

아동기 외상 경험이 대학생활적응에 미치는 영향:
스트레스 취약성과 우울의 순차매개효과*Received: October 29, 2024
Revised: November 19, 2024
Accepted: November 24, 2024윤진영
세명대학교 상담심리학과/ 부교수교신저자: 윤진영
세명대학교 상담심리학과
충북 제천시 세명로 65 학술관
311호Effects of Childhood Trauma on College Adjustment:
Sequential Mediation Effect
by Stress Vulnerability and DepressionE-MAIL:
yjy0922@hanmail.netJin Young, Yun
Department of Counseling Psychology, Semyung University/ Associate Professor* 본 논문은 2024년 세명대학교
교내학술연구비 지원에 의해
수행된 연구임.

ABSTRACT

본 연구는 아동기 외상경험과 대학생활적응의 관계에서 스트레스 취약성과 우울의 순차매개효과를 확인하고자 실시되었다. 이를 위해 대학신입생 531명을 대상으로 아동기 외상경험, 스트레스 취약성, 우울, 대학생활적응을 묻는 설문문을 실시하였고, 수집된 자료는 SPSS 23.0과 SPSS PROCESS Macro를 사용하여 분석하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 아동기 외상경험과 스트레스 취약성, 우울, 대학생활적응은 모두 유의한 상관관계를 갖는 것으로 나타났다. 둘째, 아동기 외상경험과 대학생활적응의 관계에서 스트레스 취약성과 우울의 매개효과는 각각 유의한 것으로 나타났다. 셋째, 아동기 외상경험이 스트레스 취약성과 우울을 차례로 거쳐 대학생활적응을 예측하는 순차매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 본 연구 결과를 통해 아동기 외상경험이 심각할수록 개인의 스트레스 취약성을 높이고, 이는 우울 증상과 같은 심리적 어려움을 초래하여 대학생활에 부적응을 가져올 수 있음을 확인하였다. 마지막으로 본 연구의 제한점 및 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 아동기 외상경험, 스트레스 취약성, 우울, 대학생활적응



© Copyright 2024, The Korean Journal of Developmental Psychology.
All Rights Reserved.
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

누구나 삶의 과정에서 크고 작은 위기나 상실을 경험한다. 그중 일상적인 경험의 범위를 벗어나고 개인의 삶에 심각한 영향을 미칠 수 있는 위협적인 사건에 대한 고통스러운 경험을 외상(trauma)이라고 한다. 그리고 심리적 외상은 '실제적이거나 위협적인 죽음, 심각한 상해, 신체적 안녕을 위협하는 사건을 자신이 직접 경험했거나 타인에게 일어난 것을 목격한 후에 감정, 인지, 행동, 대인관계에서 부정적인 변화를 경험하는 것'이라고 정의될 수 있다(APA, 2013). 외상의 유형은 다양하지만 아동기에 경험하는 학대나 폭력은 개인의 삶에 결정적인 영향을 미칠 수 있다(Allen, 2005). 특히 안전 기반이자 인식처가 되어야 할 부모나 양육자, 보호자로부터의 폭력, 학대, 방임은 한 개인의 삶에 치명적인 손상과 후유증을 남기는 것으로 알려져 있다.

외상은 연령과 관계없이 발생할 수 있지만 외상이 미치는 부정적 영향의 심각성은 외상을 겪는 시기에 의해 큰 영향을 받는다(Tedeschi & Calhoun, 1996). 성인기 이전의 외상 경험은 다른 시기에 비해 그 영향력이 상대적으로 더 막대한 것으로 알려져 있는데, 그 이유는 아동·청소년은 정체성이 발달해 가는 과정에 있고, 성인과 비교하여 정신적으로나 신체적으로 미성숙한 상태이므로 사건에 대한 해석이나 대처 능력이 상대적으로 제한적일 수밖에 없기 때문이다. 더욱이 외상적 경험으로 인해 촉발된 극심한 스트레스는 아동·청소년의 두뇌 발달과 스트레스 대응 시스템을 손상시키고 정상 발달을 왜곡시키는 것으로 보고되고 있다(Shonkoff et al., 2012). 이와 관련하여 Cole과 Putnam(1992)은 외상 사건이 자기개념이나 자기 조절 기능, 대인관계 능력에 미치는 부정적인 영향은 연령이 어릴수록 보다 분명히 나타난다고 설명

한 바 있다. 구체적으로 외상을 경험한 아동·청소년의 상당수가 우울, 불안, 위축과 같은 내재화 문제, 낮은 학업 성취, 사회적 기능의 손상, 공격성이나 자살 충동과 같은 다양한 심리적인 문제들을 보이는 것으로 보고되고 있다(Ericsson, et al., 2006).

주목할 부분은 어린 시절 외상적 경험의 부정적 영향은 단지 그 시기로 끝나는 것이 아니라 성인기 이후까지도 장기적으로 지속된다는 데 있다(Haller & Miles, 2004). 이와 관련하여 아동기에 부모나 주요 타인과의 관계에서 경험한 외상이 성인기 정신건강 및 적응에 미치는 영향에 대한 많은 연구가 수행되었고, 그 결과 자아정체감과 자아존중감, 애착과 정서 및 행동조절, 자기개념, 사회적 기능, 대처능력 등에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(Shahar, et al., 2015). 국내의 선행연구 결과를 살펴보면, 아동·청소년기 외상 경험은 성인기 우울이나 불안 등의 부정적 정서(김은석, 2021; 김은정, 김진숙, 2020), 대인관계 문제(김혜원, 이지연, 2020), 사회불안(정재우, 장은진, 2021), 자기체계 손상(고옥주 외, 2015), 이상섭식 태도(이소민, 이지연, 2021), 분노 표현(김승미, 김정규, 2021), 자살 생각(박은아 외, 2016), 대학생의 음주 문제(이은숙, 봉은주, 2015) 등을 유의미하게 예측하는 것으로 밝혀졌다. 이렇게 다양한 연구를 통해 아동기 외상 경험과 성인기 신체·정신건강, 대인관계, 적응 간의 관련성이 일관되게 나타나면서 최근에는 외상이 성인기 적응/부적응에 영향을 미치는 기제를 밝히고자 이 두 변인 간의 관계를 매개하는 변인에 대한 탐색이 시도되고 있다. 그러나 다수의 연구는 성인기 정신병리나 부적응과의 관련성을 중심으로 살펴보고 있고, 아동기 외상 경험이 대학생의 대학생활적응에 미치는 영향을 다각

도에서 이해하고자 하는 연구는 미흡한 실정이다. 특히, 대학신입생은 대학이라는 새로운 장면에 진입하면서 급격한 환경적 변화에 수반하여 다양한 스트레스에 노출될 수 있기 때문에 관심을 기울여야 할 대상이라고 할 수 있다. 이에 본 연구에서는 어린 시절의 외상 경험이 대학신입생의 우울과 대학생활적응에 미치는 영향을 살펴보고 이 과정에 관여하는 매개변인을 확인함으로써 대학신입생의 학교 적응을 조력하기 위한 개입 방안을 마련하는데 시사점을 도출해내고자 한다.

최근 다양한 지표들이 우리나라 대학생의 우울 증상이 위험 수준임을 보여주면서 정신건강 문제에 대한 관심이 높아지고 있다. 대학생이 포함되는 20대 청년들의 우울증은 최근 10년간 급격히 증가하는 추세에 있으며, 우울증이 가장 높은 연령대는 20대 청년층인 것으로 나타났다(보건복지부, 2021). 또한, 대학생 실태조사에 의하면 전체 응답자 중 43.2%에 달하는 대학생이 우울 증상으로 어려움을 겪고 있는 것으로 보고된 바 있다(한국대학교육협의회, 2018). 우울은 심리적 불편감이 있을 때 흔히 언급되기에 가볍게 생각될 수 있지만, 행복이나 자살뿐 아니라 신체적 건강과도 높은 관련성을 갖는다(Aas et al., 2017). 특히, 우울은 병적 수준까지 악화되지 않더라도 동기와 흥미의 저하, 집중력과 활력의 약화를 초래함으로써 원활한 대학 적응에 필수적인 학업 수행이나 사회생활을 저해하는 특성이 있다. 대학생은 성공적인 성인기로의 이행과 사회 진입을 위해 다양한 활동을 주도적·능동적으로 해야 하는 시기라는 점에서 볼 때 대학생의 우울은 실효성 있는 대책을 마련해야 할 중요한 문제라고 할 수 있다. 청년기 우울증을 적기에 발견하여 치료하지 않을 경우 인지, 정서, 사회성 영역이 손상되면서 이후의 대인관계 및 일상생활 기능

에 상당한 문제를 가져올 수 있다(Birmaher, et al., 2007). 특히, 우울 등의 정신건강 문제와 관련하여 대학신입생에 관심을 기울여야 할 필요가 있는데, 그 이유는 대학 1학년은 달라진 일상생활과 새로운 교육환경에 적응하는 과정에서 많은 스트레스를 경험할 수 있는 시기이기 때문이다. 대학신입생은 청소년에서 성인으로 전환하는 과정 속에서 많은 변화를 겪는다. 구체적으로 학업과 입시 위주의 생활방식에서는 벗어나지만, 전공 적응이나 진로 결정과 관련된 새로운 발달 과업을 부여받게 된다. 또한, 이전 시기까지 일상의 상당 부분을 부모에게 의존해왔던 것과는 달리 스스로 결정하고 책임져야 할 일들이 많아지면서 자율성과 책임감이 요구된다. 더불어 중고등학교 시절 가족과 또래 친구 중심이었던 대인관계는 넓은 범위로 확장되고 그 깊이도 심화된다. 따라서 많은 대학신입생은 포부와 기대를 품고 대학생활을 시작하지만, 그와 동시에 상당한 혼란과 갈등에 노출되기도 한다. 관련하여 대학신입생의 적응 수준은 다른 학년에 비해 상대적으로 낮고, 대학에서의 학업중단이나 중도이탈의 비율 역시 1학년 시기에 가장 높은 것으로 나타난 바 있다(조보람, 2020). 또한, 박미라(2017)에 의하면 대학신입생 중 대략 20%가 우울이나 불안 등을 이유로 상담을 필요로 하고, 우울 증상 고위험군은 자살 위험성이 약 10배 높다는 보고도 있다(강문희 외, 2019). 특히 우울증은 재발률이 높은 질환으로 알려져 있어 대학생 시기 동안의 우울 증상은 한 개인의 문제를 넘어 사회적으로도 커다란 위험 요소라고 볼 수 있다(Barnhofer et al., 2014).

대학생의 우울에 영향을 미치는 요인은 다양하겠으나, 우울의 원인을 설명하고 예측하는 변인 중 하나로 아동기 외상경험이 중요한 역할을 하는 것

이 확인되고 있다(김락경, 김은정, 2019; 김은석, 2021; Bifulco, et al., 2005). 부모에게 받은 아동기 외상 경험이 많을수록 대학생의 정신건강에 부정적인 영향을 미치고, 성장기 동안 부모로부터의 외상 경험은 대학생의 우울에 직접적인 영향을 미친다는 결과들이 보고된 바 있다(정계현, 박민향, 2019). 이에 더해 아동기 외상 수준이 높을수록 우울이 더 이른 시기에 발병할 뿐 아니라 우울 증상 역시 심각하고(Humphreys et al., 2020), 아동기에 신체적 학대, 성적학대, 방임을 경험한 성인은 그렇지 않은 성인에 비해 2~5배에 달하는 우울 유병률을 보인다는 결과도 있다(Lumley & Harkness, 2007). 따라서 어린 시절의 외상 경험이 우울 및 대학생활적응에 어떤 영향을 미치는지 그리고 그 관계성을 매개하는 기제를 확인할 필요가 있다. 외상 경험으로 인해 정신건강 문제가 촉발되고 심화되는 과정을 보다 세밀하게 이해한다면, 개입 방안에서 초점을 두어야 할 요인을 명확히 하는데 도움이 될 수 있을 것이기 때문이다.

한편, 동일한 사건이나 상황을 겪더라도 그 경험이 미치는 위험성과 영향력은 개인에 따라 다를 수 있다. 유사한 사건을 경험하더라도 스트레스를 더 심하게 혹은 덜 심하게 받는 사람이 있고, 스트레스에 대한 반응도 다양해서 스트레스 반응이 신체적 증상으로 나타나는 사람이 있는가 하면 불안이나 우울 등의 정서적 반응을 보이는 사람도 있다. 이렇게 비슷한 경험에 대해서 다른 반응을 보이는 이유는 개인마다 기질이나 성격, 보유하고 있는 자원이나 처한 상황, 행동 습관이 다르기 때문이다. 결국, 외부 스트레스라는 단일 요인으로 심리적 부적응을 설명하는 데는 한계가 있고, 스트레스의 영향을 평가할 때는 개인이 갖는 고유한 특성을 고려해야 할 필요가 있다. 개인의 특성과 환경과의 상

호작용을 통해 심리적 부적응이나 정신병리를 설명하는 입장이 바로 취약성-스트레스 모델이다(권석만, 2013; Zubin & Spring, 1977). 여기에서 스트레스 사건은 개인에게 심리적 부담을 지우는 부정적인 환경 요인 또는 생활사건을, 취약성은 개인이 지닌 유전적, 생물학적, 심리적 위험요인을 의미한다. 개인이 갖는 취약성 수준이 높을수록 부정적 사건이나 스트레스를 견디고 대처하는 힘이 약해 정신병리나 부적응을 일으킬 가능성이 높아진다(Edmondson et al., 2014).

아직까지 취약성에 구체적으로 어떠한 변인들이 포함되는지에 대해 명확하게 정의된 바는 없다. 과거에는 주로 생물학적, 유전적 소인을 거론하였으나 최근에는 인지·정서적 특성과 대인관계적 특징까지 포함하는 포괄적 개념으로 이해되고 있다(Monroe & Simons, 1991). 생물학적 취약성은 일반적인 의학적 조건이나 생애 초기부터 나타나는 기질과 같이 신경생물학적 또는 유전적 소인과 관련된 개인의 비교적 안정되고 일관된 특성을 지칭한다. 심리적 취약성은 발달과정에서 환경과의 상호작용을 통해 점진적으로 형성되어 개인에게 내재된 소인이라고 볼 수 있는데, 여기에는 부적응적인 인지 도식이나 왜곡된 신념과 같은 인지적 취약성(Riskind & Black, 2005), 정서 조절 곤란, 충동 통제의 어려움 등이 포함될 수 있다(Gratz & Roemer, 2004).

어린 시절 경험하는 가정폭력이나 학대, 방임 등의 외상 경험 등은 정상적인 발달과정을 방해함으로써 심리적 취약성을 높이는 결정적인 원인으로 작용한다. 우선, 외상은 건강한 자기인식 및 자기체계 발달에 손상을 가져온다(고옥주 외, 2015; 김락경, 김은정, 2019). 자신을 무가치하게 생각하거나 스스로를 비난하는 등 부정적인 자기개념을 형

성하게 하는데, 자기에 대한 부정적인 추론은 일반화되어 다른 사건이나 경험을 이해하고 해석하는데까지 악영향을 끼치게 된다. 한편, 정서조절의 어려움은 아동기 외상 경험이 성인기 정신병리나 적응 문제를 초래하는 데 있어 핵심적인 역할을 하는 변인으로 보고된다(Philippot & Feldman, 2004). 이와 관련하여 Berzenski(2019)는 외상 경험은 적절한 정서 인식, 표현, 조절 능력의 습득을 방해함으로써 개인을 부정적인 상황에서 더욱 취약하게 만들며, 따라서 아동기에 외상을 경험한 사람은 그렇지 않은 사람에 비해 어떤 형태든 정서적인 문제를 가질 가능성이 높다고 설명한 바 있다. 실제로 어린 시절 방임을 경험한 성인은 정서 이해 및 정서기술 사용에 유의한 제한이 있고(Hardy, et al., 1993), 정서조절의 어려움은 우울, 불안, 공황장애 등 다양한 정신병리의 촉발 및 유지와 높은 관련성을 갖는 것으로 보고되고 있다(Mennin et al., 2005).

보다 구체적으로 어린 시절의 외상 경험과 성인기 우울 간의 관련성을 살펴보면, 박시현과 김명식(2014)은 외상 경험이 자기 비난적 사고를 하게 만들고, 부정적 자기 인식과 자책, 자신이 무가치하다는 공허감은 부정적 자기개념을 형성하여 우울 증상을 유발한다고 설명한 바 있다. 또한, Ingram(2003)은 외상적 경험은 사건의 해석 및 조직화와 관련된 개인의 인지 양식에 영향을 미치는데, 이러한 인지적 취약성은 스트레스 상황에 대해 내적-안정적-전반적 귀인 양식을 사용하게 함으로써 우울 정서를 더 많이 경험하게 만든다고 제안했다. 이에 더해 어린 시절의 외상 경험은 정서조절 능력의 발달을 방해한다. 정서조절이란 정서를 인식하고 이해하며 수용하는 능력은 물론 강렬한 정서를 조절하여 충동적으로 행동하지 않고, 목표에 부합하

도록 정서반응을 조절하고 정서조절 전략을 유연하게 사용할 수 있는 능력을 의미한다(Gratz & Roemer, 2004). 학대나 방임의 맥락에서 부모는 자녀의 정서를 타당화하지 않고, 특히 강렬한 정서가 동반되는 상황에서의 부모의 부적응적인 정서조절 기술은 자녀에게 부적절한 모델링을 제공하여(Morris et al., 2007), 자녀의 정서조절 곤란을 유발할 수 있다. 이러한 정서조절 곤란은 취약성으로 작용하여 스트레스 상황에서 우울이나 불안 등의 부정적 정서를 증폭시키고 대인관계 문제를 초래할 가능성을 높이게 된다고 볼 수 있다(김은정, 김진숙, 2020).

이상의 선행연구 결과를 종합하면, 아동기 외상 경험은 대학신입생의 정신건강 및 대학생활적응에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 가정할 수 있다. 이에 본 연구에서는 대학신입생을 대상으로 아동기 외상경험과 대학생활적응의 관계에서 스트레스 취약성과 우울의 순차적 매개효과를 확인하고자 한다. 외상 경험 자체에 대한 개입은 상당한 노력과 시간이 소요되는 작업이라고 할 수 있다. 그럼에도 외상경험이 우울 증상과 부적응으로 발전하는 과정에 주목함으로써 취약성을 완화시킬 수 있는 상담적 개입 방안을 모색하는데 유용한 정보를 제공할 것이라고 기대할 수 있다. 본 연구에서 살펴볼 연구문제는 아래와 같다. 연구모형은 그림 1에 제시하였다.

연구 문제 1. 스트레스 취약성은 아동기 외상 경험과 대학생활적응의 관계를 매개하는가?

연구 문제 2. 우울은 아동기 외상 경험과 대학생활적응의 관계를 매개하는가?

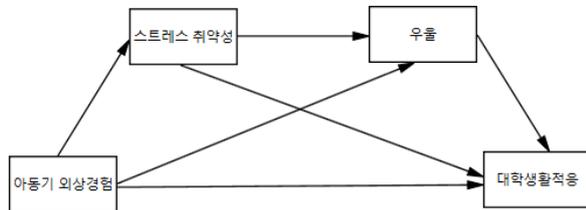


그림 1. 연구모형

연구 문제 3. 스트레스 취약성과 우울은 아동기 외상 경험과 대학생활적응의 관계를 순차적으로 매개하는가?

방 법

연구대상

본 연구를 위해 충청북도에 소재한 4년제 대학의 1학년 신입생을 대상으로 설문을 실시하였다. 총 560부의 응답 자료가 수집되었으며, 이 중 무응답이 많거나 불성실하게 응답한 29명의 자료를 제외하고 최종적으로 531명의 자료를 분석하였다. 참여자의 평균 연령은 20.1세(SD=.54)였고, 남학생이 230명(43.3%), 여학생이 301명(56.7%)이었다.

연구도구

아동기 외상경험

아동기 외상 경험을 측정하기 위하여 Bernstein 등(2003)이 개발하고 김은정과 김진숙(2010)이 타당화한 아동기 외상 질문지(Childhood Trauma Questionnaire-Short Form: CTQ-SF)를 사용하였다. 원척도는 정서적 학대, 신체적 학대, 정서적 방임, 신체적 방임, 성적 학대 등 5개 하위요인 25

문항으로 구성되어 있으나, 성적 학대를 독립적인 영역으로 간주하는 최근의 연구 경향(김은정, 김진숙, 2010; Lumley & Harkness, 2007)에 따라 성적 학대는 제외하였다. 이 척도는 18세 이전의 외상 경험을 측정하는 자기보고식 질문지로, 5점 리커트 척도로 평정한다. 총 20문항으로 구성되어 있고, ‘나는 정서적으로 학대당했다.’, ‘가족 중 한 사람이 나를 심하게 때려 상처가 나거나 멍든 적이 있다.’ 등의 문항이 포함된다. 점수가 높을수록 아동기에 경험한 외상 정도가 심각함을 의미하며, 본 연구에서의 내적합치도(Cronbach's α)는 .86으로 나타났다.

스트레스 취약성, 우울

대학생의 스트레스 취약성과 우울을 측정하기 위해 개발된 간이정신진단검사(Symptom Checklist-90-Revised: SCL-90-R)를 김광일, 원호택, 김재환(1984)이 타당화 하고 권선중(2015)이 개정한 간이정신진단검사 II(KSCL95)를 사용하였다. 이 척도는 총 95문항으로 이루어져 있으며, 우울, 불안, 신체화, 중독, 스트레스 취약성 등 주요 심리적 문제 증상을 포괄적으로 측정하기 위한 검사이다. 4점 리커트 척도상에서 응답하도록 되어있으며, 점수가 높을수록 각 영역에서의 더 높은 수준의 문제를 경험한다는 것을 의미한다. 본 연구에서는 전체 문항 중에서 ‘스트레스 취약성’ 하위요인과 ‘우울’ 하위요인을 사용하였다.

우선, ‘스트레스 취약성’은 ‘대인관계 민감성’과 ‘낮은 조절력’의 두 요인으로 구성되어 있다. 대인관계 민감성과 낮은 조절력은 그 자체로 정신건강 문제나 증상을 나타내는 것은 아니지만, 점수가 높을수록 대인관계나 일상생활에서 스트레스를 경험할 가능성이 높을 뿐만 아니라 스트레스에 적절히

대처하지 못할 위험성이 커질 수 있다. '대인관계 민감성'은 타인의 행동이나 피드백, 부정적 평가나 거절 등을 민감하게 지각하면서 이에 대해 과도한 우려나 불안을 경험하는 것과 관련된다. '낮은 조절력'은 정서나 행동, 충동을 효율적으로 조절하는 능력에서의 어려움을 측정한다. 각 5문항씩 총 10 문항이며, '남들이 나를 쳐다보거나 나에게 대해 이야기하는 게 불편하다.', '충동적으로 행동할 때가 있다.' 등의 문항들로 구성되어 있다. 본 연구에서의 전체 내적 합치도(Cronbach's α)는 .84로 나타났다.

다음으로 '우울' 하위요인은 우울하고 슬픈 감정, 죄책감, 좌절감, 절망감, 고독감 등과 같은 정서 상태 및 일상생활에서 경험하는 즐거움이나 흥미의 정도를 측정하며, 총 10문항으로 구성되어 있다. '죄책감이 느껴진다.', '기운이 없고 기분이 가라앉는다.'와 같은 문항들이 포함되며, 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .80으로 나타났다.

대학생활적응

이경아, 신혜린, 유나현과 이경학(2008)이 개발한 간편 대학생활적응척도를 사용하여 대학생활적응을 측정하였다. 이 척도는 전공 적응, 학업 적응, 대인관계 적응을 측정하는 총 15개 문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 5점 리커트 척도 상에서 응답하도록 되어 있고, 점수가 높을수록 대학생활적응 수준이 높은 것을 의미한다. '대학에서 생활하면서 외로움을 많이 느낀다(역).', '대학에서의 내 학업 상황에 만족한다.' 등의 문항들로 구성되어 있고, 본 연구에서 내적합치도(Cronbach's α)는 .79로 나타났다.

자료분석

본 연구의 연구 문제를 검증하기 위해 SPSS 23.0과 SPSS PROCESS Macro 4.2를 사용하여 자료를 분석하였다. 우선 주요 변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 산출하였으며 상관분석을 실시하였다. 또한 연구에서 활용한 측정 도구의 신뢰도를 검증하기 위해 내적합치도 계수(Cronbach's α)를 산출하였다. 다음으로 Hayes(2018)가 제안한 SPSS PROCESS Macro(Model 6)를 이용하여 아동기 외상 경험과 대학생활적응의 관계에서 스트레스 취약성과 우울의 순차매개효과를 검증하였다. 매개효과의 유의성을 확인하기 위해서 95% 신뢰구간에서 5,000회 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다

결 과

주요 변인들의 기술통계 및 상관분석 결과

본 연구에서 사용된 변인들의 주요 특성과 변인 간 상관관계를 확인하기 위해 실시한 기술통계 분석 및 상관분석 결과를 표 1에 제시하였다. 우선, 각 변인들의 왜도의 절대값은 .04에서 1.57 사이에, 첨도는 절대값 .01에서 2.81 사이에 분포하는 것으로 나타났다. 변인들의 정규성을 가정하기 위해서는 왜도의 절대값이 2를 넘지 않아야 하고, 첨도의 절대값이 7을 넘지 않아야 한다(West, et al., 1995)는 기준에 부합하므로 본 연구의 자료는 다변량 정규성 가정을 충족한다고 볼 수 있다. 다음으로, 상관분석 결과 연구 변인들은 모두 유의한 상관관계를 갖는 것으로 나타났다. 구체적으로 아동

표 1. 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석 결과

변인	1	2	3	4
1. 아동기 외상경험	-			
2. 스트레스 취약성	.21**	-		
3. 우울	.33**	.69***	-	
4. 대학생활적응	-.41**	-.29**	-.34**	-
M	1.52	.80	.48	3.75
SD	.38	.52	.44	.54
왜도	1.57	.61	1.48	-.04
첨도	2.69	-.01	2.81	-.47

** $p < .01$, *** $p < .001$.

기 외상 경험과 스트레스 취약성($r = .21$, $p < .01$), 아동기 외상 경험과 우울($r = .33$, $p < .01$), 스트레스 취약성과 우울($r = .69$, $p < .001$)은 모두 유의한 정적 상관관계를 갖는 것으로 나타났다. 아동기 외상 경험과 대학생활적응($r = -.41$, $p < .01$), 스트레스 취약성과 대학생활적응($r = -.29$, $p < .01$), 우울과 대학생활적응($r = -.34$, $p < .01$)은 모두 유의한 부적 상관을 보였다.

순차적 이중매개 효과 검증

아동기 외상 경험과 대학생활적응의 관계에서 스트레스 취약성과 우울의 순차적 이중매개 효과를 확인하기 위해 Hayes(2018)가 제안한 PROCESS MACRO Model 6을 적용하여 다중회귀분석을 실시하였다. 분석 결과는 표 2와 그림 2에 제시하였다. 독립변인인 아동기 외상 경험은 매개변인인 스트레스 취약성에 유의한 정적 영향($B = .293$,

표 2. 아동기 외상 경험과 대학생활적응의 관계에서 스트레스 취약성과 우울의 순차적 이중매개 효과

종속변인	독립변인	B	S.E.	t	LLCI	ULCI	F	R2
대학생활적응	아동기 외상경험	-.591	.056	-10.55***	-.701	-.481	111.31***	.17
	우울	-.487	.057	-8.47***	-.600	-.374		
스트레스 취약성	아동기 외상경험	.293	.058	4.99***	.178	.408	24.99***	.05
	우울	.173	.066	2.59**	-.304	-.303		
우울	아동기 외상경험	.223	.036	6.16***	.152	.294	279.41***	.51
	스트레스 취약성	.552	.026	20.99***	.501	.604		
대학생활적응	스트레스 취약성	-.129	.054	-2.35*	-.236	-.021	52.15***	.23
	우울	-.173	.066	-2.59**	-.304	-.303		

* $p < .05$. ** $p < .01$. *** $p < .001$.

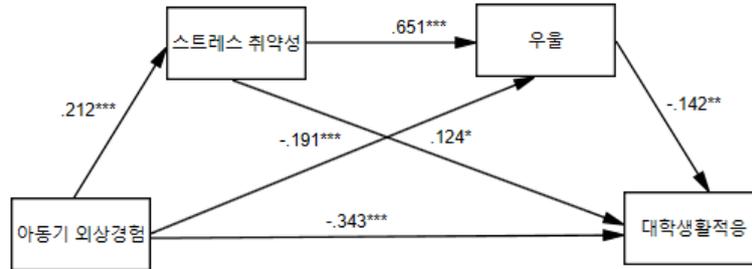


그림 2 아동기 외상경험이 대학생활적응에 미치는 영향에서 스트레스 취약성과 우울의 순차적 매개모형

$p < .001$)을 미쳤다. 우울을 종속변인으로 설정하고 아동기 외상 경험과 스트레스 취약성을 독립변수로 동시에 투입하여 분석한 결과 아동기 외상 경험($B = .223, p < .001$)과 스트레스 취약성($B = .552, p < .001$)은 모두 우울에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 마지막으로 종속변인을 대학생활적응으로 설정하고 아동기 외상 경험과 스트레스 취약성, 우울을 동시에 투입하여 분석한 결과, 아동기 외상 경험($B = -.487, p < .001$)과 스트레스 취약성($B = -.129, p < .05$), 우울($B = -.173, p < .01$)은 모두 대학생활적응에 유의한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 스트레스 취약성과 우울이 매개변수로 작용하기 위해서는 독립변수가 종속변수에 미치는 영향과 독립변수가 매개변수에 미치는 영향이 모두

통계적으로 유의하여야 하고, 매개변수를 추가했을 때 독립변수가 종속변수에 미치는 영향이 감소해야만 한다(Hayes, 2018). 아동기 외상 경험이 대학생활적응에 미치는 총효과는 $B = -.591 (p < .001)$ 이었고, 매개변인인 스트레스 취약성과 우울이 투입되면서 아동기 외상 경험이 대학생활적응에 미치는 영향은 $B = -.487 (p < .001)$ 로 감소하여 스트레스 취약성과 우울이 아동기 외상 경험과 대학생활적응의 관계를 매개하고 있음을 알 수 있다.

아동기 외상경험과 대학생활적응의 관계를 스트레스 취약성과 우울이 순차적으로 매개하는지 검증하기 위해 95% 신뢰구간을 설정하고 5,000회 부트스트래핑을 지정하여 효과 분석을 실시하였고, 분석 결과를 표 3에 제시하였다. 우선 아동기 외상

표 3. 아동기 외상경험과 대학생활적응의 관계에서 스트레스 취약성과 우울감의 순차적 매개효과 유의성 검증

구분	경로	B	S.E.	95% 신뢰구간	
				하한	상한
총효과	아동기 외상경험 → 대학생활적응	-.591	.056	-.701	-.481
직접효과	아동기 외상경험 → 대학생활적응	-.487	.057	-.600	-.374
	총 간접효과	-.104	.027	-.160	-.054
간접효과	아동기 외상경험 → 스트레스 취약성 → 대학생활적응	-.037	.019	-.077	-.006
	아동기 외상경험 → 우울 → 대학생활적응	-.039	.017	-.072	-.007
	아동기 외상경험 → 스트레스 취약성 → 우울 → 대학생활적응	-.028	.013	-.057	-.005

경험이 스트레스 취약성을 통해 대학생활적응에 미치는 간접효과($B=-.037$, $CI=-.077\sim-.006$)는 95% 신뢰구간에 0이 존재하지 않아 통계적으로 유의하였다. 또한, 아동기 외상 경험이 우울을 매개로 대학생활적응에 미치는 간접효과($B=-.039$, $CI=-.072\sim-.007$)도 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 마지막으로 아동기 외상 경험이 스트레스 취약성과 우울을 통해 대학생활적응에 미치는 순차적 매개효과($B=-.028$, $CI=-.057\sim-.005$) 역시 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 이는 아동기 외상 경험이 심각할수록 스트레스 취약성이 높아지고, 증가된 취약성으로 인해 우울감이 심각해지면서 대학생활적응이 어려워질 수 있음을 시사하는 결과라고 볼 수 있다.

논 의

본 연구는 대학신입생 531명을 대상으로 아동기 외상경험과 스트레스 취약성, 우울, 대학생활적응 간의 관련성을 살펴보고, 외상경험과 대학생활적응의 관계에서 스트레스 취약성과 우울의 순차매개효과를 확인하고자 실시되었다. 주요 연구결과 및 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 아동기 외상 경험과 대학생활적응 간의 관계에서 스트레스 취약성의 매개효과가 확인되었다. 이는 아동기 외상경험이 대학생활적응에 직접적인 영향을 미치는 동시에 스트레스 취약성을 통해서 대학생활적응에 간접적으로도 영향을 미친다는 것을 의미한다. 이러한 결과는 발달하는 과정에 있는 아동·청소년 시기 동안 외상을 경험하는 경우 스트레스 상황에서 개인을 더욱 취약하게 만들어 부

적응을 초래할 수 있음을 시사한다고 볼 수 있다. 본 연구에서는 스트레스 취약성을 ‘대인관계 민감성’과 ‘낮은 조절력’을 통해 측정하였다. 우선, 대인관계 민감성은 타인의 감정이나 행동을 과도하게 의식하고 부정적 평가나 거절 등을 예민하게 지각하며 민감하게 반응하는 것을 말한다(Boyce & Parker, 1989). 적정 수준의 대인관계 민감성은 타인의 신호를 정확히 인식하고 평가할 수 있게 함으로써 대인관계에 도움이 될 수 있다. 그러나 대인관계 민감성이 과도하게 높은 경우 편향된 사고와 부정적인 정서로 인해 관계를 손상시키는 행동을 하고, 관계에 대한 만족도를 스스로 낮게 평가할 가능성이 높아진다(정이랑, 2013). 또한, 타인의 거부와 부정적 피드백에 민감하기 때문에 타인과 갈등을 일으키지 않기 위해 자신의 생각과 감정을 억제하기 쉽다(홍혜영, 노치경, 2016; Ayduk, et al., 2003). 아동기에 부모나 주양육자로부터 경험하는 학대나 방임은 애착외상과 관련되며, 이는 자기와 타인, 대인관계에 대한 인식과 반응양식에 결정적인 영향을 미친다. 결국, 타인이 자신을 수용하지 못할 것이라고 생각하고, 타당한 이유 없이 다른 사람이 자신을 부당하게 대한다고 여기며 스스로를 평가 절하하기 쉽다. 따라서 타인에 대한 신뢰가 부족하고 대인관계에서 상처받을 것을 걱정하여 사회적으로 고립되거나 안정적인 관계를 형성하고 유지하는데 어려움을 보이게 되는 것이다(Bernstein, 2002). 이렇게 취약한 대인관계 민감성은 대학생활적응을 방해하는 주된 요인으로 작용할 수 있다.

한편, 대학신입생은 부모에게 의존하던 중고등학교 때와는 달리 자율적이고 독립적인 선택과 결정을 해야 할 때가 많다. 따라서 학업을 포함한 일상 전반을 효율적으로 계획하고 수행하는데 있어 정서와 행동을 조절하는 능력은 매우 중요하다고 볼 수

있다. 자기조절 능력은 의식적, 자동적으로 작동하는 정서 및 행동 조절능력을 포괄하는 개념으로 (Milyavskaya, et al., 2021), 스트레스 상황에 처했을 때 그 상황을 인내하고 부정적인 영향으로부터 자신을 지켜낼 수 있게 하는 내적 자원으로 작용한다(조화진, 서영석, 2010). 즉, 힘겨운 상황에서 자신의 부정적 정서를 조절하고 감정에 압도되어 충동적으로 행동하지 않으며 상황을 객관적으로 파악해서 대처방안을 모색할 수 있게 하는 것이 바로 자기조절 능력이다. 자기조절은 유아기에 출현하여 지적 성숙과 사회화 과정을 통해 발달하게 되는데, 부모와의 관계 및 상호작용 특성 역시 많은 영향을 미친다. 부모와의 관계에서 경험하는 안정적 애착과 공감적 이해, 보살핌은 부정적인 정서와 주의, 행동을 조절하는 기본 토대가 된다. 이와는 반대로 아동기 외상과 이후의 부적응 간의 관계에 대한 연구들은 아동기 외상으로 인한 자기조절능력의 손상이 정신병리나 부적응을 증가시킬 수 있다는 것으로 보여주고 있다(김지혜, 최지영, 2019). '스트레스 민감성 이론'에 의하면 외상적 경험은 스트레스 자극에 대한 민감성을 높이는데, 이는 스트레스 반응에 대한 역치를 낮추는 동시에 관련된 신경회로를 확장 및 강화시킨다. 이로 인해 정서조절시스템이 불안정해지면서 정서적 문제를 발생시킬 가능성이 높아지는 것이다. 학대나 방임을 받은 아동은 자신의 정서나 행동을 조절하는 전반적인 능력을 상실하는 경향이 있으며, 이는 지나친 음주나 흡연과 같은 건강위해 행동뿐 아니라 부정적 인지처리, 부적응적 대인관계 등 여러 측면에서의 부적응을 초래하는 것으로 알려져 있다(Weiss, et al., 2012). 구체적으로, 여러 연구를 통해 경계선 성격장애의 불안정한 대인관계가 아동기 외상에서 초래되며, 정서조절능력이 이 두 변인 간의 관계를

매개한다는 것이 보고된 바 있다(Gaher, et al., 2013). 또한, 아동기 외상이 과각성이나 불안과 관련하여 전두엽 및 변연계를 통해 반응 조절의 실패를 유발하고, 결국에는 충동성을 심화시킨다는 연구도 실시되었다(Braquehais, et al., 2010). 이러한 결과들은 아동기 외상을 경험한 경우, 스트레스로 인해 심리적 부담이 가중되는 상황에서 자기조절능력을 발휘하는데 더 큰 어려움을 겪을 수 있다는 가설을 지지하며(Nisenbaum, et al., 2010), 본 연구 결과와도 일치되는 내용이라고 볼 수 있다.

둘째, 아동기 외상경험과 대학생활적응 간의 관계에서 우울은 유의한 매개효과를 보이는 것으로 나타났다. 이는 우울은 외상과 가장 밀접한 관련성을 갖는 부적응 문제 중의 하나라는 선행연구와 일치하는 결과이다(김락경, 김은정, 2019; 김은석, 2023; 김은정, 김진숙, 2010; Moran & Jacobs, 2005). 선행연구들은 외상 경험이 인지적, 정서적, 행동적 차원에 다각적으로 영향을 미침으로써 우울을 유발한다고 제안한다. 우선, 어린 시절 부모나 주요 양육자에 의한 외상 경험은 아동으로 하여금 자신에 대한 부정적인 메시지를 내면화하게 만들 수 있다(Briere, 1992). 특히, 외상이 만성적으로 지속되는 경우 아동은 이런 부정적 경험을 피할 수 없다고 믿게 되거나 그 원인이 자신에게 있다고 결론짓게 된다(Coates & Messman-Moore, 2014). 이는 자기비난과 자책을 하게 만들고, 부정적인 자기개념은 우울감을 초래하는 결정적인 요인이 된다(박시현, 김명식, 2014). 또한, 부정적 인지 양식으로 인해 자신과 자신의 경험에 대한 왜곡과 부정적 추론은 관련성이 적은 다른 사건이나 관계에까지 일반화되기 쉽다(Paredes & Calvete, 2014). 결국, 외상경험으로 인해 자기와 타인 세상에 대한 부정적인 도식을 형성하게 되고, 이러한 인지 양식

은 사건을 해석하고 반응하는 틀로 공고화되어 세상을 지각하고 경험을 받아들이는 과정에 영향을 미치게 되는 것이다.

아동기 외상 경험이 우울을 유발하는 또 다른 핵심적인 기제는 바로 정서조절의 어려움이다. 아동은 부모와 같은 주요한 타인과의 관계에서 정서를 인식하고 조절하는 능력을 배워나간다. 그러나 학대와 방임의 맥락에서 아동은 불행, 슬픔, 절망, 두려움, 분노를 느끼며 살게 된다. 또한, 아동의 정서적 신호는 무시되거나 처벌과 같은 부정적인 반응을 초래한다(김은정, 김진숙, 2010; Tull et al., 2007). 많은 경우, 외상 피해 아동은 좌절된 심리적 욕구로 인해 촉발된 부정적인 정서를 억압하거나 회피하는 경향을 보이는 것으로 보고되는데, 부정적 정서를 인식하는 것 자체가 고통을 불러일으키기 때문이다. 따라서 정서를 자각하고 이해하며, 부정 정서가 유발될 때 충동적인 행동을 조절하고 적절한 정서 반응을 보이는 능력을 습득할 기회를 갖지 못하게 되는 것이다. 선행연구들은 아동기 외상경험이 정서조절능력의 손상을 가져오며, 이는 우울과 심리적 부적응으로 연결되는데 결정적인 영향을 미친다는 것을 제안한 바 있다(김혜인 외, 2012; Shenket al., 2015). 결국, 아동기 외상 경험은 우울을 매개로 대학신입생의 학교 적응에 유의한 부정적인 영향을 미치게 된다. 대학생활적응은 대학이라는 환경 안에서 학업적, 사회적, 개인·정서적 과업을 적절히 수행하는 것을 의미한다(Baker & Siryk, 1984). 특히, 대학신입생은 대학이라는 새로운 환경과 급격한 생활상의 변화에 적응하면서 동시에 주어진 요구를 수행해야 하고, 그 과정에서 심리적 부담감이나 스트레스를 경험하기 쉽다. 선행연구에 따르면 우울은 학업능률이나 학업동기, 대인관계에 부정적인 영향을 미쳐 대학생

활에 어려움을 초래할 수 있다. 더욱이 우울은 대학생의 자살사고에 가장 결정적인 영향을 미치는 심리적 변인으로 알려져 있기도 하다(양선미, 2019). 병적인 수준까지 악화되지 않더라도 우울이 지속되거나 심화될 경우, 대학생활에서의 역기능을 초래할 수 있고, 이는 졸업 이후 사회적응에도 지속적인 영향을 미칠 수 있기에 특히 주목해야 할 문제라고 볼 수 있다.

마지막으로, 아동기 외상 경험과 대학생활적응의 관계에서 스트레스 취약성과 우울의 순차매개효과가 유의한 것으로 확인되었다. 이는 아동기 외상 경험이 심각할수록 당면한 혹은 역치를 초과하는 스트레스에 대한 취약성이 높아져 보통 사람이라면 반응하지 않을 만한 정도의 자극에도 스트레스를 받아 우울 등의 심리적 어려움을 겪을 수 있다는 선행연구(박남희, 이창현, 2020; Lanius et al., 2010)와 일치하는 결과이다. 또한, 아동기 외상이 초기 성인기의 우울을 유발하는 과정에 거부와 비판에 대한 불안, 인지적 편향, 부정적 자기개념, 정서조절의 어려움 등이 매개변인으로 작용한다는 선행연구(김은정, 김진숙, 2008; Ericsson, et al., 2006)와도 맥을 같이 한다고 볼 수 있다. 즉, 외상 경험은 개인을 스트레스에 취약하게 만들으로써 우울의 선행요건으로 작용하고, 이는 학업, 대인관계, 일상생활에서의 변화에 대한 적응이라는 현실적인 문제에 직면한 대학신입생의 대학생활적응을 저해하는 경로로 이어질 수 있음을 나타내는 결과라고 할 수 있다. 요약하면, 본 연구 결과는 아동기 외상적 경험이 스트레스 취약성과 우울에 영향을 미치는 중요 변인이며, 다양한 경로를 통해 대학생활 적응에 부정적인 영향을 미친다는 것을 시사한다고 볼 수 있다. 이처럼 어린 시절의 외상경험은 개인의 정신건강과 적응을 위협할 정도로 지대한 영향

을 미치는 사건이며, 시간이 흐른 뒤에도 심리적 상처로 남아 지속적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 이러한 결과를 토대로 외상 경험을 가진 대학생의 대학생활적응을 돕기 위한 시사점을 논의하면 아래와 같다.

우선 대학생의 우울이나 부적응 문제에 대한 효과적인 개입을 위해서는 현재 보이는 증상에만 초점을 두기 보다 그 기저에 있을 수 있는 부모나 양육자와의 초기 관계에 대한 심층적 탐색이 필요하다. 외상과 관련된 경험은 고통스럽고 불편한 기억과 정서를 불러일으키므로 회피하거나 억압하기 쉽다(Cole, & Putnam, 1992). 그러나 자기노출이나 의도적 반추는 외상이 미치는 부정적 영향의 완화뿐 아니라(김경은, 정남운, 2018) 외상후성장으로까지 이어질 수 있음을 보고한 연구들이 있다(이주미, 김은정, 2022). 외상 경험에 마주하는 것은 상당한 노력과 시간을 요하는 작업이지만, 전문적이고 적극적인 개입, 신뢰로운 상담 관계를 통해 편하게 자신과 접촉하고 표현할 수 있도록 도움으로써 외상 경험을 탐색하고 성찰할 수 있는 기회를 제공하는 것이 필요하겠다.

다음으로 외상경험이 있는 대학생들이 보다 적응적인 방식으로 이러한 경험에 대처할 수 있도록 자기조절을 도울 수 있는 다양한 프로그램을 제공하는 것이 중요할 수 있다. 개인이 갖고 있는 취약성 수준에 따라 외상경험이 미치는 영향력은 달라질 수 있다. 본 연구를 통해 과도한 대인관계 민감성이나 낮은 자기조절력과 같은 스트레스 취약성은 우울 및 대학생활적응에 부정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이에 자기와 타인, 관계에 대한 비합리적인 사고를 수정하는 인지적 재평가와 재구성(김락경, 김은정, 2019)을 중심으로 하는 인지행동적 접근이 유용할 수 있을 것이다. 또한, 외상으

로 인한 심리적 고통을 경감시키고 적응으로 이어질 수 있도록 다양한 자기조절 전략 향상 프로그램을 제안할 수 있다. 자기조절의 시작은 자신의 경험이나 체험을 수용하고 그 의미를 이해하는 것에 있다(Greenberg & Paivio, 2019). 구체적으로 주의의 자기조절을 통해 현재의 경험에 대한 알아차림을 가능하게 하는 마음챙김(권선중, 김교현, 2007)이나 자신의 내적인 경험을 수용하면서, 자신에게 중요한 가치에 전념하도록 하는 수용전념치료를 활용한 접근이 도움이 될 수 있을 것으로 여겨진다. 끝으로, 애착외상 증상 회복을 위한 다양한 개입 전략 중 최근 관심을 받고 있는 ARC 모델의 적용을 고려해볼 수 있다. ARC 모델은 애착(Attachment)과 조절(Regulation) 및 유능감(Competency)의 영역에서 긍정적인 변화를 이끌어내는 치료 구성요소에 기반한 접근이다(Blaustein, & Kinniburgh, 2010).

본 연구의 제한점 및 후속 연구에서 고려해야 할 점은 다음과 같다. 첫째, 연구대상과 관련하여 본 연구는 특정 지역에 위치한 단일 대학의 신입생을 대상으로 이루어졌으므로 본 연구 결과를 일반화하는데는 제약이 있다. 추후 연구에서는 이를 보완하여 다양한 연령대의 성인뿐만 아니라 임상집단을 대상으로 본 연구모형을 다시 검증해 볼 필요가 있다. 둘째, 외상적 경험은 학대, 방임, 심각한 수준의 가족의 역기능 또는 폭력적 상황에서의 노출 등이 포함되는 포괄적 개념이다. 외상의 유형에 따라 그 영향력은 상이할 수 있는 바 외상의 장기적인 영향을 보다 면밀히 파악하기 위해서는 외상적 경험의 각 유형별로 다양한 심리적 어려움이나 부적응 양상과의 관련성을 살펴보는 것이 필요할 것이다. 셋째, 본 연구에서는 자기보고식 척도를 사용하여 각 변인을 측정하였고, 따라서 사회적 바람직성이나

기억의 왜곡 등이 영향을 미쳤을 가능성을 배제할 수 없다. 추후 연구에서는 실험이나 면담 등 다양한 측정 방법을 활용할 필요가 있다. 넷째, 본 연구는 횡단적인 방법으로 한 시점에서 자료를 수집하였다. 향후 종단연구를 통해 변인들 간의 인과관계를 보다 명확히 할 필요가 있다. 마지막으로 아동기 외상의 영향에 대한 연구가 보다 유의미한 실제적 시사점을 갖기 위해서는 취약성 요인 뿐 아니라 외상의 부정적 영향을 완화하거나 예방할 수 있는 보호요인에 대한 심층적 탐색이 이루어져야 할 필요가 있다.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

참고문헌

- 강문희, 김선희, 오은진 (2019). 대학신입생의 자살 위험성에 영향을 미치는 융합적 요인. **한국융합학회논문지**, **10**(11), 471-479.
<http://dx.doi.org/10.15207/JKCS.2019.10.1.471>
- 권석만 (2013). **현대 이상심리학(2판)**. 서울: 학지사.
- 권선중 (2015). **간이정신진단검사Ⅱ(KSCL-95) 실시요강**, 중앙적성연구소.
- 권선중, 김교현 (2007). 한국판 마음챙김 주의 알아차림 척도 (k-maas)의 타당화 연구. **한국심리학회지: 건강**, **12**(1), 269-287.
<http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2007.12.1.014>
- 고옥주, 장진이, 이지연 (2015). 대학생의 자기자비 수준별 대인간 외상경험과 친밀감에 대한 두려움 간의 관계-자기체계 손상의 매개효과. **사회과학연구**, **26**(3), 81-101.
<http://dx.doi.org/10.16881/jss.2015.07.26.3.81>
- 김광일, 원호택, 김재환 (1984). **간이정신진단검사 실시요강**, 중앙적성연구소.
- 김경은, 정남운 (2018). 애착과 외상 후 성장의 관계: 정신화와 성장적 반추의 매개효과. **한국심리학회지: 건강**, **23**(3), 739-764.
<http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2018.23.3.008>
- 김락경, 김은정 (2019). 아동기 정서적 학대와 성인기 우울증상과의 관계: 인지적 취약성과 경험 회피의 연속 매개효과. **한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제**, **5**(2), 135-151.
<http://dx.doi.org/10.15842/CPKJOURNAL.PUB.5.2.135>
- 김승미, 김정규 (2021). 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현 간의 관계: 내면화된 수치심의 매개효과. **인문사회** **21**, **12**(5), 3133-3147.
<http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.12.5.222>
- 김은석 (2021). 아동기 정서적 외상과 대학생의 우울 간의 관계: 자기자비로 조절된 자기냉담의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, **33**(4), 1651-1669.
- 김은정, 김진숙 (2010). 아동기 외상과 초기 성인기 우울수준과의 관계: 초기부적응도식과 정서표현 양가성 및 회피대처방식의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, **22**(3), 605-630.
- 김은정, 김진숙 (2020). 아동기 정서적 외상경험과

- 성인기 정신병리 및 대인관계 문제의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과: 정서적 학대와 정서적 방임의 차별적 경로를 중심으로. **상담학연구**, **21**(3), 23-44.
<http://dx.doi.org/10.15703/kjc.21.3.202006.23>
- 김지혜, 최지영 (2019). 신경증적 환자군의 기질과 아동기 외상 경험이 다차원적 충동성에 미치는 영향. **한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제**, **5**(3), 297-318.
<http://dx.doi.org/10.15842/CPKJOURNAL.PUB.5.3.297>
- 김혜원, 이지연 (2020). 아동기의 정서적 외상경험이 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향: 정서표현억제와 수동적 갈등대처방식의 순차적 매개효과 검증. **사회과학연구**, **31**(3), 145-165.
<http://dx.doi.org/10.16881/jss.2020.07.31.3.145>
- 김혜인, 신민섭, 김은정 (2012). 정서적 학대 경험과 성인기 심리적 부적응간의 관계: 정서 인식의 어려움과 정서 표현 억제의 매개효과. **정서. 행동장애연구**, **28**, 353-380.
- 박남희, 이창현 (2022). 애착외상과 우울의 관계에서 불안민감성과 정서조절곤란의 매개효과. **인문사회** **21**, **13**(3), 759-771.
<http://dx.doi.org/10.22143/HSS21.13.3.54>
- 박미라 (2017). 대학 신입생의 정신건강 관련 상담요구에 관한 연구: 스트레스, 우울·불안, 분노조절, 대인관계를 중심으로. **기독교교육논총**, **52**, 221-256.
<http://dx.doi.org/10.17968/jcek.2017..52.007>
- 박시현, 김명식 (2014). 지각된 아동·청소년기 외상경험이 대학생의 대인불안과 우울에 미치는 영향: 내면화된 수침심을 매개변인으로. **영유아 아동정신건강연구**, **7**(1), 69~86.
<http://dx.doi.org/1037320140070010069>
- 박은아, 조혜정, 이재경 (2016). 성인의 아동청소년기 외상경험이 자살생각에 미치는 영향: 외상 후 성장의 조절효과를 중심으로. **사회복지연구**, **47**(3), 223-249.
<http://dx.doi.org/10.16999/kasws.2016.47.3.223>
- 보건복지부 아동학대대응과 (2021). **2020 아동학대 주요통계**. 서울: 경성문화사.
- 양선미 (2019). **초기 성인의 자살에 영향을 미치는 심리사회적 요인들에 관한 연구**. 박사학위논문, 서울여자대학교 특수치료전문대학원.
- 이경아, 신혜린, 유나현, 이기학 (2008). 간편 대학생활적응척도 개발 및 타당화 연구. **상담학연구**, **9**(2), 739-754.
<http://dx.doi.org/10.15703/kjc.9.2.200806.739>
- 이은숙, 봉은주 (2015). 아동기 외상경험과 부모의 문제음주가 대학생의 문제음주에 미치는 영향: 경험회피의 매개효과. **정신간호학회지**, **24**(3), **207-215**.
- 이소민, 이지연 (2021). 성인 여성의 아동기 정서적 외상 경험이 이상섭식태도에 미치는 영향: 신체자비와 신체수치심의 매개효과. **상담학연구**, **22**(3), 79-101.
<http://dx.doi.org/10.15703/kjc.22.3.202106.79>
- 이주미, 김은정 (2022). 대학생의 외상 경험에 대한 자기노출이 외상 후 성장에 미치는 영향: 의도적 반추와 적극적 대처의 순차적 다중매개효과. **인지발달장애학회지**, **13**(4), 39-62.

- <http://dx.doi.org/10.21197/JCEI.13.4.3>
정계현, 박민향 (2019). 간호대학생의 아동기 정서적 외상과 우울의 관계에서 대인관계능력의 조절효과. **한국간호교육학회지**, 25(2), 263-272.
<http://dx.doi.org/10.5977/jkasne.2019.25.2.263>
- 정이랑 (2013). **거부민감성이 데이트폭력에 미치는 영향: 공감과 책임귀인의 매개효과**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 정재우, 장은진 (2021). 아동기 대인간 외상경험이 대학생의 사회적 상호작용 불안에 미치는 영향: 고통감내력의 매개효과를 중심으로. **발달지원연구**, 10(2), 145-161.
<http://dx.doi.org/10.22839/adp.2021.10.2.145>
- 조보람 (2023). 대학 신입생의 학교생활적응 관련 국내 연구동향. **학습자중심교과교육연구**, 23(8), 15-25.
<http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2023.23.8.15>
- 조화진, 서영석 (2010). 부모애착, 분리-개별화, 성인애착, 대학생생활적응, 심리적 디스트레스의 관계: 대학신입생을 대상으로. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 22(2), 385-411.
- 홍혜영, 노치경 (2016). 회복탄력성이 역경 후 성장에 이르는 과정에서 정서인식명확성, 의도적 반추와 문제 중심대처의 매개효과. **상담학 연구**, 17(6), 1-20.
<http://dx.doi.org/10.15703/kjc.17.6.201612.1>
- 한국대학교육협의회 (2018. 05. 03). **대학생의 심리적 위기 실태**. 한국대학교육협의회 세미나 발표 자료.
- Aas, M., Henry, C., Bellivier, F., Lajnef, M., Gard, S., Kahn, J. P., & Etain, B. (2017). Affective lability mediates the association between childhood trauma and suicide attempts, mixed episodes and co-morbid anxiety disorders in bipolar disorders. *Psychological Medicine*, 47(5), 902-912.
<http://dx.doi.org/10.1017/S0033291716003081>
- Allen, J. G. (2005). *Coping with Trauma: A guide to self-understanding*. American Psychiatric Association.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-5*. 5th ed. Washington, DC: American Psychiatric Press.
- Ayduk, O., May, D., Downey, G., & Higgins, E. T. (2003). Tactical differences in coping with rejection sensitivity: The role of prevention pride. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(4), 435-448.
<https://doi.org/10.1177/0146167202250911>
- Baker, R. W. & Siryk, B. (1984). Measuring adjustment to College. *Journal of Counseling Psychology*, 31(1), 179-189.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.31.2.179>
- Barnhofer, T., Brennan, K., Crane, C., Duggan, D., & Williams, J. M. G. (2014). A comparison of vulnerability factors in patients with persistent and remitting lifetime symptom course of depression. *Journal of Affective Disorders*, 152-154, 155-161.

- <http://dx.doi.org/10.1016/j.jad.2013.09.001>
Bernstein, D. P. (2002). Cognitive therapy of personality disorders in patients with histories of emotional abuse or neglect. *Psychiatric Annals*, 32, 618-628.
<http://dx.doi.org/10.3928/0048-5713-20021001-10>
- Berzenski, S. R. (2019). Distinct emotion regulation skills explain psychopathology and problems in social relationships following childhood emotional abuse and neglect. *Development and Psychopathology*, 31(2), 483-496.
<http://dx.doi.org/10.1017/S0954579418000020>
- Bifulco, A., Bernazzani, O., Moran, P. M., & Jacobs, C. (2005). The Childhood Experience of Care and Abuse Questionnaire (CECA.Q): Validation in a community series. *British Journal of Clinical Psychology*, 44, 563-581.
<http://dx.doi.org/10.1348/014466505X35344>
- Birmaher, B., Brent, D., & AACAP Work Group on Quality Issues. (2007). Practice parameter for the assessment and treatment of children and adolescents with depressive disorders. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 46(11), 1503-1526.
<http://dx.doi.org/10.1097/chi.0b013e318145a1c>
- Blaustein, M. E., & Kinniburgh, K. J. (2010). *Treating traumatic stress in children and adolescents: How to foster resilience through attachment, self-regulation and competency*. The Guilford Press.
<https://doi.org/10.3109/00048678909068291>
- Boyce, P. & Parker, G. (1989). Development of a scale to measure interpersonal sensitivity. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 23(3), 341-351.
<https://doi.org/10.3109/00048678909068294>
- Braquehais, M. D., Oquendo, M. A., Baca-García, E., & Sher, L. (2010). Is impulsivity a link between childhood abuse and suicide?. *Comprehensive psychiatry*, 51, 121-129.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2009.05.003>
- Briere, J. N. (1992). *Child abuse trauma: Theory and treatment of the lasting effects*.: Sage Publications.
- Coates, A. A., & Messman-Moore, T. L. (2014). A structural model of mechanisms predicting depressive symptoms in women following childhood psychological maltreatment. *Child Abuse & Neglect*, 38(1), 103-113.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.10.005>
- Cole, P. M., & Putnam, F. W. (1992). Effect of incest on self and social functioning: A developmental psychopathology perspective. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 60(2), 174-184.
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.60.2.174>

- Edmondson, D., Kronish, I. M., Wasson, L. T., Giglio, J. F., Davidson, K. W., & Whang, W. (2014). A test of the diathesis-stress model in the emergency department: Who develops PTSD after an acute coronary syndrome? *Journal of Psychiatric Research, 53*, 8-13.
<https://doi.org/10.1016/j.jpsychires.2014.02.009>
- Ericsson, N. S., Verona, E., Joiner, T., & Preacher, K. J. (2006). Parental verbal abuse and mediating role of self-criticism in adult internalizing disorders. *Journal of affective disorders, 93*, 71-78.
<https://doi.org/10.1016/j.jad.2006.02.014>
- Fergusson, D. M., McLeod, G. F., & Horwood, J. (2013). Childhood sexual abuse and adult developmental outcomes: findings from a 30-year longitudinal study in New Zealand. *Child Abuse Neglect, 37*(9), 664-74.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.03.013>
- Gaher, R. M., Hofman, N. L., Simons, J. S., & Hunsaker, R. (2013). Emotion regulation deficits as mediators between trauma exposure and borderline symptoms. *Cognitive therapy and research, 37*, 466-475.
<https://doi.org/10.1007/s10608-012-9515-y>
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment, 28*(1), 41-54.
<https://doi.org/10.1023/B:JOBA.0000007455.08539.94>
- Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (2003). Working with emotions in psychotherapy. Guilford Press.
- Haller, D. L., & Miles, D. R. (2004). Personality disturbances in drug dependent women: Relationship to childhood abuse. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse, 30*(2), 269-286.
<https://doi.org/10.1081/ada-120037378>
- Hardy, D. F., Power, T. G., & Jaedicke, S. (1993). Examining the relation of parenting to children's coping with everyday stress. *Child Development, 64*(6), 1829-1841.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.1993.tb04216.x>
- Hayes, A. F. (2018). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach (2nd Ed.). New York: The Guilford Press.
- Humphreys, K. L., LeMoult, J., Wear, J. G., Piersiak, H. A., Lee, A., & Gotlib, I. H. (2020). Child maltreatment and depression: A meta-analysis of studies using the Childhood Trauma Questionnaire. *Child abuse & neglect, 102*, 104-361.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2020.104361>

- Ingram, R. E. (2003). Origins of cognitive vulnerability to depression. *Cognitive Therapy and Research*, 27(1), 77-88. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.6.1012>
- Lanius, R. A., Vermetten, E., Loewenstein, R. J., Brand, B., Schmahl, C., Bremner, J. D., & Spiegel, D. (2010). Emotion modulation in PTSD: Clinical and neurobiological evidence for a dissociative subtype. *The American Journal of Psychiatry*, 167(6), 640 - 647. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2009.09081168>
- Lumley, M. N., & Harkness, K. L. (2007). Specificity in the relations among childhood adversity, early maladaptive schemas, and symptom profiles in adolescent depression. *Cognitive Therapy and Research*, 31(5), 639-657. <https://doi.org/10.1007/s10608-006-9100-3>
- Mennin, D. S., Heimberg, R. G., Turk, C. L., & Fresco, D. M. (2002). Applying an emotion regulation framework to integrative approaches to generalized anxiety disorder. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 9, 85-90. <https://doi.org/10.1093/clipsy.9.1.85>
- Milyavskaya, M., Saunders, B., & Inzlicht, M. (2021). Self control in daily life: Prevalence and effectiveness of diverse self control strategies. *Journal of Personality*, 89(4), 634-651. <https://doi.org/10.1111/jopy.12604>
- Monroe, S. M., & Simons, A. D. (1991). Diathesis-stress theories in the context of life stress research: implications for the depressive disorders. *Psychological Bulletin*, 110(3), 406-425. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.110.3.406>
- Moran, P. B., Vuchinich, S., & Hall, N. K. (2004). Associations between types of maltreatment and substance use during adolescence. *Child Abuse & Neglect*, 28(5), 565-574. <https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2003.12.002>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social Development*, 16(2), 361-388. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9507.2007.00389.x>
- Nisenbaum, R., Links, P. S., Eynan, R., & Heisel, M. J. (2010). Variability and predictors of negative mood intensity in patients with borderline personality disorder and recurrent suicidal behavior: Multilevel analyses applied to experience sampling methodology. *Journal of Abnormal Psychology*, 119, 433-458. <https://doi.org/10.1037/a0018696>
- Paredes, P. P., & Calvete, E. (2014). Cognitive vulnerabilities as mediators between emotional abuse and depressive symptoms. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42(5), 743-753.

- <https://doi.org/10.1007/s10802-013-9828-7>
- Philippot, P., & Feldman, R. S. (2004). Cognitive regulation of emotion: Application to clinical disorders. Hove: Psychology Press.
- Risikind, J. H., & Black, D. (2005). Cognitive vulnerability. In Freeman, A., Felgoise, S. H., Nezu, A. M., Nezu, C. M., & Reinecke, M. A. (Eds.), *Encyclopedia of cognitive behavior therapy*.(pp.122-126). Boston: Springer Science & Business Media.
- Shahar, B., Doron, G., & Szepeswol, O. (2015). Childhood maltreatment, shame-proneness and self-criticism in social anxiety disorder: A sequential mediational model. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 22, 570-579.
<https://doi.org/10.1002/cpp.1918>
- Shenk, C. E., Putnam, F. W., & Noll, J. G. (2012). Experiential avoidance and the relationship between child maltreatment and PTSD symptoms: Preliminary evidence. *Child Abuse & Neglect*, 36(2), 118-126.
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2011.09.012>
- Shonkoff, J. P., Garner, A. S., Siegel, B. S., Dobbins, M. I., Earls, M. F., Garner, A. S., McGuinn, L., Pascoe, J., Wood, D. L., & Committee on Early Childhood, Adoption, and Dependent Care. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), 232-246.
<https://doi.org/10.1542/peds.2011-2663>
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Posttraumatic Growth Inventory: Measuring the Positive Legacy of Trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 9, 455-471.
<http://dx.doi.org/10.1002/jts.2490090305>
- Tull, M. T., Barrett, H. M., McMillan, E. S., & Roemer, L. (2007). A preliminary investigation of the relationship difficulties between emotion regulation and posttraumatic stress symptoms. *Behavior Therapy*, 38(3), 303-313.
<https://doi.org/10.1016/j.beth.2006.10.001>
- Weiss, N. H, Tull, M. T, Viana, A. G, Anestis M. D., & Gratz K. L. (2012). Impulsive behaviors as an emotion regulation strategy: examining associations between PTSD, emotion dysregulation, and impulsive behaviors among substance dependent inpatients. *Journal of Anxiety Disorder*, 26(3), 453-458.
<https://doi.org/10.1016/j.janxdis.2012.01.007>
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with non-normal variables: Problems and remedies. In R. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications* (pp. 56-75). Newbury Park, CA: Sage.
- Zubin, J., & Spring, B. (1977). Vulnerability: A new view of schizophrenia. *Journal of Abnormal Psychology*, 86(2), 103-126.
<https://doi.org/10.1037//0021-843x.86.2.103>

Effects of Childhood Trauma on College Adjustment: Sequential Mediation Effect by Stress Vulnerability and Depression

Jin Young Yun

Department of Counseling Psychology, Semyung University/ Associate professor

This study examined the association between childhood trauma and college adjustment by, focusing on the mediating roles of stress vulnerability and depression. A total of 531 first-year students(230 men and 301 women) completed self-reported questionnaires assessing childhood trauma, stress vulnerability, depression, and college adjustment. The major results of this study are as follows: First, childhood trauma, stress vulnerability, depression, and college adjustment significantly correlated. Second, stress vulnerability and depression sequentially mediated the relationship between childhood trauma and college adjustment among first-year students. Based on these results, related intervention strategies and implications of these findings are suggested. Finally, the significance and limitations of the study are discussed.

Keywords : Childhood Trauma, Stress vulnerability, Depression, College Adjustment