

아동기외상과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과 검증: 여자대학생을 중심으로

손 승 희[†]
숙명여자대학교

본 연구에서는 여자대학생들이 지각하는 아동기외상과 관계중독의 관계를 내면화된 수치심이 매개하는지 알아보았다. 이를 위해 한번 이상 연애행험이 있는 여자대학생 245명을 대상으로 자료를 수집하여 구조모형분석을 실시하였으며, 측정도구로는 아동기외상 척도, 내면화된 수치심 척도, 관계중독 척도를 사용하였다. 수집한 자료를 바탕으로 상관분석을 실시하여 변인들 간의 관계성을 살펴보고, 아동기외상과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심이 매개하는지 알아보기 위하여 매개모형 검증을 실시하였다. 분석 결과, 아동기외상은 내면화된 수치심 및 관계중독과 정적 상관을 나타내었다. 또한 아동기외상이 내면화된 수치심을 거쳐 관계중독에 간접적으로 영향을 미친다는 완전매개모형이 적합한 것으로 채택되었다. 이러한 결과는 첫째, 아동기외상이 관계중독의 주요한 원인이며, 둘째, 아동기외상은 부적절감, 공허감, 자기차별, 실수불안으로 개념화되는 내면화된 수치심에 영향을 미치고, 셋째, 아동기외상이 내면화된 수치심에 영향을 주는 경우에만 관계중독의 양상으로 이어질 수 있다는 점을 시사한다. 이러한 결과를 바탕으로 관계중독과 관련된 상담에서 갖는 의미, 제한점을 제시하였고, 후속연구에 대한 제언을 하였다.

주요어 : 아동기외상, 관계중독, 내면화된 수치심

[†] 교신저자 : 손승희, 숙명여자대학교 교육대학원, (140-742) 서울시 용산구 청파로 47길 100 수련교수회관 408호, Tel : 02-2077-7824, E-mail : sohsh@sookmyung.ac.kr

사람은 ‘관계’를 맺지 않고서는 홀로 살아갈 수 없는 존재로, ‘관계’에 대한 기본 욕구를 추구한다. 출생부터 평생 동안 사람들과 다양한 ‘관계’를 맺고 유지하고 분리하는 과정에서 ‘관계’에 대한 욕구의 좌절을 경험하며, 욕구의 결핍을 충족시키기 위해 좌절된 감정과 관계에 더 집착하게 된다. 이러한 양상은 그 사람의 생활 전반 기능에 부적응적인 영향을 미치며, 주관적인 고통을 증가시킬 뿐 아니라, 정신건강에까지 영향을 준다. 그렇기에 ‘관계’에 대한 이슈는 한 사람의 적응과 정신병리 측면에서도 중요하게 고려해야 할 연구 주제라 할 수 있다.

관계에 대한 관심은 현대사회에서 더 부각된다. 현대사회의 물질화, 기계화 및 개인화로 인하여 관계는 더 피상적이 되고 사람들은 더욱 고립감, 공허감, 외로움을 느낀다. 그럴수록 결핍된 욕구를 충족시킬 대상을 찾게 되고 사람이나 행위, 물질 등 대상에 더 집착하게 된다. 이에 다양한 양상의 중독이 늘어나게 되고 개인의 심리적, 사회적 문제들을 유발하면서, 일부에서는 현대사회를 ‘중독의 사회’라고도 한다.

중독은 크게 물질중독과 과정중독으로 구분되며, 2011년 미국 중독의학회(American Society of Addiction Medicine)에서는 중독에 대한 폭넓은 개념으로 음식, 성, 쇼핑, 도박, 인터넷, 관계 등을 포함하는 과정중독이라는 개념을 설정하였다(Smith, 2012). 과정중독 중 관계중독은 중독의 세 가지 특징을 공유하는데(Bireda, 1990), 즉 관계에 대한 갈망(Craving), 갈망에 대한 통제불능감(out of Control), 부정적 결과(Consequences)에도 불구하고 계속 지속함으로써 심리적 고통을 유발하거나 임상적으로 유의한 변화를 일으키게 된다(Reynaud, Karila,

Blecha, & Benyamina, 2010). 과정중독 중 관계중독은 1982년 Sandor Rado가 처음으로 관계중독이라는 용어를 사용하면서 비교적 최근 과정중독의 한 영역으로 관심을 받게 되었다.

관계중독은 한 개인과 또 다른 타인으로 구성된 관계 자체에 중독적인 특성을 보이는 광범위한 의미를 갖고 있다(우상우, 2014). 관계중독은 자신에게 해가 되는 관계라 하더라도 상대방과 함께 있어야 한다는 강박감에 사로잡혀 사랑에 대한 감정이나 행동을 통제할 수 없게 되는 것(Martin, 1990)이라 정의된다. 관계중독은 이성관계에 대한 중독적 양상을 의미하는데, 중독물이 ‘사람’이라는 것이 핵심이라 할 수 있으며(우상우, 2014), 사랑하는 사람과의 친밀한 관계를 중독적인 방식으로 추구는 것으로, 이로 인해 관계의 질과 삶의 질을 저하시키는 병리적인 관계방식이라고 할 수 있다(박한나, 2016). 본 연구에서는 관계중독을 연애관계에서 경험하는 느낌에 중독되어 사랑하는 사람이나 관계에 집착하는 양상으로, 사랑에 대한 감정과 행동을 통제하기 어려운 상태라 정의하고자 한다.

병리적인 관계로 또는 이성관계에서 겪는 부정적 감정과 심리적 문제로 고통을 호소하는 대학생들을 상담현장에서 적지 않게 만나게 된다. 대학생 시기는 가족이 아닌 타인으로부터 친밀감을 형성하면서 ‘나는 사랑받을 존재인가’에 대한 확인을 하게 된다는 면에서 ‘관계’ 특히 이성관계에 대한 관심은 더욱 중요하다. 이들은 이성관계에서 다른 또래들 관계에서 얻는 것 보다 더 큰 정서적 친밀감과 지지를 경험하기도 하고 때로는 불안, 우울, 수치심, 소외감 등과 같은 심각한 부정적 정서를 경험하기도 한다(Monroe, Rohde, Seeley, & Lewinson, 1999). 관계문제로 고통을 호소하는

이들 중 일부는 이성관계를 통해 어린 시절 좌절되었던 사랑과 보호, 보살핌의 욕구를 충족시키기 위한 반복적인 시도를 하게 되는데, 이것으로 인하여 오히려 어린 시절 고통스런 상황을 재경험하게 되어, 현재의 고통을 가중시키는 건강하지 못한 관계를 지속하게 되는 경우를 볼 수 있다(Bireda, 1990). 이러한 과정에서 일부는 이성과 의미있는 관계맺기에 실패하거나 건강하지 못한 방식으로 관계를 지속하게 되는데, 그러한 양상의 하나가 관계중독이다. 관계중독에 빠지게 되면 상대에게 버림받아 혼자 남겨지게 될 것을 예상하는 두려움으로 인하여 어떤 대가를 치르더라도 자신을 희생하면서 까지 현재 맺고 있는 관계를 유지하고자 한다. 고통을 주는 관계에 대한 객관적 시각을 상실하고 끊임없는 불안, 만성적 외로움과 공허감을 경험하면서 관계 단절 시 깊은 우울감을 겪게 된다(Bireda, 1990). 그럼에도 불구하고 자신의 정체성과 존중감을 확인받기 위하여 관계중독의 양상을 되풀이하게 된다.

관계중독은 ‘자기조절 장애’(Flores, 2010)로, 어린 시절 주 양육자와의 경험을 중심으로 하는 Bowlby(1973)의 내적작동모델(internal working model) 또는 Kohut(1977)의 자기심리학에서 말하는 자기구조 내의 결함으로 이해할 수 있다. 내적작동모델에서 볼 때, 관계 중독은 일종의 애착장애라 할 수 있다(Flores, 2010). 어린시절 형성된 애착과 의존이 일생동안 지속적으로 영향을 미친다는 것이다. 아이는 상호작용경험에 대한 반복적인 유형을 기초로 자신과 타인에 대한 일련의 모델을 쌓아놓는데, 이렇게 일반화된 상호작용의 표상들 또는 자기-타인 도식들이 형성되어 비교적 고정된 표상적 모델이 형성된다. 특히 불안정 애착 아동은 세

상이나 타인을 불안하게 여기고 자기 자신도 사랑받을 가치가 없고 쓸모없다고 생각하는 내적작동모델을 저장하고 있으며 이는 다른 모든 관계들에 적용된다(Holmes, 2005). 특히 사랑하는 대상을 선택할 때 내적작동모델을 통한 무의식적 작동이 중요한 역할을 하며(Flores, 2010), 이러한 가정들은 영구적으로 지속되고, 사랑하는 대상에 대해 회피 또는 집착하며, ‘매달리고’, ‘조정’하는 식의 부정적인 순환(Holmes, 2005)으로서 관계중독의 양상을 보이게 된다.

Kohut(1977)은 중독에 대해 물질이나 대상 그 자체에 대한 욕구라기 보다는 ‘자기의 구조적 결핍을 메우기 위한 시도’라고 설명하면서, 중독을 자기애성 성격장애 또는 자기애성 행동장애로 구분하였다. 자기구조의 형성은 이전에 외부적 대상들이 제공하던 기능들을 내재화함으로써 발달하는데, 점차 자기대상에게 의존하지 않고 이러한 기능을 스스로 할 수 있는 능력을 반영한다. 자기 구조 내의 결함으로 인한 관계중독은 자기 발달실패와 초기 환경적 박탈에서 비롯된 것으로, 외부적 의존을 증가시킨다. 또한 내부로부터 기능할 수 없는 것을 외부로부터 기능을 대신할 수 있는 것으로 사용함으로써 ‘결함을 가진 자기를 복구하고자 하는 방어’라고 하였다(Kohut, 1977). 따라서 Kohut(1977)은 관계에 집착적인 양상을 나타내는 사람은 어렸을 때의 경험과 발달 상의 문제를 통해 이해할 필요가 있다고 하였다. 위의 이론들에서 보듯이 자기와 대상 표상, 상호작용의 모델이 형성되고, 자기구조가 형성되는 어린 시절, 가족 내에서의 경험은 관계중독의 근본적인 원인이라 이해된다. 특히 정서적, 신체적 방임이나 학대와 같은 아동기외상이 관계중독에 미치는 영향은 더욱

치명적일 수밖에 없다.

아동기외상은 유아기, 아동기의 심리발달을 취약하게 하고 손상을 입히는 충격적인 경험으로, 가족 내에서 부모를 비롯한 형제, 주양육자로부터의 방임과 학대를 말한다. 본 연구에서는 이러한 의미로 아동기외상으로 살펴보고자 한다. 가족 내에서 경험한 아동기외상은 성격 형성과 발달에 지대한 영향을 미치며, 심리적 문제를 유발할 가능성이 크다. 구체적으로 아동기외상은 불안정 애착형성과 관련이 높고, 낮은 자존감, 타인의 정서에 대한 지각의 어려움 등 내면적 문제를 초래할 가능성이 높다(Pollak, Cicchetti, Horman, & Reed, 2000). 더불어 감정조절의 어려움 등으로 인하여, 또래로부터 거부당하기 쉬우며 갈등해결 및 문제해결 곤란, 대인관계 부적응, 품행장애, 불안, 우울, 성격장애, 인터넷중독, 물질중독 등 다양한 외현적 문제를 초래할 가능성이 높다(이유경, 2006; Carr, Martin, Stingel, Lerngruber, & Juruena, 2013). Van der Kolk(2005)는 아동이 부모로부터 심리적 외상(trauma)을 겪을 때 자기 자신이 온전하고 지속적이라는 느낌을 갖지 못하고, 정서와 충동 조절에 어려움을 갖게 되며, 타인을 불신하게 된다고 하였다. Reynaud 등(2010)은 관계중독을 보이는 사람은 사랑이 박탈된 가정에서 성장한 경우가 많으며, 양육자와의 정서적 유대감 형성에 실패하여 이로 인한 좌절 경험이 관계중독을 촉발하는 경향이 있다고 하였다. Pearson(1991)은 관계중독을 보이는 사람들은 애정이 부족하고 학대적인 집안환경에서 성장했을 가능성이 크다고 하였다.

아동기외상과 관계중독에 대한 국내 연구는 초기 단계이지만, 이윤연(2017)은 아동기외상과 관계중독 간에 정적인 상관성이 있으며, 아

동기외상은 유기도식을 통하여 관계중독에 영향을 미친다고 하였다. 한진주(2007)는 어린시절 양육자 및 양육환경에서 신체적, 언어적 학대, 거부적 태도, 방임 등은 심리적 자아를 자라지 못하게 함으로써 그로 인한 결핍감으로 관계중독 양상을 나타낸다고 하였다. 이처럼 관계중독은 아동기 외상과 관계가 있으며, 양육자에게서 채워지지 못한 욕구를 현재 관계 맺고 있는 대상에게 채우고자 하는 끝없는 갈망(Hart, 1990)으로 설명할 수 있다.

아동기외상을 경험한 사람들이 관계중독을 유발할 가능성이 높지만, 이들 모두 관계중독을 나타내지는 않을 수 있다. 아동기외상 그 자체보다는 그 외상을 어떻게 인지적으로 처리하는가 하는 지각이 보다 더 중요하다(Ehlers & Clark, 2000). 그러므로 비슷한 자극이라도 각자가 받는 영향이나 후유증은 사람마다 차이가 있을 것이다. 부모와 형제에 대해 ‘좋은’ 대상으로서의 경험은 얼마나 있는지, 외상을 경험한 상황에서 부모가 불가피하게 그럴 수밖에 없었던 상황으로 인식이 되는지 등에 따라 아동기외상이 관계중독을 유발하는 정도에는 차이가 있을 것이며, 그 과정에서 아동기외상과 관계중독을 매개하는 심리적 기제를 확인하는 것은 의미가 있을 것이다.

어린 시절 외상을 경험하게 되면 유아는 자기 존재를 평가절하하고 낮은 자기 확신과 자존감을 갖게 되면서 내면화된 수치심(internalized shame)을 형성하게 된다(정남운, 유은영, 2015). 내면화된 수치심은 자신에 대한 결핍감, 부족감, 부적절감, 열등감이 자아정체감의 일부로 내면화되어 지속적, 만성적으로 수치심을 느끼는 것으로 정의되며, 주로 애착관계에서 부정적인 양육태도를 경험했을 때 형성된다(Cook, 2001). 아동기외상에 대한 스스로의 내적인 평

가 즉, ‘자기 존재 전체가 나뉘고 결합이 있기에 그러한 일을 당할 만 하다’는 평가는 수치심을 유발한다(Allen, 2005; Harter, 1999). 이는 부정적인 자기감(sense of self) 형성에 기초가 되는(이인숙, 최해림, 2005), 보다 원초적이고 병리적인(Erikson, 1970) 감정이기에 많은 상담자들은 그 임상적 중요성을 강조하고 있다.

내면화된 수치심은 아동기외상과 정신병 및 심리적 적응을 매개하는 위험요인이 된다(Chen, Hess, Whelton, & Yonge, 2005; Harper & Arias, 2004). 내면화된 수치심 관련 국내 연구들도 내면화된 수치심이 야기하는 심리적 특성 또는 정신병리와의 관련성이나 인과관계(김소연, 2015; 이지연, 2008; 정남운, 유은영, 2015, 최은영, 2010)를 밝히고 있으며 그 중요성이 확인되고 있다. 하지만 내면화된 수치심과 관계중독의 관계에 대한 연구는 내면화된 수치심이 관계중독을 유의미하게 설명한다고 한 김은경(2016)의 연구가 유일하며, 그 외에 인터넷 중독과 정적 상관(류수정, 2014), 중독가능성과 정적 상관(유은영, 2012)을 나타낸다고 하였다. 더욱이 아동기외상과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심의 매개를 확인한 연구는 없다.

내면화된 수치심은 아동기외상으로 인하여 주요 촉발 기제인 ‘버림받음에 대한 두려움’이 커지고, 부적절감, 결핍감 등 수치심이 내면화되면서 관계중독을 유발할 수 있다(Cook, 1991; Pearson, 1991).

이와 같이 아동기외상을 반복적으로 경험하면 자기에 대한 부적절감(Cook, 1991)과 자기감의 손상(Kohut, 1971), 부정적인 자기표상과 타인표상으로 형성된 내적작동모델에 의하여(Flores, 2010) 불안정 애착, 부정적 평가에 대한 두려움, 순종적 행동, 타인에 대한 비난과

분노(이인숙, 최해림, 2005) 등 심리적 문제를 야기하고 대상에게 집착하는 관계중독의 가능성이 높아진다는 것(Bireda, 1990; Hart, 1990; Reynaud et al., 2010)을 가정할 수 있다. 이렇듯 아동기외상은 한 개인의 부적응과 정신건강에 절대적 영향을 미치며, 자기구조의 건강한 발달을 저해한다. 이로써 타인과 세상에 대한 불안정 도식을 형성하게 되어, 이성 관계에게 집착하게 되는 관계중독을 유발할 가능성이 높다는 것이 연구들(이유경, 2006; 이운연, 2017; 한진주, 2007; Bireda, 1990; Carr et al., 2013; Hart, 1990; Pearson, 1991; Reynaud et al., 2010)에서 확인된다.

지금까지 살펴본 것처럼 아동기외상은 관계중독에 영향을 미치며(이운연, 2017; 한진주, 2007; Pearson, 1991; Reynaud et al., 2010; Van der Kolk, 2005), 아동기외상은 내면화된 수치심과 관련이 있고(이태영, 2011; 최은영, 2010; Cook, 2001), 내면화된 수치심은 관계중독에 영향을 미친다(김은경, 2016)는 연구들을 바탕으로, 본 연구에서는 아동기외상이 관계중독에 직접 영향을 미칠 뿐 아니라 내면화된 수치심이라는 매개변인을 통하여 간접적으로도 영향을 미치는지 확인하고자 한다.

관계중독에 영향을 미치는 요인들에 대한 국내 연구를 살펴보면, 애착(박연주, 2008; 이계선, 2013; 이수현, 2009; 이지원, 이기학, 2014), 자아분화수준(이지홍, 2015), 부정적 초기대상관계(안명란, 2015), 부모의 양육태도(이성애, 2015)가 관계중독에 대한 예측변인으로 연구되었지만 아직 충분한 연구가 이루어지지 않았다. 더욱이 아동기외상과 관계중독의 관계에서 매개변인을 검증한 연구는 주관적 고통감내력이 아동기외상과 관계중독의 관계를 부분매개한다(김수민, 2016)는 연구가 유일하

다. 이에 아동기외상과 관계중독과의 관계에서 어떠한 변인이 핵심적인 기제로 작용하는지 거의 연구된 바 없으므로, 아동기외상과 관계중독을 매개하는 심리적 기제를 밝히는 연구가 무엇보다 중요하다.

특히 남성보다 여성이 유의하게 높은 관계중독을 나타내며(박한나, 2016), 남성은 또래관계 문제가 관계중독의 주요 요인으로 작용하지만, 여성은 심리내적 요인인 유기도식이 관계중독을 유발한다(신희이, 문혁준, 2009; 주은지, 2011; Adler, Rosenfield, & Towne, 2004; Parker, Asher, 1993; Rubin, Dwyer, Booth-LaForce, Kim, Burgess, & Ross-Krasnor, 2004; 이상우, 2014에서 재인용)는 점, 그리고 남성보다 여성의 의존적 성향이 높고(장문선, 박기쁨, 정성훈, 이상우, 2011; Pearson, 1991), 의존적 성향에서 중독적 성향이 높다(장문선 등, 2011; Pearson, 1991)는 연구를 바탕으로 여자 대학생의 관계중독에 초점을 두고자 한다. 또한 관계중독 척도가 이성관계에서 경험하는 감정, 생각, 행동을 묻는 척도이므로, 한 번 이상 연애경험이 있는 학생(김수민, 2016)을 대상으로 하고자 한다.

이 연구는 아직 초기 단계인 관계중독에 대한 연구를 통하여, 관계중독에 대한 이해와 관계중독에 영향을 미치는 과정에 대한 이해를 높여줄 수 있을 것이다. 또한 아동기외상과 관계중독을 매개하는 심리적 기제를 밝힘으로써 상담현장에서 관계중독 특성을 보이는 내담자를 상담할 때, 호소 증상에만 초점을 두어 개입하기 보다는 그들의 심리적 과정을 이해하고, 원인과 함께 보다 근본적인 심리적 기제를 다루어 보다 효과적인 상담적 개입 전략을 이끌어낼 수 있다는 점에서 필요하다.

이에 본 연구에서는 아동기외상이 관계중독

에 직·간접적으로 영향을 미친다는 관련연구들(이유경, 2006; 이윤연, 2017; 한진주, 2007; Bireda, 1990; Carr et al., 2013; Hart, 1990; Pearson, 1991; Reynaud et al., 2010)에 근거하여, 아동기외상과 관계중독의 관계에서 자기에 대한 결핍감, 부족감, 부적절감이 자아정체감의 일부로 내면화되어 지속적, 만성적으로 수치심을 느끼는 것으로 개념화되는 내면화된 수치심(Cook, 2001)이 매개할 것으로 가정하였다. 이에 아동기외상이 관계중독에 미치는 영향을 내면화된 수치심이 부분 매개하는 경로구조모형을 연구모형으로 설정하였다.

연구문제

1. 여자대학생의 아동기 외상경험, 내면화된 수치심, 관계중독의 관계는 어떠한가?
2. 여자대학생의 아동기 외상경험과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과는 어떠한가?

방 법

연구대상 및 자료수집

서울을 포함한 전국의 대학교에 재학 중인 여자 대학생 총 301명을 대상으로 온라인 및 오프라인 설문조사를 실시하였다. 온라인 조사는 전국 지역의 여자 대학생 패널을 대상으로 실시하였고, 오프라인 조사는 서울 소재 대학교에 재학 중인 여자 대학생을 대상으로 연구자가 직접 설문지를 실시하였다. 회수된 설문지 중, 불성실하게 응답한 9부와, 한번이라도 연애경험이 없는 것으로 보고한 47명의 설문

지는 분석에서 제외하였고, 총 245명을 최종 분석대상으로 하였다. 응답자들의 연령은 19세 부터 29세까지로, 평균 연령은 22.5세(SD=2.00) 이었다. 학년분포는 1학년 56명(22.8%), 2학년 78명(31.9%), 3학년 62명(25.3%), 4학년 49명 (20.0%) 이었다. 지역분포는 서울 58명(23.7%), 대구 83명(33.9%), 경기 44명(18.0%), 부산 12명 (4.9%), 광주 10명(4.1%), 경남 10명(4.1%), 충남 8명(3.2%), 경북 6명(2.4%), 충북 6명(2.4%), 전 북 5명(2.0%), 강원 2명(0.8%), 제주 1명(0.4%) 이었다. 연구 참가자들에게는 연구의 목적, 정 보 보호 등 에 관해 간략히 설명한 안내문을 제시하는 형태로 설문이 이루어졌으며, 연구 참여 동의서에는 중도에 설문참여 포기가 가 능하다는 점, 응답한 내용에 대한 익명성과 비 밀보장, 설문 내용이 연구목적으로만 사용될 것이라는 점을 명시하고 자발적 참여에 대한 확인을 체크하도록 하였다.

측정도구

아동기외상 척도

아동기외상을 측정하기 위해 Bernstein과 Fink(1998)이 개발한 아동기외상 질문지(Childhood Traumatic Questionnaire; CTQ)를 이유경(2006)이 번안하고 김은정, 김진숙(2010)이 타당화한 아 동기 외상질문지 단축형(CTQ-SF)을 사용하였 다. 이 척도는 부모님 혹은 다른 가족 구성원 들 사이에서 겪었던 경험을 나타낸 문항으로 구성되었으며 5개의 하위요인, 25문항으로 구 성되어있다. 본 연구에서는 신체적 학대(5문항, 예, “세계 맞아 멍이나 상처를 입은 적이 있 다.”), 정서적 학대(5문항, 예, “가족 중에 나를 미워하는 사람이 있다고 느꼈다.”), 신체적 방 임(5문항, 예, “내가 씻지않거나 더러운 옷을

입어도 내버려둔 적이 있다.”), 정서적 방임(5 문항, 예, “우리 가족은 나를 지지해준다고 느 꼈다.” 역문항) 4개의 하위요인을 사용하였다. 응답은 (1점=전혀 없음, 4점=자주 있음) 4점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 아동기외상의 정도가 크다는 것을 의미한다. 성적학대 하위 척도를 제외하고 학대, 방임의 두 하위요인으 로 설정한 김은정, 김진숙(2010) 연구에서 각 하위요인의 Cronbach's α 계수는 .89이었고, 본 연구에서는 전체 척도의 내적 합치도는 .90, 하위척도들의 내적 합치도는 신체적 학대 .84, 정서적 학대 .84, 신체적 방임 .61, 정서적 방 임 .92였다.

내면화된 수치심 척도

내면화된 수치심을 측정하기 위해 Cook (2001)이 개발한 척도를 이인숙과 최해림(2005) 이 타당화한 척도를 사용하였다. 4개의 하위 요인으로 구성되어 있으며, 각 하위요인은 부 적절감(10문항, 예, “나는 항상 내가 뭔가 부족 하다고 느낀다.”), 공허감(5문항, 예, “나는 공 허하고 뭔가 채워지지 않는 느낌이 든다.”), 자 기차별(5문항, 예, “내가 실수했을 때 몽둥이로 내 머리를 마구 때리고 싶다.”), 실수불안(4문 항, 예, “나는 내가 실수했을 때 움츠러들어 피하고 싶다.”)으로, 이러한 24문항과 함께 한 방향으로 응답하려는 반응 편향성을 제어하기 위해 Rosenberg 자존감척도의 6문항을 포함하 여 총 30문항으로 구성되었다. 응답은 (1점= 그런 경우가 없다, 5점=거의 항상 그렇다) 5 점 Likert 척도로 이루어져있다. Cook(1987)의 연구에서 총점의 범위는 24점~120점의 분포 를 나타내는데, 74점 이상의 점수는 ‘고통스럽 고’ 문제가 될 수 있는 수치심 수준을 나타낸 다고 보고한다(이인숙 등, 2005). 이인숙 등

(2005)의 연구에서 Cronbach's α 계수는 .93이었고, 하위척도들의 내적 합치도는 부적절감 .89, 공허감 .86, 자기차별 .78, 실수불안 .74이었다. 본 연구에서 전체 척도의 내적 합치도는 .90, 하위척도들의 내적 합치도는 부적절감 .90, 공허감 .86, 자기차별 .78, 실수불안 .74이었다.

관계중독 척도

RAQ-30(Relationship addiction Questionnaire)은 관계중독 정도를 측정하기 위해 Peabody(2011)가 개발한 척도로 이성관계에서 경험할 수 있는 느낌이나 생각, 행동의 중독적 특징을 묻는 문항으로 구성되었다. 이상우(2014)는 이를 기반으로 국내판 관계중독 척도(RAQ-30)를 타당화하였으며 총 30문항(예, “나는 사랑을 하게 되면 그 사람을 구속하는 경향이 있다.”), 5점 Likert 척도(1점=전혀 그렇지 않다, 5점=매우 그렇다)로 구성되었다. 총점의 범위는 30점에서 150점까지로 점수가 높을수록 관계중독 성향이 높다는 것을 의미한다. 이상우(2014) 연구에서 나타난 내적 합치도는 .92였고, 본 연구에서의 내적 합치도는 .94로 나타났다.

자료분석

본 연구에서는 아동기 외상경험, 내면화된 수치심, 관계중독 간의 구조적 관계를 검증하기 위하여 SPSS 23.0과 AMOS 21.0을 통해 다음의 분석을 실시하였다.

첫째, 측정변인들의 특성과 상관관계를 알아보기 위하여 기술통계 및 상관분석을 실시하고, 신뢰도 분석을 위하여 내적 합치도 계수(Cronbach's α)를 산출하였다. 둘째, 연구모형 검증에 앞서 측정변인들이 잠재변인들을 적절히 구인하는지 알아보기 위해 확인적 요인분

석을 실시하였다. Russel, Kahn, Spoth와 Altmaier (1998)의 권유에 따라 문항꾸러미(item-parcel)를 제작하여 분석하였다. 부연하면, 아동기외상과 내면화된 수치심은 각각의 하위척도를 측정변인으로 이용하여 잠재변인을 구성하였다. 관계중독은 단일변인이기에 3개의 문항꾸러미를 만들었고, 문항꾸러미는 탐색적 요인분석을 통해 전반적으로 균등한 요인부하량을 가지도록 하였다. 이후 연구모형과 비교모형을 검증하기 위해 구조방정식 모형 검증을 실시하였으며, 모형의 적합도를 확인하였다. 셋째, 아동기 외상 경험과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 검증하기 위하여 내면화된 수치심을 매개변인으로 포함하는 매개모형을 설정한 후 구조방정식모형 분석을 실시하였다. 마지막으로 아동기 외상 경험과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심의 간접효과를 검증하기 위하여 Bootstrapping 방법을 적용하였다.

결 과

측정변인의 기술통계치 및 변인들 간의 상관관계

주요 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과 표 1이 제시되었다. 아동기 외상경험은 내면화된 수치심($r=.533, p<.01$), 관계중독($r=.412, p<.01$)과 유의미한 정적 상관을 나타내었다. 내면화된 수치심 또한 관계중독($r=.564, p<.01$)과 유의미한 정적 상관을 보였다. 연구에서 설정한 모형에 투입된 측정변인들 간의 상관관계를 살펴보면, 아동기 외상경험의 하위요인들은 내면화된 수치심과 유의한 정적 상관

표 1. 측정변인들 간의 상관, 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1. 정서적학대	-													
2. 신체적학대	.545**	-												
3. 정서적방임	.668**	.428**	-											
4. 신체적방임	.399**	.335**	.422**	-										
5. 아동기외상	.865**	.717**	.849**	.655**	-									
6. 부정적감	.487**	.335**	.418**	.297**	.502**	-								
7. 공허감	.505**	.362**	.421**	.332**	.527**	.770**	-							
8. 자기차별	.467**	.332**	.381**	.314**	.485**	.817**	.789**	-						
9. 실수불안	.383**	.212**	.308**	.230**	.372**	.730**	.638**	.710**	-					
10. 내면화된 수치심	.518**	.354**	.434**	.328**	.533**	.956**	.887**	.912**	.818**	-				
11. 관계증독1	.387**	.259**	.244**	.152**	.342**	.372**	.502**	.467**	.347**	.485**	-			
12. 관계증독2	.377**	.330**	.295**	.277**	.409**	.477**	.580**	.529**	.370**	.544**	.671**	-		
13. 관계증독3	.336**	.286**	.245**	.258**	.359**	.442**	.550**	.509**	.381**	.517**	.702**	.764**	-	
14. 관계증독4	.407**	.325**	.291**	.257**	.412**	.480**	.606**	.559**	.407**	.564**	.873**	.906**	.917**	-
평균	9.274	6.976	9.314	8.404	33.967	25.000	13.530	12.437	12.563	63.530	28.583	22.567	22.567	72.081
표준편차	3.762	2.840	4.049	2.731	10.518	8.985	4.966	4.148	3.204	19.395	6.944	7.542	7.507	19.782
왜도	0.874	2.126	0.707	1.054	1.041	0.479	0.196	0.291	-0.033	0.336	-0.125	0.447	0.009	0.049
첨도	-0.188	4.413	-0.411	1.099	0.875	-0.367	-0.524	-0.578	-0.136	-0.379	-0.184	-0.207	-0.537	-0.544

주. N=245, ** p<.01

을 보였으며 ($r=.328\sim.518, p<.01$), 관계중독과도 유의미한 정적 상관을 보였다. ($r=.257\sim.407, p<.01$). 내면화된 수치심의 하위요인들은 아동기 외상경험과 유의미한 정적 상관을 보였으며 ($r=.372\sim.527, p<.01$), 관계중독과도 유의미한 정적 상관을 보였다. ($r=.407\sim.606, p<.01$). 또한 구조방정식 검증을 위한 정상분포조건이 왜도가 2이하, 첨도가 4이하임을 고려할 때(Hong, Malik, & Lee, 2003), 본 연구에서 투입된 변인들의 분포는 정규분포가정을 충족한다고 볼 수 있다.

측정모형 검증

본 연구는 아동기 외상경험이 관계중독에 미치는 영향에서 내면화된 수치심의 매개효과를 검증하기 위하여 연구모형을 설정하고 연구모형 검증을 위해 구조방정식 모형 분석을 실시하였다. 구조방정식 모형을 실시하기에

앞서 측정모형 분석을 수행하였다. 잠재변인들의 관계의 적합성을 확인하고자 적합도 지수를 확인한 결과, $\chi^2(41, N=245)=65.753, p<.01, TLI=.980, CFI=.985, RMSEA=.050$ [90% CI=(.025~.071)]의 값을 보여, 측정모형이 적합하여 구조모형을 검증하는데 문제가 없는 것으로 판단되었다.

전반적으로 측정모형의 요인부하량은 적절하였다. 표 2에서 제시한 바와 같이 아동기 외상의 측정변수의 요인부하량은 .501에서 .874 범위의 값을 나타냈고, 내면화된 수치심의 요인부하량은 .773에서 .911 범위의 값을 나타냈으며, 관계중독은 .785에서 .880까지의 값을 나타내어, 모두 $p<.001$ 수준에서 통계적으로 유의하였다. 또한 아동기 외상경험과 내면화된 수치심 잠재변수의 상관은 .611($p<.001$)이었으며, 내면화된 수치심과 관계중독은 .638($p<.001$), 외상경험과 관계중독의 상관은 .480($p<.001$)인 것으로 나타났다.

표 2. 측정모형의 요인계수

잠재변인	측정변인	β	B	S.E.	C.R.	p
아동기 외상	→ 정서적학대	.874	1.000			
	→ 신체적학대	.613	0.529	.056	9.538	***
	→ 정서적방임	.755	0.930	.078	11.881	***
	→ 신체적방임	.501	0.416	.055	7.619	***
내면화된 수치심	→ 부적절감	.897	3.253	.209	15.529	***
	→ 공허감	.867	1.738	.117	14.886	***
	→ 자기처벌	.911	1.525	.096	15.814	***
	→ 실수불안	.773	1.000			
관계중독	→ 관계중독 1	.785	1.000			
	→ 관계중독 2	.868	1.200	.083	14.404	***
	→ 관계중독 3	.880	1.212	.083	14.566	***

주. N=245, *** $p<.001$

구조모형 검증

측정모형의 적합도를 확인한 후, 본 연구에서 설정한 연구모형인 아동기 외상경험이 관계중독에 미치는 영향에서 내면화된 수치심의 부분매개 효과를 검증하기 위해 구조방정식 모형분석을 실시하였다. 구조모형 분석 결과, $\chi^2(41, N=245)=67.753, p<.01, TLI=.980, CFI=.985, RMSEA=.050$ [90% CI=(.025~.071)]의 적합도 지수를 보여 이 연구에서 가정한 연구모형이 자료를 잘 반영한다는 것을 확인하였다.

비교모형으로서 아동기 외상경험에서 내면화된 수치심을 매개하여 관계중독으로 가는 완전매개 모형을 설정하여 검증하였다. 완전매개 모형 역시 좋은 적합도를 나타냈다. 내재된 모형들의 적합도는 비교하는 방법으로 자유도 1이 차이가 날 때 χ^2 의 차이 값이 3.84

이상이면 통계적으로 유의하다고 보는데, 이들 모형 간의 χ^2 값이 3.84보다 작으므로, 두 모형은 유의한 차이가 없는 것으로 볼 수 있다. 이에 각 경로의 모수추정치와 χ^2 검증 결과를 통합할 때 모형의 간명성에 따라 완전매개 모형이 부분매개 모형보다 자료를 더 잘 설명하는 모형이라 할 수 있다. 연구모형과 비교모형의 χ^2 값과 적합도 지수는 표 3에 제시하였으며, 본 연구의 연구모형과 비교모형의 각 표준화된 경로계수는 그림 1과 2에 제시하였다.

구체적으로, 표 4에서와 같이 아동기 외상은 내면화된 수치심($\beta=.611, p<.001$)을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났으며, 내면화된 수치심 또한 관계중독($\beta=.550, p<.001$)에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 아동기 외상은 관계중독으로 가는 직접 경

표 3. 연구모형과 비교모형의 χ^2 값과 적합도 지수

경로	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
연구모형 (부분매개 모형)	67.753	41	.980	.985	.050
비교모형 (완전매개 모형)	68.939	42	.978	.983	.051

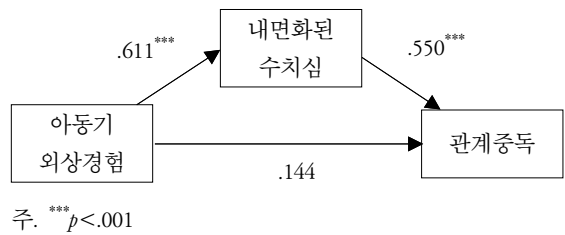


그림 1. 연구모형

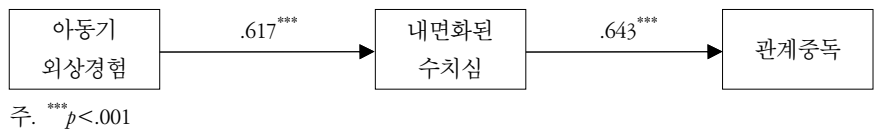


그림 2. 비교모형

표 4. 구조모형의 경로계수와 유의도 검증

경로	β	B	S.E.	C.R.	<i>p</i>
아동기 외상 → 내면화된 수치심	.611	0.460	.056	8.244	***
아동기 외상 → 관계중독	.144	0.239	.134	1.791	.073
내면화된 수치심 → 관계중독	.550	1.210	.190	6.377	***

주. $N=245$, *** $p<.001$

로의 계수가 통계적으로 유의미하지 않으므로 ($\beta=.144$, ns) 완전매개 모형이 자료를 더 잘 설명하는 모형이라고 할 수 있다. 즉 내면화된 수치심은 아동기 외상경험과 관계중독 간의 관계를 완전매개하는 것으로 나타났다.

매개효과의 유의성 검증

매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트랩(bootstrapping)을 실시하였다. 신뢰구간은 95%로 설정하였으며, 분석결과는 표 5와 같다. 아동기 외상경험이 내면화된 수치심을

표 5. bootstrapping 방법을 이용한 매개효과 검증

경로	매개효과	95% 신뢰구간
아동기 외상경험 → 내면화된 수치심 → 관계중독	.336**	.25 ~ .50

주. ** $p<.01$

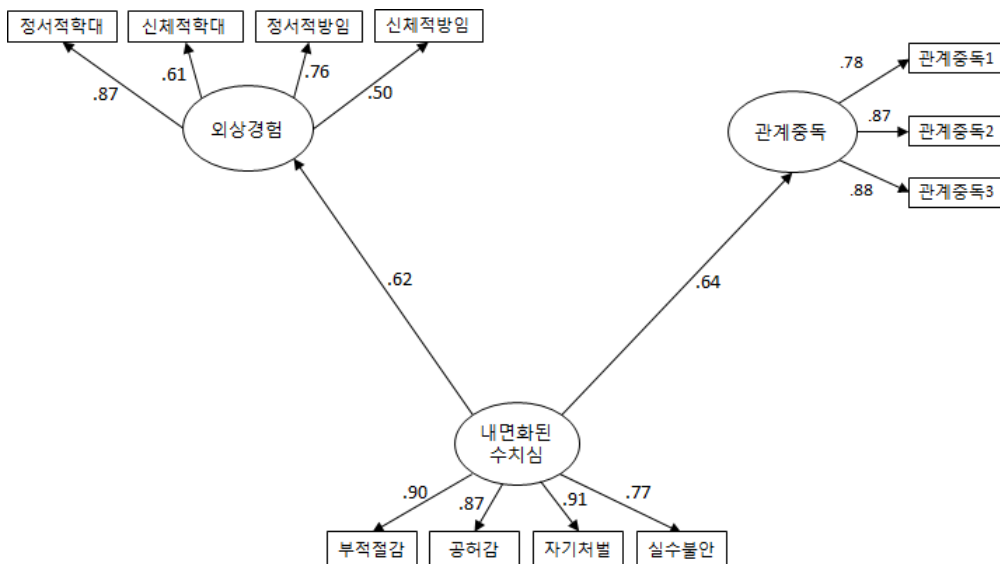


그림 3. 아동기외상, 내면화된 수치심, 관계중독의 관계에 대한 완전매개모형과 표준화된 계수 추정치

거쳐서 관계중독으로 가는 간접효과는 5% 유의도 수준에서 통계적으로 유의미하였다($\beta = .336, p < .01, 95\% \text{ CI}, .25 \sim .50$). 최종적으로 채택된 완전매개모형과 각 표준화 경로계수를 그림 3에 제시하였다.

논 의

본 연구는 여자 대학생을 대상으로 아동기 외상과 내면화된 수치심, 관계중독 간의 관계를 확인하고자 하였다. 구체적으로 가족 내에서 부모를 비롯한 형제, 주양육자로부터의 정서적·신체적 방임과 학대로 개념화되는 아동기외상이 관계중독에 영향을 미치는 과정에서 내면화된 수치심이 매개역할을 하는지 구조모형분석을 통해 검증하고자 하였다. 이 연구를 통해 확인된 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 주요변인들 간의 상관분석 결과, 아동기외상과 관계중독은 정적 상관을 나타냈다. 이는 정서적, 신체적으로 아동의 욕구를 충족시켜주지 않거나 부정적 경험을 하게 한 가족 환경이 관계중독의 일차적 원인임을 제시하는 선행연구들과 일치하는 결과이다(김수민, 2016; 김환, 한수미, 2015; 이윤연, 2017; 한진주, 2007; Bireda, 1990; Hart, 1990; Kohut, 1977; Van Der Kolk, 2005). 특히 아동기외상의 하위요인 중 특히 ‘정서적학대’와 관계중독의 상관이 가장 높은 것으로 나타났다. 정서적학대 경험은 내적인 표상 형성에 반영되어 성인이 되어서도 친밀한 이성관계에서 활성화되어 관계 양상을 반복하게 된다(Chen et al., 2005). 무시나 거부와 같은 정서적학대 외상은 내면화된 ‘거절에 대한 두려움’을 촉발하며, 대상에게 더욱 집착하게 된다. 유기도식이 아동기의

상과 관계중독을 매개한다는 이윤연(2017)의 연구가 이러한 설명을 뒷받침한다.

아동기외상은 내면화된 수치심과도 정적인 상관을 나타냈다. 이는 아동기외상과 내면화된 수치심 간에 정적인 상관을 보고한 선행연구(이태영, 2011; 최은영, 2010)와 일치하는 결과이다. 어린시절 어머니가 자신을 무시, 거부, 유기했다고 지각하는 경우, 수치심 수준이 유의하게 높아진다고 한 Classon과 Sohlberg (2002)의 연구와 맥을 같이한다. 아동기외상은 내면화된 수치심의 하위요인인 부적절감, 공허감, 자기차별, 실수불안과도 정적상관을 나타냈다. 특히 아동기외상의 하위요인 중 정서적학대와 정서적방임은 신체적학대와 신체적방임보다 내면화된 수치심과 높은 상관을 나타냈다. 이러한 결과는 신체적 학대나 방임을 당하더라도 가족들의 행동 이면에 자신을 사랑하는 마음이 있음을 발견하고 부모가 그럴 수 밖에 없었던 상황을 이해하게 된다면 아동기외상은 다르게 해석될 여지가 있을 것이다. 하지만 정서적 학대나 방임은 내적작동모델을 통해서 정서적인 면으로 깊이 작용하여, 보다 더 아동으로 하여금 스스로 ‘나쁘고 부적절하며, 사랑받기에 충분치 않다’는 자기에 대한 부정적 표상을 발달시킬 가능성이 높기에 정서적인 학대나 방임이 부적응과 정신병리에 더 치명적일 것이다. 또한 연구 결과 아동기외상은 내면화된 수치심의 하위요인 중 공허감, 부적절감, 자기차별, 실수불안의 순서로 높은 상관을 나타냈다. 정남운, 유은영(2015)은 내면화된 수치심의 하위요인인 부적절감이 공격성, 특히 기질적 자발적 공격성과 가장 상관이 높다는 것을 확인한 바 있다. 본 연구 결과는 아동기외상이 다양한 정신병리 - 우울, 불안, 성격장애, 인터넷중독, 물질중독(이유경,

2006; Carr et al., 2013)을 초래하는 기저에 자기감(sense of self)의 부정적 형성이 원인으로 작동하므로, 아동기외상을 경험한 내담자들의 상담에서 무엇보다 자기에 대한 부정적감, 공허감을 다루는 것이 효과적인 접근일 것을 시사한다. 덧붙여 수치심은 발달 초기 어린시절 양육자와의 경험에서 내면화된다는 많은 임상가들의 입장을 확인한다.

내면화된 수치심과 관계중독도 정적 상관을 나타내었는데, 이는 김은경(2016)의 연구결과와 일치하며, 내면화된 수치심이 중독, 충동조절장애에 영향을 준다(Cook, 1991; Lewis, 1987)는 연구를 구체화하였다고 볼 수 있다. 내면화된 수치심의 하위요인들은 공허감, 자기차별, 부정적감, 실수불안의 순서로 관계중독과 높은 상관을 나타냈으며, 이러한 감정들이 높을수록 관계중독의 위험성이 높아진다는 것을 의미한다. 상담현장에서도 관계중독의 양상을 나타내는 내담자들에게서 깊은 공허감, 절망, 자신을 수용하지 못하는 가혹한 자기비난과 비하, 스스로 사랑받을 자격이 없다고 여기고, 떠날까 불안해하며 집착하는 방식을 관찰할 수 있다. 따라서 관계중독 내담자들을 상담할 때 이러한 핵심감정들을 파악하고 개입하는 것이 중요하다. 또한 관계중독과 높은 상관을 보인 공허감, 자기차별, 부정적감은 경계선 성격장애의 특성들이기도 하므로 추후 관계중독에 대한 이해를 넓히기 위해 경계선 성격장애와의 관련성도 탐색해볼 것이 요구된다.

둘째, 본 연구에서는 아동기외상과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심이 부분매개할 것이라는 부분매개 모형을 가정하였으며, 이를 비교모형인 완전매개 모형과 비교한 결과, 완전매개모형을 지지하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 아동기외상 자체가 관계중

독 양상을 직접적으로 야기하기 보다는 내면화된 수치심에 의해 매개되어 관계중독 양상이 나타난다는 것을 의미한다. 이는 아동기외상이 관계중독과 상관이 있지만, 어린시절 사랑이 박탈된 가정, 학대적인 가정에서 성장한 경우 관계중독에 보이는 사람이 많다(Hart, 1990; Pearson, 1991; Reynaud et al., 2010)는 직접적인 영향을 지지하지는 않는 결과이다. 즉 어린 시절 방임이나 학대와 같은 외상을 경험한 아동이 성장과정에서 내면화된 수치심이 높아질 가능성이 크고, 내면화된 수치심에 미치는 영향이 유의할 경우에만 관계중독의 양상으로 이어진다는 것이다. 이는 어린 시절 외상을 경험하면 자기존재를 평가절하하게 되면서 ‘나는 그럴 일을 당할 만하다’는 내적평가가 수치심을 유발하며(정남운, 유은영, 2015; Allen, 2005; Harter, 1999), 이러한 내면화된 수치심이 관계중독을 유의미하게 설명한다는 김은경(2016)의 연구를 지지한다. 수치심이 한번 내면화되면 다양한 대인관계 상황에서 유발되므로, 개인의 성격은 수치심에 기초한 정체성이라 할 수 있다(Kaufman, 1989). 따라서 내면화된 수치심은 자기와 타인에 대한 불안정한 표상을 형성하게 하며 자아정체감의 혼란 뿐 아니라, 우울, 불안 등 부정적 정서에 영향을 준다. 또한 배척에 대한 두려움과 집착, 과몰입적 대상추구, 결핍적 욕구에 대한 강박적 추구 등 관계중독 양상으로 발전될 것이 예상된다. 결국 본 연구에서 매개효과가 확인된 내면화된 수치심은 내적작동모델의 과정을 설명한다고 볼 수 있다. 어린 시절 부모 형제로부터 방임이나 학대와 같은 반복된 경험을 하게 되면, 자기에 대한 부정적인 표상을 바탕으로 내적작동모델이 형성된다. 이러한 모델은 한번 형성되면 바뀌지 않으므로(Bowlby,

1973) 성장한 후에도 사랑하는 대상과의 관계에서 내면화된 자기에 대한 표상 및 상호작용 패턴은 지속적으로 작동한다. 그러므로 관계중독에 대한 상담에서는 ‘사람들에게 사랑을 불러일으키지 못하는 무언가가 나에게 있다.’는 의미를 포함하는 부적절감, 결핍감, 부족감을 포함하는 자기에 대한 내적작동모델의 수정이 이루어져야 한다. 중독은 대상이나 물질 그 자체에 대한 욕구 표현이라기 보다, 자기의 구조적 결핍을 메우기 위한 시도이다. 부모가 자기대상의 기능을 적절하게 제공하지 못한 결과 관계중독을 포함하는 중독이라는 역기능적인 경로로 정동을 조절하고자 하는 잘못된 시도가 일어난다(Kohut, 1977). 그러므로 전체 자기(entire self)가 문제시되는 내면화된 수치심을 확인할 필요가 있다. 따라서 관계중독 뿐 아니라 성중독, 쇼핑중독, 음식중독, 도박중독, 인터넷중독, 알콜중독, 약물중독 등 다양한 중독 증상에 효과적인 치료적 개입으로서, 자기(self)의 손상과 관련된 내면화된 수치심, 구체적으로 부적절감, 공허감, 자기처벌, 실수불안 같은 핵심 감정을 다루면서, 상담자는 내담자가 요구하는 자기대상 기능을 확인하고 자기대상이 되어주는 과정을 통해서 자기를 회복하도록 해야 한다.

일반적으로 상담과 심리치료는 증상 감소와 함께 근본적인 원인을 변화시키는 목표를 가지며, 변화의 기제와 자기의 성장에 대한 관심을 갖는다. 본 연구 결과, 완전매개 경로에서 드러났듯이 대학생의 관계중독 증상을 감소시키기 위하여 관계중독 증상에만 매달릴 것이 아니라, 내면화된 수치심이 관계중독에 미치는 영향력을 고려하여 변화의 기제로서 내면화된 수치심을 우선하여 다루는 상담전략이 유용함을 시사한다.

본 연구의 결과는 한번 이상 연애 경험에 있는 여자대학생을 대상으로 한 연구 결과로, 관계중독 양상을 나타내는 대학생들에게 적용할 때 조심스럽지만 다음과 같은 치료의 시사점을 제안할 수 있다.

우선, 관계중독을 호소하는 내담자를 효과적으로 돕기 위해서 첫째, 아동기외상의 유무와 심각도를 먼저 파악하고, 어린 시절 가족 내에서의 부정적 경험을 어떻게 지각하고 해석하는지 탐색해야 할 것이다. 특히 아동기외상의 하위요인 중, 정서적인 면에서 깊은 무의식적 영향을 미치는 무시나 방임, 거부와 같은 아동기외상에 대하여 탐색하여, ‘내가 나 빠서, 나를 미워한다’ 식의 잘못된 귀인으로 자기에 대한 손상과 관련된 중독(Cook, 2001)으로 연결되는지 확인해야 한다. 둘째, 아동기외상이 어떻게 수치심으로 내면화되었는지, 그 내면화 과정을 살펴 단순히 수치심을 감소시키거나 깨뜨리는 모호한 상담전략이 아니라, 충분히 적절하게 반영되지 못한 자기 대상의 실패에 대한 좌절을 충분히 반영해야 한다. 자기의 손상으로부터 자기의 복구와 회복은 치료적이고 건강한 관계 안에서 성취 가능하다. 이를 위해 상담자는 지속적, 양육적인 안아주는 환경을 제공하며(Flores, 2010) 반영해주는 자기대상으로서 좌절에 대한 공감 반응으로부터 선행되어야 할 것이다. 셋째, 관계중독이 내면화된 수치심으로 인해 더욱 강화되고 있는지 이해할 필요가 있다. 수치심은 자기(self)의 병이자 영혼의 병으로 자기를 고통스럽게 만드는 것이기에 인간을 이해하고 치유하고자 한다면 반드시 수치심에서 출발해야 한다(Kaufman, 1989). 넷째, 관계중독과 같은 대인관계 패턴이 반복되는 내적작동모델의 수정을 염두에 두어야 할 것이다. 어린 시절 가족

내에서 상호작용한 역사와 패턴을 살피고, 이후 삶의 애착대상에게 어떻게 전이되어 나타났는지 확인할 필요가 있다(Eagle, 2016). 결국 중독에 대한 상담은 심리 내적인 구조적 변화가 필요함을 시사한다. 다섯째, 중독된 관계를 통해 아직 해결되지 않은 채 남아있는 개인의 과거 문제를 현재의 관계에서도 지속적으로 해결하려는 정서와 행동의 패턴을 자각하도록 하는 개입이 필요할 것이다. 마지막으로 부모의 양육방식과 태도가 내면화된 수치심을 유발하는데 중요하므로, 부모교육 프로그램을 통해 정서적, 신체적 방임과 학대를 인식하고 양육태도를 수정해나갈 수 있도록 사회적 차원에서 예방적, 교육적 역할도 필요할 것이다.

본 연구는 이처럼 관계중독에 이르게 되는 경로에서 내면화된 수치심이라는 매개변인을 밝혔다는 점에서 의의를 갖는다. 그동안 국내에서 관계중독에 대한 연구는 초기 단계로, 체계적 연구가 미흡한 상태이다. 최근 몇몇 연구들에서 관계중독과 성인애착, 친밀한 관계에 대한 두려움 등과의 관련성을 밝혔으나 관계중독에 이르는 경로나 인과관계가 나타나 있지 않거나 또는 매개변인으로서 고통감내력, 지지추구적 정서조절양식, 자기위로능력을 검증하였으나, 부분적인 능력보다는 '자기'에 미치는 영향을 설명하는 매개변인에 대한 연구가 필요한 실정이었다. 본 연구에서는 자기(self)에 대한 내면화된 성격적 특성으로서, 내면화된 수치심이 아동기외상과 관계중독의 관계를 매개하는 핵심적인 기제임을 확인하였다. 보다 근원적인 접근으로서 내면화된 수치심을 다루는 것은 이후 관계중독 양상의 내담자들을 상담하면서 그들의 고통을 감소시키며, 보다 건강한 이성관계를 유지하도록 돕고, 건강한 자기애를 회복하도록 하는데 중요한 상담

적 개입이 될 것이다.

여러 가지 함의에도 불구하고 본 연구의 제한점과 추후 연구를 위한 제언을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 이성관계경험을 고려해야한다는 선행연구들의 제언을 참조하여 '연애경험이 있는' 여자대학생으로 기존 연구의 제한점을 보완하고 초점을 맞추고자 하였으나, 한편 제한된 표본을 가지고 분석하였기 때문에 초기 성인기에 일반화하기는 어렵다. 따라서 다양한 연령대를 포함하여 연구의 일반화 가능성을 높이면 좋을 것이다. 둘째, 자기보고식 척도를 사용한 설문지를 바탕으로 실시하였기에 아동기외상이 자세하게 측정되지 못했을 수 있으며, 설문 응답자들이 사회적 바람직성과 방어적으로 응답했을 가능성을 배제할 수 없다. 또한 관계중독 척도는 단일변인으로 이루어져있어 관계중독 척도에 대한 추후 연구가 필요하다. 후속 연구에서는 면담이나 주관적 보고 등 다양한 방법으로 측정하여 관계중독 척도에 대한 보완이 필요하다고 본다. 셋째, 본 연구에서는 아동기외상을 가족 내 관계에서 비롯된 외상 경험으로 국한하여 살펴보았으나, 복합외상인 반복적인 대인관계 폭력 피해자의 경우 정서조절기능 손상, 자기인식 변화, 타인과의 관계 문제 등을 유발한다는 연구들(안현의, 박철옥, 주혜선, 2012)이 있으므로 가족 외에도 가까운 이웃이나 또래 친구 등을 통한 반복적인 대인관계적 외상이 관계중독에 미치는 영향 또한 확인할 필요가 있다. 넷째, 본 연구에서는 아동기외상과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심의 완전매개 효과를 확인하였다. 하지만 아동기외상과 관계중독의 관계를 좀 더 풍성히 살펴보기 위하여 보다 더 다양한 매개변인을 확인하는 후속 연구가 축적될 필요가 있다.

위와 같은 한계점에도 불구하고 본 연구는 구조방정식 모형 분석을 통하여, 아동기외상과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심의 매개모형을 검증하였다는 점에서 의의를 갖는다. 상담 장면에서 그 심각성에도 불구하고 지금까지 연구가 미흡했던 관계중독에 대한 관심을 높이는 계기가 된다는 점에서, 또한 관계중독 양상을 나타내는 내담자의 심리적 과정을 이해하고, 원인과 함께 보다 근본적인 심리적 기제를 다루어 보다 효과적인 상담적 개입과 접근을 하기 위한 이론적 근거를 마련한다는 점에서 의의를 갖는다고 할 수 있다.

참고문헌

김소연 (2015). 내면화된 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움의 관계에서 자기자비의 매개효과 검증. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

김수민 (2016). 심리적 외상경험이 관계중독에 미치는 영향: 주관적 고통감내력의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

김은경 (2016). 불안정 성인애착, 내면화된 수치심이 관계중독에 미치는 영향. 외국어대학교 교육대학원 석사학위논문.

김은정, 김진숙 (2010). 아동기외상과 초기 성인기 우울수준과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 605-630.

김환, 한수미 (2015). 어릴 적 외상경험이 공감 능력에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 27(2), 251-274.

류수정 (2014). 내현적 자기애가 인터넷중독에 미치는 영향: 내면화된 수치심과 회피-분산 정서조절양식의 매개효과. 대구대학교 대

학원 박사학위논문.

박연주 (2008). 성인의 애착과 낮은 자존감이 관계중독에 미치는 영향 - 수도권 거주자를 대상으로. 호서대학교 대학원 석사학위논문.

박한나 (2016). 초기대상관계와 관계중독 간의 관계: 미성숙한 방어유형의 매개효과. 한동대학교 대학원 석사학위논문.

안명란 (2015). 부정적 초기대상관계가 관계중독에 미치는 영향: 자기격려와 지각된 사회적 지지의 매개효과. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.

안현의, 박철욱, 주혜선 (2012). 외상관련 정서의 확장: 수치심, 죄책감, 분노를 중심으로. 상담학연구, 13(2), 839-854.

우상우 (2014). 관계중독의 심리-사회적 특성과 이론적 모형 개발. 경북대학교 대학원 박사학위논문.

유은영 (2012). 내면화된 수치심, 자기통제력, 공격성 및 중독가능성의 관계. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.

이계선 (2013). 성인애착과 관계중독의 관계: 자기대상욕구의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

이성애 (2015). 부모의 양육태도와 대학생의 관계중독: 자기위로능력의 매개효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.

이수현 (2009). 여대생의 대인불안, 대인관계유형, 낭만적 애착유형과 관계중독과의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

이유경 (2006). 여대생의 아동기 외상경험이 심리적 증상과 대인관계 문제에 미치는 영향: 애착의 매개효과를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

이윤연 (2017). 아동기외상과 데이트폭력 피해의

- 관계: 유기도식과 관계중독의 이중매개효과. 대전대학교 대학원 석사학위논문.
- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심 척도 (ISS)의 타당화 연구 - 애착, 과민성자기애, 외로움의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료. 17(3), 651-670.
- 이지연 (2008). 내면화된 수치심과 방어유형, 정서표현의 관계. 상담학연구, 9(2), 353-373.
- 이지원, 이기학 (2014). 불안정애착 및 심리적 고통이 관계중독에 미치는 영향: 지지추구적 정서조절양식의 조절된 매개효과검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(1), 65-95.
- 이지홍 (2015). 자아분화수준이 관계중독에 미치는 영향: 기본심리욕구 매개효과. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 이태영 (2011). 아동기 외상경험이 초기 성인기 대인관계 문제에 미치는 영향에서 내면화된 수치심의 매개효과. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 장문선, 박기쁨, 정성훈, 이상우 (2011). 의존성, 회피성 성격특성의 심리적 특성과 중독성향간의 관련성. 한국동서정신과학회지. 14(1), 13-31.
- 정남운, 유은영 (2015). 내면화된 수치심의 임상적 타당성: 자기통제력, 공격성 및 중독가능성 과의 상관을 중심으로. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제. 21(3), 481-496.
- 최은영 (2010). 여대생의 아동 청소년 대인간 외상경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 한진주 (2007). 어린시절 경험과 관계중독의 패턴연구: 애니어그램과 대상관계 이론적 접근. 애니어그램연구, 4(2), 135-161.
- Allen, J. (2005). *Coping with trauma: Hope through understanding*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing, Inc.
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders*. (5th ed.). Washington DC: American Psychiatric Publishing.
- Bernstein, D. P., & Fink, L. (1998). *Childhood trauma questionnaire: A retrospective self-report manual*. San Antonio, TX: Harcourt Brace.
- Bireda, M. R. (1990). *Love addiction: A guide to emotional independence*. New Harbinger Publications.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss*. Vol. 2. *Separation: Anxiety and anger*. New York, NY: Basic Books.
- Carr, C. P., Martin, C. M. S., Stingel, A. M., Lerngruber, V. B., & Juruena, M. F. (2013). The role of early life stress in adult psychiatric disorders: A systematic review according to childhood trauma subtypes. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 201(12), 1007-1020.
- Chen, M. A., Hess, G. C., Whelton, W. J., & Yonge, O. J. (2005). A comparison between female psychiatric outpatients with BPD and female university students in terms of trauma, internalized shame and psychiatric symptomatology. *Traumatology*, 11(1), 23-40.
- Classon, K., & Sohlberg, S. (2002). Internalized shame and early interactions characterized by indifference, abandonment and rejection. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 9(4), 277-284.

- Cook, D. R. (1991). Shame, attachment, and addictions: Implications for family therapists. *Contemporary Family Therapy, 13*(5), 405-419.
- Cook, D. R. (2001). *Internalized shame scale: Technical manual*. New York: Multi Health System, Inc.
- Eagle, M. N. (2016). 애착과 정신분석 [Attachment and analysis]. (이지연, 이성원 역). 서울: 학지사. (원전은 2013에 출판).
- Ehlers, A., & Clark, D. M. (2000). A cognitive model of posttraumatic stress disorder. *Behaviour Research and Therapy, 38*(4), 319-345.
- Erikson, E. (1970). *Identity through the life cycle*. New York: W. W. Norton.
- Flores, P. J. (2010). 애착장애로서의 중독 [Addiction as an attachment disorder]. (김갑중, 박춘삼 역). 서울: NUN. (원전은 2004에 출판).
- Harper, F. W. K., & Arias, I. (2004). The role of shame in predicting adult anger and depressive symptoms among victims of child psychological maltreatment. *Journal of Family Violence, 19*(6), 367-375.
- Hart, A. D. (1990). *Healing life's hidden addiction*. Ann Arbor, MI: Servant Publications.
- Harter, S. (1999). *The construction of the self: A developmental perspective*. New York, NY: The Guilford Press.
- Holmes, J. (2005). 존볼비와 애착이론 [John Bowlby & Attachment theory]. (이경숙 역). 서울: 학지사. (원전은 1993에 출판).
- Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K. (2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using non-western sample. *Educational and Psychology Measurement, 63*(4), 636-654.
- Kaufman, G. (1989). *The psychology of shame: Theory and treatment of shame-based syndromes*. New York, NY: Springer Publishing Company, Inc.
- Kohut, H. (1977). *The analysis of self*. New York, NY: International University Press.
- Lewis, H. B. (1987). Shame and narcissistic personality, In D. I. Nathanson (Ed.), *The many faces of shame* (pp. 133-161). New York, NY: Guilford Press.
- Martin, G. (1990). *When good things addictions*. Victor Books.
- Monroe, S., Rohde, P., Seeley, J., & Lewinson, P. (1999). Life events and depression in adolescence: Relationship loss as a prospective risk fact for first on set of depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 108*(4), 606-614.
- Peabody, S. (2011). *Addiction to love: Overcoming obsession and dependency in relationships*. New York, NY: Random House, Inc.
- Pearson, J. (1991). Relationship dependent women: Their views on symptoms recovery. *Virginia Counselors Journal, 19*(4), 3-13.
- Pollak, S. D., Cicchetti, D., Horman, K., & Reed, A. (2000). Recognizing emotion in faces: Developmental effects of child abuse and neglect. *Developmental Psychology, 36*(5), 679-688.
- Reynaud, M., Karila, L., Blecha, L., & Benyamina, A. (2010). In love passion an addictive disorder? *American Journal of Drug and Alcohol, 36*(5), 261-267.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from

- experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 18-29.
- Smith, D. E. (2012). The process addictions and the new ASAM definition of addiction. *Journal of Psychoactive Drugs*, 44(1), 1-4.
- Van der Kolk, B. A. (2005). Developmental trauma disorders. *Psychiatric Annals*, 35(5), 401-409.
- 원 고 접 수 일 : 2017. 01. 25
수정원고접수일 : 2017. 03. 28
게 재 결 정 일 : 2017. 05. 20

Verification of the Mediating Role of Internalized Shame on the Relationship Between Childhood Trauma and Relationship Addiction in Undergraduate Females

Seung-hee Sohn

Sookmyung Womans University

This study examined the relationship between childhood trauma and relationship addiction, specifically, the mediating role of internalized shame. A total of 245 female undergraduates who reported at least one experience of love were analyzed via structural equation modeling (SEM). Variables were assessed using correlation analysis and SEM verification was conducted to determine whether internalized shame mediates the relationship between childhood trauma and relationship addiction. Results are as follows: SEM analyses confirmed the completed mediation model indicating that first, that childhood trauma is the primary antecedent of relationship addiction. Second, childhood trauma has an effect on relationship addiction but only when childhood trauma results in significant levels of internalized shame conceptualized as inadequacy, emptiness, self-punishment, and fear of making mistakes. Implications and limitations of this study and future research suggestions are discussed.

Key words : childhood trauma, relationship addiction, internalized shame