

현실요법을 적용한 남성의 가정생활분석

-가정생활진단을 위한 상담과정 적용 시도-

이 명 숙(한경대학교 교수)

이 정 우(숙명여자대학교 명예교수)

I. 서 론

산업사회들이 공통적으로 경험한 중요한 인구학적 변천은 대체수준 이하의 출산력 저하, 합법적인 결혼의 연기 혹은 회피, 이혼율의 증가 등과 이로 인한 평균가구원수의 감소와 1인가구 등의 소가족규모에서 사는 인구비율의 증가 등을 수반하고 있다. 우리 사회도 비슷한 경험을 하고 있으며 인구학적 변천과 함께 전통적인 가족의 가치와 기능이 축소 내지 약화되고 있으며 어떤 의미에서는 전통적인 가족제도의 해체도 관찰되고 있다(권태환 등, 332).

현재 우리 사회는 높은 이혼율에 대한 시급한 대처로 이혼숙려제도를 도입하고 있고, 급속한 고령화 및 최근 들어 더 활발한 홍보가 진행 중인 저출산과 부양지수의 심각성에 대한 대책으로 급기야 노인요양보호 및 출산장려금 등의 시행을 눈앞에 두고 있다. 가족의 문제가 더 이상 개인적인 차원이 아니라 사회문제로서 조직적 대책이 필요한 시점임을 증명하는 예들이다. 그동안 우리 사회는 맞벌이 부부의 증가로 인한 자녀양육의 문제 및 여성의식의 변화에 대한 지속적인 관심이 계속되었지만, 결국 저출산, 결혼 기피, 이혼율 증가 및 급기야 OECD 국가 중 자살율도 상위라는 보도를 접하게 되었다. 따라서 많은 부분 개인적 차원의 문제로 또는 여성 혹은 가정주부의 영역으로서만 간주되었던 가정생활의 제영역에 대한 새로운 시각의 고찰이 필요한 시기이다. 특히 가정생활의 한 쪽 주인공인 남성은 그들의 또 한쪽 영역인 사회적 역할자로서 강조되어왔다. 반면에 여성의식의 변화, 여성취업, 전통적 가정생활 및 가족역할, 남성의 과도한 사회적 역할과 가정소의 같은 현상들은 서로 맞물려 저출산, 높은 이혼율 및 파생적인 사회문제로서의 가족문제와 깊은 관련이 있음을 보여준다.

우리 나라 남성들은 가정보다 직장을 더 중요시해온 것이 사실이다. 그러나 젊은 층은 가족지향적 경향이 증가하고 있으며, 남성의 가족역할에 대한 사회적 기대도 변화하여 직장과 가족을 분리된 영역으로 보는 관점에서 벗어나 점차 상호의존적 관계로 바라보게 되었다(한경혜, 1998, 96). 선택이론과 현실요법의 창시자 윌리엄 글라썬 박사는, '우리는 신체적으로 건강하고 충분한 음식과 휴식을 취하고 있으면서도 일상생활 속에서 특히 결혼생활에서 행복하지 않은 경우가 많다. 결혼생활이 행복하지 않은 경우, 초기 증상은 분노나 우울로 나타난다. 이 때 정신적으로 건강해지기 위해 무엇인가 하지 않으면 우울은 계속적으로 지속될 것이다. 그렇게 되면 피로, 두통, 무력

감, 수면장애, 식욕감퇴나 식욕증가 등과 같은 증상이 추가적으로 나타나거나 혹은 우울증 대신 나타난다(윌리엄 글라써 저, 박재황 역, 65)고 하였다.

내부통제 심리학으로서의 현실요법 상담은 국내에서 그 효과들이 많이 검증되었다. 김계현 등(2002)의 연구에 의하면, 현실치료/해결중심 집단상담의 평균효과크기는 95로 높은 편이었다. 성인 여성 및 주부를 대상으로 한 현실요법 집단 프로그램에서 내적 통제성이 상승했다는 결과(우애령, 1994; 안광성, 1998; 강미영, 1999; 윤주영, 2000; 전경표, 2001)와 영향이 없었다는 상반된 연구결과(김영순, 1999)가 있지만, 자아존중감이 향상(우애령, 1994; 강미영, 1999; 김영순, 1999)되었고, 가족관계에서 유의미한 향상(김성희, 2002)을 보였거나, 부모-자녀 관계 개선에 긍정적인 영향을 미쳤다(김영순, 1999; 전정금, 2002). 또한 대인관계를 변화시키는데 효과적(박영선, 2001)이었거나, 심리적 안녕감을 높이는데 긍정적(박영선, 2001)이었으며, 자녀양육태도 향상(전정금, 2002)에 기여하였다. 그러나 기혼 남성을 대상으로 한 현실요법 연구는 거의 알려져 있지 않다. 더욱이 기혼 남성의 가정생활 분석을 현실요법의 선택이론 개념을 적용하여 분석한 기존의 연구는 전혀 시도되지 않았다. 따라서 본 연구에서는 기혼 남성을 대상으로 그들의 가정생활을 현실요법의 상담과정으로 진단·분석함으로써 남성의 가정생활 의식 향상과 더불어 가족의 건강에 기여하고자 하는데 그 목적이 있다.

II. 연구방법

1. 면접대상 및 면접조사원

배우자와 1명 이상의 자녀가 있으며, 직장생활을 하고 있는 기혼 남성을 대상으로, 연령대가 30대, 40대, 50대, 60대까지 분포되도록 표집하였다. 면접은 모두 17사례가 실시되었으나 직장을 퇴직한 사례 및 녹음이 불량한 사례를 제외하고 총 15사례를 분석대상으로 하였다.

면접조사원은 연구자(현실요법 슈퍼바이저) 및 현실요법과정을 중급이상 수료하였거나, 사회복지사로 활동하고 있는 면접 경험이 풍부한 조사원을 선발하였고, 사전에 면접에 대한 교육을 하였다.

2. 면접도구 및 내용

가정생활의 주요 영역인 가족관계와 자원관리를 큰 축으로 하고 각각의 영역에 현실요법의 상담절차를 진행하는 것으로 반구조화된 면접양식을 구성하였다. 내용은 다음과 같다.

1) 가족관계

가족관계는 부부관계, 부모-자녀관계, 노부모-자식관계의 하위영역을 포함한다.

부부관계는 역할(남편 역할, 가장 역할, 가사노동분담 역할)과 의사소통, 의사결정의 내용이 포함된다. 부모-자녀관계는 역할(아버지 역할, 가장 역할)과 자녀양육 및 의사소통, 의사결정의 내용이 포함된다. 노부모-자식관계는 역할(아들 역할)과 의사소통, 의사결정의 내용이 포함된다.

2) 자원관리

자원관리는 시간관리, 건강(에너지)관리, 경제관리의 하위영역을 포함한다. 시간관리영역은 가족 시간 및 여가시간의 내용을, 에너지(건강)관리 영역은 체력과 스트레스 관리의 내용을, 금전관리는 생활수준, 소비 및 노후대책에 대한 내용을 포함한다.

3) 현실요법 상담과정

윌리엄 글라씨(William Glasser) 박사가 창안한 '현실요법'이라는 상담체계에 기초를 둔 WDEP 체계의 개념을 사용하여 위에서 살펴 본 가정생활의 제영역을 분석하였다. 글라씨 박사는 사람은 누구나 자신이 자기 삶의 주인이 되어 자신의 삶을 선택할 수 있을 때 가장 행복을 느낀다고 했다. 자신의 삶에서 중요한 선택을 스스로 할 수 있고, 선택한 것에 대해 책임질 수 있는 사람이 행복한 사람이라는 것이다. 따라서 WDEP 체계는 누구든지 배우면 곧바로 사용할 수 있고 대단히 현실적이고 결과 중심적이다. WDEP 체계란 다음과 같은 4단계의 진행 절차로 구성되어 있다(로버트 우볼딩 저, 신난자 역, 5-7).

(1) 바람(Want)탐색

자기의 욕구와 바람, 지각을 스스로 탐색하는 과정이다. 가정생활의 각 영역에서 이상적이며, 바라는 것과 부인이나 자녀들의 경우는 어떠한지, 현재의 상황을 어떤 시각으로 바라보는지, 그리고 가족간의 시각차에 대해 알아본다. 현실요법의 근거인 선택이론은 우리는 현실의 많은 부분을 지각하고 싶은 대로 지각하는데, 그 이유는 각자에게 독특하고 중요한 좋은세계(Quality World) 때문이라고 설명하고 있다. 좋은세계는 기본 욕구 중 하나 또는 그 이상을 가장 잘 충족시켜 주는 구체적인 그림들의 작은 집단으로 이루어져 있는 개인적인 이상향으로 이 세계에 있는 그림들을 얻어 만족할 수 있으면 즐거운 일이고, 실패하면 고통스럽다(글라씨, 51-53). 따라서 본 연구에서는 가정생활의 제 영역에 대한 좋은세계를 탐색할 것이다.

(2) 행동(Doing)탐색

자신의 행동과 행동방향을 탐색하도록 하는 과정이다. 현재 가정생활에 각 영역에서 어떻게 행동하고 있는지, 가족간의 견해나 시각차가 있을 경우, 어떤 행동의 노력을 해봤는지를 알아본다.

(3) 평가(Evaluation)하기

자신의 바람, 행동, 수행능력을 스스로 평가하도록 하는 과정이다. 가정생활의 제 영역에서 하는 행동이 효과적인지, 도움이 되었는지에 대해서 알아본다.

(4) 계획(Planning)하기

원하는 것을 얻기 위해 보다 더 실제적이고 구체적인 계획을 세우도록 도와주는 과정이다. 가

정생활의 제 영역에 대한 계획이 있는지, 또는 가족의 요구를 완수하기 위해서 더 해 볼 수 있는 단순한 계획에 대해서 알아본다.

3. 면접절차 및 방법

면접조사는 2005년 10월 중에 실시되었으며, 일회 면접시간은 90분에서 120분 정도 소요되었고, 90분 정도의 면접은 2회에 걸쳐 실시되었고, 120분 면접은 1회로 종영되었다. 모든 면접은 녹음되었다. 면접은 조사대상자의 근무지인 직장을 중심으로 면접조사원이 방문하여 실시되었다.

4. 분석방법

녹음된 모든 내용을 축어록으로 작성하여 가정생활의 각 영역별로 WDEP체계를 적용하여 분석하였다.

III. 연구결과분석

1. 면접대상자의 일반적 특성

조사대상자의 일반적 특성은 30대 7사례, 40대 6사례, 50대 2사례였다. 사무직 10사례, 전문직 3사례, 기능직과 사업을 하는 경우가 각각 1사례였다. 1명 이상의 자녀를 두고 있으나 현재 임신 중인 경우가 1사례 포함되었다. 학력은 고졸 2사례, 전문대졸 1사례, 대학 중퇴 및 재학이 2사례, 대졸 4사례, 대학원졸 이상이 6사례였다. 종교는 없는 경우 5사례, 기독교 5사례, 불교와 원불교 3사례, 천주교 2사례로 나타났고, 월평균수입은 220만원에서 500만원까지 분포되었으며, 생활수준은 자신을 모두 중산층에 포함시켰다.

<표 1> 조사대상자의 일반적 특성

항목	연령	직업	학력	종교	월평균 수입(만원)	생활수준	가족사항
사례 1	32	사무직	대학원졸	기독교	220	중하	부인 임신중
사례 2	32	사무직	대졸	없음	300	중하	부인 아들(3)
사례 3	33	사무직	대재	불교	350-400	중	부인 아들
사례 4	34	사무직	전문대졸	천주교	250	중하	부인(30) 아들(9), 딸(6)
사례 5	35	기능직	대졸	불교	430	중	모(70), 부인 아들(4)

<표 1> 조사대상자의 일반적 특성 <계속>

항목	연령	직업	학력	종교	월평균 수입(만원)	생활수준	가족사항
사례 6	37	사무직	대졸	기독교	300	중	부인(35) 아들, 딸
사례 7	39	전문직	대학원졸	기독교	350	중하	부인 딸(6)
사례 8	42	사무직	고졸	없음	300-400	중	모, 부인 아들(13), 딸(10)
사례 9	43	사무직	대학원졸	기독교	300-400	중상	부인 아들, 딸
사례 10	45	사무직	대 중퇴	원불교	300	중하	부인, 딸(고3, 중2), 아들(초5)
사례 11	45	전문직	대학원졸	천주교	450	중상	부인(43) 아들(16), 딸(14)
사례 12	47	사업	대졸	없음	300-350	중하	부인 아들
사례 13	48	사무직	대학원졸	없음	400	중하	부인 아들
사례 14	51	사무직	고졸	없음	300	중	모(74), 부인 아들 2.
사례 15	55	전문직	대학원졸	기독교	500	중상	부인(53) 아들(27, 24)

2. 가족관계

1) 부부관계

면접대상자들의 부부관계에 대한 좋은세기는 개인적으로 구체화되지 않았음을 알 수 있었으며 이상적인 좋은 부부관계에 대해 일반적인 통념 수준의 것으로 자신만의 부부관계에 대한 좋은세기를 발전시켜볼 기회나 경험이 없었던 것으로 보여진다. 따라서 부부관계를 더 좋게 하기 위한 행동 목록이나 그 행동에 대한 평가 및 심지어 계획 역시 구체적이지 못했다.

당장 꿈이라고 그려지는 모습은 없어요. 향후에 나도 정년후에 집사람이랑 여행다니면서 많은 거를 보고 서로 나누는 모습이 원하는거고, 솔직히 지금은 살기가 바쁘니까 원하는 거는 그거고 지금 현재는 행동하는거 없어요.

점진적인 구체적인 계획을 세우면 나중에 못 지키면 내가 너무 힘들기 때문에 일단 일찍 퇴근해서 같이 할 수 있고 같이 아내에 대하여 대화 시간을 좀 더 가지고 고달픈 거라든지 의사결정 한 부분이라든지 이런 부분을 진지하게 좀 더 깊은 얘기를 나누고 싶다는 것이지.

투자대비 해서, 처음에는 효과가 있는 것 같아요. 그런데 조금 지나고 나면 아까 말

쓰드린 것처럼 매달 싸이클 처럼 해야되는 그런 것들을 남자들은 지키기가 어렵거든요. 그러다 보면 또 효과가 없어져요. 하나를 주고 둘을 주면 셋을 바라고 넷을 달라고 요구를 해요.

부부관계에 대한 좋은 그림은 구체적이지 못했지만, 남자와 여자의 역할 차이는 매우 현저하게 지각하고 있는 것으로 나타났다.

남자의 역할 돈 많이 벌어서 주면, 여자의 역할은 내조 잘하고 애들 잘 가르치고, 남편 말 잘 듣고 그게 이상적이죠...맞벌이도 안하고 제가 돈 많이 벌어서 갖다 주고 애들 어리니까 집에서 생활했으면 좋겠는데 지금 안되고 있죠...맞벌이를 중단하면 금전적으로 타격이 오죠, 현재로서는...애가 선생님 되게 어려워해요. 엄마가 집에서 애들 보호하면 선생님이 함부로 못할텐데.(30대)

대부분의 남자들이 밖에서 나가서 일하고 자기를 어떻게 모듈레이트 시켰냐면 그 일에 적합하게 계속가거든요. 그리고 나서 집에와서 몇 시간을 착 전환을 해야하는데 전환하기가 힘든거 같아요. 제 느낌에는 그러니까 애하고는 눈 높이가 착 맞아하는데 집사람하고는 눈 높이가 잘 안 맞아져요.

몇번 시도해보다가 뭐랄까 핀잔을 듣는다거나 그러면은...관두자 라든지...이야기하자는데 관두네 하면서 짜증스럽게 말이 나오면 그래 관둬...그래가지고 반응이 탁 끊어져 버려요. 대화의 단절이 대화를 안해야지 그런것 보다도 의식이 죽 연결되지 않는다 라는거죠...와이프랑 이야기를 하면 여자는 여자 이야기만 하고 남자는 남자 이야기만 한다고 스스로들 이야기해요. 근데 그게 사실이고 그게 맞는건데 그걸 여자쪽으로 동질화하려고 자꾸 하지 마라 이거죠 제 이야기는 그러면 결국은 거기서 맨날 대화가 안되요. 그러면 여자는 지금까지 죽 보면은 여자를 이해해 달라는쪽, 여자하고 코드를 맞춰달라는쪽으로 이야기를 하지 남자의 코드에 맞추려고 안해요. 하물며 직장 다니는 여성 조차도.

의사소통의 문제점으로 지적한 경우 남자와 여자의 차이로 인해 발생한 문제로 인식되고 있었다.

여자는 그거를 안잊어버린다고요. 끝가지 기억하고 너 지난번에 그랬지...언제 또 지난번에 그랬잖아 여자들의 그 속성을 저는 그렇게 별로, 남자들도 그런 사람 있겠지만 제가 그런거를 잊어버리는 성격이라 그런지 한번 그렇게 당하고 나면 그 다음부터 그런 이야기를 안해요.

남자쪽에서는 안보이고 그러면 둘이 있었던 좋은것만, 와이프가 잘해줬던것만 생각하는데, 여자는 아닌 것 같애, 저놈아가 저랬어. 부부싸움할때도, 남자는 일의 본질적인 것을 따지고 들어가는데, 여자들은 쌓아놓았던 것을 조목조목 들어가니까 이길수가 없어요. 우리는 A갖고 싸우는데 ABC...G까지 다 꺼내가지고 이렇게 하니까..., 젊었을때는 기죽지 않을려고 하고, 30대는 타이틀려고 하고 이게 이리이러해서 그런데...열 받은 여자한테는 안먹히고, 지금은 싸워본적이 별로 없어...

남자들은 바쁜일 있으면 10분만에 모든걸 다 해결해야 되잖아요. 여자는 죽어도 안 되는거예요. 여자의 경우에는 두 시간이 되더라도 그걸 해결하고 가야되는거예요. 두 시간전에 일어나야되죠 그러니까 스트레스예요. 그 스트레스가 가족한테 와요. 두 시간을 만들어줘야 해요. 집안 조금만 어지럽히면 막 소리지르고, 전 그게 싫은거예요.

의사결정에 있어서도 남녀별 영역이 정해져 있어 각자 자율적으로 결정하는 영역이 있으며, 갈등을 피하기 위해 양보하거나 회피하는 경향을 보였다.

저는 삼중지도를 항상 주장하기 때문에 제 의견을 따르도록 항상 선물공세를 하거나 뭘 하던가 해서 제 의견을 따르도록 하죠.

집안일에 대해서는 집사람 의견에 거진 따라가 주는데 바깥일에 대해서는 대외적인 일은 거진 제 고집대로 가는거죠.

트러블이 안일어나야되니까 끌려가는 부분이 있고요. 그거는 제가 말하는 비전은 아니네요.

당신 맘대로하셔.. 나는 그래요. 실질적으로 나는 안맞아요. 여자가 밖에 나돌아 다니는 것 안 좋고 집에서 있는 걸 좋아 하지만은 그래서 그걸 좋아해보요 싸움만 나는 거지...기본만 하자...내가 희생하는 거지. 마음속으로 삭이지.

2) 부모-자녀관계

아버지로서 자녀에 대한 좋은세계는 비교적 구체적이었으나 힘들어하는 부분이 있었다. 또한 자녀교육에 대한 관심은 매우 높았지만, 자녀와의 관계를 어떻게 해나가야 할지, 특히 자녀 성장에 따라 관계 변화를 어떻게 해야 할지 몰라 하는 경향을 볼 수 있었다. 또한 자녀교육에 있어 부부간의 의견차도 발견되면서, 부인의 의사에 맡기는 태도를 보였다.

자녀와 함께하고자 하는 행동을 하려는 의지가 있었고 효과적인 행동과 비효과적인 행동에 대한 경험적 평가들이 발견되었다. 그러나 구체적인 계획이나 새로운 계획의 시도는 부진한 경향을 보였다.

이상적인 부분은 후원해 줄 수 있고, 정신적으로 마음적으로 하고 그러면서 아이의 성장과정을 지켜보면서 중간 중간 힘든 부분을 덜어 줄 수 있는 이상적인 아버지가... 될 수 있을 까? 어 진짜 어렵다.

어떤 고통을 섞이지 않도록 하는 건데 글썽 모르겠어. 같이 목욕...노래를 불러 주지. 샤워를 하고 아이하고 같이 있으면서 어떤 촉감으로 느끼는 어떤 이런 책. 같이 보면서 읽어주고 그러면서 같이 놀지. 같이 시간을 보내는 거지.

친구같은 아버지가 되고 싶은데, 저는 옛날부터 그랬어요. 애가 크면 같이 나가서

맥주도 마시고, 당구도 치고 놀기도 하고 그런 아빠가 되야지 했었어요...애가 어렸을 때 친해져야 하는데 제가 생각한 것과 반대로 돌아가는 것 같아요. 현재 생활은 아이한테 크게 신경을 못 쓰는 것 같아요. 그거를 전적으로 거진 집사람한테 맡기는 편이 더라고요.

어릴 때 스킨십을 많이 해줘서 자연스럽게...일단 좀 마가 졌다고 할까 이상하게 한 마디 돌아가는게 이상한 쪽으로 가다가 발끈할 때도 있고, 심하게 얘기하면서도 후회해요.

효과는 행동으로서 보여주지 않으면 절대 애들이 따라오지 않는다는 거죠. 엄마와 아빠가 같이 책을 봐주면 애들이 알아서 책상에 앉아 공부해요...효과가 없는 것은 때린거였어요. 욱박지르고.

3) 노부모-자식관계

아들로서 노부모를 생각하는 마음은 다함이 없는 것처럼 느껴진다. 그래서 늘 부족하고 아쉬움이 남는 관계로 마음 한쪽에서 부담으로 작용하기도 한다. 이상적인 노부모와 자식관계는 함께 사는 것이 좋은세계에 확고히 자리하고 있다. 따라서 현재 별거하고 있고, 자주 연결되지 못함이 늘 충족되지 않는 부분이다. 그렇다고 개선하고자 하는 구체적인 행동 및 평가, 계획은 자신의 선택 밖으로 밀려져 있으며, 막연히 최후에는 모시겠다는 의지만이 있을뿐이다.

자식에 대한 아들의 역할...이상적인 관계라는 건 참 어렵다...자신의 일에 책임을 다 하면서 찾아 뵙고 정말 중요하지만 여건이나 상황이 어려울 때 그런 마음을 갖고 고하고 이렇게 사는 것에 대해서 간간히 보여드리고 그리고 단편적인 것일지 모르겠지만 같이 밥 먹고, 같이 여행 다니고 그러면서 성공된 모습. 그것도. 위에 척도를 뒤야 할지 모르겠다. 우리 부모님은 돈도 벌고 어느 정도 사회적 지위도 있고. 주변에 좋은 사람도 많고...아들으로써 이상적인 걸 말하기엔 초라하지.

나도 친구들과 어울리고 싶고, 외박도 하고 싶고 즐기고 싶은데 형이 그러니까 나까지 그러면 어머니가 얼마나 힘이 들까 생각이 든다. 명절 때 누나들이 매번 오는 것이 아니니까 어머니가 섭섭해하시면 내가 잘해줄게 그랬다. 어머니가 불쌍하다...자주 내려가고 싶은데, 여기 사정도 있고, 와이프 눈치도 봐야하고, 또 금전적으로도 많이 도움을 드리고 싶은데 그런 부분들이 좀 부족하다. 늘 걸린다...엄마랑 통화하면서 엄마, 엄마, 나야 하고 어리광 피우면 와이프는 옆에서 따라하며 약간 놀리기도 하고...

저는 같이 사는게 쥔 좋은 것 같은데 어머니가 그거를 아직 원하지 않고 집사람한테도 어머니 혼자 계시니까 우리 부산으로 이사갈까 그랬더니 그건 싫은 것 같아요. 모시는 것 싫다고 하지는 않지만, 이사까지 가고 싶지는 않은가봐요.

친가와 처가 관계는 자신의 원가족에서의 경험이 큰 영향을 미치고 있었지만, 개인차가 크게 존재하고 있었다. 즉, 처가를 친가만큼 생각하는가 하면, 책임을 덜 느끼는

경우도 있었다.

나 혼자 잘한다고 하는 것도 아니고, 아이 엄마가 거기까지 책임을 전가하는 건 아니고 아이 엄마가 집에 가는 걸 되게 두려워하고. 때로는 신경질적이고 거부를 많이 해. 그러다 보니까, 자식과 부모와의 관계가 소홀해지는 것도 있고, 부모님은 부모님 나름대로 나한테 서운한 감정 얘기하고. 그렇게 지내다 보니까 그렇게 유쾌하지 않아...나는 처갓집에 아버님 어머님들을 친아버지 어머니처럼 느끼고 처갓집에서 다 만족하고 그러는데 아이 엄마도 그 정도는 아니더라도 알아서 해주겠지 그런 생각을 했는데 그게 아니더라고 그래서 많이 다툼이 있고 다툼 중에서 그게 제일 큰 거 같아.

저는 다 돌아 가셨어요. 우선 내 부모님이 아니니까. 일단은 예의라는 것을 많이 갖추어야 하니깐요. 말하기도 조심스럽고...집사람이 이렇고 저렇고 힘든 애길 할꺼란 말이에요. 그럼 그게 저한테 들어온단 말이에요. 장인어른이 전화해서 무슨 일이 있었냐...그런 것들 되물어 보고 그러면 대답하기 솔직히 까다롭죠. 안해도 될 애길...저는 필요한 얘기만 딱하고 말아요. 장인 장모한테. 집사람 부모니까...제가 할 도리는 해야 한다는 거...책임까진 없고요...책임감 같은 건 못 느끼겠어요. 어차피 아들들 있으니까요 그쪽에 맡기죠.

좋은세계는 자유로운, 부담이 없어야 유지가 되는 것 같은데, 어느 순간 부담이 되는 가족이 생기면 연락을 안하죠...처갓집 근처 사니까 집에 올라가면 저녁먹고...막내 노릇하는거죠. 처가 막내니까...그런데 우리집에서는 제가 장남이기 때문에 우리 집에 가면 집사람도 상당히 어려워요. 맡며느리노릇도 해야 하고 조신하게 처신 할려고 노력을 하니까 본인이 스트레스도 많은 것 같고 집에서처럼 편하게 막내 노릇하면 되는 게 아니니까...

3. 자원관리

1) 시간관리

시간은 거의 고정되어 있어서 대개의 면접대상자들이 새롭게 스케줄링을 한다거나 계획의 필요성을 별로 느끼지 못하는 것으로 나타났다.

불만이 싸이는 부분인데, 상당히 민감한 부분이에요...애 하나는 힘들고 들은 있어야 되겠다고 생각은 해도 그렇게 못하는 것이 서로 간에 말은 안하고 있지만, 앞으로 남은 시간이 그러기 쉽지 않을 거라는거죠...더 시간이 안날 것 같은데요.

직장에서 시간이 별로 없어요. 그래서 여행을 많이 가고 싶다고 갈 수도 없고요.

쉬는 날은 무조건 나가자고 해요. 저는 그게 편해요. 나갔다 왔으면 집에서 편하게 잘 수 있잖아요. 할 건 했으니까.. 하루종일 집에 있으면 눈치 보이죠. 노는 날이라고 맨 잠만 잘려고 한다는 등.. TV만 본다고 한다는 등.. 차라리 저는 그럴바엔 아침에 나갔다가 오후에 들어와서.. 니들 끼리 놀아라...

2) 에너지(건강)관리

시간과 맞물려 건강관리를 위한 운동의 필요성을 절감하면서도 쉽게 실천하지 못하고 늘 생각 속에서 해야지하는 계획만을 가지고 있는 경향이 컸다.

야구, 늪었다고 써주지 않아요. 시니어팀이 있다고 하는데 찾아다니기 번거롭고 규칙적인 건 부담되고, 등산도 해볼까...주위에서 어휴 진짜 그 암이라든지 그런거로 상당히 고통스러워하는 사람보고, 한순간에 가는 사람 보니까 어이구 뜨끔하더라고요, 그래서 그 사람의 증세가 이렇다고 그러면 나도 그런가하고 건강진단 받으러가기도 겁나고 그래요.

와이프가 가끔 폭 가라앉는 소리로 전화를 한다거나 하면, 그게 가장 큰 스트레스예요. 일가지고 스트레스 심하게 받고 그런건 아닌데 희안하게 결혼하고 나서 와이프가 힘없는 소리로 전화하면 그냥 심장이 덜컥 내려앉자 수명 단축 되는거 같아요. 결혼을 괜히했나 굉장히 스트레스가 커요. 그게

남자들 술, 담배하는 사람 끊는데, 금주는 사회생활 하면서 컨트롤이 되요. 금연이 문제죠. 금연이 스트레스 받고 있어요. 맨날 결심을 하는거죠...직장생활, 심해요, 일이 안풀리거나, 꼬여지거나, 숙된 말로 개판이 될 경우, 수습해야 되고 추스리고 해야 하는 부분이 어떨 때 보면은 스트레스로 다가와요.

3) 금전관리

월급이라는 한정된 수입으로 생활하기 때문에 젊은 세대일수록 여유가 없고 빠듯하게 생활하고 있었으며, 노후나 건강을 위한 연금저축과 보험상품이외의 저축은 하기 힘든 실정이었다.

결혼도 빚으로 시작했는데...항상 받는 것은 부족하지만 넉넉하게 쓰여지니까...노후 생활준비는 별로 안하고 있고, 보험, 연금조금 들고 있어요.

사고싶은 거 대부분 다 눈으로 구경만 하고...두 사람 다 흠에서...넓은 대지가 있는 데를 원해요...웃 한 벌에 10만원이면 되지 그러면 막 화내요. 택도 없는 소리라고...현재로는 수입이 한정되었기 때문에 은행에 들어가는 것 빼고 다 와이프한테 맡겨놨어요.

부동산 했었어요. 망했죠. 저는 매주 로또를 사요. 물질적으로 도움이 된 것 별로 없어요. 주식에 손을 댔다 돈을 많이 까먹었죠.

그것도 스트레스 받는 부분인데 여러 가지가 있다고 했는데 노후문제도 그렇고 마음을 비워요. 현재 갖고 있는 게 자산이다.

IV. 결론 및 논의

부부관계에 대한 좋은세계의 그림은 개인의 특성에 따라 명확하게 개발되어 있지 못했다. 결혼 생활을 그저 '살아 가는 것', 생활의 일부로만 받아들여 부부관계를 위한 이상적인 또는 바라는 것에 대해 구체적인 시도조차 안함으로써 이상적인 부부관계를 위한 목표 또한 구체화되지 못했음을 알 수 있다. 또한 부인의 부부관계에 대한 좋은세계에 대해 알고자 하지 않았고, 막연히 그럴 것이라는 추측만 있었다. 좋은세계의 그림은 행동을 하게하는 삶의 목표로 작용하는데, 그러한 목표가 구체적이지 못함으로써 충족시키고자 하는 행동목록 역시 빈약했으며, 평가할 만한 영역이 없었고, 계획조차 가지고 있지 않았다. 또한 이상적으로 생각하는 부부관계에 대한 구체적인 좋은 그림은 없으나 자신의 원가족에서의 경험이 긍정적이면 자신도 비슷한 그림을 그리고 있었고, 부정적일 경우 두가지 방향이 발견되었다. 첫째는 그와 반대되는 사진을 좋은 세계에 넣고 있다. 즉 어린시절 불행하다고 느꼈을 경우, 그와 반대되는 행복한 가족의 사진을 구체화하고 있다. 둘째는 처의 가족을 이상적 사진으로 구체화하는 경우가 있는데, 즉 장인, 장모의 모습을 이상적 부부관계의 모델로 생각하거나 처의 가족분위기를 이상적으로 생각하는 경우이다. 이러한 모습이 양계적 성향을 보이는 일면으로 보여지기도 한다.

부모-자녀관계에 대한 좋은 그림은 부부관계보다는 구체적이었다. 자녀가 편하게 살고, 자녀양육을 잘하고 싶은 관심은 높지만, 그러한 좋은 그림을 충족시키고자 하는 구체적 행동목록은 부부관계에서와 같이 소극적인 편이었다. 자녀가 어렸을 적에는 함께 하는 시간과 놀아주는 행동이 구체적이었으나, 적극적이지 못한 이유로는 시간부족과 피곤함이었다. 자녀가 성장함에 따라 자녀와의 관계를 위해 무엇을 발전시키고 개발시켜야 할지에 관해서는 거의 정지상태였고, 오히려 당황해 하는 모습을 발견하였다. 따라서 평가 및 계획 부분에서도 관심은 많고, 걱정도 많이 하고 있지만 실제로는 거의 진행되는 것이 없는 실정이다.

노부모와 자식 관계에 대한 좋은 그림은 친가는 물론 처가 역시 모시고 사는 것으로 거의 일치된 견해를 보였으나, 현재의 여건(고부관계 및 시간, 금전 자원관리 영역)상 어려운 것이 안타깝고 아쉬운 이유였다. 그러나 '닥치면 모신다'는 계획하에 현재에서 옆으로 방치되어 있는 영역 중의 하나가 되었다.

자원관리 영역에서는 연령집단별 뚜렷한 차이를 보였다. 30대는 아직 대출금과 집장만등으로 인한 대출과 이자를 갚아나가기에도 벅찬 일면을 보인 반면, 40대는 자녀교육비 및 자녀로 인한 지출에 대비하는 면을 그리고 50대에 비로서 여가개발을 보이고 있으나 이것 역시 두 가지로 가족형 여가와 개인형 여가로 나뉘어지는 모습을 보였다.

이상과 같은 면접조사를 통해 직장남성들은 자신들이 가정생활에서 알고 있어야 할 영역이 무엇이며, 무엇을 어떻게 해야 하는지에 대해 새로운 의식을 갖게 되었고, 또한 가정생활에 대한 구체적인 교육을 받아 본 일이 없었으며, 필요함을 면접 후 소감을 통해 나타냈다. 따라서 현실요법의 WDEP체계를 활용한 가정생활진단의 효과는 그 의미가 매우 컸으며, 가정생활교육 프로그램 개발을 위한 유용한 도구로 활용될 수 있을 것으로 생각된다.

[참고문헌]

- 강미영(1999). 현실요법 부부집단프로그램이 내적통제성, 자아존중감, 결혼만족도에 미치는 효과. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 권태환·김태현·최진호(1995). 한국의 인구와 가족. 일신사.
- 김성희(2002). 주부대상 현실요법 집단프로그램이 가족관계 향상에 미치는 효과. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영순(1999). 현실요법 부모 집단상담프로그램의 개발과 그 효과. 원광대학교 대학원 박사학위논문.
- 박영선(2001). 현실치료 집단상담이 주부들의 대인관계 변화와 심리적 욕구충족 및 안녕감에 미치는 영향. 경남대학교 대학원 석사학위논문.
- 안광성(1998). 현실요법 집단프로그램이 내적통제성에 미치는 효과. 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 우애령(1994). 현실요법을 적용한 집단사회사업 프로그램 개발. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 윤주영(2000). 현실요법을 바탕으로 한 부모교육프로그램이 내적통제성 증대 및 적극적인 스트레스 대처방식에 미치는 효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 전경표(2001). 현실치료 집단상담이 내적통제성과 대인관계에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 전정금(2002). 현실요법 부모집단상담이 자녀양육태도와 부모-자녀 의사소통에 미치는 영향. 한남대학교 대학원 석사학위논문.
- 한경혜(1998). 중년기 남성의 역할 중요도와 일/가족 갈등. 가족과 문화, 10(2), 93-113.
- 한경혜·송지은(2001). 중년 남성의 건강에 가족 및 직업 특성이 미치는 영향. 가족과 문화, 13(1), 51-73.
- Robert Wubbolding 저, 신난자 역(2003). 동기부여를 위한 효과적인 의사소통 기술. 도서출판 사람과 사람.
- William Glasser 저, 김인자·우애령 역(1998). 행복의 심리. 한국심리상담연구소.
- William Glasser 저, 박재황 역(2004). 경고: 정신과 치료가 당신의 정신건강에 피해를 줄 수 있다. 한국심리상담연구소.