

상징과모래놀이치료, 제13권 제2호  
*Journal of Symbols & Sandplay Therapy*  
2022, 12, Vol. 13, No. 2, 69-116.  
doi <https://doi.org/10.12964/jsst.22008>

부부갈등이 있는 아내들의 삶의 경험에 대한 내러티브 탐구:  
모래상자 이미지를 활용하여

The Life Experiences of Wives Suffering from Marital Conflicts:  
A Narrative Inquiry using Sandtray Images

곽 수 경  
Sookyung Kwak

서 미 아  
Mia Seo

The English full text is right after the Korean one.



## 부부갈등이 있는 아내들의 삶의 경험에 대한 내러티브 탐구: 모래상자 이미지를 활용하여

### The Life Experiences of Wives Suffering from Marital Conflicts: A Narrative Inquiry using Sandtray Images

곽 수 경\*  
Sookyung Kwak

서 미 아\*\*  
Mia Seo

#### <Abstract>

This study used narrative inquiry to understand the experiences of three wives who were suffering from marital conflicts. We collected data in the form of stories of life experiences of the participants and the images which they expressed in their sandtrays. Data collection involved interviews with each of the three participants over four 60-minute sessions. Narrative analysis of the data revealed the following meanings of marital conflict: ‘scabs picked over and over’ as the appearance of marital conflict; ‘glacial-interglacial cycles’ as the cycle of marital conflict; ‘seesaw not showing where it is tilted’ as the degree of marital conflict; and ‘walking up the spiral stairs slowly but constantly, at least until today’ as the trajectory of marital conflict. Based on the results of this study, it is proposed to develop an efficient counseling intervention strategy for wives suffering from marital conflict.

*Key words* : marital conflicts, narrative inquiry, sandtray image

\* 주저자, 단국대학교 일반대학원 상담학 박사과정

\*\* 교신저자, 단국대학교 상담학과 교수 (miaseo@dankook.ac.kr)



Copyright ©2022, Korean Society for Sandplay Therapy. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## I. 서 론

어린 시절의 어느 날, 여느 때처럼 퇴근하시는 아버지에게 달려 나가 인사를 했다. 그런데 아버지가 집에 발을 내딛으시는 순간 현관의 아버지와 주방의 어머니 사이에 놓인 공기가 얼어붙는 듯 차갑게 느껴졌다. 그제야 전날 밤 부모님들 사이에 부부싸움이 있었다는 것을 직감할 수 있었다. 최근 어느 날 아이들과 함께 친정 현관에 들어섰을 때, 어린 시절의 그 날처럼 얼어붙을 듯한 공기가 집안에 가득 차 있는 것이 느껴졌다. 물론 아이들 덕에 그 공기는 금방 따뜻하게 데워졌지만, 수십 년 전의 기억을 떠올리게 만들기 충분한 순간이었다.

수십 년을 변함없는 양상으로 갈등을 겪는 부모님을 보며, 차라리 각자의 삶을 사시는 것이 낫지 않을까 생각한 적도 있다. 그런데 연구자가 아내로 살아가는 기간이 길어질수록, 끊임없는 부부갈등에도 불구하고 결혼 관계를 이어가시는 부모님의 모습에서 그 빈도나 형태를 바꾸려는 불필요한 시도 대신 적극적으로 자각적으로 받아들이는 ‘수용’(Luoma et al., 2007/2012)을 발견하기도 한다. 본 연구자들 또한 결혼 관계에서 반복되는 부부갈등으로부터 자유롭지 못한 삶을 살아 내고 있다. 이 갈등의 끝은 어디일지 스스로에게 질문하나 명확한 답을 찾지 못하고 있다. 이러한 경험 속에서 다른 아내들이 경험하는 부부갈등은 어떤 것일지 궁금해지기 시작했다.

결혼 관계를 잘 지속하고 관계의 질이 좋은 사람들은 자신의 삶이 행복하다고 느끼지만, 결혼 생활에 문제가 있는 경우는 고독감을 느끼고 정신 및 신체적 건강이 저하되며 삶의 만족도가 낮아진다는 연구결과(Proulx et al., 2007)에 반론을 제기할 사람은 많지 않을 것이다. 부부는 결혼을 결정하기 전 연애 시기부터 공생적 애착을 경험하기 때문에(Bowlby, 1968), 여타 인간관계에 비해 상대방에게 더 큰 기대를 하며 자신의 소망을 적극적으로 투사한다. 그만큼 부부는 서로가 각자의 삶에 지대한 영향을 미치는 중요한 타인으로 존재한다. 한편, 국립국어원 표준국어대사전에서는 ‘부부’를 남편과 아내를 아울러 이르는 말로 정의하고, 이와 비슷한 말로 내외(内外), 부처(夫妻), 안팎, 이인(二人), 항배(伉配) 등을 제시하고 있다. 그런데 그 중 ‘내외’, ‘안팎’은 각각이 내와 외, 안과 밖이라는 반대의 의미를 가진 단어들이 조합된 것으로, 부부라는 단어 안에는 분리된 존재이자 반대되는 존재라는 의미도 포함되어 있음을 알 수 있다. 그러므로 부부는 일심동체처럼 서로에게 가장 강한 감정적 유대를 기대하는 존재인 동시에, 일심일체의 남편과 아내의 개별적 존재로서의 양극단적 본질을 동시에 가지는 불안정한 관계로 볼 수 있다. 이를 반영하듯, 부부갈등은 헤라와 제우스 이야기로부터 현재의 각종 드라마의 소재까지 동서고금을 막론하고 인간의 삶과 가장 밀착된 주제 중 하나가 되어왔다. 현실의 결혼 관계 또한 부부갈등으로부터 자유롭다고 단언할 수 있는 경우도 많지 않을 것이다. 이처럼 부부갈등은 부부가 존재하는

한 사라지지 않을 보편적 경험으로까지 볼 수 있을 것이다.

그러나 보편적인 부부갈등일지라도 양상과 대처는 각기 다양하다. 가부장적 가치관이 점차 열어지고 다양성을 존중하는 사회적 변화로 그 양상 및 대처가 다양화 되고 있을 것이라는 추측은 차치하더라도, 비슷한 사회적 배경을 가진 비슷한 연령대의 부부들조차 갈등의 모습이 각기 다름을 주변에서도 흔히 발견하게 된다. 그렇기 때문에 부부갈등이라는 보편적 주제에서도 직접 그 삶으로 들어가서 보지 않고서는 개개인이 겪는 다양한 경험을 제대로 이해하기 어렵다.

부부갈등을 이해하기 위해 수행된 연구의 동향을 보면, Gottman 이론에 근거한 다문화 가정 부부갈등 관리 프로그램에 대한 효과성을 살펴본 연구(김은영, 김원중, 2021), 부부갈등을 거리 두기로 표현해 온 40대 부부의 이마고 부부상담 사례연구(권형진, 2020), 상담을 경험한 아내의 대상관계에 근거한 부부갈등 변화과정에 대한 연구(김명애, 송정아, 2012) 등 다양한 관점과 방법론을 활용하여 연구가 이루어지고 있다. 북한이탈주민과 남한주민 부부의 갈등과 타협 경험에 관한 연구(이민영, 2009) 등의 내러티브 탐구도 진행되었다. 그러나 개개인이 겪는 다양한 부부갈등의 양상을 들여다보는 연구는 많지 않다. 상담 과정이 내담자의 자기개방, 심층탐색, 행동수행으로 이루어짐을 고려할 때(Welfel & Patterson, 2005/2009), 갈등 양상에 대한 연구는 상담 과정의 첫 단계인 자기개방에서 내담자의 경험을 타당화하며 자기개방을 격려할 수 있는 기초 자료가 된다.

사람들은 자신이 누구이며, 어디로 향하고 있는가를 설명할 수 있도록 해주는 자신의 삶에 대한 내러티브를 가지고 있다. 내러티브는 서로 다른 주제들로 분화되는 수많은 종류의 장르들을 모두 포함하는데, 구어 혹은 문어로 표현된 언어, 정지된 상태나 움직임, 제스처와 질서정연하게 배치된 모든 요소들을 포함하므로, 내러티브 없이 인간은 존재하지도 않고, 존재할 수도 없다(Polkinghorne, 1988). 따라서 모래놀이치료에서 언어와 이미지로 드러나는 갈등 양상은 아내들을 이해하는 중요한 내러티브라 할 수 있어 본 연구에서는 내러티브 탐구 방법론을 적용하여 연구를 진행하고자 하였다. 또한, 부부갈등을 겪는 아내들의 이야기는 남성 위주의 사회에서 주류의 이야기에 가려진 비주류의 이야기다. 그러므로 부부갈등의 고통을 겪는 아내들의 이야기에서 의미를 찾아내는 내러티브 탐구는 흙 속에 숨겨진 보물을 찾아내는 것과 같은 의미 있는 여정이 될 것이다.

아울러, 본 연구에 적용한 모래놀이치료의 방법은 연구 참여자들이 모래를 사용하는 과정에서 어린 시절로 퇴행할 수 있게 하여(Boik & Goodwin, 2000/2012) 방어를 감소시켜 더욱 진솔하게 자신의 이야기를 풀어내도록 돕는다. 또한 Jung(1968/2002)이 “지성이 헛되이 풀지 못한 신비를 우리의 손이 해결한다.”라고 하였듯, 피겨를 선택하여 모래상자에 배치하는 작업은 의식의 영향을 잠시 보류하고 무의식의 기억을 개방하도록 촉진함으로써(장미경, 2017) 자신도 미처 의식하지 못한 분화 이전의 무의식의 내용까지 드러내도록 도울 수

있다. 이러한 모래놀이치료의 특징은 이야기화 된 현상으로서의 경험을 고찰하는 내러티브 탐구에서 더욱 폭넓은 자료를 이끌어 낼 수 있을 것이다.

이를 위한 본 연구의 문제는 첫째, 부부갈등을 겪는 아내들이 언어와 모래상자에 이미지로 표현하는 삶의 이야기는 무엇인가? 둘째, 부부갈등을 겪는 아내들의 경험은 어떠한 의미를 가지는가? 이다.

## II. 이론적 배경

### 1. 부부갈등

부부는 애정을 기반으로 정서적 결합을 이루는 관계로, 이러한 정서적 결합은 애착에 의해 형성된다(서미아, 2018). 부부는 처음 연애시기부터 공생애적 애착경험(Bowlby, 1968)을 가진다. Bowlby가 밝힌 바와 같이 인간은 다른 인간을 필요로 하는 존재이기 때문에 어린 아이에게 양육자와의 관계가 중요하듯 성인에게도 배우자를 비롯한 의미 있는 존재와의 결합이 중요하다(Johnson, 2008/2010). 그러므로 부부가 서로에 대해 정서적으로 친밀하기 원하고 위로받기 바라며, 관계가 멀어지면 고통스러워하게 되는 것은 당연한 일이다.

개별적인 존재로서의 두 명이 강한 정서적 결합을 이루어 가족을 형성하는 과정에서는 '완벽한 부모상'에 대한 의식적 또는 무의식적 기대가 영향을 미친다(변상규, 2014). 어린 시절에는 어머니에게 완벽한 이미지를 투사하나, 시간이 지나며 균열이 생긴다. 이는 분열되어 있던 좋은 대상과 나쁜 대상을 통합시키는 발달의 한 과정이지만(최영민, 2010), 현실의 부모가 만족시키지 못한 완벽한 부모상이 개인의 내면에 자리 잡는 것은 피할 수 없다. 성인이 된 후에는 이 '완벽한 부모상'에 근접했다고 느끼는 사람과 정서적 결합을 이루고 가족을 형성한다(변상규, 2014). 그런데 가족을 형성하여 생계를 유지하고 자녀를 양육하는 일은 막중한 책임감을 요구하는 일이기 때문에 불안을 동반할 수밖에 없다. 이러한 불안은 결혼 후 배우자가 실상은 완벽한 부모상과 거리가 멀다는 것을 발견해 나가는 상황임에도 배우자에게 자신이 의지할 수 있는 완벽한 부모상의 모습을 더욱 절실하게 요구하게 만든다. 물론 이 요구는 당연히 거절당하기 십상이며, 어린 시절 자신을 거절하는 부모에게 표현하지 못하였던 분노까지 더해져서 배우자에게 더 큰 원망을 표출하는 악순환을 이룬다. 결혼생활에는 수없이 많은 긍정적인 상호작용과 부정적인 상호작용이 공존하지만 더 큰 영향을 미치는 것은 이러한 부정적인 상호작용, 즉 부부갈등이다(Gottman, 1994; 김영희, 정선영, 2007에서 재인용).

## 2. 모래놀이치료에서의 모래상자 이미지

본 연구에서는 구술 면담에 더하여 연구 참여자들이 모래상자에 만들어 낸 이미지를 함께 활용하였다. 이 과정의 이론적 기반이 된 모래놀이치료는 Kalff(2000/2012)가 아동과의 작업에서 놀잇감을 이용한 Lowenfeld(1964; Kalff, 2000/2012에서 재인용)의 세계기법에 분석 심리학 개념을 적용하여 고안한 심리치료 기법이다.

인간의 내면에 존재하나 인식하지 못하고 있는 무의식적 내용은 ‘적극적 상상’이라는 창조적 행위를 통해 자유롭게 흐르도록 함으로써 의식될 수 있으며, 모래놀이치료는 이러한 적극적 상상의 창조적 행위가 된다(장미경, 2017). 이부영(2011)은 원형을 인간의 가장 원초적인 행동 유형이자 집단 무의식을 구성하는 에너지로 설명하면서, 목적을 내포하고 있기 때문에 필요시 원형이 무의식 속에 배열되며 의식에 나타난다고 하였다. Turner(2005/2009) 또한 자아가 적응의 위기를 겪을 때 무의식에서 원형적 이미지로의 상징이 출현하는 것으로 보았다. 그러므로 부부갈등을 경험하는 연구 참여자들은 자아가 겪는 부부갈등의 위기와 관련된 원형적 이미지를 모래상자에 드러내며, 인식하지 못했던 무의식의 내용을 의식화할 수 있을 것이다.

### Ⅲ. 연구 방법

#### 1. 연구 설계

본 연구는 내러티브 탐구로 진행되었다. 질적 연구의 한 방법인 내러티브 탐구는 인간의 삶 속에 나타나는 다양하고 복잡한 경험을 심층적으로 이해하고자 시간적인 흐름에 따라 경험을 이야기하거나 이에 대해서 쓰는 것으로(Clandinin & Connelly, 2000), 소수 개인들의 상세한 이야기나 인생경험을 연구하는데 적합하다(Creswell, 2012/2015). 그러므로 내러티브 탐구는 부부갈등을 겪는 연구 참여자들의 경험을 심층적으로 탐구하여 인식하지 못한 채 흘러가버리는 의미를 포착할 수 있는 방법이 된다.

#### 2. 연구 참여자 및 자료 수집

참여자 선정을 위하여 사설 상담센터에 연구의 주제와 목적을 공지하고 희망자를 모집하여 최종 3명의 연구 참여자를 확정하였다. 연구 참여자 선정 기준은 다음과 같다. 첫째, 질적 연구의 본질에 따라 척도 검사 대신 부부갈등을 겪고 있다고 응답한 참여자들의 주

관적 보고로 선정하였다. 둘째, 현재 결혼 관계를 유지하고 있는 경우로 한정하였다. 셋째, 모래놀이치료 작업으로 면담을 진행하므로 모래 사용에 불편감이 없는 자로 정하였다.

연구 참여자에 대한 연구 윤리를 준수하고자, 연구 참여를 철회할 수 있고 성명은 가명으로 기재되며 개인 정보는 의미 분석을 훼손하지 않는 한도 내에서 변경됨을 설명한 후 이에 대한 동의를 얻었다. 경험이 중심이 되는 내러티브 탐구의 특성상, 연구 참여자들이 연구를 통해 공개될 내용에 대해 불안을 느끼면 심도 있는 이야기를 이끌어낼 수 없다. 이에 따라 초안 작성한 후 연구 참여자들과 함께 작성된 내용을 읽고 수정하는 과정을 거쳤다.

자료 수집을 위하여 제1연구자가 각 연구 참여자와 개별 면담을 진행하였다. 면담은 2021년 4월부터 7월까지, 각 연구 참여자마다 총 4회, 1회당 60분간 진행되었다. 내러티브 탐구는 참여자 개인의 이야기를 자유롭게 탐구하기에 연구를 위한 질문 목록을 가지지 않는다(Clandinin & Connelly, 2000). 이에 연구자는 연구 참여자에게 비구조화된 질문을 하고, 연구 참여자는 피겨와 모래상자를 이용하여 모래상자를 꾸미며 자신의 경험을 이야기 하는 방식으로 면담을 실시하였다.

### 3. 연구 자료 분석

연구 자료의 분석을 위하여 Clandinin과 Connelly(2000)가 제시한 다섯 단계의 내러티브 탐구 과정을 적용하였다. 먼저, ‘현장에 존재하기’ 단계에서는 연구자가 부부갈등을 겪는 연구 참여자와 함께 존재하고자 하였다. 본 연구자들 역시 결혼 관계를 포기해야 할 정도는 아니지만 부부갈등이 일상이 된 삶이 과연 어떤 의미가 있을지 항상 의구심을 가지고 있었다. 상담자로서 지식을 활용하며 갈등을 해결하고자 애써 보기도 하였으나 성공적이지는 못한 상황으로 이제는 부부갈등 자체를 수용하는 방법에 대해 고민하는 등 이미 본 연구의 주제에 깊숙이 들어가 있었다.

두 번째 단계인 ‘현장 텍스트로 이동하기’는 면담에서 얻은 자료를 의미한다. 본 연구에서는 면담에서 발견되는 언어적 및 비언어적 현장 텍스트와 함께, 연구 참여자가 모래상자를 꾸미며 인식한 무의식의 내용도 포함하여 이야기를 구성하고자 하였다. 이를 위하여 연구 참여자들의 동의를 얻은 후 구술 면담은 녹음하였고, 만들어 낸 모래상자는 사진으로 촬영하였다. 본 연구의 목적이 부부갈등의 경험 자체를 탐구하는 것인 만큼 치료적 개입을 최소화 하고 연구 참여자들의 경험이 그대로 드러나게 하는 것에 중점을 두었다. 특히 면담 시 모래놀이치료의 자유롭고 보호받는 공간이 되도록 하였는데, 이는 상담실이라는 물리적 공간 뿐 아니라 상담 관계까지 확장된 개념으로(장미경, 2017), 연구 참여자가 정서적, 물리적으로 보호받으며 자신의 이야기를 풀어낼 수 있는 장을 제공하고자 한 것이다. 아울

리, 무의식의 내용을 이해하기 위해 연구 참여자와 상징에 대하여 이야기 나누며 해석하였다. 상징 해석을 위해서는 내담자의 개인적 경험, 확충, 연상 등을 충분히 들으며 상징의 보편적 의미와 개인적 의미 등을 통합해 나가는 과정이 필요하다(장미경, 2017). 이러한 상징 해석은 연구자와 연구 참여자 간의 교차되는 대화를 통해 새로운 이야기를 구성하는 살기(living), 말하기(telling), 다시 말하기(retelling), 다시 살기(reliving)의 내러티브 탐구 과정(Clandinin & Connelly, 1998)속에서 이루어졌다.

세 번째 단계인 ‘현장 텍스트 구성하기’ 단계에서는 면담 당일 면담 녹음을 전사하고 비언어적 표현을 기록하여 연구 참여자의 표현이 최대한 손실되지 않도록 하였다. 또한 연구자의 휴대폰으로 촬영한 모래상자 사진이 예상치 못한 경로로 타인에게 공개되지 않도록 연구자의 개인 컴퓨터로 옮기고 휴대폰에서는 삭제하였다.

네 번째, ‘경험에 대한 의미구성’ 단계에서는, 연구 참여자의 현장 텍스트를 읽고 이에 개인적, 사회적 의미를 부여하여 연구자에 의해 정리된 자료인 연구 텍스트로 전환하였다. 이 단계에서는 연구문제 및 이에 대한 결과가 연구자 개인에게 어떠한 의미를 가지는지 뿐 아니라 타인 및 사회적 맥락에서 어떠한 관련성을 가지는지를 밝혀 연구의 정당성을 확보하고자 하였다(김영천, 2013).

마지막 ‘연구 텍스트 구성하기’ 단계에서는 연구자가 연구 참여자의 현장 텍스트를 반복적으로 읽고, 모래상자 사진을 연결시키며 그 의미를 도출하는 과정을 가졌다. 이 과정에서 연구자도 연구 참여자들의 작업을 떠올리며 모래상자 이미지를 만들었는데, 이는 연구자가 받아들인 연구 참여자들의 표현을 다시 이미지로 표현하기 위함이다. 심리생물학적 관점에서 무의식과 우뇌의 작용을 연구한 Schore(2021)는 비언어적 우뇌 의사소통이 언어적 좌뇌 의사소통보다 폭넓은 정보를 제공한다고 하였다. 그러므로 연구자가 모래상자 이미지를 만드는 작업은 연구 참여자가 공유하는 경험에 대한 의미 이해의 폭을 확대하도록 도울 수 있을 것이다.

내러티브 탐구는 연구자가 자신의 경험과 사회적 맥락을 반영하여 연구 참여자의 내러티브를 연구 텍스트로 기술하고 의미를 도출해 내는 연구 방법이므로(김영천, 2013), 연구자의 지식과 경험이 의미 도출에 영향을 미친다. 본 연구의 제1연구자는 두 학기에 걸쳐 질적 연구 수업을 수강하고 다수의 질적 연구방법론 세미나에 참석하였으며, 관련 서적 및 학술논문을 읽으며 연구자로서의 지식을 갖추기 위해 노력하였다. 또한, 수퍼비전과 교육 분석을 거쳐 모래놀이상담사 자격을 취득하였고 성인 및 아동을 대상으로 6년 이상 모래놀이치료를 실시하고 있다. 아울러, 상징 분석 및 사례 연구를 수행함으로써 모래상자에 나타나는 이미지의 역할에 대한 학문적 이해의 폭을 넓혀왔다. 본 연구의 제2연구자는 부부상담 및 가족상담 분야에서 오랜 경력을 가진 상담학 교수로서 질적 연구를 강의하고 다수의 내러티브 탐구를 수행 및 지도한 경험이 있다. 본 연구자들은 본 연구를 위한 주제

선정에서 자료수집 및 분석에 이르기까지 지속적인 상호작용을 하며 서로의 의견을 교환하였다. 이러한 연구자들의 경험은 내러티브 탐구로서의 본질에 충실한 연구를 수행하는데 있어서 중요한 경험적 및 지식적 토대가 되었을 것이다.

Creswell(2012/2015)은 질적 연구 수행 시 타당성 전략 중 최소 두 가지 전략을 수행할 것을 제안하였다. 본 연구에서는 다음의 네 가지 타당성 전략을 수행하였다. 첫째, 연구 참여자의 구술 면담 뿐 아니라 모래상자 사진을 자료원으로 하여 자료의 다원화를 확보하였다. 둘째, 부부상담과 내러티브 연구에 있어서 풍부한 경험을 가진 연구자와의 공동연구를 통해 연구 과정에 대한 반복적인 점검이 이루어질 수 있도록 하였다. 셋째, 연구 결과와 해석의 초안을 연구 참여자에게 공개하고 함께 수정하여 연구 참여자의 이야기가 더욱 정확하게 반영될 수 있도록 하였다. 넷째, 참여자들의 경험과 그 의미가 적절하게 분석되고 기술되었는지에 대한 타당성을 검증하기 위하여 질적 연구를 수행한 경험이 있는 2인의 상담학 교수의 검토 과정을 거쳤다.

## IV. 연구 참여자들의 이야기

### 1. 가운의 이야기

50대 후반 가운은 결혼 35년차이며, 부동산 경매 관련 업종에 종사하고 있다. 가운은 결혼 하자마자 세 명의 자녀를 연년생으로 출산하며 정신없이 지내왔다. 가운의 남편은 술, 담배도 일절 하지 않는 성실한 남편이지만 가운과 대화가 거의 없다. 신혼 초 시어머니가 가운이 해 온 음식 맛이 없다며 쓰레기통에 쏟아버린 일에 대해 남편에게 눈물로 서운함을 호소하였을 때도 남편은 그저 침묵하며 TV만 볼 뿐이었다. 아무리 소리를 지르고 거친 말을 해도 바윗돌처럼 앉아있지만 하는 남편을 보며, 차라리 남편이 화를 내면 좋겠다고 생각하기도 했다. 남들이 부러워하는 순한 남편이었지만 수십 년간 변함없는 이런 모습에 진절머리가 났다. 가운은 아들이 학교에서 징계를 당하여 어찌해야 할 줄 모르고 있던 때조차 남편은 아무런 도움도 주지 않았다. 남편은 그저 착하기만 하여 자녀들에게도 훈계 한번을 못하는 것 같았다. 이런 남편을 대신하여 가운이 심리적 가장의 역할까지 도맡아야 했다.

[그림 1]에서 가운은 뱀 피겨를 놓으며 남편이 뱀처럼 느껴진다고 하였다. 남들에게는 착하게 보이지만, 교묘하게 자신을 조종하여 악역을 맡게 한다고 하였다. 같은 성씨를 가진 자녀들 역시 남편과 한통속이라고 하였다. 물론 자신이 강하게 밀어붙일 때도 있었지만, 그저 남편을 대신하여 자녀들에게 든든한 울타리를 만들어주고자 노력한 것뿐이었음을

호소하였다. 가운은 작은 새들을 놓으며, 가족들을 강하게 통제하는 것처럼 보였을지 몰라도 자신은 그저 작은 새처럼 상처받기 쉽고 약한 사람이라고 하였다.



(그림 1) 가운의 모래상자 (2021. 4. 28.)

가운: 남편과 싸웠던 건데, 어느새 전부 나한테 손가락질 하는 사람들만 있네요. 그쪽 씨라 내 편은 없어요. 다들 뱀 같아요. 새를 잡아먹으려는 뱀이요. 무서워요.

연구자: 내가 가장 보호받고 싶은 남편과 아이들이 연약한 나를 잡아먹으려는 뱀 같다니. 너무 무섭고 두렵겠어요. (두 번째 면담, 2021. 4. 28.)

가운은 남편이 가정폭력을 일삼는 사람들에 비하면 좋은 사람인 것을 인정하지만, 오랜 세월동안 순한 얼굴로 자신을 조종해 왔고 자신은 영문도 모른 채 당하고 살았다는 것을 떠올리니 얼른 집에서 나가고 싶다고 하였다. 가운은 꿈에서 무엇인가 뽀족한 것이 나왔는데, 자신을 찌를 것 같아 무서워 그 뽀족한 것을 피해 다녔다고 하였다. 실제로 가운은 남편을 최대한 피하는 것이 상책이라는 결론을 얻었다고 하였다. 그래서 일부러 지방 현장으로 자진해서 출장을 가고, 주말에는 오피스텔에서 혼자 지내기도 한다. 할 말도 휴대폰 문자 메시지로 전달하고 있었다.

가운: 남편은 저를 찌르는 사람인 거예요. 말 한 마디 한 마디가 작은 칼로 저를 찌르는 것 같아요. 그래서 저는 최대한 남편과 부딪치지 않으려고 아예 피해요.

연구자: 남편이 나를 보호해주는거녕 나를 찌르고 상처를 주는 사람이었네요. 그래서 남편을 떠나 스스로를 보호하려고 하셨던 것 같아요. (네 번째 면담, 2021. 5. 26.)

가운은 남들은 나이 먹으니 성격도 변하던데 자신의 남편은 그럴 가능성이 전혀 보이지도 않는다고 지금껏 헛살았다고 한탄을 했다. 가운은 한때 이혼한 사람과는 대화도 피할 정도로 이혼에 대해 거부감이 있었으나 지금은 이혼이 똑똑한 일이라고 생각이 바뀌었다. 그렇지만 한편으로는 오피스텔도 얻고 남편과의 갈등을 피할 요령도 조금씩 알아가고 있는데 지금 와서 굳이 이혼을 할 필요가 있을까 싶기도 하다며, 마음이 수시로 변한다고 하였다.

## 2. 나윤의 이야기

40대 중반 나윤은 결혼 9년차로, 유치원생 외아들을 키우고 있는 프리랜서 피아노 강사다. 나윤은 결혼 후에야 남편에게 상당한 빚이 있고, 여전히 후배들에게 비싼 술까지 사주고 있었음을 알게 되었다. 나윤은 남편에게 이제 돈 관리는 자신이 하겠다고 하였지만, 결국 서로 소리를 지르며 심하게 싸우고 말았다. 나윤은 연애 시기부터 항상 남편의 자상했던 모습만을 보았기 때문에 남편이 자신에게 소리를 지르는 모습에 놀라 실신까지 했다. 나윤은 남편과 결혼한 것이 자신의 인생을 망친 어리석은 실수처럼 느껴져 앞으로 어떻게 살아야 할지 암담한 기분이었다.

*나윤: 우리 아빠는 제가 어릴 때 집을 나갔어요. 아빠가 없었으니까 든든한 누군가가 있으면 좋겠다고 생각했구요. 결혼 전에는 남편이 항상 다 해주고 제가 짜증내도 “너 힘든데 누구한테 짜증내겠어? 나한테 다 내.” 그랬는데 (중략) 이젠 무슨 얘기만 해도 다 자기 비난하는 걸로 듣더라고요.*

*연구자: 그렇게 의지할 수 있는 남편이었는데, 변해버린 모습을 볼 때마다 결혼 전으로 돌아가고 싶은 마음이 들었을 것 같아요. (첫 번째 면담, 2021. 6. 9.)*

나윤은 남편 직업의 특성상 수입이 일정치 않은데도 남편의 씀씀이가 큰 것이 불만이었다. 나윤은 수입이 괜찮을 때 돈을 모아 빚을 갚고 싶었고, 재정 계획도 세워야 할 것 같았다. 그러나 나윤이 이러한 고민을 말할 때마다 남편은 알아서 한다며 무시로 일관했다. 남편은 더 이상 소리를 지르지는 않지만, 그만 이야기하자며 일방적으로 자리를 떴다. 남편의 차가운 뒷모습은 나윤의 마음을 더 고통스럽게 헤집어 놓았다. 나윤은 남편이 대부분의 경우 자상하고 착하다는 것을 인정하면서도, 잊을만하면 생기는 돈 문제가 또 언제 밀어닥칠지 몰라 항상 불안에 떨었다. 또한, 자신을 이렇게 불안하게 만드는 남편에 대해 종종 분노가 치밀어 오르기도 했다.

나윤은 [그림 2]와 같이 어미 북극곰과 새끼 북극곰을 놓으며, 부부는 서로를 돌보아 주는 관계라고 여겼던 신혼 시절을 떠올렸다. 그러나 현실의 자신은 피아노에 올라가 혼자 뱅뱅 돌듯, 싸울 때조차 남편 없이 혼자서만 어쩔 줄 모르고 있는 것 같다고 하였다. 나윤은 이렇게 혼자 걱정을 하며 불안에 떨 바에는 차라리 남편과 헤어지는 편이 더 나을 것 같다는 생각도 해보았다. 그러나 아이가 유치원에 가 있는 시간에만 일을 하는 지금의 상황에서는 이혼을 하면 더 큰 고생을 할 것 같았다. 또한, 아버지 없이 살았던 어린 시절을 생각할 때, 남편과의 결혼이 그래도 괜찮은 선택인 것 같았고, 누구나 이 정도의 문제는

다 겪고 있으니 자신도 참아내야 할 것 같았다.

나윤은 남편이 결혼 전 빚을 내면서까지 명품을 사주던 모습이나 후배들에게 술을 사주는 것 모두 어릴 때부터 수재였던 동생과 비교 당했던 탓이라는 생각이 들었다. 남편이 불쌍한 사람이라는 생각을 하며 잘 돌보아주어야 하겠다는 생각도 든다. 그렇지만 남편에게 의미도 없는 큰돈을 쓰고 온 날이면 남편 얼굴도 보기 싫을 만큼 지긋지긋한 마음이 드는 악순환을 반복하고 있다.



(그림 2) 나윤의 모래상자 (2021. 6. 16.)

### 3. 다운의 이야기

30대 후반 다운은 결혼 10년차로, 쌍둥이 아들을 키우며 과외 교사로 일하고 있다. 다운은 쌍둥이들의 기질에 맞춰 먼 곳에 있는 유치원에 직접 운전하여 등하원을 시켜왔다. 그러나 다운은 출근이 늦은 남편으로부터 탈출하기 위한 몸부림이었던 것 같다고 하였다. 다운은 에너지 넘치는 쌍둥이 아들들을 키우느라 집안 살림을 제대로 할 여력이 없었다. 반면 남편은 자신보다 훨씬 꼼꼼하고 부성애도 강해서 아무리 피곤해도 출근 전 일찍 일어나 음식을 해놓고 집안 청소도 완벽하게 해놓는다고 했다. 속사정을 모르는 다른 사람들은 다운을 부러워하였다. 그러나 집안일을 제대로 못한다고 하루가 멀다하고 자신을 탓하는 남편의 말에 항상 상처를 받았다. 끊임없는 비난을 들으며 살다보니, 집안일을 잘하는 남편이 고맙기는커녕 최대한 피하고만 싶었다. 그래서 틈이 날 때마다 다른 사람들과 약속을 잡았다. 다운에게 남편은, 아이들에게 좋은 아빠가 되어주는 것 하나만으로 살아갈 뿐, 가까이 하기는 너무 싫은 사람이었다.

그러던 중 둘째 아들이 놀이치료를 받게 되었다. 다운도 양육법을 배우며 부부사이가 좋아야 아이들도 안정적으로 성장할 수 있다는 것을 알게 되었다. 다운은 자신을 비난하는 남편의 태도를 애써 모르는 척 하며 오히려 남편의 좋은 점을 찾아내고자 노력하였다. 또한 자신의 행동도 절제하며 싸우지 않기 위해 애썼다. 그러나 그렇게 하면 할수록 자신이 쓸모없는 존재가 되어버린 것 같아 서글프게 느껴졌다.

다운: 내가 애써서 맞추고 주변에도 남편의 좋은 점에 대해 많이 말하고 다녔어요 이렇게 내 입으로 자꾸 스스로를 세뇌하다시피 했어요  
연구자: 그냥 말한 것이 아니라 세뇌였군요 그렇게 한 후 달라진 점이 있었나요?

다운: 제가 쓸모없는 사람이 된 것 같았어요. 원래 나는 밝고 반짝거리던 사람이었는데, 이런 대우나 받을 사람이 아닌데. (두 번째 면담, 2021. 6. 23.)



[그림 3] 다운의 모래상자 (2021. 6. 23.)

다운은 [그림 3]과 같이 북극곰, 코끼리, 얼룩말을 가져와 가족이라고 말하며 배열하였다. 잠자는 아이들 피겨도 놓았다. 다운은, 남편이 필요로 하는 사람은 자식을 잘 돌보는 사람이며, 자신도 남편 상관없이 아이들과 따뜻한 가족을 이루는 것이 가장 중요하다고 하였다. 물론 집안일에 트집을 잡는 남편의 모습을 볼 때마다 이 지긋지긋한 결혼 관계를 끝내버리고 싶다는 마음도 들었다. 그러나

그럴 때마다 바쁜 아버지를 방해하지 않기 위해 항상 눈치를 살피야 했던 어린 시절을 떠올렸다. 다운은 남편이 아이들에게 좋은 아빠가 되어주고 있으니 그것만으로도 충분하다며 이혼 생각을 접어왔다. 그러나 과연 이렇게 시간을 보내는 것이 맞는 것인지도 알 수 없었다. 쌍둥이 아이들이 초등학교에 입학하여 더 이상 운전하여 등하원을 시킬 필요가 없어진 올해부터는 과외를 시작했다. 사실 과외를 시작한 것도 남편의 비난으로부터 피할 공간을 마련하기 위함이었다. 그런데 바빠져서 그런지 예전처럼 남편의 비난이 크게 신경이 쓰이지는 않고 있다. 남편도 아침 일찍 출근하는 부서로 옮긴 후에는 퇴근하자마자 훑아떨어지기도 한다. 다운은 상황도 바뀌긴 했지만 나이를 먹어서 그런지 체력이 안 되어 피차 포기하는 부분도 생기는 것 같다고 하였다.

## V. 이야기 다시 만들기

연구 참여자들은 자신들이 경험하는 부부갈등의 종류에 대해 '또다시 뜯겨지는 상처받지'를, 부부갈등의 주기에 대해 '변갈아 오는 빙하기와 간빙기'를, 부부갈등의 정도에 대해 '어디로 기울었는지 알 수 없는 시소'를, 부부갈등의 궤적에 대해 '천천히 그러나 끊임없이, 적어도 오늘까지는 나선형 계단을 오르기'의 의미를 표현하였다.

## 1. 또다시 뜯겨지는 상처딱지

‘또다시 뜯겨지는 상처딱지’는 연구 참여자들이 경험하는 부부갈등의 종류에 대한 표현이다. 연구 참여자들이 경험하는 부부갈등의 종류는 폭력이나 외도 등 누가 보아도 심각한 병리적인 종류도 아니었고, 가족을 떠나거나 자녀들에게 관심이 없는 경우 등 어린 시절 공감적인 지지와 인정의 결핍에서 비롯된 자기애적 상처(홍이화, 2011)를 건드리는 부부갈등에도 해당되지 않았다.

*나운: 누군 도박도 아니고 가끔 돈 쓰는 거 봐주라 하지만 남편은 항상 말로만 안한다 해놓고 계속 그러니까. 후배들한테 또 품 잡고 들어올 땐 진짜 화병이 도지겠어요*

*연구자: 같은 문제가 자꾸 반복되니 실망하고 또 실망해서, 이전 절망을 넘어 포기하는 심정이 되었을 것 같아요 상처가 아물기도 전에 또 상처가 생겨 피가 흐르는 것 처럼요 (네 번째 면담, 2021. 6. 30.)*

비록 작은 상처일지라도 일상에서 무엇인가와 계속 닿아야 하는 손에 생긴다면, 아차하는 순간 상처딱지가 뜯겨져 또다시 피가 맺히는 일을 반복하기 쉽다. [그림 4]에서 연구자는 모래에 손을 그린 후 피 맺힌 상처처럼 보이는 빨간 구슬을 뿌렸다. 함께 놓인 갈퀴, 나무토막, 돌멩이, 금속물은 위협적으로 느껴지지는 않지만, 거의 다 나은 상처딱지를 뜯어내기에는 충분해 보였다. 연구 참여자들의 부부갈등도 하나하나만 보면 사소한 종류일 수 있다. 그러나 회복하기도 전에 이전 상처를 건드린다면 그 고통은 가중될 것이며, 회복하는 데 더 긴 시간을 필요로 할 것이다.



(그림 4) 연구자의 모래상자

*나운: 남편이 애들 챙기고 집안일 하고 너무 고마운데, 뭔가 한숨이라도 쉬는 것 같으면 제 가슴이 덜컥 내려앉아요 익숙해질 법도 한데, 이런 건 학습이 안 되나 봐요*

*연구자: 이제 적응했다 생각했는데, 똑같은 일에 또다시 상처받는 스스로를 보는 것도 참 피로울 것 같아요*

*나운: 이 상처가 결코 가실 것 같지 않아요 상처가 나을만하면 또 상처주고*

또 상처주고.. (두 번째 면담, 2021. 6. 23.)

게다가 다 나온 줄 알았던 상처가 또다시 빨강계 속살을 드러내는 모습을 보았을 때의 그 마음은 또 얼마나 허탈할까 싶기도 했다.

## 2. 번갈아 오는 빙하기와 간빙기

‘번갈아 오는 빙하기와 간빙기’는 연구 참여자들이 경험하는 부부갈등의 주기에 대한 의미이다. 연구 참여자들이 경험하는 부부갈등은 고통스러운 갈등의 시기만 계속되는 것이 아니었다. 갈등이 없는 시기가 존재하였고, 이 비갈등의 시기는 부부갈등의 고통이 어느 정도 해소될 여력을 줄 수 있을 것도 같았다.

나운: 별일이 없다가도 남편이 조용하면 폭풍전야처럼 그것도 또 불안해요 뭔가 차라리 빨리 터지는 게 낫죠

연구자: 마음을 놓고 살 수가 없겠어요 그 마음은 폭풍 전 고요함과 폭풍이 왔을 때의 휘몰아침으로도 비교할 수 있을 것 같아요 문제가 생기면 생기는 대로 고요하면 고요한 대로 늘 불안하고 견디기가 어려울 것 같아요 (첫 번째 면담, 2021. 6. 9.)

나운의 경우 부부갈등이 자주 일어나지 않아 그 주기가 긴 편이었다. 그러나 비갈등의 시기에서조차 남편이 무슨 일을 저질러 또 싸우는 것은 아닐까 불안해하였다. 가운과 다운은 비갈등의 시기를 확대해 부부갈등의 주기를 늘리고자 적극적으로 노력하였다. 가운은 출장을 다니며 남편과 함께 있는 시간을 줄였다. 남편과의 대화도 좋게 끝나는 일이 없기 때문에, 대화를 줄이고 필요한 말도 휴대폰 문자 메시지로 전달하고 있었다. 그러나 함께 공연도 보고 여행도 다니는 지인 부부를 부러워하며 이렇게까지 해야 하는 자신이 불쌍하게 느껴진다고 하였다. 다운 역시 자녀의 유치원 등하원을 직접 시키며 출근이 늦은 남편과 함께 있는 시간을 줄이고자 하였다. 부부갈등이 발생한 후에도 갈등의 시기를 단축시키고자 남편의 긍정적인 면모만 떠올리려고 애썼다. 그러나 다운은 결혼 전 반짝이던 자신이 남편에 맞추느라 빛을 잃은 것 같아 슬프다는 말로 이런 노력의 고단함을 표현하였다.

이러한 연구 참여자들의 경험은 빙하기와 간빙기를 떠올리게 하였다. 고통스러운 부부갈등의 시기에는 얼음과 눈으로 뒤덮인 빙하기처럼 결혼 관계를 이어가려는 마음을 얼어붙게 만든다. [그림 5]의 이글루와 얼음조각들로도 충분히 표현될 수 없을 만큼 말이다. 그러나 곧 간빙기가 오듯 비갈등의 시기에 접어들며 얼어붙은 남편에 대한 마음 또한 용해

된다. 하지만 다시 찾아올 빙하기를 염려하거나 간빙기의 기간을 늘리고자 애쓰느라 간빙기에 피어난 꽃을 즐기지는 못하는 모습이다. 연구 참여자들은 남편과의 유대감을 회복할 수 있는 비갈등의 시기에서도 이를 충분히 누리지 못하고 있었다.



(그림 5) 연구자의 모래상자

### 3. 어디로 기울었는지 알 수 없는 시소

‘어디로 기울었는지 알 수 없는 시소’는 연구 참여자들의 부부갈등 정도에 대한 측면이다. 연구 참여자들은 이혼할 것이라고 반복하여 말하였지만, ‘아이들이 크면’, ‘직장을 얻으면’ 등으로 그 시기를 유보하는 모습을 보였다. 이는 현재의 부부갈등이 야기하는 고통의 정도와 결혼 관계를 포기할 때 겪을 고통의 정도 중 어느 편이 더 견디기 힘들지 확신할 수 없기 때문이었다. 연구 참여자들이 인식하는 결혼 관계 종료 후 겪게 될 고통은 생계 문제뿐만이 아니었다. 가운의 경우 가정을 지키지 못한 사람이라는 낙인, 나운은 자녀들에게 안정적인 환경을 만들어 주지 못한다는 죄책감, 다운은 남편과의 결혼을 선택한 자신의 결정이 어리석었음을 직면해야 하는 고통을 포함하고 있었다.

*다운: 결혼만 안했으면 이 공주처럼 살았을 텐데. 아. 그런데요, 가족이 있는 게 더 좋은 것도 같고요 잘 모르겠어요*

*연구자: 한번 상상해볼까요? 공주들이랑 이 신랑신부를 시소에 올려놓는 거예요 어느 쪽으로 기울까요?*

*다운: 어렵네요 (침묵) 그냥 수평으로 할래요 (세 번째 면담, 2021. 6. 30.)*



(그림 6) 다운의 모래상자 (2021. 6. 30)

연구 참여자들은 부부갈등의 고통과 이혼으로 인한 고통을 마음의 시소 위에 올려보지만, 줄다리기를 하듯 마음의 시소는 언제나 양쪽이 팽팽한 느낌이었다.

#### 4. 천천히 그러나 끊임없이, 적어도 오늘까지는 나선형 계단을 오르기

‘천천히 그러나 끊임없이, 적어도 오늘까지는 나선형 계단을 오르기’는 연구 참여자들이 경험하는 부부갈등의 궤적에 대한 측면이다. 연구 참여자들은 모두 “빨리 이혼해야겠다.”라는 말을 하면서도, 새로 적응하느라 고생할 바에는 차라리 현재의 익숙한 고통이 더 나을 것 같다고도 하였다. 물론 다음 면담에서는 또다시 빨리 이혼해야 하겠다는 말부터 시작했다. 연구 참여자들의 이혼하고 싶다가고 이혼해봤자 무슨 의미가 있겠나 싶은 상반된 마음을 선으로 표현하면, 전진했다가 원래 자리로 되돌아오는 나선형 모양이 될 것이다.

가운: 그래도 익숙하니까. 어떤 짜증나는 일이 생길지 이제는 파악 다 꿰고 있으니까.

연구자: 싸우는 상황까지도 어느 정도는 편하게 받아들이시는 것 같아요

가운: 네. 그냥 남편 데리고 사는 게 제일 편한 것도 같아요 아휴. 다른 남자들 다 거기서 거기일거고 나 혼자 살아본 적도 없고 (네 번째 면담, 2021.

5. 26.)

“차라리 익숙한 고통이 낫다.”는 가운의 표현은 부부갈등의 고통 중 비록 작은 일부일지라도 수용할 수 있게 된 성장을 반영하는 근거로 생각되었다. 그러므로 부부갈등 경험에 대한 궤적은 평면적 나선형이 아닌, 상승하는 입체적 나선형으로 보아야 할 것이다.



[그림 7] Blake, W. (1799 - 1806).  
Jacob's ladder

출처: <https://www.britishmuseum.org/>

입체적 나선형의 모습을 가진 나선형 계단은 직선 계단에 비해 오르는 데 더 긴 시간과 더 많은 노력을 필요로 한다. 연구 참여자들의 결혼생활도 나선형 계단을 오르듯 힘을 쏟아 부어도 원점으로 되돌아오는 듯한 괴로움의 연속이었다. [그림 7]에서 나선형 계단을 오르내리고 있는 천사들처럼 연구 참여자들의 삶도 부부갈등이 없는 그 날을 향해 한 걸음씩 성장의 계단을 오르는 삶일 것이다. 그런데 이 나선형 계단의 꼭대기는 신이 머물고 있다. 이는 곧 부부갈등이 없는 삶이란 인간에게는 허락되지 않은 영역이라는 의미가 아닐까도 싶었다. 부부갈등 없는 결혼 생활이란

애초에 도달할 수 없으니 아예 포기하는 편이 나을 것일까.

*다운: 저나 남편이나 서로에게 맞춰야죠 양보도 하고요 물론 대부분 싸우겠지만요*

*연구자: 갈등도 겪어가며. 그래도 시간이 지나면 서로에 대해 점점 더 많이 알게 될 것 같아요 그럼 조금은 덜 싸울지도 모르겠네요*

*다운: 사람이 뭐 그렇게 달라지겠어요? 기대도 안 해요 그래도 일단은 살아보는 거죠 (네 번째 면담, 2021. 7. 7.)*

연구 참여자들의 선택은 적어도 오늘까지는, 그럼에도 불구하고 계속하여 나선형 계단을 오르는 것이었다. 언제나 다시 제자리인 듯 힘겹고 고통스러운 부부갈등을 겪을 지라도, 적어도 오늘은 자신이 할 수 있는 속도에 맞춰 천천히, 그러나 끊임없이 결혼 관계를 이어가는 삶을 선택한 것이다.

## VI. 논 의

본 연구에서는 연구 참여자들의 부부갈등을 내러티브와 모래상자에 피겨로 표현한 이미지를 통하여 이해하고자 하였다. 그 결과, 연구 참여자들의 부부갈등 경험에서는 부부갈등의 종류, 주기, 정도 및 궤적으로 나누어 네 개의 의미가 도출되었다.

첫째, 연구 참여자들이 경험하는 부부갈등의 종류는 ‘또다시 뜬겨지는 상처딱지’로 그 의미를 드러냈다. 연구 참여자들의 부부갈등은 심각한 종류는 아니었지만 이전 상처가 채 아물기도 전에 다시 상처를 입으며 고통이 가중되고 있었다. 상처가 아물기 전에 다시 상처를 입는 모습은 동화 ‘백조 왕자’에서 썰기풀로 옷을 짓는 엘리자 공주의 모습(Andersen, 1838/2017)과도 유사하다. 썰기풀 옷을 짓는 과정은 가시에 찢린 상처가 채 아물기도 전에 또 다시 가시에 찢리는 고통의 연속이다. 엘리자 공주처럼 연구 참여자들 역시 이전의 상처가 아물기도 전 또다시 상처가 가중되는 고통의 삶을 살아내고 있었다.

둘째, 연구 참여자들의 부부갈등 주기에 대해서는 ‘번갈아 오는 빙하기와 간빙기’로 의미를 도출하였다. 연구 참여자들은 빙하기와 간빙기가 번갈아 오듯, 부부갈등의 시기와 부부갈등이 없는 비갈등의 시기를 반복하며 결혼 관계를 이어왔다. 이는 마치 견우와 직녀 이야기의 현대적 표현으로 여겨진다. 민담이 무의식이 가는 대로 여러 사람들의 입을 거치며 이야기의 골조가 만들어지고 다듬어지는 공동 작업임을 떠올릴 때(이나미, 2010), 옛 사람들은 이미 부부가 항상 좋은 관계로만 지낼 수 없음을 파악하여, 일 년에 단 한번 오작

교에서 만나는 견우와 직녀 이야기를 만들어 낸 것은 아닐까 하는 상상을 해본다. 연구 참여자들은 갈등의 시기는 줄이고 비갈등의 시기를 늘려 부부갈등의 주기를 최대한 확대하기 위해 노력하였는데, 때로는 이러한 노력이 남편과의 유대감을 형성할 수 있는 기회를 막거나 내면에 상처를 내기도 하였다. 견우와 직녀가 오작교의 하루 동안 기쁨의 눈물을 흘리며 비를 내릴 만큼 깊은 유대감을 경험했던 것과는 상반된 모습이다(김승범, 2019).

셋째, 연구 참여자들의 부부갈등 정도에 대해서는 ‘어디로 기울었는지 알 수 없는 시소’로 의미를 도출하였다. 부부갈등의 고통과 결혼 관계를 포기할 때 겪을 고통 중 어느 쪽이 더 괴로울지 고민해 보지만, 그 결과를 확신할 수 없어 판단을 유보하고 있었다. 그것은 김나영(2010)의 시 ‘이사’에 드러나는, 마치 하루에도 수십 번씩 이삿짐을 싣다 풀었다 하는 흔들리는 마음과도 같은 것이다.

이 남자다 싶어서  
나 이 남자 안에 깃들여 살  
방 한 칸만 있으면 됐지 싶어서  
당신 안에 아내 되어 살았는데 (중략)  
25평도 아니야  
32평도 아니야  
사네  
못 사네  
내 마음의 공허가  
하루에도 수십 번 이삿짐을 싣다 풀었다 하네.

마지막으로 연구 참여자들의 부부갈등의 궤적에 대해 ‘천천히 그러나 끊임없이, 적어도 오늘까지는 나선형 계단을 오르기’의 의미를 도출하였다. 이혼하고 싶다가도 무슨 의미가 있겠나 싶은 연구 참여자들의 상반된 마음에는 일부일지라도 부부갈등의 고통을 수용해 낼 수 있게 된 성장이 존재했다. 부부갈등 속 성장은 이혼위기 부부들의 부부갈등 과정을 밝힌 연구(강희숙, 양정옥, 2012)에서도 드러난 바 있다. 그러나 그 성장을 이루는 과정이 더딜 뿐 아니라 부부갈등 없는 결혼생활은 애초에 불가능하기에 아예 포기하고 싶기도 했다. 그럼에도 연구 참여자들은 자신들이 할 수 있는 속도에 맞춰 하루하루 부부로서의 삶을 이어나가는 편을 선택하고 있었다.

Clandinin과 Connelly(2000)는 내러티브 탐구자가 생각해야 하는 연구의 정당성을 개인적 정당성, 실제적 정당성, 사회적 정당성의 세 가지로 제시하였다.

본 연구는 ‘자기 자신의 삶의 전문가가 자기 자신’임을 재확인하는 개인적 정당성을 가

진다. 연구 참여자들의 삶에 다가갔던 시간이 끝나가는 지금은 ‘내담자 삶의 전문가는 내담자’라는 텍스트가 자신의 나선형 계단을 오르는 내담자의 이미지로 변환되어 다가오는 듯하다. 당사자의 나선형 계단을 직접 올라보지 않고는 그 발걸음을 평가할 수 없으며, 이는 상담자의 삶을 살고 있는 연구자에게도 동일하게 적용될 것이다. 이제는 내 앞가림도 못하는데 무슨 부부갈등 상담을 하나는 자조 섞인 마음이 아닌, 자신에게 주어진 나선형 계단을 성실히 오르고 있는 동지를 응원하는 마음으로 상담 관계를 만들어 갈 수 있을 것 같다.

본 연구는 결혼 관계를 이어갈 수 있는 수준의 부부갈등을 겪는 아내들의 경험을 들여다봄으로써 상담적 대처를 도울 수 있는 정보를 제공하였다는 실제적 정당성을 가진다. 이는 다음의 세 가지로 제시된다. 첫째, 연구 참여자들의 부부갈등의 종류를 탐구함으로써 폭력을 동반하는 등 병리적 수준의 갈등, 또는 어린 시절의 결핍과 관련이 있는 자기애적 상처로 인한 갈등이 아니어도 누적될 경우 충분히 고통스러울 수 있다는 이해를 제공하였다. 연구 참여자들 스스로도 자신들의 부부갈등을 별것 아닌 수준으로 치부하며, 그조차 견디지 못하는 자신들을 타하는 모습을 보였다. 이러한 경험의 단면을 자세히 제시한 본 연구는 비슷한 상황에 처한 내담자들을 타당화하며 폭넓게 공감할 수 있는 지식이 될 것이다. 둘째, 연구 참여자들의 부부갈등의 주기를 탐구하는 과정에서, 자기(Self)의 인식이 강조되어야 함이 나타났다. 연구 참여자들은 부부갈등이 없는 기간을 늘리고자 자신을 절제하는 노력을 하였다. 그런데 때로는 갈등이 없는 것이 자기(Self), 즉 개인의 의식과 무의식을 합한 전체정신(이부영, 2002)으로서의 진정한 자신의 모습을 인식하지 못하였다는 것의 반증일 수 있다. 이는 갈등을 줄이는 기법을 제안하는 심리교육이 자기(Self)의 인식을 방해하여 정신 내적 성장을 저해시킬 위험도 있음을 의미한다. 그러므로 다수를 대상으로 하는 심리교육일지라도 본인의 내면을 인식하려는 노력을 전제하는 등, 자기(Self) 인식에 대한 고민이 반영된 심리교육 프로그램을 마련해야 할 것이다. 셋째, 연구 참여자들의 부부갈등 궤적을 통해 이론적 개념을 경험적으로도 확인하였다. 입체적 나선형으로 드러난 부부갈등의 궤적은 Jung(1984/2016)이 제시한 ‘상반되는 개념들을 담아내며 지그재그로 발달하는 나선형’의 자기실현 과정의 한 측면으로 이해할 수 있다. 계속 원점으로 돌아오는 듯 더딘 성장을 감수해야 할 뿐 아니라 완벽한 자기실현은 애초에 이루어낼 수 없는 것임에도 불구하고 하루하루 각자의 속도로 자기실현을 충실히 이루어가고 있는 내담자의 생명력을 다시 한 번 인식하게 하는 경험적 근거가 되었다.

본 연구는 결혼 관계를 이어갈 수 있는 수준의 부부갈등을 겪는 부부들을 대상으로 하는 공공기관의 상담 서비스도 확대되어야 함을 제시하는 사회적 정당성을 가진다. 이미 가족센터 등의 기관에서 상담 서비스를 제공하고 있지만, 정해진 회기 안에 마쳐야 하는 제한이 있을 뿐 아니라, 이용자들이 많은 지역에서는 신청 후 상담자를 만나기까지 상당 기

간을 대기하여야 한다. 일상적인 부부갈등일지라도 반복되면 큰 고통을 가져온다. 그러므로 상담을 필요로 할 때 바로 상담자를 만날 수 있고 충분한 상담 기간이 확보될 수 있도록 전문 상담 인력의 고용을 확대하는 등, 상담 서비스에 대한 공적 지원을 강화하여야 할 필요가 있다.

본 연구의 한계와 이에 따른 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 부부갈등의 경험에 중점을 두었기 때문에 심리 내적 발달을 촉진시키기 위한 상담자의 개입에 대해서는 비중을 두지 못하였다. 그럼에도 연구 참여자들은 자신의 경험에서 ‘성장’을 인식하는 내적 성장을 이끌어 냈다. 이는 내러티브 탐구의 ‘살고 말해진 이야기’에 대한 존중이 개인의 삶에 대한 존중으로 이어져(홍영숙, 2019) 모래놀이치료의 자유롭고 보호받는 치료적 관계가 형성되었기 때문인 것으로 보인다. 모래놀이치료는 장애아동의 어머니(이진희, 권미라, 2016), 부부(오세선, 2013) 등 성인을 대상으로 하는 경우에도 효과성이 입증되었다. 그러므로 추후 연구에서는 부부갈등을 겪는 연구 참여자들이 모래놀이치료를 통해 경험하는 심리 내적 발달에 주목하는 연구를 수행할 것을 제안한다. 둘째, 본 연구에서는 다양한 이미지가 제시되었지만 한정된 면담으로 인해 일부의 상징에 대해서만 해석을 하였다는 한계가 있다. 그러므로 추후에는 사전에 회기가 정해진 면담이 아닌, 충분한 기간 동안 모래놀이치료를 실시하여 더욱 풍성한 연구 텍스트를 수집하는 연구가 필요할 것이다. 셋째, 본 연구는 언어로 표현한 면담 내용과 문학 자료 및 이미지 자료를 활용하여 내러티브 탐구를 수행하였다. 예술적 표현양식은 확실성을 확보하기가 어려운 경험의 의미에 대해 효과적으로 접근할 수 있게 하므로(이미정, 2017), 추후 연구에서는 음악이나 무용, 또는 연극 등 다양한 예술 자료를 활용할 것을 제안한다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 지금까지 연구에서 주목받지 못한 주제를 탐구하였다는 의의가 있다. 한 연구 참여자는 극적인 부부갈등 이야기가 아닌 ‘맹충맹충한’ 일상의 이야기로 연구를 해도 되는지 궁금해 하였다. 내러티브 탐구는 소외된 사람들의 이야기이므로(김영천, 2013), 본인조차 주목받지 못할 것으로 생각한 양상의 부부갈등 경험은 내러티브 탐구의 영역이 될 수 있다. 본 연구에서는 이를 종류, 주기, 정도 및 궤적으로 나누어 경험의 단면을 더욱 심도 있게 바라보고자 하였다. 둘째, 본 연구는 상담 개입의 기초 자료로 삼을 수 있는 연구 결과를 제시하였다. 상담 현장에서 자주 만나는 ‘보통의 아내들’에게 타당성을 갖춘 연구 결과를 제시하여 그들이 경험하는 부부갈등의 고통을 타당화 하고, 스스로도 간과해 왔던 고통 속 변화의 모습을 인식하게 하여 자신들의 삶에서 새로운 의미를 구성하도록 돕는 등 상담 과정에서 의미 있게 활용될 수 있을 것이다. 셋째, 본 연구는 내러티브 탐구 연구방법을 적용할 때 모래놀이치료의 기법을 활용할 수 있는 가능성을 확인하여, 내러티브 탐구의 현장 텍스트의 범위를 확장시켰다는 의의를 가진다.

## 참고문헌

- 강희숙, 양정옥 (2012). 이혼위기에 처한 부부들의 부부갈등과정에 대한 질적 연구. 가족과 가족치료, 20(2), 183-199.
- 국립국어원 (2022. 3. 1). 부부, 표준국어대사전. [웹사이트].  
<https://stdict.korean.go.kr/main/main.do>
- 권형진 (2020). 부부 갈등을 거리 두기로 표현해 온 40대 부부의 이마고 부부상담 사례연구. 부부가족상담연구, 1(1), 49-64.
- 김나영 (2010). 수작. 대전: 애지.
- 김명애, 송정아 (2012). 상담을 경험한 아내의 대상관계에 근거한 부부갈등 변화과정에 대한 연구. 상담학연구, 13(6), 2681-2696.
- 김승범 (2019). 백학선전에 나타난 견우직녀 설화의 수용양상과 의의. 어문연구, 100, 117-142.
- 김영천 (2013). 질적연구방법론 II: Methods. 파주: 아카데미프레스.
- 김영희, 정선영 (2007). 부부갈등과 결혼만족도 - 갈등대처방식의 조절효과. 한국가정관리학회지, 25(5), 65-82.
- 김은영, 김원중 (2021). Gottman 이론에 근거한 다문화가정 부부갈등 관리 프로그램의 효과. 복지상담교육연구, 10(1), 1-31.
- 변상규 (2014). 당신 없이는 못 살아! 당신 때문에 못 살아!. 용인: 킹덤박스.
- 서미아 (2018). 배우자 외도로 인한 애착손상을 경험한 아내들의 삶에 대한 내러티브 탐구. 가족과 가족치료, 26(3), 499-522.
- 오세선 (2013). 커플의 모래놀이치료가 부부관계 증진에 미치는 효과 검증. 모래놀이상담연구, 9(2), 1-29.
- 이나미 (2010). 웁, 호랑이 탄 한국인과 놀다. 서울: 민음인.
- 이미정 (2017). 예술기반 연구방법에서 바라보는 예술의 가치. 한국초등미술교육학회, 50, 42-72.
- 이민영 (2009). 북한이탈주민과 남한주민 부부의 갈등과 타협 경험에 관한 질적 연구. 한국사회복지질적연구, 3(2), 91-121.
- 이부영 (2002). 자기와 자기실현. 파주: 한길사.
- 이부영 (2011). 분석심리학. 서울: 일조각.
- 이진희, 권미라 (2016). 모래놀이치료가 장애아동 어머니의 불안과 방어기제 유형 변화에 미치는 효과. 상징과 모래놀이치료, 7(1), 65-80.
- 장미경 (2017). 분석심리학적 모래놀이치료. 서울: 학지사.

- 최영민 (2010). 대상관계이론을 중심으로 쉽게 쓴 정신분석이론. 서울: 학지사.
- 홍영숙 (2019). '관계적 탐구'로서의 내러티브 탐구. 질적탐구, 5(1), 81-107.
- 홍이화 (2011). 하인즈 코헷의 자기심리학 이야기 I. 서울: 현대정신분석연구소.
- Andersen, H. C. (1838). *De vilde svaner*. Copenhagen, Denmark: C.A. Reitzels Boghandel. 백조왕자.
- 이지원 (2017). (역). 파주: 논장.
- Blake, W. (1799-1806). *Jacob's ladder* [Painting]. The British Museum.  
[https://www.britishmuseum.org/collection/object/P\\_1949-1112-2](https://www.britishmuseum.org/collection/object/P_1949-1112-2)
- Boik, B. L., & Goodwin, E. A. (2000). *Sandplay therapy. A step-by-step manual for psychotherapists of diverse orientations*. NY: Norton Professional Books. 모래놀이치료 - 심리치료사를 위한 지침서 - 이진숙, 심희옥, 한유진 (2012). (공역). 서울: 학지사.
- Bowlby J. (1968). Effects on behaviour of disruption of an affectional bond. *Eugenics Society Symposia*, 4, 94 - 108.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (1998). Stories to live by: Narrative understandings of school reform. *Curriculum Inquiry*, 28(2), 149-164.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2000). *Narrative inquiry: Experience and story in qualitative research*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Creswell, J. W. (2012). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications. 조홍식, 정선옥, 김진숙, 권지성 (2015). (공역). 질적 연구방법론 - 다섯가지 접근 -. 서울: 학지사.
- Johnson, S. M. (2008). *Hold me tight: Seven conversations for a lifetime of love*. Boston, Massachusetts: Little, Brown Spark. 박성덕 (2010). (역). 날 꼬옥 안아줘요 - 평생 부부사랑을 지속하기 위한 프로젝트 -. 서울: 학지사.
- Jung, C. G. (1968). *Archetyp und Unbewußtes*. Augsburg: Bechtermünz-Verlag. 한국융연구원 C. G. 융 저작 번역 위원회 (2002). (공역). 원형과 무의식. 서울: 솔출판사.
- Jung, C. G. (1984). *Dream analysis*. London: Routledge. 정명진 (2016). (역). 꿈의 분석. 서울: 부글북스.
- Kalff, D. M. (2000). *Sandspiel : Seine therapeutische wirkung auf die psyche (4. Auflage.)*. München: Ernst Reinhardt Verlag. 이보섭 (2012). (역). 도리칼프의 모래놀이(융심리학적 치유법). 서울: 학지사.
- Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2007). *Learning ACT: An acceptance and commitment therapy skills-training manual for therapists*. Oakland: Rain Coast Books. 최영희, 유은승, 최지환 (2012). (공역). 수용전념치료 배우기. 서울: 학지사.
- Polkinghorne, D. E. (1988). *Narrative knowing and the human sciences*. NY: State University of New

York Press.

- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: a meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576 - 593.
- Schore, A. N. (2021). 우뇌에서 우뇌로의 심리치료. *상징과 모래놀이치료*, 12(2), 13-22.
- Turner, B. A. (2005). *The handbook of sandplay therapy*. Illinois: Temenos Press. 김태련, 강우선, 김도연, 김은정, 김현정, 박랑규, 방희정, 신문자, 신민섭, 이계원, 이규미, 이정숙, 이종숙, 장은진, 조성원, 조숙자 (2009). (공역). 모래놀이치료 핸드북. 서울: 학지사.
- Welfel, E. R., & Patterson, L. E. (2005). *The counseling process*. Michigan: Brooks/Cole, 한재희. (2009). (역). 상담 과정의 통합적 모델: 다이론적 통합적 접근. 서울: 센케이저러닝코리아.

투고일 : 2022. 09. 26

수정일 : 2022. 11. 16

게재확정일 : 2022. 11. 18



## The Life Experiences of Wives Suffering from Marital Conflicts: A Narrative Inquiry using Sandtray Images

Sookyung Kwak\*

Mia Seo\*\*

### <Abstract>

This study used narrative inquiry to understand the experiences of three wives who were suffering from marital conflicts. We collected data in the form of stories of life experiences of the participants and the images which they expressed in their sandtrays. Data collection involved interviews with each of the three participants over four 60-minute sessions. Narrative analysis of the data revealed the following meanings of marital conflict: ‘scabs picked over and over’ as the appearance of marital conflict; ‘glacial-interglacial cycles’ as the cycle of marital conflict; ‘seesaw not showing where it is tilted’ as the degree of marital conflict; and ‘walking up the spiral stairs slowly but constantly, at least until today’ as the trajectory of marital conflict. Based on the results of this study, it is proposed to develop an efficient counseling intervention strategy for wives suffering from marital conflict.

*Key words* : marital conflicts, narrative inquiry, sandtray image

---

\* Lead Author, Doctoral Course, Department of Counseling, Dankook University

\*\* Corresponding Author, Professor, Department of Counseling, Dankook University (miaseo@dankook.ac.kr)



Copyright ©2022, Korean Society for Sandplay Therapy. This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

## I . Introduction

I remember a day back in my childhood when my father came back home from work and I ran out to greet him. But the moment he set a foot inside the house, I could feel the air between my father and my mother, who in the kitchen, suddenly becoming chilly. My intuition immediately told me that the two had fought night before. Not long ago, I visited my parents' house with my children and I could again feel chilliness in the atmosphere. The air soon warmed up thanks to the children, but that moment was enough to bring back the old memory.

My parents have ceaselessly been in conflict for decades, which at times made me think that it would be better for them to go their separate ways. But as I began to live life a wife myself, I sometimes discovered an active and conscious attitude of "accepting" (Luoma et al., 2007/2012) the situation from my parents rather than trying to make unnecessary attempts to change the frequency or the form their conflict. Researchers of this study are also not free from repeated marital conflicts. We have asked ourselves whether there is actually an end to the conflicts, but we still have not been able to find a concrete answer. Against this backdrop, we began to wonder what marital conflicts other wives go through.

Only a few will probably argue against research findings that those who maintain a good, quality marriage relationship feel happiness in life but those who have problems in marriage feel loneliness, develop poor mental and physical health, and have a low level of satisfaction with life (Proulx et al., 2007). Couples in a romantic relationship experience symbiotic attachment even before marriage (Bowlby, 1968) and thus, they have high expectations towards each other and actively project their wishes to one another. Hence married couples have a profound influence on each other's lives. The Standard Korean Language Dictionary published by the National Institute of Korean Language defines "married couple" as a term for husband and wife. Synonyms include inside and outside (内外), spouses (夫妻), interior and exterior, two people (二人), and spouses (伉俪). Among them, "inside and outside (内外)" and "interior and exterior" are a combination of words with opposite meanings, which implies that a married couple is comprised of two distinctive individuals. A married couple consists of two people sharing one body and soul and having the strongest emotional bond with each other, but who, at the same time, have separate body and separate soul of the polar opposites that contribute to the instability in their relationship. As a matter of fact, martial conflict has been a theme closely related to human life for all ages and countries, featured in mythologies of Zeus and Hera as well as contemporary TV series. There are probably not many marriage relationships in real life that are completely free from conflicts. Marital conflicts would exist as an unceasing universal experience as long as there are married couples.

Despite the universality of marital conflicts, they take place in different forms and individuals also cope with them differently. Aside from the assumption that the form of marital conflicts and their coping mechanisms are becoming diversified due to social changes that discourage patriarchal values and respect diversity, even couples of similar ages with similar social backgrounds often engage in different conflicts. So while marital conflict may be a universal theme, it is difficult to properly understand the various experiences of individuals without directly entering their lives.

Many studies have adopted different perspectives and methodologies to understand marital conflicts. For example, there is a study examining the effectiveness of marital conflict management programs for multicultural families based on Gottman's theory (Kim & Kim, 2021), a case study of an Imago relationship therapy of a couple in their forties who expressed their marital conflict through distancing (Kwon, 2020), and a study on the changing process of marital conflict based on object relations of the wife receiving counseling (Kim & Song, 2012). There is even a study using narrative inquiry to look into the experience of marital conflicts and compromises between North Korean defector-South Korean resident couples (Lee, 2009). However, there are not many studies that explore the various aspects of marital conflicts experienced by individuals. Taking into consideration the three-stage model of counseling of disclosure, exploration, and action planning (Welfel & Patterson, 2005/2009), studies on various marital conflict aspects can serve as basic data that can help clients validate their experiences and encourage them to open themselves up in the first stage of disclosure.

People have narratives about their lives that allow them to explain who they are and where they are headed. The word narrative covers all types of genres which are themselves divided up between different subjects: the narrative may incorporate language, spoken or written; still or moving; gestures and the ordered arrangement of all the ingredients. Thus, a people without narratives does not exist and never has existed (Polkinghorne, 1988). Patterns of conflict shown through verbal expressions and images in sandplay therapy can be regarded as important narratives in understanding the wives, and thus this study applied the methodology of narrative inquiry. In addition, the stories of wives who suffer from marital conflicts are the non-mainstream stories; in other words, they are shadowed by the mainstream stories in a male-dominated society. Therefore, a narration inquiry discovering meaning in the stories of wives suffering from marital conflicts would be a meaningful journey; it would be like finding a jewel hidden inside dirt.

Sandplay therapy allows the players to regress to their childhood in the process of using sand (Boik & Goodwin, 2000/2012), which helps them lower their guard and share their life stories in a frank manner. As Jung said, our hands solve the mystery that intellect tried to solve in vain (1968/2002). Selecting figures and placing them in a sandtray can temporarily

suspend the influence of the conscious and trigger the unconscious to open up the memories deep within (Jang, 2017), through which the players can disclose the pre-differentiated elements of the unconscious that they had not been aware of. Sandplay therapy can therefore help narrative inquiry, which examines storied phenomena, discover a broad range of stories. The research questions are as follows: First, what life stories do wives going through a marital conflict express through words and images in sandtrays? Second, what is the significance of the experiences of wives going through a marital conflict?

## **II. Theoretical Background**

### **1. Marital Conflict**

Married couples form an emotional bond based on affection and attachment (Seo, 2018). Couples go through a symbiotic attachment experience from the initial stage of their romantic relationship (Bowlby, 1968). As Bowlby said, a human being need another human being to live. Just as the relationship with the caregiver is important for young children, being connected to a significant other, e.g., the spouse, is important for adults (Johnson, 2008/2010). Therefore, it is natural for a couple to want to be emotionally intimate and be comforted by each other, and to suffer when the two begin to drift apart.

The process of two separate individuals forming a strong emotional bond to become a family is largely influenced by their conscious or unconscious expectations of the “perfect parent image” (Byun, 2014). During childhood, we project a perfect image on our mothers but the image eventually become distorted with time. While this is a natural developmental process that integrates the good and the bad that had previously been differentiated (Choi, 2010), we inevitably develop an image of a perfect parent that our parents were not in outer reality. After we become adults, we build an emotional bond with someone whom we feel is close to that “perfect parent image” and form a family with them (Byun, 2014). However, forming a family, earning a living, and raising children require a great sense of responsibility and hence are bound to be accompanied by anxiety. When we discover that our spouses are actually far from that perfect parent image, the anxiety within us makes us desperately demand that they become the perfect parent. The demand is likely to be rejected, and we feel anger towards our spouses. And the level of anger felt is beyond necessary because it is coupled with the anger that we were not able to express towards our parents who rejected our demands during childhood. There are countless positive and negative interactions in marriage, but it is these negative interactions, i.e., marital conflicts, that have a greater impact (Gottman, 1994; as cited in Kim & Jeong, 2007).

## **2. Sandtray Images in Sandplay Therapy**

In addition to oral interviews, this study used sandtray images created by the study participants. Sandplay therapy, which is the theoretical basis of this process, is a psychotherapy technique devised by Dora Kalff (2000/2012). When developing sandplay therapy, Kalff referred to Margaret Lowenfeld's World Technique, which uses toys to work with children (1964; as cited in Kalff, 2000/2012).

Contents in the unconscious that remain unrecognized can be brought to consciousness through the creative act of "active imagination," and sandplay therapy can serve as the creative action for active imagination (Jang, 2017). Rhi (2011) explained archetypes as the most primal mode of behavior for human beings and the energy that constitutes the collective unconscious. He further explained that because archetypes contain a purpose, they become constellated in the unconscious and comes up to consciousness when necessary. Turner (2005/2009) also argued that symbols emerge from the unconscious as archetypal images when the ego experiences an adaptation crisis. This means that the research participants would be able to show archetypal images related to the marital conflict experienced by their ego in sandtray, thereby becoming conscious of the unconscious contents that they had been unaware of.

### **III. Research Method**

#### **1. Research Design**

This study used narrative inquiry, a qualitative research method that involves speaking or writing about various complicated experiences in human life so as to understand them in depth (Clandinin & Connelly, 2000). This method useful for studying specific stories and life experiences of a small number of individuals (Creswell, 2012/2015). Through an in-depth inquiry into the experiences of research participants suffering from marital conflicts, the method can capture the significance of the experiences otherwise left unaware of.

#### **2. Research Participants and Data Collection**

The topic and the objective of the study were shared with private counseling centers so as to recruit participants. Among those who volunteered, three were selected. The criteria for selection were as follows: First, given that this was a qualitative study, the participants' subjective report was used as a criterion for selection rather than a scale-based test. Second, the participants were limited to those who currently maintained their marriage relationships.

Third, as sandplay therapy would be administered, the participants would not have to feel any discomfort about using sand.

To comply with research ethics, participants, prior to giving their consent, were informed that they may withdraw from the study at any time, that their names would be replaced with an alias, and that personal information would be modified only to the extent that it does not impair the semantic analysis. If they were to feel anxious about the stories unveiled through the research, narrative inquiry would be unable to draw out an in-depth narrative. After a draft paper was written, it was shared with the participants and amended based on their feedback.

The lead researcher conducted one-on-one interviews with each study participant for data collection. The interviews were conducted from April to July 2021, with a total of four interviews per participant. Each interview lasted for 60 minutes. Because narrative inquiry inquires the life stories of individuals in an unrestrained manner, it does not involve a list of questions (Clandinin & Connelly, 2000). Rather, the researcher asked unstructured questions, and the participants created sandtray images using figures and talked about their experiences.

### **3. Research Data Analysis**

Data was analyzed using the five-step narrative inquiry process proposed by Clandinin and Connelly (2000). First is the “existing in the field” stage, in which the researchers of this study sought to exist together with the participants going through marital conflicts. The researchers have also always had doubts about the significance of their married life in which conflicts-though not serious enough to make them leave the relationship-have become part of their daily routine. They tried to use their professional knowledge to resolve the conflicts but to no avail. And so they came to wonder about ways to accept marital conflicts. In other words, they were already deeply involved with the topic of this research.

The second stage of “moving to field text” involved interview-based data acquisition. This study attempted to construct stories by including not only the verbal and nonverbal field texts discovered through the interviews but also unconscious contents that participants became aware of while creating sand tray images. To this end, with prior consent of the participants, oral interviews were recorded and sandtray images were photographed. As the purpose of this study was to inquire the lived experiences of marital conflicts, therapeutic interventions were minimized so as to enable participants to reveal their experiences intact. Also, the researchers made sure that the sandplay therapy room where the interviews were conducted was made into a free and protected space so that the participants could share their stories while being protected both emotionally and physically. This is because the therapy room is not just a physical space but an extension of the therapeutic relationship (Jang, 2017). In addition,

symbols were discussed with the participants and interpreted so as to understand what is in their unconscious. To interpret symbols, the client's personal experiences and associations must be considered; the symbol's personal meaning for the client and its universal meaning have to be connected and integrated (Jang, 2017). In this study, symbol interpretation was made in the narrative inquiry process of living, telling, retelling, and reliving (Clandinin & Connelly, 1998), which constructed a new story based on the dialogue between the researcher and the participants.

In the third stage, "composition of field text," the recorded interview was transcribed and nonverbal expressions were documented on the day the interview took place so as not to lose data as much as possible. Photographs of sandtray images taken with the researcher's mobile phone were transferred to the researcher's personal computer and deleted from the phone to prevent the pictures from being disclosed through unexpected routes.

In the fourth stage of "composition of meaning of the experiences," the field text was moved to a research text. The researchers read the field texts and organized them by giving them personal and social meanings. In this stage, efforts were made to secure the legitimacy of the study by examining not only the significance of the research problem and the outcomes for the researchers as individuals but also their relevance in the context of others and society (Kim, 2013).

In the last stage of "composition of research text," the researchers repeatedly read the field texts, connected them to the sandtray images, and derived meaning. The researchers, too, created images in the sandtray while recalling the works of the participants in order to represent as images the participants' expressions that they had taken in. Schore (2021), who studied the interaction between the unconscious and the right brain from a psychobiological perspective, claimed that right brain-to-right brain nonverbal communications provides a broader set of information than left brain-to-left brain verbal communications. Therefore, the creation of sandtray images by the researchers would help them expand their understanding of the meaning of experiences shared by the participants.

Narrative inquiry is a research method in which the researcher, based on his or her own experiences and social context, describes the participant's narrative as research text and derives meaning from it (Kim, 2013). This means that the researcher's knowledge and experience influence the process of deriving meaning. The lead researcher of this study took qualitative research classes over two semesters, attended a number of seminars on qualitative research methodologies, and read related literature and academic papers so as to equip herself of relevant knowledge. She acquired her qualifications as a professional sandplay therapist by receiving required supervisions and personal trainings, and has been practicing sandplay therapy for adults and children for more than six years. She also conducted symbol analysis

and case studies and thus expanded her academic understanding of the images in sandtrays. The co-researcher of this study is a professor of counseling with a long experience in marital counseling and family counseling. She has experience in teaching qualitative research at schools and also in conducting and guiding a number of narrative inquiries. From research topic selection to data collection and analysis, the two researchers exchanged opinions with each other through continuous interaction. Their background and professional experiences served as an important empirical and knowledge foundation for conducting narrative inquiry faithfully.

Creswell (2012/2015) suggested that a qualitative research employs at least two justification strategies. This research adopted four justification strategies: First, data diversification was secured by using not only sandtray photographs but also oral interviews as data source. Second, the research was conducted jointly with someone who is experienced in marital counseling and narrative inquiry, which enabled the research process to be checked and confirmed constantly. Third, the draft paper containing research outcomes and interpretations was shared with the participants for revision to accurately convey their life stories. Fourth, to verify that the participants' experiences and the interpretations were properly analyzed and described, two professors of counseling with experience in qualitative research reviewed the paper.

## **IV. Stories Of Research Participants**

### **1. The Story of Gah-yoon**

In her late 50s, Gah-yoon had been married for 35 years. She was working in the real estate auction industry. Soon upon marriage, she gave birth to three children year after year and therefore led a hectic life. Her husband was a good man who never drank or smoked, but he hardly engaged in a conversation with his wife. During their honeymoon when Gah-yoon made some food for her mother-in-law, the mother-in-law complained that the food tasted bad and threw it in the trash bin. When Gah-yoon talked about this incident with tears, her husband remained silent and just kept on watching the television. Even when she shouted and used harsh language, her husband always sat like a rock without a word. Gah-yoon became so frustrated that she wished her husband would just become angry. Other people envied Gah-yoon for marrying such a patient man, but Gah-yoon was sick of him. Even when their son was punished at school and she did not know what to do, her husband did not offer a helping hand. Her husband was just a "good" man who never disciplined his children, which left Gah-yoon to be the psychological head of the household.

Gah-yoon placed a snake in her sandtray and said she felt that her husband is like a snake. He appeared to be a good man to other people, but he actually maneuvered her into being the villain. She claimed that even her children, who share her husband's surname, were all the same. While she did admit that she could come on too strong, she was only trying to create a robust fence for her children in lieu of her husband. Also placing small birds in the tray, Gah-yoon said that she might have been seen as someone who has a strong control over her family but in reality, she was a fragile human being who can easily get hurt, just like the little birds.



Figure 1. Gah-yoon's sandtray image (April 28, 2021)

*Gah-yoon: I fought with my husband and, somehow, I'm left with people who are all pointing their fingers at me. They're of the same surname, and no one's on my side. They're all like snakes. Snakes that are going to devour the birds. It makes me afraid.*

*Researcher: You must have wanted protection from your husband and your children, but rather you feel like they're snakes trying to eat you up. That must have been very scary. (Second session; April 28, 2021)*

Gah-yoon admitted that her husband was much better than those who use violence at home. But with that innocent look on his face, he had manipulated her for a long time and she had been victimized without knowing it. Thinking about that made her want to leave him as early as possible. Gah-yoon mentioned once she had a dream of something pointy, and she avoided it because she was afraid that it would stab her. Gah-yoon came to the conclusion that the best way to cope with the situation was to avoid her husband as much as possible. She volunteered to go out-of-town business trips, and she stayed in a studio alone on weekends. If she wanted to say something to him, she messaged him.

*Gah-yoon: My husband is someone who stabs me. Every word he says seems to stab me, like a small knife. I try to avoid him completely so that I don't have to confront him.*

*Researcher: So your husband is someone who stabs you and wounds you, instead*

*of someone who protects you. I think you were trying to protect yourself by staying away from him. (Fourth session; May 26, 2021)*

Gah-yoon said that people's personality may change as they become older, but she did not see any possibility of that happening to her husband. She lamented that she had lived her life in vain. Gah-yoon used to be repulsed by the idea of a divorce, and she even used to avoid talking to those who divorced. Now she changed her mind; she believed divorce is a smart thing to do. But now that she had a studio of her own and she was gradually developing her own ways of avoiding conflict with her husband, she was not sure whether a divorce was really necessary. Her mind about divorce changed all the time.

## **2. The Story of Nah-yoon**

Nah-yoon was in her 40s and has been married for nine years. She was a mom of a boy in kindergarten, and she worked as a freelance piano teacher. After getting married, Nah-yoon discovered that her husband had an enormous debt. And yet he still bought drinks for his junior colleagues. Nah-yoon declared that she would be the one taking care of the family finance, but they ended up having a serious fight involving screaming and yelling. Nah-yoon, who had only seen his caring and gentle aspect, was shocked at the way he screamed at her that she momentarily passed out. Nah-yoon felt that marrying her husband was a foolish mistake that had ruined her life, and she felt hopeless about the future.

*Nah-yoon: My father left the family when I was young. Because I didn't have a father growing up, I've always wanted someone to depend on. Before marriage, my husband did everything for me. Even when I got irritated, he'd say, "Who else would you vent your irritation than me?" But now (omit), he takes everything I say as a criticism.*

*Researcher: You used to be able to depend on him so much. But every time you see how much he has changed, you might have wanted to go back to your life before marriage. (First session; June 9, 2021)*

Nah-yoon's husband did not have a stable income due to the nature of his job, but he nevertheless generous about spending and Nah-yoon was dissatisfied with his behavior. Nah-yoon wanted to save to back his debt, and she also wanted to set up a concrete financial plan. But whenever she shared her concerns with her husband, he would say that he would take care of it. Her husband no longer screamed at her, but claimed that he did not want to talk to her and even left in the middle of their conversation. His cold attitude tore Nah-yoon's heart apart. While she did admit that her husband was caring and kind most of the times, she was always anxious about money issues that can arise at any time. She was also often angry at her husband for making her feel so anxious.



Figure 2. Nah-yoon's sandtray image (June 16, 2021)

Nah-yoon placed a mother polar bear and her cub, which reminded her of their newlywed stage when they believed that husband and wife should look after each other. But in reality, she was like the spinning female figure standing alone on top of a piano. Even when they were fighting, she felt like she was the only one who did not know what to do about the situation. Nah-yoon sometimes believed that leaving her husband would be better than being left alone in a state of anxiety. But because she could work only during when her boy was in the kindergarten, getting divorced now might put her in an even more difficult situation. Plus, staying with her husband seemed like a better option compared to her younger days when she had to live without a father. And because no married couple was completely free from these sorts of problems, she felt that she needed to put up them.

Nah-yoon felt that her husband's getting a loan to gift her with luxury brand products when they were dating and also buying drinks for his junior colleagues were attributable to the fact the he had always been compared to his younger brother, who was intellectually bright. When thinking about that, she felt pity for him and also felt the need to take good care of him. But on days when he used a large amount of money for other people, she did not even want to look at him in the face. Her marriage life was basically caught in this vicious cycle.

### 3. The Story of Dah-yoon

Dah-yoon was in her late 30s and had been married for ten years. She was a mother to twin boys and she worked as a private tutor. Dah-yoon sent the twins to a kindergarten far away from home in consideration of their temperament and disposition and thus had to drive long distance every day. But, in retrospect, that was an attempt to get away from her husband, who left for work late. Raising two energetic boys usually left Dah-yoon with no energy to take care of the household chores. On the other hand, her husband, who was very meticulous and responsible, woke up early no matter how tired he was and cooked and cleaned the house before going to work. Those who did not know the behind story envied Dah-yoon. But in reality, Dah-yoon always ended up feeling hurt by her husband's blaming her, almost on a daily basis, for not properly doing her share of the housework. Listening to

his criticisms made her want to avoid her husband, rather than thanking him. She therefore made engagements with other people whenever she had the chance. The only reason for her to maintain the relationship was the fact that he was a good father to their children. Other than that, he was not someone whom she wanted to become close with.

When one of the twins ended up having to receive play therapy, and Dah-yoon came to the realization that good parent relationship affects children's growth. Therefore, Dah-yoon shut her eyes to her husband's criticisms and instead tried to find his positive aspects. She also made efforts to control her behavior and struggled not to fight with her husband. But the more she did so, the more she felt worthless and sad.

*Dah-yoon: I tried hard to compromise, and I shared his merits a lot with people around me. In a sense, I almost tried to brainwash myself with my mouth.*

*Researcher: So you said those things not just because, but to brainwash yourself. Did anything change after you did that?*

*Dah-yoon: I felt worthless. I used to someone who shined with a bright personality. I don't deserve to be treated like this. (Second session; June 23, 2021)*



**Figure 3. Dah-yoon's sandtray image (June 23, 2021)**

Dah-yoon placed polar bears, elephants, and zebras inside the tray and said they were a family. She also placed sleeping kid figures. Dah-yoon said her husband only needs a woman who took good care of the children. She, too, felt that making a warm environment at home for her children mattered more than anything else. At the same time, however, she wished to end the tiresome marriage whenever her husband nagged her about household chores. But every time she did, she thought about her childhood when she walked on eggshells so as not to bother her busy father. Dah-yoon thought that the fact her husband was a good father to the twins was a good enough reason for her not to get a divorce. But she was also uncertain whether she was making the right choice.

The twins began attending elementary school, and Dah-yoon no longer needed to give them a ride. She thus started tutoring, which was an effort to avoid her husband's criticisms. Perhaps it was because she had become busy, but the criticisms did not bother her as much as they had been. Plus, after her husband moved to a division which required him to be at the office early, he fell asleep almost immediately after coming home. Dah-yoon reported that the change was probably attributable to not only the circumstantial changes but also to the fact that they had gotten older and just did not have enough energy left to fight.

## V. Re-Creating Stories

The marital conflicts that the research participants experienced appeared as “scabs picked over and over.” The cycles of their marital conflicts could be comparable to the “glacial-interglacial cycles.” The degree of their marital conflicts was like “a seesaw not showing where it is tilted.” And the trajectory of their marital conflicts was like “walking up the spiral stairs slowly but constantly, at least until today.”

### 1. Scabs Picked Over and Over

“Scabs picked over and over” can be a description of the appearance of the participants' marital conflicts. The conflicts were not pathological, involving violence or extramarital affairs. They also did not address narcissistic wounds that stem from caused by lack of empathy and recognition during childhood (Hong, 2011), examples of which are parents' leaving the family or being indifferent to the children.

*Nah-yoon: Some say that I should sometimes overlook his spending money for other people, because it's not like he's gambling. He always says he won't [spend money] but he keeps doing so. It drives me crazy whenever he comes home after boasting in front of his junior colleagues.*

*Researcher: I think you got disappointed over and over again because the same problem keeps repeating, and now you've gone beyond despair to just give up on him. It's like your wound beginning to bleed again before it heals. (Fourth session; June 30, 2021)*

While it may be small, an open wound of the hand, which is always in contact with something, can easily be rubbed off by accident and cause the wound to bleed again. In Figure 4, the researcher drew a hand on the sand and scattered red beads over it that look like wounds with blood. The rake, pieces of wood, stone, and metal object placed together do not feel threatening, but they appear to be enough to rip off the scabs. The marital

conflicts experienced by the research participants may seem trivial when observed separately. But if one conflict actually does rip off the scabs formed by wounds from the previous conflict and the process continues, pain will be exacerbated and a longer time will be required for healing.



Figure 4. Researcher's sandtray image

*Dah-yoon: I'm really grateful that my husband takes care of the children and the house, but my heart drops when he appears to be sighing. I should get used to it by now, but I guess you never get used to things like this.*

*Researcher: I think it must be painful to realize that you become hurt by the same thing again, after thinking that you've gotten used to it.*

*Dah-yoon: I don't think this wound would ever disappear. Once it nearly heals, [he] hurts me again and again... (Second session; June 23, 2021)*

One can only imagine how frustrated the participants would feel when discovering that the wound, which was nearly healed, has become red and raw again.

## 2. Glacial-Interglacial Cycles

“Glacial-interglacial cycles” refer to the cycle of marital conflicts experienced by the participants. Their marriage life was not just full of pain and discord. There were times of zero conflict, and the non-conflict period seemed to give some room to relieve the pain coming from the marital conflicts.

*Nah-yoon: Even when nothing's happening, I get nervous when my husband stays quiet. It's like the calm before the storm. If it's going to happen, I'd rather have it happen fast.*

*Researcher: I guess you can never relax, and that can be compared to the calm before the storm and the rage of the storm. During times of trouble and even during times of calm; I would imagine that it would be difficult to endure and always make you anxious. (First session; June 9, 2021)*

Nah-yoon did not experience frequent conflict with her husband, but she was anxious even when they were not in a conflict out of fear that he might have done something to make them fight again. Both Gah-yoon and Dah-yoon exerted themselves to extend the period of non-conflict. Gah-yoon went on business trips so as to spend less time with her husband. Their conversation always ended in hostility, so she talked to him less and messaged him when she needed to tell him something. But she felt envy towards another couple who went to concerts together and traveled together, and felt pity for herself. Dah-yoon also tried to spend less time with her husband, who went to work late in the morning, by driving her twin boys to the kindergarten. When there is a conflict, she tried hard to think about her husband's positive sides so as to resolve it as soon as possible. But her remarks that it saddens her to see that she had lost her shining personality describes just how exhausted those efforts make her feel.



Figure 5. Researcher's sandtray image

The reported experiences reminded the researchers of the cycles of the glacial and the interglacial periods. The painful period of conflict is like the glacial period in which everything is covered with ice and snow; it freezes their wanting to maintain their marriage. The igloo and ice bits in Figure 5 are not enough to represent the coldness of that period. But when interglacial period, or a period of non-conflict, comes, there frozen hearts begin to thaw. But because they are too concerned about the next glacial period or too focused on trying to extend the interglacial period, they seem unable to enjoy the flowers that bloomed during this period. While the participants may be able to take the time of non-conflict as an opportunity to restore the bond with their husbands, they are unable to fully enjoy it.

### 3. A Seesaw Not Showing Where It Is Tilted

“A seesaw not showing where it is tilted” is related to the degree of the participants' marital conflicts. The participants repeatedly asserted that they would divorce their spouse but delayed the decision with reasons like, “when the kids grow up” or “when I find a job.” They were uncertain whether the amount of pain coming from the divorce will actually be more bearable than the amount of pain coming from marital conflicts. Plus, the expected pain

that would come after the divorce was not just related to their livelihood. For Gah-yoon, it included her being stigmatized for not protecting the family. For Nah-yoon, it involved guilt of failing to provide a stable home environment for the children. For Dah-yoon, it was related to having to confront the fact that she had indeed made a foolish decision to marry her husband.



Figure 6. Dah-yoon's sandtray image (June 30, 2021)

*Dah-yoon: I could've lived like a princess if I didn't get married. But then, I think it's better to have a family. Oh, I don't know.*

*Researcher: Let's imagine this. You're going to put all these princesses and the bride and the groom on a seesaw. Which way will the seesaw tilt?*

*Dah-yoon: That's hard. (Silence) I'll just make it balanced. (Third session; June 30, 2021)*

When the participants tried to put the pain of marital conflict and the pain that would come with divorce on the opposite ends of their inner seesaw, the two sides would always be in a tension, as if playing a tug of war.

#### **4. Walking up the Spiral Stairs Slowly but Constantly, at Least until Today**

“Walking up the spiral stairs slowly but constantly, at least until today” is related to the trajectory of marital conflicts experienced by the participants. While they all claimed that they should get a divorce as early as possible, they always made the conclusion that familiar pain is better than new pain at the end of every session. But, of course, they would always begin the next session by saying that they need to separate from their husbands fast. If the contradicting ideas of wanting divorce and finding divorce meaningless could be drawn in a line, it would create a spiral in which they would take steps forward only to find themselves coming back to where they started.

*Gah-yoon: But I've gotten used to it. Now I know precisely what sort of irritating situation will occur.*

*Researcher: So you're now able to accept the fights with comfort to some extent.*  
*Gah-yoon: Yes, I think the easiest way is to just live with my husband. Good grief. I mean, other men will probably be the same, and I've never lived alone. (Fourth session; May 26, 2021)*

Gah-yoon's remark that "familiar pain is better [than new pain]" perhaps represented some growths on her part; she became able to accept at least a small part of the suffering that came with her marital conflict. Therefore, the trajectory of marital conflict experiences ought to be considered as not a flat spiral but an ascending, three-dimensional spiral.



**Figure 7. Blake, W. (1799 - 1806). Jacob's ladder**  
Source: <https://www.britishmuseum.org/>

Walking up three-dimensional spiral stairs requires longer time and more effort than straight stairs. The research participants' marriage life was like walking up spiral stairs; no matter how hard they tried to climb up, they would always come around again to the same place. Just like the angels going up a spiral ladder in Figure 7, the research participants also climbed up the stairs of growth, step by step, towards a life without marital conflicts. But at the top of the spiral stairs is god, which may perhaps tell us that a marriage life without conflicts is an unpermitted domain for human beings. Then does that mean that since marriage life without conflicts is impossible to reach, would it simply better to give up?

*Dah-yoon: Both my husband and I need to compromise. And also learn to give in. We'll probably fight most of the time though.*

*Researcher: And engage in conflicts. But as time passes, you'll be able to know more about each other. Then perhaps you would fight a little less.*

*Dah-yoon: But do you think people change that easily? I'm not expecting much [from him]. But I'm just going to try living with him anyway. (Fourth session; July 7, 2021)*

The choice that the research participants made was to, at least until today, continue walking up the spiral stairs despite everything. Despite having to go through painful marital conflicts that always seemed to bring them back to where they had started, they chose to continue with their married life, walking slowly at their own pace but unceasingly, at least until today.

## VI. Discussions

This study sought to understand the research participants' marital conflicts through their narratives and images in sandtrays made with figures. As a result, it identified the appearance, cycle, degree, and trajectory of marital conflicts and derived four meanings.

First, the appearance of marital conflicts experienced by the participants was like "scabs picked over and over." While the conflicts were not severe by nature, the participants became wounded over and over again even before their previous wounds could heal, which exacerbated the pain they felt. Being wounded again before the old wounds heal is what Princess Elisa in the fairytale "The Wild Swans" had to go through to knit six shirts with stinging nettles (Andersen, 1838/2017). Elisa endured the pain of her hands getting blistered hands from nettle stings over and over again. Like Elisa, the participants had to endure a life of exacerbating pain.

Second, cycles of the participants' marital conflicts was like "glacial-interglacial cycles." Like cycles of glacial and interglacial periods, the participants went through cycles of conflict and non-conflict periods during their marriage. The pattern appears to be a contemporary expression of the ancient folktale, "The Herdsman and the Weaver." Given that the creation of a folktale is a collective work that structures and revises the story through the unconscious and the mouths of many people (Lee, 2010), perhaps people back in the days realized that married couples cannot always enjoy a good relationship and therefore made a story of two lovers who can meet only once a year by crossing a bridge formed by magpies and ravens. The participants tried to prolong the period of non-conflict as much as possible, but sometimes these efforts blocked the opportunity to bond with their husbands or led to inner wounding. It is the exact opposite of the strong bond shared between the herdsman and

the weaver, who shed tears of happiness enough to turn into rain during their reunion (Kim, 2019).

Third, the degree of the participants' marital conflicts was like "a seesaw not showing where it is tilted." They thought hard about whether the pain from the marital conflicts or the pain from the divorce would be more excruciating, but they were uncertain about the outcome and therefore deferred their decision about the divorce. Their faltering minds is akin to what is outlined in the poetry titled "Moving" written by Kim (2010), where a woman's heart packs stuffs dozens of times a day leave her husband:

I thought he was the man  
I thought having a single room  
to dwell in this man heart would be enough  
so I became your wife and lived inside you (Omit)  
It's not 25 pyeong<sup>1)</sup>  
It's not 32 pyeong  
I can live with him  
I cannot live with him  
The emptiness in my heart  
packs and unpacks stuffs to move, dozens of times a day

Finally, the meaning of "walking up the spiral stages slowly but constantly, at least until today" was derived for the trajectory of the participants' marital conflicts. Their conflicting thoughts of wanting divorce and of finding no meaning in the divorce actually showed some growth through which they could embrace some pain from the conflicts. Growth from marital conflicts was also found in a study that examined the process of marital conflicts among couples who were at risk of divorce (Kang & Yang, 2012). But the process of that growth takes place very slowly, and people want to give up because marriage without conflicts are impossible in the first place. Nevertheless, the study participants chose to maintain their marriage, day by day, at their own speed.

Clandinin and Connelly (2000) stated that it is important to offer personal, practical, and social justifications for engaging in narrative inquiry.

This study offers personal justification, as it reaffirms that "the expert of one's life is one's own self." The text "the expert of a client's life is the client" seems to have transformed into an image of the clients climbing up their own spiral stairs. No one can judge the steps up the stairs unless they themselves have climbed up the same stairs, and this applies not

---

1)A pyeong is a Korean unit of area and floorspace, equal to 36 square feet.

only to the clients but also to the researchers. Now, without blaming themselves for possibly not doing a good job as marriage counselors when they do not even have a perfect marriage, the researchers would be able to create a counseling relationship in which they would cheer on the clients who are faithfully climbing up their individual spiral stairs.

This study also provides practical justifications. It provided information helpful to counseling by looking into the experiences of wives suffering from marital conflicts that are not severe enough to sustain their marriage. The following three pieces of information were presented: First, by identifying the appearance of the participants' experienced conflicts, the study provided an understanding that even conflicts that are not pathological, i.e., involving violence, or are not due to narcissistic wounds connected to one's childhood can indeed be painful when accumulated. Even the participants themselves considered the conflicts as insignificant, and blamed themselves for not being able to endure them. The study therefore would be able to validate the circumstances of those who are in similar situations and bring about understanding and empathy. Second, it was found that awareness of the Self has to be emphasized in the process of inquiring the cycles of the marital conflicts. Sometimes, the absence of conflicts may lead one to become unaware of his or her Self, or their whole psyche that includes both consciousness and unconsciousness (Rhi, 2002), which suggests that psychological methods that aim to decrease conflict may hinder one from becoming aware of the Self and therefore risk impeding inner psychological growth. Therefore, even group-based psychological education programs ought to consider ways to encourage the participants to become aware of their inner world, or their Self. Third, the trajectory of the participant's marital conflicts empirically confirmed the theoretical concept of a spiral. The trajectory, which is a three-dimensional spiral, can be understood as an aspect of the self-realization process involving a "spiral that develops in a zigzag by capturing opposite concepts" as suggested by Jung (1984/2016). Although the participants not only have to endure slow-paced growth that seems to always take them back to where they had started but also realize that perfect self-realization is impossible in the first place, they still decided to walk towards a good enough level of self-realization on a daily basis at their own pace. This serves as an empirical basis for recognizing the life force in the clients.

This study provides social justifications that suggest the need to expand public counseling services for married couples who are suffering from non-pathological conflicts and therefore have a possibility to salvage their relationship. While services are already being offered by related organizations, sessions are limited and there could also be a long waiting list in some regions. Because trivial conflicts, when repeated, can bring about great pain, it is necessary to strengthen public support for counseling services, e.g., employ a greater number of professional counselors to provide counseling immediately upon need and secure a sufficient number of sessions.

The limitations of this study and suggestions are as follows: First, since this study focused on the experience of marital conflicts, it was unable to focus on the intervention on the part of the counselor to promote inner, psychological development in the client. Nevertheless, the study participants did show some inner growth in that they recognized the “growth” they had achieved through the conflicts. This appears to be attributable to the respect towards the participant’s lived narratives, which led to the respect towards their personal lives (Hong, 2019) and formed a free and protected therapeutic relationship that is specific to sandplay therapy. Sandplay therapy has been found to be effective for adults, e.g., for mothers of children with disabilities (Lee & Kwon, 2016) and married couples (Oh, 2013). Therefore, this study suggests that future related studies focus on enabling inner psychological development in the participants with sandplay therapy. The second limitation is that while various sandtray images were made, interpretations were made only on a selected number of symbols with limited interview sessions. Thus, it would be great if future studies can find ways to administer sandplay therapy for as long as possible so as to collect a greater number of research texts. Third, this study conducted narrative inquiry using narratives disclosed in interviews, literature, and sandtray images. Because artistic methods are effective in looking into the meaning of experiences without objective certainty (Lee, 2017), it would be better for future studies to make use of various artistic methods such as music, dance, or drama.

This study has several significances. First, it inquired a subject that had not been widely recognized in existing studies. One participant even wondered if it was okay for the study to deal with “bland” marital conflicts rather than dramatic ones. Narrative inquiry is for the stories of those who are marginalized (Kim, 2013), and hence the experiences of marital conflicts that seemingly do not deserve attention, even by those who experience those conflicts, can be a topic for narrative inquiry. And this study also tried to look at the experiences in depth by dividing them into their appearance, cycle, degree and trajectory. Second, the study outcomes can be used as basic data for counseling intervention. They study dealt with the stories of “ordinary wives” than we meet often in counseling and validated the pain of their marital conflicts. It also helped them recognize the changes that had taken place in their lives despite the pain, which they failed to realize, so as to construct a new meaning in their lives. Third, by confirming that sandplay therapy can be employed together with narrative inquiry, this study broadened the scope of field text in narrative inquiry.

## References

- Andersen, H. C. (2017). *De vilde svaner*. (J-W. Lee, Trans.). Paju: Nonjang. (Original work published 1838)

- Blake, W. (1799-1806). *Jacob's ladder* [Painting]. The British Museum.  
[https://www.britishmuseum.org/collection/object/P\\_1949-1112-2](https://www.britishmuseum.org/collection/object/P_1949-1112-2)
- Boik, B. L., & Goodwin, E. A. (2012). *Sandplay therapy: A step-by-step manual for psychotherapists of diverse orientations*. (J-S. Lee, H-O. Sim & Y-J. Hahn, Trans.). Seoul: Hakjisa. (Original work published 2000)
- Bowlby J. (1968). Effects on behaviour of disruption of an affectional bond. *Eugenics Society Symposia*, 4, 94-108.
- Byun, S-K. (2014). *I cannot live without you! I cannot live because of you!* Yongin: Kingdom Books.
- Choi, Y-M. (2010). *Psychoanalytic therapy easily written based on object relations theory*. Seoul: Hakjisa.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (1998). Stories to live by: narrative understandings of school reform. *Curriculum Inquiry*, 28(2), 149-164.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M. (2000). *Narrative inquiry: Experience and story in qualitative research*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.
- Creswell, J. W. (2015). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five approaches*. (H-S. Cho, S-W. Jeong, J-S. Kim & J-S. Kwon, Trans.) Seoul: Hakjisa. (Original work published 2012)
- Hong, R-W. (2011). *Heinz Kohut's self psychology I*. Seoul: Korean Institute for Contemporary Psychoanalysis.
- Hong, Y-S. (2019). Narrative inquiry as relational research. *Journal of Qualitative Inquiry*, 5(1), 81-107.
- Jang, M-K. (2017). *Analytical psychological sandplay therapy*. Seoul: Hakjisa.
- Johnson, S. M. (2010). *Hold me tight: Seven conversations for a lifetime of love*. (S-D. Park, Trans.). Seoul: Hakjisa. (Original work published 2008)
- Jung, C. G. (2002). *Archetyp und Unbewußtes*. (The Translation Committee of the Collected Works of C. G. Jung at C. G. Jung Institute of Korea Trans.). Seoul: Solbook. (Original work published 1968)
- Jung, C. G. (2016). *Dream Analysis*. (M-J. Jeong, Trans.). Seoul: Buglebooks. (Original work published 1984)
- Kalff, D. M. (2012). *Sandspiel: seine therapeutische wirkung auf die psyche (4. Auflage.)* (B-S. Lee, Trans.). Seoul: Hakjisa. (Original work published 2000)
- Kang, H-S., & Yang, J-O. (2012). Marital conflict in divorcing couples. *Korean Journal of Family Therapy*, 20(2), 183-199.
- Kim, E-Y., & Kim, W-J. (2021). The effects of marital conflict management program for multi-cultural couples based on Gottman theory. *The Journal of Welfare and Counseling Education*, 10(1), 1-31.
- Kim, M-A., & Song, J-A. (2012). A study on the changing process of marital conflict based on object relations of the wife receiving counseling. *Korean Journal of Counseling*, 13(6), 2681-2696.

- Kim, N-Y. (2010). *Masterpiece*. Daejeon: Aeji.
- Kim, S-B. (2019). The aspect and significance of Gyun-woo and Jing-nyuh folk tale embodied in Baekhakseonjeon. *Journal of the Research Society of Language and Literature*, 100, 117-142.
- Kim, Y-C. (2013). *Qualitative research methods II: Methods*. Paju: Academy press.
- Kim, Y-H., & Jeong, S-Y. (2007). Marital conflict and satisfaction - the moderating effect of conflict-coping strategies. *Journal of Korean Home Management Association*, 25(5), 65-82.
- Kwon, H-J. (2020). A case study on IMAGO couple's counseling in the 40s who have expressed marital conflict in distance. *Korean Journal of Couples & Family Studies*, 1(1), 49-64.
- Lee, J-H., & Kwon, M-R. (2016). The effect of sandplay therapy on anxiety and defense style of mother of disabled children. *Journal of Symbols & Sandplay Therapy*, 7(1), 65-80.
- Lee, M-J. (2017). A study on the value of the methods of art in art-based research. *Journal of Art Education*, 50, 42-72.
- Lee, M-Y. (2009). A narrative inquiry of the struggle and negotiation experience in the South Korean-North Korean refugee couple. *Korean Journal of Qualitative Research in Social Welfare*, 3(2), 91-121.
- Lee, N-M. (2010). *Jung plays with koreans riding on tigers*. Seoul: Minumin.
- Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2012). *Learning ACT: An acceptance and commitment therapy skills-training manual for therapists*. (Y-H. Choi, E-S. Yoo & J-H. Choi, Trans.). Seoul: Hakjisa. (Original work published 2007)
- National Institute of Korean Language (2022, March 1) *Bubu: married couple*, *Standard Korean Dictionary*. [Website]. <https://stdict.korean.go.kr/main/main.do>
- Oh, S-S. (2013). The verification of marital relationship improvement based on couple's sandplay therapy - focusing on marital perspective taking -. *Korean Journal of Sand Play Therapy*, 9(2), 1-20.
- Polkinghorne, D. E. (1988). *Narrative knowing and the human sciences*. NY: State University of New York Press.
- Proulx, C. M., Helms, H. M., & Buehler, C. (2007). Marital quality and personal well-being: a meta-analysis. *Journal of Marriage and Family*, 69(3), 576-593.
- Rhi, B-Y. (2002). *Self and self-actualization*. Paju: Hangilsa.
- Rhi, B-Y. (2011). *Analytical psychology*. Seoul: Ilchokak.
- Schore, A. N. (2021). Right brain-to-right brain psychotherapy: recent clinical and scientific advances. *Journal of Symbols & Sandplay Therapy*, 12(2), 13-22.
- Seo, M-A. (2018). Wives' attachment injury from spousal infidelity: a narrative inquiry. *Family and Family Therapy*, 26(3), 499-522.
- Turner, B. A. (2009). *The handbook of sandplay therapy*. (T-R. Kim, W-S. Kang, D-Y. Kim, E-J. Kim, H-J. Kim, R-G. Park, H-J. Bang, M-J. Shin, M-S. Shin, G-W. Lee, G-M. Lee, J-S. Lee, J-S. Lee, E-J. Jang, S-W. Cho & S-J. Cho, Trans.). Seoul: Hakjisa. (Original

work published 2005)

Welfel, E. R., & Patterson, L. E. (2009). *The counseling process: A multitheoretical integrative approach (6th ed.)*. (J-H. Han, Trans.). Seoul: Sigmappress. (Original work published 2005)

Received : September 26, 2022

Revised : November 16, 2022

Accepted : November 18, 2022