 『교류분석치료』(서울: 형설출판사, 1998), 183-186.

10) 스키다 미네야스, 交流分析, 김현수 역, 『교류분석』(서울: 민지사, 1988), 244-245.

11) 김희수, “교류분석 이론의 인생각본과 인지행동치료의 자기대화간의 비교”, 한국교류분석학회, 『교류분석연구』 제2권 1호 (2011): 24.

단지 선언한 목표를 성취하지 못하는 사람이다. 평범한 각본을 가진 사람은 '중용주의자'로서 어떤 승리나 손해도 보려고 하지 않아 위험없이 평범하게 살아가는 사람이다. 번의 승자와 패자각본 유형은 그의 인생태도와 연결시켜 이해할 수 있다.

2) 보웬의 가족치료 이론과 TA의 인생각본의 주요 개념의 비교

가족각본의 개념을 이해하기 위해서 보웬의 가족치료이론과 TA의 인생각본의 주요 개념들을 비교해 보고자 한다. 먼저 각 이론들의 개념들을 정리한 후 그 유사점을 살펴볼 것이다.

(1) 다세대 전수 과정과 인생각본의 형성

다세대 전수 과정(Multigenerational transmission process)은 감정 반응, 즉 그 본질과 강도가 한 세대에서 다음 세대로 내려가는 과정을 지적하는 개념으로서 부모에서 자녀로, 재생산의 연속적 단계 중의 전 단계로부터의 되풀이 됨, 그리고 그 전체적 과정 자체 모두를 의미한다. 어떤 핵가족 집안이 다세대 전수 과정의 어디에 위치해 있는가를 결정하는 요소는 그 만성적 불안정도 및 자신의 분화정도이다. 보웬의 다세대 전수 개념은 모든 세대는 다음 세대와 맞물려 있고 그럼으로써 과거와 현재라는 구분이 모호해진다. 단순히 과거가 현재에도 영향을 미친다는 것 이상으로 과거가 현재에도 영향을 끼침을 시사한다.¹²⁾ 이처럼 보웬의 가족치료이론에서 역기능을 가진 가족은 문제와 갈등을 이미 이전 세대에게서 전수받는다. 자아분화의 수준이 낮은 사람이 자신과 비슷한 분화수준을 가진 사람과 결혼하면, 다음 세대인 자녀에게 그들이 가진 미분화된 특징을 투사하게 되어 자녀의 자아를 더욱 미분화상태에 놓이게 한다.

TA이론에서는 인간은 모두 어린 시절에 자기 자신의 인생 이야기를 쓴다고 가정한다. 유아기에 인생의 기본 줄거리를 쓰고, 아동기에는 그 이야

12) 신혜섭, “보웬 가족치료 이론과 한국적 적용에 대한 고찰”, 196.

기가 좀 더 자세하게 첨가되고 청소년기에는 일부 수정이 가해질 수 있으며, 성인이 되면 인간의 미리 작성해온 줄거리에 맞게 충실하게 살아가게 된다.¹³⁾ 이러한 인생이야기를 TA이론에서는 인생각본(Life script)이라 부른다. 인생각본의 형성에서 유아는 언어와 비언어로 이루어진 금지령인 각본 메시지에 따라 몇 가지의 초기 결단(early decision)을 내리고 그 결단이 생활에서 계속 강화를 받아 확고한 인생각본을 만들어간다. 결국 일단 하나의 태도에 서게 되면 사람들은 그것을 강화함으로써 자신의 세계를 예측 가능한 것으로 만들려고 하며, 그것이 그의 인생에 있어서 태도가 된다. 그에 입각해서 심리적 게임을 하면 각본이 상연되며 강화되는 것이다. 병리적 특성이 보다 심각한 것이 될수록 그 사람은 그 태도를 강화시키지 않을 수 없다고 느끼게 된다.

보웬의 가족치료 이론의 다세대 전수와 인생각본의 형성은 다음과 같은 유사성이 있다.

첫째, 보웬의 다세대 전수 과정과 인생각본은 모두 세대 전수의 개념을 포함하고 있다. 보웬의 이론에서 다세대 전수과정은 정서체계에 근간을 두고 있으며 한 세대로부터 다음 세대로 정서, 감정 그리고 주관적으로 결정된 태도, 가치와 신념 등이 계승됨을 말한다.¹⁴⁾ 인생각본의 형성에서도 에릭 번은 각본의 영향이나 힘은 부모에게서 자식에게로 또 세대에서 세대로, 직접적으로 또 여러 가지 교류를 통해서 계승되는 것으로 생각했다.

둘째, 보웬의 가족치료 이론에서 다세대 전수 과정과 인생각본은 자녀의 자아분화수준과 자녀의 인생태도를 결정한다. 보웬의 가족치료 이론에서 자녀의 분화수준은 부모의 분화수준을 넘을 수 없게 된다. 분화수준이 낮은 방향으로 세대간의 감정 과정이 진행되면 세대가 내려갈수록 분화의 수

13) 장성오, “교류분석 이론에 기초한 부모교육 프로그램의 적용 효과”(박사학위논문, 경기대학교 일반대학원, 2011), 25.

14) Michael E. Kerr & Murray Bowen, *Family Evaluation*, 남순현·전영주·황영훈 공역, 『보웬의 가족치료 이론』(서울: 학지사, 2005), 280-281.

준이 떨어지게 된다.¹⁵⁾ 인생각본의 형성에서도 부모는 자녀에게 자신과 다른 사람들 그리고 세계에 대한 결론을 형성하게 한다. 부모의 각본 메시지를 들으며 자녀는 결단을 하며, 이것은 자녀의 자신과 타인, 그리고 인생에 대한 기본적인 자세와 태도를 형성하게 하는 것이다.

셋째, 보웬의 이론에서 부모의 정서체계의 세대 전수와 인생각본 전수의 메커니즘은 각각 삼각관계와 심리 게임이다. 낮은 분화수준을 가진 부모는 자녀와 삼각관계라는 일정한 체계를 형성하여 세대 간에 연결을 만들게 된다.¹⁶⁾ 번에 의하면 게임에 참여함으로써 인간은 자극을 받아들이고 또한 자신의 초기결단을 유지하거나 방어하면서, 자신의 세계관을 지지해 줄 어떤 증거를 찾게 된다.

(2) 핵가족 정서 체계와 인생각본

이 개념은 가족들이 감정적으로 서로 강한 결속력과 연결정도를 나타내는 것으로 가족 내의 정서적 힘에 대한 것을 말한다. 보웬의 설명에 의하면, 원가족과의 분화정도가 비슷한 사람끼리 배우자로 선택하게 되며 이들은 관계에서 혼합의 정도가 높게 되어 분화가 낮은 가족을 만들게 된다고 한다. 보웬은 이 개념을 나타내는 표현으로 미분화된 가족 자아덩어리 (undifferentiated family ego mass)라는 용어를 사용하였으나,¹⁷⁾ 나중에는 핵가족 정서 체계(Nuclear Family Emotional System)라는 용어로 대체하였다.¹⁸⁾

15) 예를 들어 분화수준이 35인 사람은 자신과 분화수준이 비슷한 40 정도의 사람과 결혼한다. 이때 그 자녀 중 가족 투사과정을 통해 희생양이 된 자녀는 분화수준이 30 정도가 된다. 이 사람이 분화수준 35의 사람과 결혼하면 자녀는 분화수준이 25-35 사이에 머무르게 된다. 김용태, 『가족치료 이론』 (서울: 학지사, 2000), 344.

16) 최광현, 『가족세우기: 트라우마에 대한 통찰과 해결』 (서울: 학지사, 2010), 90-91.

17) Michael P. Nichols & Richard C. Schwartz, *Family Therapy: Concepts and Methods*, 4th. ed. (Boston and London: Allyn and Bacon, 1998), 146.

18) Daniel V. Papero, "Bowen Systems and Marriage," in *Clinical Handbook of Couples Therapy*, eds. Neil S. Jacobson & Alan s. Gurman (New York: Guilford, 1995), 11.

인생각본은 인생의 초기에 주로 부모님들의 메시지에 의해 금기나 명령, 허용과 같은 양육태도로부터 영향을 받아 특정한 인생태도가 결정된다. 따라서 자신의 인생각본이 형성되면 그 각본에 따라 개인의 생활양식이 나타나게 된다. 즉, 인생각본은 타인과의 관계, 일에 대한 태도 등을 포함하는 개인의 운명을 결정한다고 할 수 있다. 이처럼 인생각본은 부모의 프로그래밍과 그것에 대한 그의 반응으로 이루어지는 초기결단의 산물이라 할 수 있다.

두 개념은 다음과 같은 유사점이 있다.

첫째, 두 개념은 세대 전수를 통해 형성되어진 산물로, 각본이라 할 수 있다. 인생각본이 개인의 삶의 시나리오이듯이, 핵가족 정서체계는 가족의 삶의 시나리오인 가족각본이라 할 수 있다. 사람들은 배우자의 선택이나 기타 중요한 관계에 있어서 원가족에서 습득한 유형을 반복해서 작용함으로써 똑같은 유형이 그대로 자녀에게 전달된다. 따라서 현재 가족의 정서 체계에는 이전 세대의 자아분화수준으로 이루어진 이전 세대의 정서 체계와 그 영향을 받은 현재 세대의 정서체계로 이루어졌으며 앞으로 이 가족이 어떤 패턴으로 생활하게 되는지, 어떠한 삶을 살게 되는지가 결정되어 있는 것이다. 번은 인간 활동의 거의 모두는 어린 시절의 초기에 원천을 가진 진행 중인 인생각본에 의해서 프로그램 되어 있다고 기술하고 있다. 사람이 뭔가를 하거나 뭔가를 말하는 것은 모두 그때까지 알고 있거나 경험한 것이 기본으로 되어 자기 나름대로 정리한 것을 거기에서 다시 반복하기 때문이다.

둘째, 핵가족 정서 체계와 인생각본을 보면 부모나 이전 세대의 자아분화수준과 인생각본의 추측이 가능하다. 핵가족 정서 체계는 다세대 전수과정의 산물이다. 개인은 원가족으로부터 학습된 방식으로 타인과 관계를 맺게 되며 결혼 선택을 통해 가족의 정서체계가 다세대에 걸쳐 반복되며, 이것은 개개인의 분화의 정도, 삼각관계와 이로 말미암은 만성적 불안이 다세대 전수 과정을 통해 전수되었음을 의미한다. 인생각본의 형성에 가장 큰 영향을 주는 부모의 각본 메시지, 즉 금지령은 부모의 자아상태와 인생

태도 등을 반영한다.¹⁹⁾

(3) 삼각관계와 게임

삼각관계(Triangles)란 상호 대인적 체계의 요소로, 두 사람 사이에 갈등, 스트레스가 있을 때 제 3자를 끌어들이어 갈등을 우회하여 두 사람간의 관계를 일시적으로 안정시키는 역할을 한다. 그러나 가족관계 안에서 삼각관계는 불안정한 관계 체계이다. 그 이유는 삼각관계가 불안이나 스트레스, 위기 상황에서는 어느 정도 일시적인 도움을 줄 수 있지만 오히려 가족의 갈등문제는 더욱 무감각하게 하고 가족들의 감정들을 더욱 혼란스럽게 하기 때문이다. 특별히 자녀를 대상으로 하는 경우에는 역기능적 영향력은 더욱 크다. 이 불안이 계속 증가하거나 지속될 때 부모는 한 자녀와의 기본 삼각관계 외에도 계속 관계를 옮겨 다른 자녀 혹은 원가족이나 가족 외의 사람들과도 여러 겹으로 걸친 삼각관계를 형성하기도 한다. 보웬은 이를 “상호 맞물린 삼각관계(interlocking triangle)”라 하였다. 이러한 삼각관계가 일어나는 주요 요인은 자아분화수준과 경험하는 긴장정도이다.

인생각본에서 게임은 자신의 각본을 따르는 것으로, 형성된 인생각본을 강화시키고 기본적인 인생태도를 다지는 역할을 한다.²⁰⁾ 여기서 말하는 게임은 심리적인 게임으로, 무의식적으로 반복해서 상호교류에 참여한 사람들의 관계를 악화시키고 비생산적인 결과를 초래하는 행동패턴을 의미한다. 인생각본을 잘 보면 사람이 어느 게임을 선택할 것인지, 그 종류와 이유를 알 수 있다.²¹⁾

삼각관계와 게임의 유사성은 우선 두 개념이 다세대 전수 과정과 인생각

19) 강영숙은 “교류분석 측면에서 본 대학생들의 인생각본”에서 대학생들의 인생각본 결단에 영향을 끼친 것이 부모의 금지령이었다고 한다. 부모가 자녀를 양육하는 과정에서 행하는 금지령들은 부모의 자아상태가 반영된 결과임을 말하고 있다. 강영숙, “교류분석 측면에서 본 대학생들의 인생각본”, (석사학위논문, 경상대학교 교육대학원, 2007), 57.

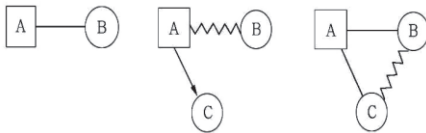
20) Stewart & Joines, 『현대의 교류분석』, 347-349.

21) 스키다 미네야스, 『교류분석』, 244.

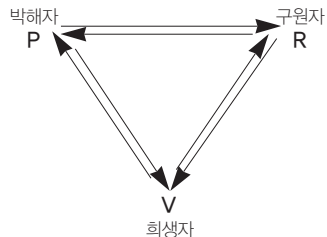
본의 형성에 있어서 세대 전수의 매커니즘이라 할 수 있다는 점이다.

가족의 정서 체계를 세대 전수시키는 메커니즘은 삼각관계이다. 가족 또는 감정체계가 가지고 있는 가장 작은 단위가 삼각관계(triangle)이다. 만일 두 사람의 관계가 불안으로 인해서 갈등이 생길 때, 제 삼자가 개입해서 서로 화해를 시키거나 또는 두 사람의 갈등을 대신 짊어짐으로써 갈등이 줄어들게 할 수 있다. 삼각관계는 불안을 줄이거나 낮추는 역할을 함으로써 관계를 안정된 상태로 만들어 간다. 이는 <그림1>과 같이 도식화할 수 있다.

A는 '불안 확대자'이며, B는 '불안 발생자'이다. 이 두 사람 외에 C는 '불안 억제자'이다. A와 B를 부모라고 하였을 때, C는 자녀가 된다. C는 부모와의 사이에서 현재 '불안 억제자'로서의 기능을 하고 있지만, C가 어른이 되어 결혼을 하였을 때에는 A나 B와 같이 불안 확대자나 불안 발생자가 될 수가 있다. A의 불안이 C에게로 투사되어 C는 불안 억제자의 기능은 하지만 불안을 전수받게 되고, 결혼을 할 때에도 자신과 같은 불안의 정도를 가진 사람과 결혼하게 된다. 이때 상대자의 불안의 정도에 따라 불안 발생자가 될 수도 있고, 불안 확대자가 될 수도 있으며, 이 가족은 또다시 자녀를 불안 억제자로 기능하게 할 것이다.



<그림1> 삼각관계의 기본 과정²²⁾



<그림2> 드라마 삼각형²³⁾

22) 만일 A와 B가 갈등이 있을 때, 자아분화가 더 낮은 A는 외부에 있는 제3자 C에게 B에 대해 불평함으로 C를 2인 체계로 끌어들이므로써 긴장을 해소하고자 시도한다. C가 A 편을 들고 공감하면 A와 C는 A와 B 사이의 관계에서 발생한 문제에 대해 B를 비난한다. Kerr & Bowen, 『보웬의 가족치료 이론』, 384.

23) 스키다 미네야스, 『교류분석』, 158-159.

게임은 어렸을 때에 형성된 인생각본과 인생태도를 반복, 확인하고자 하는 욕구에 의해서 이루어진다. 게임은 자기부정, 타인공정, 혹은 자기공정, 타인부정의 태도를 입증하려고 하는 행동양식이라고 해석할 수도 있다. Stephen Karpman은 게임을 도식화하여 ‘드라마 삼각형’이라고 불렀다. 드라마 삼각형은 그림과 같이 ‘박해자’, ‘희생자’, ‘구원자’의 3개 역할로서 구성된다. 박해자(가해자)는 두 사람 혹은 그 이상의 인간관계 속에서 주도권을 쥐고 있는 자를 말한다. 희생자(피해자)는 대립되는 인간관계에 있어서 그 힘의 균형을 유지하기 위해서 희생되는 자를 말한다. 구원자(원조자)는 희생자를 원조하거나 박해자를 지지하거나 한다. 이러한 3개의 역할은 때에 따라 그 역할이 변하게 된다.²⁴⁾ 드라마 삼각형의 도식은 <그림2>와 같다.

보웬의 삼각관계와 비교해 보면, 박해자(가해자) 불안 발생자가 될 것이며, 희생자(피해자)는 불안 확대자라 할 수 있다. 그리고 구원자(원조자)는 불안 억제자로 볼 수 있을 것이다. 삼각관계에서도 역할의 교대가 일어난다. 불안 억제자를 자녀라 보았을 때, 새로운 가족을 이루게 되면 그는 불안 발생자나 불안 확대자가 될 것이다.

둘째, 삼각관계와 게임은 ‘공생’ 관계를 포함하고 있다. 보웬의 모자공생이란 어머니와 성인 정신 분열증 자녀가 서로에 대한 정서적 개입이 너무 심한 나머지 별개의 두 사람이 아닌 하나의 존재 또는 하나의 자아로 간주될 정도의 심한 정서애착을 갖고 있는 상태를 의미한다. <그림3>에서 나타난 ‘불안 확대자’인 A와 ‘불안 억제자’인 C는 ‘공생관계’라 할 수 있다. 인생각본에서 Schiffs는 게임들이 해결되지 못한 공생관계에서 발생한다고 말한다.²⁵⁾

24) Stewart & Joines, 『현대의 교류분석』, 170-171.

25) Jacqui Lee Schiff, *The Cathexis Reader: Transactional Analysis Treatment of Psychosis* (New York: Harper and Row, 1975), 2장, Stewart & Joines, 『현대의 교류분석』, 350에서 재인용.

(4) 자아분화수준과 인생태도

보웬은 자아분화(differentiation of self)의 개념에 두 개의 힘을 가정하는데, 이는 가족 안에서 연합하고자 하는 연합성과 서로 분리하고자 하는 힘인 개별성이다. 이 두 힘이 균형을 이루는 것이 '분화(differentiation)'로 가장 이상적이며, 두 힘의 불균형은 '융합(fusion)'이나 '미분화(undifferentiation)'라 부른다. 가족 안에서 차지하고 있는 위치와 부모, 형제자매들과 어떤 관계를 맺고 있는가에 의해 영향을 받는다. 즉 한 개인의 분화는 그 부모가 원 가족으로부터 정서적으로 얼마나 분리, 독립했는가 하는 것이다. 자아분화는 지적기능이 정서적 기능에서 얼마나 분화되어 있는가를 나타내는 정신 내적 측면과 확고한 자아를 통해 자주적이고 독립적인 행동을 할 수 있는 것을 보여주는 대인관계적 측면과 연관되어 있다.²⁶⁾

인생각본에서는 사람이 자기 자신과 타인에 대해서 어떻게 느끼고 어떤 결론을 내리고 있는가라는 것을 인생태도(life position)라고 한다. 에릭 번은 자기 자신, 자신의 세계, 타인과 자신의 관계에 대한 결정은 생애초기 5년 동안 결정된다고 보았는데, 이러한 결정을 바탕으로 인생각본이 발전하고 인생태도 형성의 기초가 마련된다고 하였다.²⁷⁾ 즉 인생각본은 인생에 대한 네 가지 기본적인 심리적 자세의 개념을 가져오며, 우리가 성인이 되어서 하는 행동들 중 많은 것이 아동기에 어떠한 각본을 만들었으며 초기의 결단이 어떠한지에 따른 결과인 것이다. 인생태도를 TA에서는 'OK, 또는 OK가 아니다'라는 말로 표현하는데, 'OK이다'라는 것은 기본적으로는 안심감과 자신의 능력에 대한 자신감 등의 2가지를 의미한다.²⁸⁾ TA에는 기본적으로 다음과 같은 4가지 인생에 대한 태도가 있다.

26) John Charles Wynn, *Family Therapy in Pastoral Ministry*, 문희경 역, 『가족치료와 목회사역』 (서울: 솔로몬, 1998), 100.

27) 김규수 외, 『교류분석치료』, 175.

28) 스키다 미네야스, 『교류분석』, 118.

자기긍정 - 타인긍정 : I'm OK, You're OK (협력, 공존적 태도)
자기부정 - 타인긍정 : I'm not OK, You're OK (자책, 회의적 태도)
자기긍정 - 타인부정 : I'm OK, You're not OK (독선, 배타적 태도)
자기부정 - 타인부정 : I'm not OK, You're not OK (불신, 포기적 태도)

〈그림3〉 네 가지 인생태도²⁹⁾

두 개념을 비교해보면 다음과 같은 유사점이 있다.

첫째, 자아분화수준과 인생태도는 각각 다세대 전수과정을 통한 가족 정서 체계와 인생각본의 결과로 이루어지며, 다음 세대의 정서 체계와 인생각본의 형성에 동인으로 작용하기도 한다.

둘째, 자아분화수준과 인생태도는 기능에서도 유사성을 발견할 수 있다. 두 개념 모두 삶을 살아가는 자신만의 방식이다. 보웬은 자아분화의 개념을 기본분화와 기능분화로 나누어 설명한다.³⁰⁾ 기본분화는 개인 내적 차원에서의 분화수준을 일컫는 것으로 한 개인의 기본분화 정도는 개인이 감정으로부터 사고의 기능이 얼마나 잘 작용하느냐와 관련이 있다. 기능분화는 관계 과정에 의존하는 기능으로 주어진 상황에서 얼마나 주어진 목표활동을 하는가에 개한 개념이다. 인생태도 역시 그 명칭이 두 가지로 나누어지는 않지만, 자신과 타인을 인지하는 근본적인 가치에 대해 취하는 기본적인 자세와 그 자세에 따라 행동하게 하는 두 가지 개념이 모두 포함되어 있다.

셋째, 자아분화의 척도와 네 가지 인생태도를 살펴보면 척도와 태도가 완전히 일치하지는 않지만, 유사함을 발견할 수 있다. 자아분화수준이 높은 사람은 자타긍정의 태도를 가지고 있으며, 자아분화수준이 낮은 사람은 자신이나 타인에 대해 부정의 태도나 자신과 타인 모두에 대해 부정의 태도를 가지고 있다.

29) 강영숙, “교류분석적 측면에서 본 대학생들의 인생각본”, 18.

30) 김용태, 『가족치료 이론』, 296.

2. 가족각본의 이해

1) 가족각본의 개념적 이해

지금까지 보웬의 가족치료 이론과 인생각본의 주요 개념들을 비교해 보았다. 이를 통해 인생각본은 단순히 개인의 차원에만 머무는 것이 아니라 가족체계 차원으로 확대될 수 있으며, 유아기에 세운 인생각본의 반복이 가족체계 안에서도 유사하게 반복될 수 있음을 발견할 수 있었다. 따라서 이것은 가족각본으로 이해할 수 있다. 한 세대에서 발생된 것은 종종 그 다음 세대에서 되풀이된다. 비록 실제 행위는 다른 양상을 띠고 있다 할지라도 같은 주제가 세대에서 세대로 되풀이되어 나타나는 현상은 가족 유형의 다세대 전수이다.³¹⁾ 보웬의 이론에서 나타나는 가족이라는 정서체계는 이미 각본으로서 가족의 삶을 결정하고 이끌어간다. 가족각본은 가족의 체계를 형성하고 가족 관계의 패턴을 보여준다. 현재의 핵가족들은 이전 세대로부터 형성되는 가족각본을 따르게 된다. 이것은 이전 세대의 낮은 문화 수준이 삼각관계를 이루며, 세대 전수됨으로 이루어진다. 인생각본은 TA 이론에서 매우 중요한 개념으로 여겨진다. 이처럼 중요한 개념이 된 이유는 사람들이 왜 그렇게 행동하는지 이해할 수 있는 방법을 제공해 주기 때문이다. 고통스럽거나 자기패배적인 행동을 하는 이유를 밝히려 할 때 특히 더 그러하다.³²⁾ 가족각본도 가족이 왜 그렇게 관계하는지 더 쉽게 이해할 수 있는 방법을 제공해 줄 것이다. 우리가 알지 못하는 사이에 이루어지는 고통스럽거나 불행한 관계의 패턴이 반복되는 이유를 밝히려 할 때에는 더욱 용이할 것이다. 이를 통해 치유를 위한 해답도 고찰해 낼 수 있을 것이다.

31) 신혜섭, “보웬 가족치료 이론과 한국적 적용에 대한 고찰”, 199.

32) Stewart & Joines, 『현대의 교류분석』, 169.

2) 가족각본의 치료적 접근

가족각본의 치료를 위해서 보웬의 가족치료와 인생각본의 치료의 통합적인 이해가 필요하다.

먼저 보웬의 가족치료의 근본적인 목표는 자아분화수준을 높여 분화를 이루는 것이다. 불안을 스스로 다룰 수 있는 사람들은 자신을 다른 사람들과로부터 분화시킬 수 있는 능력이 있는 사람들로, 이들은 더 이상 삼각관계를 만들지 않아도 된다. 따라서 기존의 삼각관계를 해체하는데 있어서 객관적으로 자신을 유지할 수 있도록 하는 일이 가장 중요한 치료활동이 된다.³³⁾ 그러나 분화수준을 올리는 일은 개인의 일이 아니라 체제의 일이다. 분화수준을 올리는 치료활동은 개인의 분화수준을 다루는 일이지만 근본적으로 용해된 삼각관계를 해체하기 위해 필요한 활동이다.

TA의 목적은 내담자를 도와 자신이 새로운 삶의 결단을 내리도록 하는데 있다. 인생각본분석은 인생의 초기 경험들에 의해서 결정되는 무의식적인 생활양식들을 분석하는 것이다. 각본에 얽매어 살아간다고 하는 것은 자발성의 결여를 의미하는 것이다. 그러므로 각본분석은 이렇게 얽매어 살아가는 각본에 새로운 정보를 제공함으로써 재결단에 의한 자유로운 삶을 회복시키는 데에 그 목적이 있다.

가족각본의 치료 목표는 가족의 각본에서 벗어나 새로운 방식으로 가족 체계 내에서 파괴적인 관계가 새로운 관계로 변화되어 가족성원들이 새롭게 행동하고 느끼고 사고하는 것이다. 이는 관계의 변화, 정서체계의 변화, 자아분화수준과 가족분화수준의 변화라 할 수 있다.

보웬의 치료와 각본분석의 통합적인 치료에 있어서 가장 먼저 전제되어야 할 것은 통찰과 이해이다. 가족들이 알지 못하는 사이에 반복되어지고 있는 패턴들을 가족각본으로서 통찰하게 하는 것만으로 치료의 시작이 일어난다. 자신들의 역기능이 어디에서 시작되었는지, 또한 어떤 패턴들이 반

33) 김용태, 『가족치료이론』, 356.

복되는지를 된 일은 각본을 변화시키려는 강한 동기가 될 것이기 때문이다.

이를 위해서는 보웬 가족치료에서 사용하는 가계도가 유용하다. 가계도(genogram)는 여러 세대에 걸친 가족의 정서체계를 도식화하는 방법으로, 현재와 과거의 가족유형을 강조하여 가족유형이 지닌 여러 가지 역기능적 구조를 설명하는데 도움이 된다. 가계도에 있는 정보는 체계적 관점에서 가장 잘 이해될 수 있다.³⁴⁾ 가족성원의 특정한 역할 양식이나 문제처리 방식, 친밀함, 거리, 갈등 등의 관계유형과 가계도상의 구조와 가족유형은 한 세대에서 다음세대로 전달되며 반복된다. 따라서 가계도상의 기능, 관계, 가족구조 유형의 반복이 보인다면 그 유형은 과거만의 것이 아니라 현재와 미래에 계속됨을 인식시켜야 한다. 이러한 가계도를 통한 통찰의 작업은 가족 속에 나타나는, 그리고 세대 전수되어 오는 가족각본을 발견하고 이해하는 데에도 큰 도움이 될 것이다.

이렇게 가족각본을 직면하고 통찰한 이후에는 각본의 변화를 위한 재결단을 통해 새로운 가족각본을 형성하게 해야 한다. 이러한 작업은 가족각본을 세대 전수시키는 삼각관계라는 게임을 중지시켜 분화를 이루는 것이다. 이러한 과정에서 치료자는 삼각관계를 해결하기 위해서 치료자는 의도적이며 일시적으로 삼각관계에 들어가지도 하고 벗어나기도 하며 가족들이 가지고 있는 삼각관계를 깨며, 다른 종류의 삼각관계인 치료 삼각관계를 만든다.³⁵⁾ 역기능적인 삼각관계에서 벗어나면, 가족체계와 그 성원들은 감정적인 체계가 아닌 지적인 체계로 자신들의 문제를 객관적으로 보고 해결할 방법을 찾을 수 있다. 그리고 이를 통해 부모에서 자녀로, 세대에서 세대로 전수되는 가족체계의 자아분화수준이 올라가게 하는 것이다.

가족각본분석은 인생각본의 지금-여기에서 각본의 성립과정과 그 영향을 각성하고, 자기 자신의 건강한 성장과 변화를 위해 결단할 수 있다면 얼마든지 재조정될 수 있다는 가능성과 변화에 대한 동기가 있는 한 사람만

34) 신혜섭, “보웬 가족치료 이론과 한국적 적용에 대한 고찰”, 199.

35) 신혜섭, “보웬 가족치료 이론과 한국적 적용에 대한 고찰”, 198.

으로도 가족의 정서체계가 변화될 수 있다는 ‘한 사람의 가족치료’라는 보웬의 치료 개념을 통해 확대가족을 고려하지만 가족치료라는 개념이 익숙하지 않은 우리의 가족문화에 적용하기 용이하다고 생각된다. 보웬이 말하듯 가족체계는 발전하고 성장하는 모델이며, TA에서 말하듯 가족을 구성하는 개인은 변화의 가능성을 가진 존재이다. 따라서 가족체계는 더 나은 방향으로 변화할 수 있는 힘을 가지고 있으며, 가족의 각본도 변화될 수 있는 가능성이 있다. 가족각본의 분석을 통해 가족각본에 대한 통찰을 한 후, 파괴적인 각본을 변화시키기로 적극적으로 결단을 함으로써 가족의 변화는 일어날 수 있을 것이다.

3. 가족각본의 목회상담 적용

1) 기독교적 관점에서의 가정의 이해

하나님은 아담과 하와가 죄짓기 이전에 하나님의 놀라운 사랑의 계획에 의한 완전한 가정이라는 제도를 만드셨다. 가정의 축복은 소수의 선택받은 자들만이 아닌 오늘 이 땅을 살아가는 모든 인류에게 주신 하나님의 사랑이자 복 그 자체인 것이다.³⁶⁾ 하나님과 이스라엘의 관계에서의 가족의 기초를 발견해 보면, 이 두 관계를 지배하는 근본 원리는 언약 관계라고 할 수 있다. 하나님은 이스라엘과의 관계에서 사랑의 아버지와 자녀관계로 자신을 계시하면서 사랑하고, 돌보고, 응답하고, 훈련하며, 존중하며, 알고, 용서하는 구체적인 모습을 보여준다. Stuart Macline은 “언약의 언어와 가족신학”이라는 논문에서 언약관계에 나타난 일곱 가지 관계적 특성을 기술하면서 이것을 효과적인 가족관계 모델로 사용할 수 있다고 했다.³⁷⁾ Emill

36) 장로회신학대학교 다원화목회연구원 편, 『기독교가족상담(II)』 (서울: 한국장로교출판사, 2001), 12-15.

37) 맥린이 관찰한 언약관계의 요소는 다음과 같다. 첫째, 사람들은 관계적으로 창조되었고 공동체 속에서만 참인간이 된다. 둘째, 가장 기본적인 가족과 언약의 단위는

Brunner도 역시 하나님의 창조 안에서 가정의 구조를 찾는다. 그에 의하면, 가정이란 ‘하나님의 창조질서(the divine order of creation)’로 모든 공동체의 근원이며 원형이다. 이 기본 공동체의 권리는 다른 어떤 공동체보다 절대적으로 우월하다. Horace Bushnell은 가정을 신앙적인 부모와 자녀 사이의 관계 속에서 역사하시는 ‘하나님의 은총의 매개(a means of grace)’로 이해하면서, 본질상 ‘언약 공동체 (covenant community)’로 보았으며, 가정에 신앙교육의 책임과 영적성장의 책임, 사랑의 관계로의 책임이 있음을 이해하였다.³⁸⁾

2) 목회상담의 필요성

오늘날의 많은 가정이 이러한 관계에 문제가 생겨 병들고 해체에까지 이른다. 이것은 비단 비기독교인들만의 문제는 아니다. 목회자에게 도움을 청하는 대다수의 성도들은 가정 내의 문제를 가지고 온다.³⁹⁾ 그러므로 목회자의 목회현장에서의 위기감도 증대되고 있으며, 이러한 가정의 회복을 위한 상담과 사역이 요구되고 있다. 목회상담은 인간의 기본적인 인격을 회복시키는 것은 물론 하나님과의 관계를 회복시켜서 하나님으로부터 오

쌍방관계이다. 셋째, 공동체 속에서 사는 인간은 화합과 일치뿐 아니라 갈등도 경험한다. 넷째, 언약관계에 사는 자는 반드시 서로를 용서하며 용서받으며 살아야 한다. 다섯째, 언약관계 안에 사는 사람은 서로 간에 결속관계를 받아들여야 한다. 여섯째, 언약 가운데 사는 사람들은 관계의 형태와 질서를 유지하는 법을 받아들인다. 일곱째, 언약관계 속에 사는 자들은 과거의 기억을 가지고 살며, 현재의 삶을 살아 가며, 미래를 기대하는 시간적인 존재임을 깨닫는다. 장로회신학대학교 다원화목회 연구원 편, 『기독교가족상담(II)』, 13-14.

- 38) 이준문, “한국 목회 가족 상담에 있어서 S. Minuchin의 이론 적용에 관한 연구”(석사학위논문, 연세대학교 연합신학대학원, 1994), 93-94.
- 39) 월간목회에서 김종환은 지난 2년 동안 전화상담을 포함한 총 236 건의 상담 케이스를 분석한 결과, 자녀문제 94건, 가정문제 62건, 정신장애 문제 31건, 삶의 문제 25건, 영적인 신앙생활 문제 24건이었다고 한다. 이 중 자녀문제와 가정문제를 합친다면 156건으로 66%가 넘는다. 김종환, “현대 크리스천의 심리적이고 생리적인 문제들”, 『월간목회』 제440호 (2013): 32-37.

는 생명력을 날마다 공급받는 삶을 살아가게 하는 것이다.

목회상담에 대해 Jay Adams는 옛 습관을 버리고 새로운 습관을 가지고 성경이 가르치는 자아형상을 만들어 가는 길에 능동적으로 자신의 문제들을 하나하나 해결해 나가는 것이라고 말하였다.⁴⁰⁾ Howard Clinebell은 목회상담의 목적을 전인건강과 성장을 목적으로 한다고 말하였다. 즉 스스로 의욕을 가지고 자신을 돌아보아 스스로 해결의 실마리를 찾을 수 있도록 상담자가 지원하는 것이며, 더 나아가 그 문제에 관한 치유뿐만 아니라 진정한 인격형성과 영적인 성장을 통한 건강을 목적으로, 예수님께서 말씀하신 풍성한 생명에 이르도록 하는데 있다고 하였다.⁴¹⁾

이처럼 목회상담은 신앙의 차원과 인간의 삶의 문제가 서로 분리된 가운데 이루어지는 것이 아니라, 신앙과 삶이 통합된 관점에서 이루어져야 한다. 따라서 파괴적이고 패배적인 가족각본으로 고통받는 가족들의 가족각본을 수정함으로써, 삶의 고통을 극복하고 하나님께서 허락하신 새로운 피조물로서의 삶을 살아가도록 도울 수 있다.

3) 가족각본의 목회상담적 접근

교회는 가정회복에 가장 유리한 장소이다. 가족 모두가 한 공동체에 속해 있는 곳이 드문 오늘날에도 교회는 부모와 자녀가 모두 함께 모일 수 있는 곳이다. 따라서 수세대에 걸쳐 형성되어 온 가족각본의 상담과 치유에 가장 유리한 곳이라 할 수 있다.

가족각본을 치료하기 위한 기본전제는 인간의 연약함에 대한 인정이며, 그들을 도우시는 하나님에 대한 신뢰이다. 인간은 연약하고 불완전한 존재인데 이를 인정하는 것은, 도움을 받고자 하는 가족구성원이든 도움을 주고자 하는 상담자이든 우리 인간의 연약함 때문에 문제가 생기지 않을 수

40) 문성환, 『예수님의 인간이해와 상담원리연구』 (서울: 총신대학교 신학대학원, 2004), 13.

41) 오성춘, 『목회상담 사례분석』 (서울: 대한예수교장로회출판국, 1987), 49.

없다는 것을 알아야 하는 것이다. 그리고 이러한 인간의 연약함을 하나님께서 먼저 아시듯 그 도움도 하나님께로부터 온다는 것을 믿어야 하고, 그 말씀을 중심에 두고 있어야 한다. 보웬은 잘 기능하는 가족과 잘 기능하지 못하는 가족에 대한 ‘뚜렷한 기준은 없다’라고 말했다. TA 이론은 인간의 존엄성을 긍정하는 기초 위에서 있으며, 이런 개념은 Paul Tillich의 ‘수용된 대로의 자기수용’⁴²⁾이란 개념과 유비관계에 있다. 또한 Thomas Oden은 TA와 유대 기독교 사이의 유사성을 언급한 후 하나님의 용서와 인간의 허용 사이의 유사성을 말한다.⁴³⁾ 하나님은 우리의 연약함을 아시면서도 십자가 사건을 통해 우리를 용서하시고 하나님의 자녀로 받아들이셨다. 연약 관계를 다시 회복시키신 것이다. 따라서 가족각본분석에서 목회상담가는 내담자와 가족에게 다른 사람들로 부터 거부당했음에도 불구하고 그를 수용하는 하나님이 존재한다는 사실을 인식시키고, 더 이상 자신을 부정적이거나 파괴적인 관점에서 바라보지 말고 긍정적 자아상을 형성하도록 도와주어야 한다.⁴⁴⁾

각본의 치료에 있어서 가장 중요한 것은 결단을 통해 각본을 새롭게 바꾸는 것이다. 이것은 기독교의 중생이라는 개념과 유비될 수 있는 개념이다. 우리는 인간을 향한 하나님의 용서가 십자가 사건 속에서 우리를 새로운 존재로 바꾸었음을 기억해야 한다. 폴 틸리히의 자기 수용은 이렇게 칭의 받은 자, 곧 자기 자신이 하나님 앞에서 용납되었음을 수용한 자는 성경은 그리스도의 죽음과 부활을 믿음으로 받아들이는 우리의 실존적 구원을 여러 가지로 설명하는데, 그 중에 하나가 바로 ‘칭의’(Justification)라고 하는 관계론적 개념이다. 칭의는 죄와의 공생관계가 끊어진 것, 파괴적인 결말을 향해 가던 게임의 중단으로 비교될 수 있다. 이는 가족각본에서는 탈삼각화로 역기능을 일으키는 삼각관계를 끊고 하나님과의 치료적인 삼각

42) Thomas A. Harris, *I'm OK -You're OK* (New York: Avon Books, 1969), 87.

43) Thomas C. Oden, *Game Free* (New York: Deli Publishing, 1974), 48.

44) 홍석제, “TA이론의 목회상담 활용에 관한 연구”, 32.

관계를 형성하는 것이다. 칭의로 이루어진 ‘중생’이라는 개념은 새로운 각본을 형성하기 위한 재결단으로 이해될 수 있다. “이전 것은 지나갔으니 보라 새 것이 되었도다”(고후5:1)의 말씀처럼 재결단을 통해 더 이상 패배적인 가족각본이 아닌 승리하는 각본으로의 변화가 이루어지는 것이다.

이런 개념이 바로 목회상담가가 보웬의 이론과 인생각본을 수용하여 가족각본의 치료에 응용해야 할 신학적 전제이다. 다시 말해 하나님의 아들로서의 재결단을 통해서 각본이 새롭게 쓰일 때, 자신에 대한 긍정, 자아분화가 이루어지는 것이며, 동시에 가족에 대한 긍정과 가족분화가 이루어질 수 있다. 이로 인해 세상 가운데서 살아가는 기독교인으로서 기독교 가정으로서의 영적분화 또한 이룰 수 있다. 기독교적 관점에서 영적분화는 그리스도인인 한 개인이 자신의 정체성을 세상이 아닌 하나님 안에서 찾아 자신을 세상과 적절한 결속을 맺을 때 이루어진다.⁴⁵⁾ 영적분화의 개념은 기독교 상담에서 어려움을 겪고 있는 자들 뿐만 아니라 기독교인으로서 이 세상을 살아가는 모든 개인 혹은 한 가정에게 삶의 목표이자 성장목표가 되어야 한다.

III. 닫는 글

가족은 우리가 태어나 처음으로 관계를 맺는 곳이다. 우리가 가족 안에서 어떤 관계를 맺고 어떤 감정을 경험하였는가는 평생 간직된다. 한국은 일반적으로 ‘가족주의’가 매우 강한 나라로 알려져 있다. 이 ‘가족주의’는 단지 가족에 국한되지 않고 사회 전체로까지 확산되어 한국인의 사회적 성격과 한국의 사회구조를 결정하는 데에 중요한 요인이 되고 있다(신수진,

45) 김병대, “보웬(M. Bowen)의 가족치료이론의 목회상담에로의 적용”(박사학위논문, 상명대학교 정치경영대학원, 2004), 56.

2011). 이러한 가족주의 안에서 개인은 가족체계의 일원으로서의 자신의 정체성을 갖게 되며, 개인의 삶은 어떤 모습으로든 가족의 영향을 받을 수밖에 없다.

인생각본은 어린 시절에 부모의 영향과 주위 사람들의 영향을 받아 자신의 인생 시나리오를 짜고, 자신도 모르게 그 시나리오를 완성해 나가는 것을 말한다. 즉, 어린 시절 경험했던 교류의 패턴이 삶 가운데 자신도 모르게 반복되는 것이다. 이러한 반복되는 패턴들이 가족체계에서 세대전수되는 것에 관심을 가진 가족치료사는 보웬이다. 이것은 인생각본이 개인에게서만이 아니라 가족체계까지 확장될 수 있음을 시사한다. 본 연구자 또한 이러한 행동패턴의 유사성을 주목하여 보웬의 가족치료 이론과 인생각본의 비교를 통해 가족안에도 가족각본이 존재함을 발견하였으며, 이것은 수세대 이전부터 그 형성에 영향을 받은 것임을 알게 되었다.

또한 가족각본의 목회상담적 적용은 영적분화를 이루도록 돕는 것을 그 치료의 목표로 삼아야 한다. 영적분화가 이루어지는 것은 각본을 형성하는 삼각관계나 낮은 분화수준과 부정적인 자아정체성의 변화를 일으킬 것이다. 이로 인해 가족각본 또한 긍정적으로 변화되어 개인과 가족 모두가 새로운 피조물로서의 삶을 살아가게 될 것이다.

본 논문을 마치며 아쉬운 점은 이론적 개념의 비교에만 머물렀다는 것이며, 목회 상담 현장에서 적용할 수 있는 실제 치료 기법의 연구와 개발도 필요할 것이라 생각된다. 부모와 자녀가 한 자리에 모일 수 있는 목회현장의 장점을 살려 가족각본에 대한 이해를 하도록 상담 프로그램과 교육 프로그램의 운영도 고려해 볼 수 있을 것이다. '각본'이라는 개념이 형성되게 되는 인간의 내적 심리기제에 대한 연구도 이루어진다면, 실제 치료에 있어서도 내담자에 대한 통찰이 더 깊고 넓어질 것이다.

아직까지 가족각본이나 다세대적으로 반복되는 역기능적인 가족 패턴에 대한 연구는 거의 이루어지지 않았다. 가족각본의 목회상담 적용에 대한 연구에 있어서도 보웬의 가족치료이론을 목회상담에 적용한 연구는 다수

가 있으나 인생각본을 목회상담에 적용한 연구는 거의 없다. TA 이론이라는 큰 틀로서 목회상담에 적용한 연구만이 있을 뿐이다. 따라서 개인과 가족에서 반복되는 패턴에 대한 연구와 목회상담으로의 접근에 대한 심도있는 연구가 이루어져 개인과 가족이 자신들도 모르게 이미 프로그래밍 되어 있는 각본을 인지하게 함으로써 반복하는 불행의 패턴을 변화시키는 작업이 목회상담 현장에서 활발히 이루어지길 바란다. 이로 인해 하나님께서 우리에게 허락하셨던 하나님의 사랑이자 축복 그 자체인 가정이 회복되기를 바란다. 또한 크리스천의 가정이 신앙교육의 책임과 영적성장의 책임, 사랑의 관계로의 책임을 감당하여 교회 안에서만이 아니라 세상 속에서도 하나님의 언약을 이루어가는 통로가 되길 바란다.

【 참고문헌 】

- 강영숙. “교류분석적 측면에서 본 대학생들의 인생각본”. 석사학위논문, 경상대학교 교육대학원, 2007.
- 김규수·류태보. 『교류분석치료』. 서울: 형설출판사, 1998.
- 김병대. “보웬(M. Bowen)의 가족치료이론의 목회상담에로의 적용”. 박사학위논문, 상명대학교 정치경영대학원, 2004.
- 김영근. “보웬의 가족치료이론에 근거한 신학대학원생의 가족배경 분석 및 상담”. 한국복음주의 기독교상담학회. 「복음과 상담」 제16권 (2011): 173-202.
- 김용태. 『가족치료 이론』. 서울: 학지사, 2000.
- 김종환. “현대 크리스천의 심리적이고 생리적인 문제들”. 『월간목회』 제440호 (2013): 32-37.
- 김희수. “교류분석 이론의 인생각본과 인지행동치료의 자기대화간의 비교”. 한국교류분석학회. 「교류분석연구」 제2권1호(2011): 19-33.
- 문성환. 『예수님의 인간이해와 상담원리연구』. 서울: 총신대학교 신학대학원, 2004.
- 신혜섭. “보웬 가족치료 이론과 한국적 적용에 대한 고찰”. 동덕여자대학교 생활과학연구소. 「생활과학연구」 제7권(2002). 193-201.
- 오성춘. 『목회상담 사례분석』. 서울: 대한예수교장로회출판국, 1987.
- 우재현. 『심성개발을 위한 교류분석(TA) 프로그램』. 대구: 정암서원, 2005.
- 이준문. “한국 목회 가족 상담에 있어서 S. Minuchin의 이론 적용에 관한 연구”. 석사학위논문, 연세대학교 연합신학대학원, 1994.
- 장로회신학대학교다원화목회연구원편. 『기독교가족상담(Ⅱ)』. 서울: 한국장로교출판사, 2001.
- 정성란. “각본분석 과정에 관한 연구: TA이론을 중심으로”. 제주대학교학생생활연구소. 「學生生活研究」 제22권(2001). 257-276.
- 장성오. “교류분석 이론에 기초한 부모교육 프로그램의 적용 효과”. 박사학위논문, 경기대학교 일반대학원, 2011.
- 최광현. 『가족의 두 얼굴』. 서울: 부키, 2011.
- 최광현. 『가족세우기 치료: 트라우마에 대한 통찰과 해결』. 서울: 학지사,

2010.

- 홍석제, “TA 이론의 목회상담 활용에 관한 연구”. 석사학위논문, 전주대학교대학원, 2004.
- 스기다 미네야스. 交流分析. 김현수 역. 『교류분석』. 서울: 민지사, 1988.
- Harris, Thomas A. *I'm OK-You're OK*. New York: Avon Books, 1969.
- Kerr, Michael. E. & Murray Bowen. *Family Evaluation*., 남순현·전영주·황영훈 공역. 『보웬의 가족치료 이론』. 서울: 학지사. 2005.
- Nichols, Michael P. & Richar C. Schwartz. *Family Therapy: Concepts and Methods*. 4th. ed. Boston and London: Allyn and Bacon, 1998.
- Oden, Thomas C. *Game Free*. New York: Deli Publishing, 1974.
- Papero, Daniel V. “Bowen Systems and Marriage” In *Clinical Handbook of Couples Therapy*. eds. Neil S. Jacobson & Alan s. Gurman. New York: Guilford, 1995.
- Stewart, Ian & Vann Joines. *TA Today: A New Introduction to Transactional Analysis*. 제석봉·최외선·김갑숙·윤대영 공역. 『현대의 교류분석』. 서울: 학지사, 2010.
- Wynn, John Charles. *Family Therapy in Pastoral Ministry*. 문희경 역. 『가족치료와 목회 사역』. 서울: 솔로몬, 1998.

【 Abstract 】

A Study on Application Family Script to Pastoral Counseling
–Based on a Comparing with Bowen’s Family
Therapy Theory and a Life Script of TA–

Young-Ha Lee & Kwang-Hyun Choi

Hansei University

A family is the first kind of relationship we get into as we are born. People sketch their thoughts about the world through their relationships with their family as a child. Then this drawing leads into the world and builds up to be an important part in relationships with other people. Life’s sketch is similar to TA’s Life script. The Life script is a life plan that develops through the influence of one’s parents. Life script is important enough to affect us when we make decisions in important situations. Especially children who have experienced hard relationships repeat what they experienced without knowing their family’s Multigeneration-transmission process. Likewise, family relationships have recurred patterns that get passed down for generations. A family’s problems and conflicts don’t end at one generation but get passed down to the next. One of the family therapists who has found interest in these ‘recurring patterns’ is M. Bowen. The family emotion system that appears in Bowen’s theory is a scenario of a ‘Script’ of a present family’s relationships. This study that see this behaviour patterns in family emotion systems would call this the ‘Family script’. And we would study on application Family script to Pastoral counseling

Key words: family script, life script, Bowen’s family therapy theory, pastoral counseling, recurring pattern