13주차 학습

1교시 학습 키워드 – 이야기 치료, 문제의 외재화

## 이야기 가족치료의 주요이론

* + 1990년대 이후 널리 주목받기 시작한 치료적 접근의 하나로 내담자 삶의 문제는 전문 지식에 따라 이해하고 개입하기 보다 당사자 이야기를 통해 드러나고 구성된 당사자 지식에 토대해 대안을 구축하는 방향으로 접근방식임
  + 이야기 치료의 배경으로는 우선 초기 가족치료 전통을 바탕으로 후기 구조주의, 사회구성주의, 페미니즘 등 최근 인문사회학의 주요흐름에도 지대한 영향을 받았음
  + 또한 철학, 언어학, 인류학, 문화비평, 페미니즘, 사회심리학 등 광범위한 분야의 이론을 임상적으로 해석하고 적용하는 접근방법임
  + 이야기 치료는 발달 초기 특히 베이트슨의 반복성 제약 개념에서 많은 영향을 받았음
  + 이야기 치료는 개인, 가족, 집단을 대상으로 하는 치료실 활동은 물론 폭력 피해자 다시 서기, 정신질환자 다시 서기, 전후 트라우마 극복을 위한 공동체 살리기 등 지역사회를 무대로 문제 이야기에 기여하고 사회문화적 인식, 관습, 편견에 도전하는 사회운동적 성격의 활동이 두루 포함된 포괄적인 접근방법임

## 이야기 가족치료의 발달과정

1. 1) 이야기 가족치료의 발달배경
   * 이야기 치료라는 명칭은 화이트와 엡스턴(1990)의 공동저서 초안의 제목인 『이야기방법을 통한 치료적 결과』에서 문학적이란 표현 이후에 이야기적이란 표현으로 출판된 데서 비롯되었음
   * 화이트는 1970년대 후반에 베이트슨의 인지적인 사고의 측면과 지배적인 신념체제의 지배로부터 사람들을 해방시키는 것에 관심을 가진 푸코에게 영향을 받아서 문제의 외재화라는 독특한 방법을 구성하게 되었음
   * 이와 같은 과정을 통하여 1980년대 후반에 아내 그리고 이야기 치료를 구체화하는 데 영향을 미친 엡스턴과 함께 이야기 치료를 확립하여 덜위치센터를 중심으로 훈련 및 임상 작업을 열정적으로 하다가 2008년 사망함
   * 그러나 그의 이야기 임상실천은 세계 각 곳의 치료사들에 의해 적용되고 발전되어 가고 있음
2. 2) 이야기 가족치료를 발달시킨 학자
   * 이야기 치료의 주요학자에는 화이트와 엡스턴, 몽크, 프피드먼, 콤스, 짐머만 등이 있음

## 이야기 가족치료의 주요개념

* + 이야기 치료는 주요개념 보다는 기본가정, 기본원리, 기본원칙을 중심으로 이루어짐

Q1. 이야기 치료에 영향을 미친 이론이 아닌 것은?

1. [사회구성주의](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
2. [포스트모더니즘](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
3. [후기구조주의](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
4. [페미니즘](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
5. [의사소통방법론](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)

이야기 가족치료에 영향을 미친 이론들은 사회구성주의, 후기구조주의, 포스트모더니즘, 페미니즘 등이다.

Q2. 이야기 가족치료 발전에 공헌한 학자가 아닌 사람은?

1. [화이트](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
2. [짐머만](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
3. [헤일리](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
4. [몽크](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
5. [프르디먼](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)

헤일리는 전략적 가족치료의 학자이다.

Q3. 이야기 가족치료의 기본 전제에 대한 설명이 아닌 것은?

1. [삶은 복합적인 이야기](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
2. [개인과 문제는 별개](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
3. [정체성은 사회문화적 산물](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
4. [인간은 능동적 행위자](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)
5. [지향 상태는 인간 삶의 방향](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=14&th=01?isEnd=0)

이야기 치료의 기본전제는 다음의 7가지이다.  
① 인간은 능동적 행위자  
② 이야기는 삶 자체  
③ 경험은 사회문화적 산물  
④ 정체성은 사회적 산물  
⑤ 삶은 복합적인 이야기  
⑥ 개인과 문제는 별개  
⑦ 지향 상태는 인간 삶의 방향

2교시 학습 키워드 – 가능성, 강점관점, 알지 못하는 자세

읽지 못하는 자세란 치료자가 언어적, 비언어적 행동을 통해 내담자에게 풍부하고 진실한 호기심을 표현하는 것을 말한다.

## 해결중심 단기가족치료의 과정 및 기법

1. 1) 치료목표
   * 해결중심 단기가족치료를 능률적이고 효과적으로 하기 위하여 치료목표를 가족구성원과 협상하여 구체적으로 설정하는 것은 매우 중요한 일
   * 그것은 구성원이 자신의 문제를 해결하기 위한 목표를 설정하게 하고 그 목표가 성취된 것을 확인할 수 있도록 돕는 것이 주요 목표가 되는 것
   * 또한 가족과 치료자가 첫 상담에서 목표를 명확하고 합리적으로 설정할 수 있다면 치료의 종결을 향해 작업하기는 한결 수월해짐
   * 목표지향적인 이 모델에서는 목표가 잘 설정된다면 문제의 반은 이미 해결된 것으로 봄
2. 2) 치료과정
   * 치료 과정은 크게 다섯 단계로 구분하여 볼 수 있음
   * 그 과정은 내담자에게 초점 맞추기 - 치료목표설정 - 해결책 안으로 들어오기 - 해결중심 개입 - 작은 변화 유지하기 단계로 구분하여 살펴본 수 있음
   * 회기에 따라서는 첫 회기 상담 - 첫 회기 이후 상담으로 구분하여 살펴볼 수 있음
3. 3) 치료자의 역할
   * 해결중심 단기가족치료에서는 해결 중심적 대화치료자는 자기 문제의 전문가인 내담자가 문제를 어떻게 지각하는지를 파악하며 내담자를 ‘한 발짝 뒤에서 인도’함
   * 그렇기 때문에 해결중심적 대화가 필요함
   * 또한 내담자가 변화되어야 한다는 생각이나 기대보다는 내담자의 행동과 말을 좀 더 많이 알고 싶어하는 의향, 즉, 항상 ‘더 많은 정보를 얻고자 하는’ 자세를 보여야 함
4. 4) 치료기법
   * 해결중심 단기가족치료의 기법은 크게 두 가지로 구분하여 살펴볼 수 있음
     + ① 변화를 이끄는 질문으로 상담 전 변화에 관한 질문, 기적질문(↔악몽질문), 예외발견 질문, 척도질문, 예언질문, 대처질문, 관계성질문, 익숙한 패턴 중단하기, ‘그 외에 또 무엇이 있습니까?’의 질문
     + ② 치료적 피드백으로 메시지를 주는 것

## 해결중심 단기가족치료의 사례

* + 『도벽과 성적부진, 학교부적응, 무단결석 빈약한 또래관계, 표현력부족, 우울상태와 복통과 두통 등의 신체적 증상이 있는 딸(중1)이 어머니의 권유로 상담실에 왔음. 가족으로 오빠(16), 남동생(12)은 문제없이 학교생활을 하고 있고, 부모 사이도 원만하며 어머니가 적극적이고 책임감이 강하다.』는 사례를 중심으로 살펴보았음
  + 전체 2회기로 진행되었으며, 1회기에서는 척도 질문을 중심으로 서로가 바라는 점수를 확인한 후 각자가 바라는 문제를 확인하고 칭찬으로 메시지를 주면서 변화를 바랐음. 2회기에서는 척도질문으로 변화에 대한 부분을 확인하고 상담 전 질문을 통하여 달성한 부분과 변화해야 할 부분에 대하여 확인을 하였음. 그리고 칭찬으로 변화가 지속될 수 있도록 하였음

## 해결중심 단기가족치료의 평가

* + 해결중심 단기가족치료는 상담자와 가족의 협력을 증진하고 가족을 강화시키며, 인가의 강점과 가능성에 초점을 두고 자신에 대한 예언을 실현하도록 도움
  + 이 치료 모델은 낙관적 현실을 창조하고, 작은 변화에서 시작해서 큰 변화를 가져오도록 하는 여러 질문 기법과 메시지를 주는 기법들을 개발하였음
  + 상담자와 가족의 협력을 증진하고 가족을 강화시키며, 인간의 강점과 가능성에 초점을 두고 자신에 대한 예언을 실현하도록 도움
  + 한편 한국에서 가족을 대상으로 무리 없이 사용되고 있음을 알 수 있었고, 중요한 것은 치료사가 치료과정에서 적절한 시간이 적합하게 전략과 기법을 사용할 수 있도록 반복적인 훈련과정을 거치는 것이라고 생각함
  + 해결중심 단기가족치료는 현 포스트모더니즘 시대정신과 최근 부각되는 강점 접근의 사회복지 관점과 같은 맥락의 이론기반과 철학을 갖고 있고 효과성과 경제성 면에서도 인정받으면서 대표적인 혁신 모델로 평가받고 있음

Q1. 목표를 세울 때 지켜야 할 유의사항이 아닌 것은?

1. [가족에게 중요하고 유익한 것을 목표로 한다.](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
2. [목표 달성은 힘들고 어려운 일이라고 인식한다.](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
3. [목표는 크고 넓은 범위로 설정해야 한다.](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
4. [구체적이고 명확하고 측정할 수 있는 행동용어로 기술한다.](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
5. [문제를 제거하기보다는 긍정적인 행동에 관심을 둔다.](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)

목표를 세울 때에는 다음과 같은 원칙을 염두에 두고 목표를 세워야 한다. ① 가족에게 중요하고 유익한 것을 목표로 한다. ② 목표는 작고 간단한 행동이어야 한다. ③ 구체적이고 명확하고 측정할 수 있는 행동용어로 기술한다. ④ 문제를 제거하기보다는 긍정적인 행동에 관심을 둔다. ⑤ 목표를 최종 결과가 아닌 처음의 시작이나 신호에 둔다. ⑥ 내담자의 생활에서 현실적이고 성취 가능한 것을 목표로 한다. ⑦ 목표 달성은 힘들고 어려운 일이라고 인식한다.

Q2. “지금 아이의 아버지가 여기 앉아 계신다고 하고 제가 아이문제가 해결되면 무엇이 달라지겠냐고 묻는다면 뭐라고 하실까요?”와 같은 질문을 무엇이라고 하는가?

1. [관계성질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
2. [기적질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
3. [대처질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
4. [척도질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
5. [악몽질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)

관계성 질문은 내담자가 문제해결의 상황을 자기중심적 생각에서 벗어나 중요한 타인의 시각에서 보면서 문제해결에 관한 새로운 가능성을 찾아내는 데 도움을 주는 질문이다. 내담가족과 관련된 다른 중요한 사람들의 생각이나 행동에 대하여 묻는 질문을 하여 이전에는 생각하지 못했던 새로운 해결의 가능성을 찾아낼 수 도 있다.

Q3. 기적질문과 반대되어 사용되는 질문 기법은 무엇인가?

1. [예외발견질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
2. [예언질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
3. [대처질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
4. [악몽질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)
5. [관계성질문](http://lms.studywill.net/Contents/2019/000371/index.html?wk=13&th=02?isEnd=1)

기적질문과 반대되는 질문의 기법은 악몽질문이다.