



1

가족 체계

	下		경직된 와해된 기능적인
회유형 비난형 초이성형 산만형 일치형			심리적 역할

2

가족의 역할



- 공식적 가족 역할
- 비공식적()가족 역할

3

하위체계: 부부체계/ 자녀체계



부부 체계

- 가장 중요한 하위 체계
- 상호작용에 의해 서로 영향
- 패턴화된 행동/역할 수행
- 패턴에 의해 각자 행동에 따른 반응 예측 가능

자녀 체계

- 부부체계에 의해 영향 받음
- 패턴화된 역할 수행

4

부부체계

<기능적인 부부>

- 역할의 ()
- 힘의 균형이 적절

<역기능적인 부부>

- 당위성
- 주어진 역할을 꼭 한 사람이 감당해야
- 힘의 ()

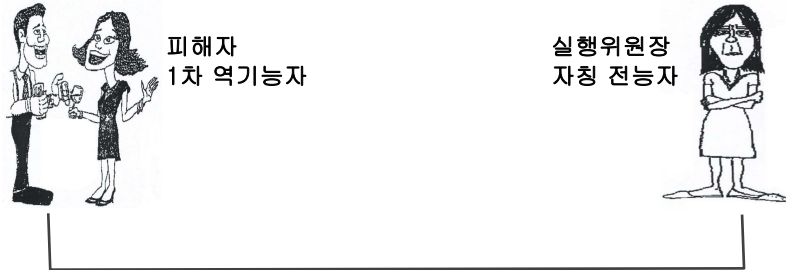
5

부부관계가 자녀에게 미치는 영향

- 부부관계 ()을 그대로 자녀에게 적용
- ()발생: 희생자 동일시, 공격자 동일시
- ()관계 형성
- 편애 시작
- 가족 유지를 위한 심리적 역할 수행

6

부부체계와 자녀체계의 심리적 역할

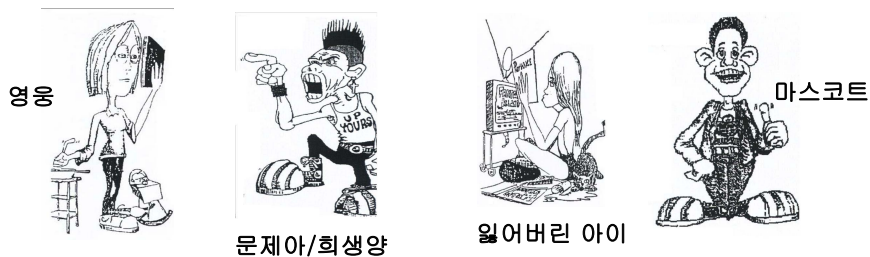


7

원가족 가족역할 검사지

<주의사항>

- 어린시절 원가족 내 가족 역할을 탐색해 볼 수 있습니다.
- 이 검사는 표준화 된 검사가 아닙니다.
- 따라서 검사 결과는 자기 탐색의 가설 수준으로 이해 해야
- 교회 공동체 내에서 사용시 주의해야 - 초기 외상이 자극 될 수도



8

가족역할 검사지



- 아래 문장을 읽고 다음 검사 항목 중 위로부터 자신의 반응에 가장 많이 해당되는 것을 선택하십시오.

1	2	3	4	5	6	7
항상	매우 빈번히	빈번히	가끔	드물게	매우 드물게	전혀 없음

- 자신에게 해당하는 숫자를 각 문장 앞에 기입한 후 점수를 합산합니다
- 점수가 가장 낮은 것이 당신의 일차적 역할이며, 점수가 두 번째로 낮은 것이 당신의 이차적 역할이 될 것입니다.

9

가족역할 검사지 - 영웅



1	2	3	4	5	6	7
항상	매우 빈번히	빈번히	가끔	드물게	매우 드물게	전혀 없음

- ___ 나는 다른 사람들에게 도움을 주기를 좋아한다.
- ___ 나는 책임감이 매우 강하다.
- ___ 어떤 일이든 올바르게 하는 것이 내게는 중요하다.
- ___ 사람들은 종종 내가 어떻게 그렇게 많은 일을 할 수 있는지 의아해 한다.
- ___ 나는 매우 높은 가치 기준을 지니고 있다.
- ___ 사람들은 나를 완벽주의자라고 말한다.
- ___ 일이 잘못되었을 때 나는 종종 죄책감을 느낀다.
- ___ 나는 남으로부터 칭찬 받는 것을 어려워한다.
- ___ 나는 종종 내가 해야 하는 것 이상으로 나를 몰아갈 때가 있다.
- ___ 나는 어떠한 일이든 실수(실패)하는 것을 싫어한다.

합계 _____

10

가족역할 검사지 – 잃어버린 아이



1 2 3 4 5 6 7
 항상 매우 빈번히 빈번히 가끔 드물게 매우 드물게 전혀 없음

- ___ 나는 갈등(분쟁)을 좋아하지 않는다.
- ___ 나는 갈등(분쟁)을 피하기 위해 상대방과 사이 좋게 지낸다.
- ___ 팽팽한 긴장감이 있을 때 피할 방법들을 찾는다.
- ___ 사람들은 나를 소극적이고 조용한 편이라고 한다.
- ___ 나는 나 자신을 외로운 사람이라고 여기고 나 자신을 독립적인 사람으로 평가 한다.
- ___ 나는 나 자신을 별로 중요치 않게 생각한다.
- ___ 나는 종종 몽상이나 환상을 갖곤 한다.
- ___ 나는 종종 외로움을 느낀다.
- ___ 나는 종종 다른 사람들이 원하는 것을 해야 한다고 느낄 때가 있다.
- ___ 나는 내가 필요로 하는 것을 요구하기가 어렵다.

합계 _____

11

가족역할 검사지 – 마스코트



1 2 3 4 5 6 7
 항상 매우 빈번히 빈번히 가끔 드물게 매우 드물게 전혀 없음

- ___ 즐겁고 재미있는 시간을 갖는 것이 내겐 중요하다.
- ___ 나는 많은 에너지를 소유한 사람이다.
- ___ 나는 사람들에게 둘러싸여 함께 있기를 좋아한다.
- ___ 나는 일행 중에 가장 인기 있는 사람이라는 이야기를 듣는다.
- ___ 대립감(긴장감)을 느낄 때 나는 유머로 그 순간을 호전시키고자 한다.
- ___ 약속이나 책임(위임) 같은 용어는 내게 부담스러운 느낌을 준다.
- ___ 나는 너무 심각하고 진지한 것을 좋아하지 않는다.
- ___ 나는 진정한 내 모습을 사람들에게 알리지 않는다.
- ___ 나는 때때로 내가 진정 누구인지 의심스러울 때가 있다.
- ___ 나는 갈등(분쟁)하는 것을 좋아하지 않는다.

합계 _____

12

가족역할 검사지 – 희생양/문제아



1 2 3 4 5 6 7
 항상 매우 빈번히 빈번히 가끔 드물게 매우 드물게 전혀 없음

- ☐ 나는 자기중심적이다.
☐ 나는 종종 화를 잘 낸다.
☐ 삶(인생)은 내게 불공평한 것 같다.
☐ 나는 사람들과 친밀감을 가지는 것이 어렵다.
☐ 어떤 사람이 언제나 나를 짓누르려고 하는 것 같다.
☐ 나는 고집스럽다는 말을 듣는다.
☐ 내가 생각한 방식으로 일을 처리하길 좋아한다.
☐ 나는 나에게 무엇을 하라고 말하는 사람을 좋아하지 않는다.
☐ 나는 강한 리더일지는 모르지만 잘못된 방향으로 이끌고 갈 수 있다.
☐ 사람들은 끊임없이 나의 결점을 잡고 잘못되어 가는 일에 대해 나를 비난한다.

합계 _____

13

가족역할 검사지 – 결과



- 원가족에서 나의 일차적 역할? _____
- 원가족에서 나의 이차적 역할? _____



영웅



문제아/희생양



잃어버린 아이



마스코트

14

부부체계의 심리적 역할



피해자
1차 역기능자



실행위원장
자칭 전능자

- 자녀의 역기능적 역할을 유발하는 부부체계
- 부부체계가 역기능적일 수록
- 자녀체계 내에서 역기능적 역할이 강하게 나타남
- 역기능적 역할은 누구에게나 있다.
단지 강도와 빈도 및 유지 시간의 차이 일뿐

15

부부체계 피해자 또는 1차 역기능자



- 원가족 내에서 피해를 입었을 수도
- 강한 자극 추구
- 신비주의에 심취
- 화학 물질에 의존하기도
- 일차역기능자가 중독자일 경우에는
가족 체계에 더욱 심각한 문제 발생

16

부부체계 피해자 또는 1차 역기능자



<외적>



- 호전적/ 공격성
- 방어적
- 타인에게 매혹적으로 접근
- 외적인 깔끔함
- 여러가지 방법으로 조종함
- 자기 연민 호소
- 책임 전가
- 완고한 가치관
- 상처, 수치감, 죄책감을 유발하는 메시지를 가족에게 전달
- 가족들도 방어적
- 가족 내에서 문제아로 지목됨

17

부부체계 피해자 또는 1차 역기능자



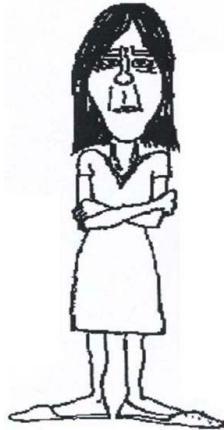
<내적>



- 심리적, 인격적 와해 (조율이 안됨)
- 성격장애
자기애적, 연극성, 의존성, 회피성
강박성, 경계선, 편집성, 조형성, 조현형
- 감정 은폐
- 자기 분노
- 수치심
- 두려움
- 죄책감
- 상처와 고통

18

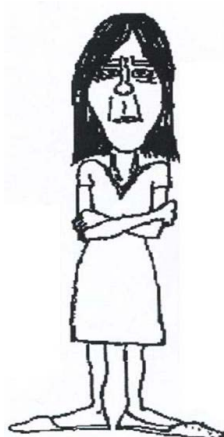
부부체계 실행위원장 / 자칭 전능자(일차 강화자)



- 1차 역기능자와 가장 () 사람
- 배우자, 부모, 친구, 동료 등이 이 역할 맡음
- 주로 () 주는 역할
- 동반의존자/ 순교자

19

부부체계 실행위원장 / 자칭 전능자(일차 강화자)

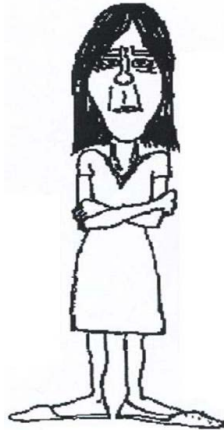


<외적>

- 빈정댐, 신세 한탄, 자기연민 호소
- “내가 아니었으면”
- “나랑 사니까 그래도 “
- 조종하기/ 통제 욕구
- 신체적 질병
- 다 해주고 인정 못 받고, 욕먹기도

20

부부체계 실행위원장 / 자칭 전능자(일차 강화자)



<내적>

- 무력감
- 책임감을 벗지 못함
- 분노
- 죄책감
- 충동성은 상처, 분노, 두려움, 죄책감을 은폐
- 자신을 자기 망상의 뒷에 빠뜨림

21

부부체계와 자녀체계의 심리적 역할



피해자
1차 역기능자

실행위원장
자칭 전능자



영웅



문제아/희생양



잃어버린 아이



마스코트

22

마.무.리



배우고 깨달은 것

- 1.
- 2.
- 3.

적용할 것

- 1.
- 2.
- 3.

당장 적용할 것
(작고, 쉽고, 기본)