

## 6-1. 미누친의 구조적 가족치료 1

### 1. 구조적 가족치료

- 구조적 가족치료는 체계론적 관점을 근거로 발전된 것으로 가족의 상호작용 패턴을 가족구조로 설명한다. 즉, 개인을 사회적 존재로 보고 개인을 둘러싼 가족의 상호작용도 일정한 구조로 이루어진다는 것이 핵심이다.
- 그리고 가족구조가 변하면 그 구성원의 행동과 심리과정이 변화한다는 전제를 바탕으로 한다. - 이 모델은 체계의 역동성을 강조하고 다른 이론에 비해 간단하면서도 실용적인 것이 특징이며, 치료자들은 주도적이고 적극적인 개입을 한다.
- 가족의 상호작용 패턴을 가족구조의 개념으로 설명하여, 이를 중심으로 하위체계, 경계선, 위계구조 등 몇 가지 개념을 제시함으로써 무엇이 기능적인 가족이며 또 역기능적인 가족인가에 관한 명확한 지도 제공 및 가족을 기능적으로 재구조화하는 것을 목표로 한다.

\* 저자 미누친(S. Minuchin)

- 정신분석 훈련을 받은 아르헨티나 출신의 정신과 의사
- 뉴욕시의 윌트윅 학교에서 비행 소년을 치료하면서 가족치료에 관심을 갖게 됨
- 1967년 『빈민가의 가족』에서 구조적 가족치료의 혁신적인 방법을 발전시킴
- 가족의 부분/하위체계가 어떻게 존재하는가에 관심을 가짐
- 초기 가족치료 분야에서 위대한 업적으로 평가됨
- 가족치료의 필요성을 절감, 가족의 구조를 바꾸기 위한 개입방법을 개발한다.
- 피쉬먼, 아폰테, 몬탈보, 로스먼 등이 발전에 기여해 왔다.
- 1974년 "가족과 가족치료(families and family therapy)" 을 출판함으로써, 구조적 가족치료기법과 개념을 적용한 임상사례의 지침서가 된다.
- 청소년 비행 가족, 가족 중 거식증이 있는 가족, 약물남용 가족, 사회경제적 수준이 낮은 가족, 알코올중독자 가족구성원 등에게 성공적으로 사용되고 있다.

#### 1) 발달배경 및 주요개념

- 구조적 가족치료는 체계이론에 기초한 다음의 세 가지 원리를 강조 한다.
- 첫째, 사회적 상황은 개인의 정신생활에 영향을 미치고 개인은 사회적 생활에 영향을 미치는 상호작용이 반복된다.
- 둘째, 상호작용방식은 인간관계규칙이 포함되는 구조와 관련되므로 가족원 개인의 문제행동은 가족관계의 구조문제를 반영한다. 따라서 가족구조를 바꾸면 구성원의 정신 내적 과정과 행동 변화가 가능하다.
- 셋째, 치료자가 내담자 가족과 일할 때 그의 행동은 사회적 상황의 일부가 된다.

#### (1) 하위체계

- 하위체계란 전체 체계를 유지시키기 위해 특정 기능을 수행하는 전체 체계 내의 조직화된 단위들을 말 한다. 하위체계는 가족을 체계로 볼 때 가족 안에 존재하는 더 낮은 체계 세대, 성별, 흥미, 기능에 따라 형성될 수 있으며 고유의 역할과 기능을 수행 한다.

① 부부 하위체계(spouse subsystems) :

- 성, 사랑, 친밀감 등과 연관된 기능을 가진 하위체계이다. 원가족으로부터 충분히 독립적이어야 협상과 조정의 과업을 수행할 수 있다.
- 두 사람이 결혼해서 새로운 가정을 꾸밀 때 형성된다.
- 부부 하위체계를 형성하는 과정을 조정이라고 한다.

② 부모 하위체계(parental subsystems) :

- 자녀양육, 지도, 통제와 연관된 기능을 가진 하위체계이다.
- 자녀의 발달단계에 맞는 규칙을 설정하고 부모의 권위를 적절히 사용한다.
- 자녀의 성장과 발달을 도와야한다.
- 부모 하위체계는 자녀가 태어나면서 형성된다.
- 부모하위체계에서는 부부가 서로 지지하고 조정하면서 자녀를 양육하기 위한 적절한 균형을 마련해야 한다.

③ 부모-자녀 하위체계

- 아버지-딸 등 세대가 다른 사람들로 구성되며, 위계구조의 확립이 중요하다.
- 부모가 자녀의 성장발달을 돕기 위해 권위와 통제를 적절히 사용해야한다.

④ 형제자매 하위체계(sibling subsystems)

- 동일한 세대인 형제자매로 구성되며, 연합과 협상, 갈등 조정 등 사회성을 기르는 것이 핵심이다.
- 부모는 형제자매 상호작용에 부적절하게 개입하지 않아야 한다.
- 형제자매 하위체계는 자녀가 자녀답게 될 수 있도록 한다.
- 또래 관계를 형성하는 방법을 알 수 있게 한다.

(2) 경계

- 직접 보이지 않으나, 개인과 하위체계 간, 또는 가족 간에 허용할 수 있는 접촉의 양과 성질을 결정한다.
- 경계선 : 가족 상호작용 과정에 가족 성원 누군가가 어떤 방식으로 참가할 수 있는가에 대한 규약 → 명확, 밀착, 분리 등에 따라 경직된 경계선, 명확한 경계선, 모호한 경계선으로 구별함
- 경직된 경계선 : 가족체계에 대한 규칙이 경직 → 격리된 가족 세 개의 경계선은 가족 내에서 함께 사용되나, 양극단을 넘나들기도 한다. 경계선이 경직되어 가족들이 뿔뿔이 흩어진다. → 분리된 가족(disengaged family)
- 명확한 경계선 : 정상적인 가족이 가진 경계선이다.
- 모호한 경계선 : 가족체계에 참가하는 것에 대한 규칙이 애매하여 가족들은 모든 문제에 서로 지나치게 얽혀 필요 이상의 관여를 함 → 밀착된 가족(enmeshed family)

출처: 최규련(2016), 가족상담 및 치료, 공동체, p144.

① 명확한 경계선 (clear boundaries)

- 유연하고 융통성 있게 적용되는 규칙에 의해 만들어진 경계선이며 안정되고 융통성 있는 것을 의미한다.
- 가족구성원간 서로 지지해주고 양육해 준다.
- 하위체계간 활발한 교류를 한다.

② 경직된 경계선 (rigid boundaries)

- 가족 이외의 외부체계와도 연결되어 있지 않고, 하위체계 간에도 연결되어 있지 않는 경우이다.
- 가족 구성원들은 지역사회와 고립되어 있으며 가족구성원과도 고립되어 있다.

③ 모호한 경계선 (diffuse boundaries)

- 가족 간 밀착된 관계를 보임
- 모든 가족구성원은 다른 가족구성원의 모든 일을 다 알고 있으며, 심지어 다른 구성원이 필요로 하지 않을 때에도 지지해 주려고 한다.

(3) 제휴와 위계구조

- 가족의 위계구조는 하위체계 간의 경계선과 기능을 기반으로 하는 가족 내 권력과 책임의 소재와 관련이 있다.
- 바람직한 위계구조는 부모 하위체계가 자녀 하위제계에 대해 권위와 영향력이 있고 경계선이 명확하다.
- 만약 위계구조가 달라지면 가족구성원 간에 제휴(alignment)라는 역기능 현상이 발생한다.
  
- [그림 7-2]에서처럼 어머니와 아버지가 의사소통이 되지 않고 갈등을 겪는 경우 어머니가 딸과 연합하여 아버지를 격리시키고 대항하려는 시도를 하는 것이다. 이때 어머니와 딸의 안정적 연합으로 어머니는 아버지를 지배하고 통제하려고 함으로써 부모체계의 권위와 기능이 약화되는 결과를 초래한다.

[그림7-2] 출처: 최규련(2016), 가족상담 및 치료, 공동체, p144.

- [그림 7-3] 어머니와 밀착된 관계를 맺고 모든 일을 어머니와 의논하고 결정하는 경우 남편 자신은 심리적 안정감을 느낄 뿐만 아니라, 은근히 아내를 통제하려고 한다. 그 결과 어머니와 부부의 위계구조는 무너지게 되고 아내는 시어머니에 의해 존재가치를 위협받고 남편을 시어머니에게 빼앗겼다는 느낌으로 소외감이 잦게 되며, 남편과 시어머니에게 복종해야 하는 데서 오는 불평등감과 불편함을 경험하게 된다. 아내는 ‘내 존재가 이 집에서 무엇인가? 나는 이집에서 가구처럼 살았어요.’라고 말한다.

[그림7-3] 출처: 최규련(2016), 가족상담 및 치료, 공동체, p144.

- [그림7-4] 부모의 갈등이 심한 경우 어머니가 아버지와 직접 갈등을 해결하려 하지 않고

이를 피하기 위한 방책으로 한 자녀를 택하여 밀착된 관계를 형성함으로써 우회적으로 갈등을 해결하는 역할을 하는 것이다. 그 결과 우회 연합 대상이 되는 부모 자녀 간의 경계가 파괴되고 자녀는 정서적·행동문제를 일으키게 되기 쉽다.

[그림7-4] 출처: 최규련(2016), 가족상담 및 치료, 공동체, p144.

- [그림7-5] 아버지는 작은 아들과 동맹을 맺고, 어머니는 큰아들과 동맹관계를 이루게 되면 가족의 패가 갈라져서 부모의 권위나 기능에 문제가 발생하는 것은 물론 형제관계도 소원해지기 쉽다.

[그림7-5] 출처: 최규련(2016), 가족상담 및 치료, 공동체, p144.

- [그림 7-6] 부모가 부부 갈등을 해소하기 위해 아이를 비난함으로써 배우자를 간접적으로 공격하거나 또는 배우자에 대한 불안과 걱정을 직접 표현하지 않고 아이를 걱정하고 불안해함으로써 초점을 돌리는 경우가 있는데 그 자녀는 결국 문제를 일으키는 속죄양이 되게 된다.

[그림7-6] 출처: 최규련(2016), 가족상담 및 치료, 공동체, p144.

## 6-2. 미누친의 구조적 가족치료

### 1. 치료목표와 치료과정

#### 1) 치료목표

- 구조적 가족치료에서 가족원의 증상이나 문제는 역기능적 가족구조에서 비롯된다고 믿는다.
- 그러므로 치료목표는 역기능적 가족구조를 변화시켜서 증상을 제거하거나 문제를 해결하는 것이다.
- 즉, 경계선과 하위체계 기능, 제휴와 위계구조 등을 재정비하여 가족 재구조화 (restructuring)하게 되면 증상이나 문제가 제거된다고 본다.
- 부모와 자녀 간의 위계질서 확립
- 세대 간의 명확한 경계설정 : 부부 하위체계와 자녀 하위체계의 명확한 경계확립
- 기능적 의사소통과 상호교류
- 부모의 협력관계 구성원의 적절한 역할수행

#### 2) 치료과정

- 사정을 위한 면담과정을 별도로 가지지 않음 (가족구조의 사정은 가설이며, 이에 따라 치료 목표 설정)
- 한 회기 면담 중에도 위와 같은 과정을 여러 번 반복하며 가족구조의 변화를 시도한다.
- 치료사는 전체 과정을 염두에 두고 치료적 개입을 시도한다.
  - 구조적 가족치료는 문제의 정의부터 시작한다.
  - 문제의 정의 ⇨ 문제에 대한 정보수집 ⇨ 가족구조의 사정 및 가설 설정 ⇨ 상담목표 설정 ⇨ 치료적 개입 ⇨ 다시 문제에 대한 정보수집

#### (1) 합류과정

- 치료사가 교류와 합류에 실패하면 가족과의 치료관계는 순조롭게 이루어질 수 없다.
- 합류는 치료사가 가족에 대해 인간적인 관여를 하는 것으로 정의 한다.
- 합류는 라포와 비슷한 개념, 라포가 치료적 관계의 상태를 의미하나 합류는 치료사의 행동을 표현 한다.
- 합류에서 치료사의 자연스럽고 배려 깊은 공감에 중요 하다.
- 합류를 촉진하기 위한 기법 : 추적, 적응, 모방 있다.
- 치료자가 가족의 조직과 상호교류 유형을 있는 그대로 수용하고 가족의 강점을 직접 경험함으로써 가족체계와 관계를 맺는 행동을 한다.
- 합류는 가족치료사가 그 가족의 일원이 되어야 한다는 것이고, 또한 적응은 가족에 합류하여 가족의 스타일과 비슷하게 되는 것이고, 합류와 적응을 잘하기 위해서는 치료자의 진실성, 무조건 존중과 수용, 공감적으로 이해하는 것이 중요하다.

#### (2) 가족의 구조 사정과정

- 치료자가 가족의 구조와 상호작용을 사정하고 평가하기 위하여 먼저 가족 구성원의 성별, 연령, 종교, 직업, 가족주기와 발달단계 사회경제적 지위, 스트레스 상황과 발달적 변화, 현

재 제시된 문제 등에 대하여 질문함으로써 기초정보를 확인한다.

- 그리고 치료자가 상담실에서의 가족의 행동과 언어형태, 그들 간의 상호교류 작용 그리고 자리에 앉는 위치와 가족원간의 물리적 거리를 관찰하는 것이 가족 내 하위체계의 기능, 경계선, 제휴와 위계구조 등에 대한 많은 정보를 얻는 단서가 된다.

### (3) 가족의 재구조화

- 가족이 내적, 외적 스트레스에 적응하도록 하기 위해 경계선을 조정하고, 하위체계가 제 기능하도록 도우며, 적절한 위계구조를 확립시키는 것이다.

- 가족구성원들이 특정한 사건에서 다른 관점에서 자신과 가족에 대하여 새로운 시각으로 과거, 현재, 미래를 바라볼 수 있도록 도움을 주는 것이다.

- 가족의 역기능 구조를 변화시키는 것을 가족의 재구조화라고 하며 이에는 가족의 경계선 조정, 하위체계의 기능 강화 위계구조의 확립이 포함된다. 보통 가족구조를 확인한 다음 가족을 재구조화하는 작업을 시작하지만 어떤 경우에는 두 가지 작업이 동시에 행해지기도 한다.

## 2. 치료자 역할 및 치료기법

- 구조적 가족치료자는 치료목표를 달성하기 위하여 가족의 상호작용 구조를 반영하는 가족원들의 행동양식을 관찰하고 바람직한 가족구조에 대한 가설을 세운다.

- 그리고 가족에 합류하고 가족의 상호작용에 적응하면서 치료 장면에서 구조가 변화되어 새로운 방법을 시도할 수 있도록 돕고 지지하는 역할을 한다.

- 치료기법을 개입단계에 따라 합류를 위한 기법, 가족구조 사정을 위한 기법, 가족 재구조화를 위한 기법으로 구분 된다.

### 1) 합류를 위한 기법

- 합류를 위해 치료자는 적응, 추적, 모방 기법을 사용한다.

#### (1) 적응

- 치료자가 처음 가족에게 개입하려면 현재의 가족구조에 적응하는 것이 중요하다. 치료자가 가족체계에 관여하기 시작하면 대부분의 가족은 긴장과 저항을 느낄 수 있으므로 그 가족을 있는 그대로 지지하고 존중하는 것이 적응(accommodating)기법이다.

- 그 결과 가족들이 편안한 마음으로 치료에 임할 수 있게 된다.

#### (2) 추적

- 추적(tracking)은 치료자가 가족의 상호작용과 행동양식을 관찰하고 그들의 대화내용을 따라가면서 가족원들이 계속 이야기를 하도록 격려하여 가족구조와 하위체계의 기능을 탐색하는 것이다.

- 추적(tracking)은 가족과정의 흐름에 합류하는 것 상담사의 지지적 언급, 내용을 명료화하기 위한 질문, 가족이 말한 핵심용어 반복하기, 흥미롭게 열심히 듣는 태도 등이 있다.

#### (3) 모방

- 모방(mimesis)은 치료자가 가족의 어조, 행동유형, 말의 속도와 억양, 몸짓 등을 흉내 내고 따라 하거나 자신과의 유사점을 강조하는 것이다.

- 모방(mimesis): 가족의 언어, 비언어적 행동을 활용해 합류를 촉진하는 것 의식적 또는 무의식적으로 모방하려는 대상의 언어 사용, 동작, 감정의 표현, 비유적 표현 등이 있다.

## 2) 가족구조 사정을 위한 기법

- 실연, 가족지도 등이 있다.

### (1) 실연

- 실연(enactment)은 가족으로 하여금 그들 간의 상호작용을 상담실에서 실제로 행동으로 보이도록 하는 것이다.

- 면담 중에 가족에게 역기능적인 가족 구성원 간의 교류를 실제로 재연시키는 것으로 치료자 앞에서 가족이 문제에 관한 실연을 하는 것임. 이는 직접적이어서 가족의 실생활상호작용이 그대로 드러날 가능성이 있으므로 가족구조를 이해하는데 효과적임

→ 이점1. 치료적 관계 형성에 기여할 가능성 높음

이점2. 가족 스스로 가족체계라는 맥락 속에서 문제를 관찰할 수 있는 기회를 갖게 됨

이점3. 구조 개선이 일어날 가능성 있음

→ 실연화 기법의 3단계

㉠ 상담자가 가족 상호작용을 관찰, 어떤 역기능적 부분에 초점을 맞출 것인지 결정함

㉡ 치료자가 가정된 역기능적 상호작용의 차단을 중심으로 가족에게 연기를 요구함

㉢ 가족에게 기존 방법과는 다른 상호작용을 시도하도록 촉진시킴

### (2) 가족지도

- 가족지도(family map)는 하위체계 기능과 정계선, 위계구조 등을 그림으로 간단히 나타내는 것이다.

- [그림 7-1]에 예시된 가족지도 기호를 활용하여 가족구조를 나타내면 현재의 가족구조를 쉽게 이해할 수 있고 구조의 변화과정을 평가하거나 치료목표를 설정하는 데 사용된다.

- 치료전 단계에 시모와 남편이 밀착되어 아내를 지배하고 있는 경우, 치료 중에 시모와 남편이 분리되고 남편과 아내는 친해졌으나 시모와 아내는 아직 소원한 경우, 치료 종결단계로 시모와 남편이 분리되고, 남편과 아내가 친해졌고 시모와 아내가 친해진 경우를 가족 지도로 표기 하면 다음 [그림 7-6]과 같다.

[그림7-6]출처 : 최규련(2016), 가족상담 및 치료, 공동체, p166.

- 또 다른 예로 부모가 부부 사이의 갈등을 아이에게 우회하는 문제를 갖고 있는 가족을 치료하는 과정을 가족지도로 표기하면 [그림 7-7]과 같다.

[그림7-7]출처 : 최규련(2016), 가족상담 및 치료, 공동체, p167.

### 3) 가족 재구조화를 위한 기법

- 가족의 역기능 구조를 변화시키기 위하여 치료자는 긴장 고조, 재정의, 경계선 설정, 강점 인식 과제주기 등의 기법을 사용한다(Minuchin, 1974, 김종옥 역, 1988).

#### (1) 긴장고조

- 가족 안에서 반복되고 있는 역기능 행동을 깨닫고 연합이나 동맹 등의 역기능적 구조에 익숙한 기존의 평형상태에서 벗어나 재구조화 되도록 하기 위하여 일시적으로 가족체계에 스트레스를 증가시키고 도전을 하는 기법이다.

- 치료자가 가족체계의 경계선, 제휴, 연합, 권력에 직접 개입함으로써 가족들의 긴장을 고조시키고 긴장을 고조시킴으로써 가족구조를 재구조화 한다.

#### (2) 재정의

- 증상을 역기능적 가족구조와 연관시켜 긍정적 의도를 부각시키는 것이다.

- 가족은 증상을 부정적으로 보던 것에서 벗어나 가족구조의 역기능과 연관시켜 새로운 각도로 볼 수 있게 되고, 가족구조의 변화에 협력할 수 있게 된다.

#### (3) 경계선 설정

- 밀착된 관계에 있는 가족원에게는 경계를 분명히 하여 개인의 독립심과 자율성을 키워준다. 또 유리된 가족에게는 가까이 접근하고 접촉을 증가하도록 도와준다.

- 또 세대 간의 경계를 명확하게 하고, 부모하위체계와 자녀 하위체계가 분리될 수 있도록 상담실에서 부모끼리, 자녀끼리 자리를 재배치하기, 부모의 권위와 영향력 강화하기, 가족원 간의 세대 간 연합 깨기, 취약한 하위체계와 번갈아가며 일시적 동맹 맺기 등의 기법을 사용하는 것이다.

#### (4) 강점 인식

- 가족이 갖고 있는 강점과 긍정적인 점을 찾아내고 활용하는 기법으로 이로써 가족들이 기존의 인식 틀을 바꾸어 새로운 현실을 보게 되고 새로운 방식의 상호작용을 할 수 있게 된다.

#### (5) 과제주기

- 과제주기는 치료자가 가족의 재구조화 진행과정에서 미흡한 부분을 가족원들에 활성화시키도록 하기 위하여 사용한다.

- 주로 치료 회기 사이에 가족원들이 특정 하위체계의 기능을 개선시키고 위계구조를 변화시키는 기회를 가지게 하는 것이다.

- 과제는 가족의 재구조화에 가장 필요한 것이고 그 파급효과가 가족 전체에 미칠 수 있는 것, 그리고 가족이 할 수 있는 것을 찾아주도록 해야 한다.

## 3. 적용 사례 및 평가

### 1) 적용 사례

- 중학교 2학년 장녀가 1학년 때는 학교에 가다말다 반복하여 겨우 2학년에 진급하였으나 2

학년이 되면서 계속 두 달 보름 정도 학교에 가지 않는 문제로 가족치료를 실시하였다.

[그림7-8]출처:최규련(2016), 가족상담 및 치료, 공동체, p169

- ① 아버지는 위계상 우위에 있으나 가족과 단절된 상태이다.
- ② 할머니가 어머니 자리를 차지하고 어머니는 자녀들과 같은 위계구조에 들어가 IP와 연합을 형성하여 할머니에게 대항하는 결과, IP는 문제행동을 유지한다. ③ 할머니와 어머니, 어머니와 IP 및 자녀의 관계가 세대 경계를 벗어나 있다.
- 초기(1~4회기)에는 아버지와 합류를 하고 아버지의 권위를 존중하며 어머니와 협력하여 할머니가 어머니 역할 대행에서 벗어나 노인대학을 다니도록 하였다.
- 중기(5~8회기)에는 어머니의 위치와 기능을 강화하기 위하여 먼저 어머니의 자녀에 대한 지나친 관여를 줄이는 한편 아버지의 자녀와의 관계를 강화하는 과제로 아버지가 자녀들과 함께 학교생활 대화하기, 숙제 봐주기, 아들과 목욕 함께 하기 등을 과제로 주었다.
- 그 종결단계(9~12회기)는 아버지의 협력을 받아 어머니의 역할기능이 향상되도록 하였고 그 결과 부모 하위체계가 강화, 어머니는 자녀에게 확실한 의견을 말하고 아버지는 어머니를 돕게 되었으며, IP의 등교 거부는 없어졌다. 치료 후의 가족지도는 [그림 7-9]와 같다 (출처:김유숙(2000). 구조적 가족치료이론의 한국적 적용에 관한 연구. 한국가족치료학회 지,8(1), 113-130. 발췌).

## 2) 치료이론 평가

- 구조적 가족치료는 가족치료 분야에서 가장 널리 사용되는 접근법 중의 하나이다. 그 이유는 다른 이론처럼 복잡하지 않고 단순하며 실제적 이어서 실제 진단과 치료과정 적용하기 에 용이하기 때문이다.
- 이 치료의 중요한 신념은 개인의 문제행동이나 증상은 가족구조 문제를 반영하는 것이라고 믿는 것이다.
- 구조적 가족치료는 그 특성상 우리나라에서처럼 가족 내 권위와 위계가 강조 되고 적절한 경계(중용)를 바람직하게 여기는 전통을 가지고 있고, 가족이 기능적인지, 역기능적인지 명확한 진단을 원하며, 치료자의 적극적 개입을 선호 하는 문화권에서 효과가 있을 것으로 전망된다.
- 아동·청소년 자녀문제가 부모자녀의 경계문제, 부모의 역할문제, 가족의 위계구조 문제 등의 가족구조 문제와 깊게 연관되어 있는 현상을 반영하는 것으로 보인다.