

불안정 애착 엄마의 자녀양육과 안정화 경험에 대한 자문화기술지

김 수 안

김 명 찬[†]

인제대학교

본 연구는 주양육자의 불안정 애착이 자녀의 양육과정에서 어떠한 양상으로 나타나며 주양육자의 불안정 애착에도 불구하고 양육에서의 안정화를 이끄는 동인은 어떠한지 살펴보았다. 연구를 위해 주양육자 자신과 자녀 양육경험, 부모에 관한 기억자료, 어머니와 남편과의 인터뷰 자료, 자녀의 성인 애착 면접결과 등의 자료를 수집하였다. 수집된 자료들은 시간의 흐름을 중심으로 질적 자료의 변화 과정을 살펴보는 장기코딩을 실시하였다. 자료 수집 및 분석 과정은 삼각 검증법을 통해 신뢰도와 타당도를 확보하였다. 그 결과 주양육자의 불안정 애착은 주양육자의 양육기능과 양육의 질을 저하시켰지만 주양육자와 자녀 간의 애착은 일방향적이지 않으며 상호 조절의 과정을 통해 형성되어졌다. 또한 자녀의 주양육자 이외의 안정 애착경험과 주양육자의 획득된 안정 애착으로의 성장은 양육에서의 안정화에 기여하였다. 연구자가 곧 연구참여자로 자신의 양육경험을 대상으로 한 자문화기술지의 글쓰기 작업은 연구과정이 곧 자기 성찰의 과정으로 연구자의 성장과 치유에 기여하였다. 연구결과를 바탕으로 후속연구 및 상담 실제에 대한 시사점을 논하였다.

주요어 : 자문화기술지, 애착, 양육, 정신화, 자기성찰

[†] 교신저자 : 김명찬, 인제대학교 상담심리치료학과, (50834) 경남 김해시 인제로 197 인제대학교 일강원 710호 / Tel : 055-320-3410, E-mail : vitachan0@gmail.com

나는 불안정 집착형 애착의 엄마이다. 나의 유년은 세상에서 나를 가장 사랑한다던 아버지로부터 버림받은 아픔과 남겨진 자식들의 공부는커녕 먹이기에 힘겨웠던 어머니의 핏기 잃은 낮빛으로 기록되어있다. 특히 헌신적인 어머니와 사랑하는 자식인 내가 아버지로부터 버림받았다는 사실은 나의 정신적 표상이 되어 나의 결혼생활에 그대로 투영되었다. 결혼 후, 십년의 연애에서 한결같은 사랑을 보였던 남편의 예상치 못했던 부재로 나는 또 다시 버림받은 지옥에 빠뜨려진 듯 했으며 나의 상처는 아물지도 못한 채 다시 시퍼런 칼날에 의해 도려내지는 듯했다. 나는 내가 무가치해서 아버지로부터 버림받은 것 같았고 남편의 부재는 그 무가치함을 또렷이 확인받는 잔인한 현실로 여겨졌다. 무력해서 버려진 나의 어머니처럼 나 또한 무가치해서 버려진 것만 같았고, 나의 무가치함으로 인해 내 아이가 아빠를 잃을 것만 같았다. 나는 나의 성장기를 난자했던 불안과 두려움, 그리고 외로움이 내 아이 삶의 언저리에 얼씬거릴까봐 두려웠다. 감당할 수 없는 두려움과 해결할 수 없는 막막함은 엄마인 나의 성장과정에서 그토록 원했던 편안함과 자유로움 그리고 따뜻함을 내 아이에게 줄 수 없을지도 모른다는 불안을 가중시켰다.

인간에게 있어서 안정감의 시작은 유아와 양육자와의 애착 관계에서 유래하는 것으로 애착이란 유아가 생존을 확보하기 위해 주 양육자와의 관계에서 형성할 수 있는 정서적 유대이다. 즉, 애착의 목표는 양육자와의 거리 조절이 아니라 안전의 느낌이 된다(Sroufe & Waters, 1977). 유아의 감정경험에 일치하거나 공명하는 양육자의 반응은 유아에게 안전 기지를 경험하게 함으로써 안정 애착을 형성할

수 있게 한다(Wallin, 2010). 한 번도 안정감을 경험해보지 못했던 나는 도무지 안정감이 어떤 것인지 그리고 어떻게 아이를 키워야 하는지 알지 못했다. 이러한 안정감을 제공할 수 있는 애착 관계는 생애 초기에 이루어지며 이때 형성된 애착 패턴은 전 생애에 걸쳐 지속되는 경향이 있다(Bowlby, 1973). Ainsworth (1963)는 낯선 상황 절차를 고안하여 아기와 양육자의 상호작용 양상을 관찰하고 그 결과에 따라 애착 유형을 안정형 애착, 불안정 회피형 애착, 불안정 집착형 애착으로 분류하였으며, 이후 Main과 Solomon(1990)은 정신적 외상으로 인한 불안정 혼란형 애착을 구분하였다. 나를 지독하게 편애하였으나 결국 나와 가족을 버린 아버지와 나의 상실을 달래주기에는 너무나 무력한 어머니로 인해 나는 불안정한 집착형의 애착 패턴을 갖게 되었다. 특히 애착은 심리적 스트레스가 가중되는 상황에서 활성화 되는 심리적 기제라는 점을 감안(안명희, 2010)할 때 남편과의 갈등은 아버지의 상실이라는 심리적 외상을 촉발시켜 나는 곧잘 버림받은 고통에 매몰되곤 하였다. 어머니 자신이 부모와의 관계에서 형성한 애착 유형이 현재 부부갈등 해결방식과 자녀의 애착유형에 영향을 미치게 된다(원자희, 2004)고 할 때, 나의 불안정 애착 패턴은 자녀 양육과정에서 나를 마치 아이 손을 잡은 채 길을 잃어버린 엄마로 만들곤 하였다. 이렇듯 불안정 애착의 부모는 자녀와의 갈등상황에서 정서조율 능력의 문제와 우울과 불안과 같은 부정적 정서체험으로 어려움에 처할 수 있다(안명희, 2010). 또한 안정성이 낮은 어머니는 자신과 타인에 대한 신뢰가 낮아 자녀와의 관계에 부정적으로 반응한다(김지영, 민하영, 2010). 특히 집착형 어머니는 자녀 양육과정에서 혼란

스럽고 비밀관적인 태도를 보임으로써(Crowell & Feldman, 1988) 어머니의 불안정한 애착은 부정적인 양육행동으로 이어지는 것으로 확인되었다(Adam, Gunnar, & Tanaka, 2004).

아버지의 상실과 남편의 부재가 곧 나의 결손으로 연결되었던 심리적 등가성의 세계에 빠져 있었던 나는 아빠와 함께 할 수 없는 딸에게서 아버지에게 버림받았던 유년기의 나를 발견하곤 하였다. 아이가 자라면서 경험하게 되는 작은 좌절조차도 못한 엄마인 내 탓 같았고, 사소한 실패조차도 불행하고 문제 많은 엄마로 인한 것만 같아 자책이 되었다. 애착대상자의 상실이나 학대를 경험한 불안정애착의 어머니는 자신의 외상경험이 자녀의 양육에 부정적인 영향을 줄까봐 두려워하고 자신의 자녀에게 반복되는 경우가 발생할지 모른다는 불안감을 가지게 된다(장미자, 1998). 나는 아이를 잘못 키울까봐 불안했으며 아이가 나와 같은 불행한 삶을 살게 될까봐 두려웠다. 나는 나의 아이가 나처럼 심리적 외상을 겪지 않고 안정적이고 건강한 환경에서 성장하기를 바랐다. 이러한 불안정 애착엄마의 안정적인 자녀양육에 대한 기대는 나 혼자만의 고민은 아닐 것이다. 따라서 주양육자의 불안정 애착이 자녀의 양육과정에서 나타나는 양상과 주양육자의 불안정 애착에도 불구하고 양육에서의 안정화를 이끄는 동인에 대한 탐구는 자신의 애착 문제로 자녀의 애착 형성에 있어 어려움을 겪고 있는 부모나 애착의 문제로 상담 장면에서 놓여진 상담자와 내담자 모두에게 유익할 것이다.

지금까지 주양육자의 애착과 자녀양육의 관련성에 관한 선행연구들은 주양육자인 어머니의 부모와의 애착경험과 자녀양육과의 유의미한 관련성을 지지하는 연구가 대부분이다. 즉,

생애 초기 주양육자인 모와의 애착 경험은 자신과 타인에 대한 내적작동모델을 형성하게 되며 성인기 이후까지 영향을 미치는 것으로 나타났다(곽소현, 2006; 박새봄, 2014; 전효정, 2003; 정혜승, 2000). 그리고 어린 시절 형성된 애착은 부모가 되었을 때 자녀 양육행동에 크게 영향을 미친다(Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990) 안정적인 애착경험을 한 어머니는 자녀에게 애정적이며 방임하거나 거부적인 양육행동은 적게 한 반면, 불안정한 애착경험을 한 어머니는 수용적이고 온정적인 양육행동보다 제재적이고 방임적인 양육행동을 더 많이 보였다(김혜영, 1995; 박새봄, 2014; 박응임, 1995; 안명희, 2010; 원수연, 2014; 박성연, 하유미, 2012; Belsky, 1984; Main, Kaplan, & Cassidy, 1985). 이혜승(2000)의 연구에서는 부모와 안정된 애착을 형성한 어머니는 자녀와의 관계에서 애정을 많이 표현하였는데 원부와의 안정된 애착을 형성한 어머니는 자녀양육에서 합리적 지도, 적극적인 참여, 성취, 일관성 있는 규제를 더 많이 나타냈고, 원모와의 안정된 애착을 형성한 어머니는 권위주의적 통제를 더 적게 나타냈다. 또한 최옥자(2006)의 연구에서도 원모와 안정적인 애착을 형성한 어머니는 합리적 지도, 성취, 애정, 적극적 참여의 양육행동을, 원부와 안정적인 애착을 형성한 어머니는 일관성 있는 규제를 보인다고 밝힘으로써 부모의 애착경험과 자녀양육의 유의미한 관련성을 보고하였다.

이와 같은 부모의 애착과 자녀양육과의 유의미한 관련성은 애착의 세대간 전이의 관점에서 많은 연구가 이루어졌다. 대부분 영아의 애착을 대상으로 부모-자녀간의 세대간 전이 그리고 그 관련변인을 밝히는 연구들로,

애착의 세대간 전이를 지지하는 결과들(모정은, 2011; 박혜경, 2014; 우복례, 2003; 유영미, 2004; 원자희, 2004; 이영환, 백지은, 1998; 장미자, 1998; 정경화, 2013)로 나타났다. 또한 여성들의 취업과 맞벌이 증가로 아버지의 자녀양육 참여가 필수 불가결한 시대적 조건(유지영, 2014)에 따라 아버지와 자녀 간 애착의 세대간 전이를 다룬 연구도 이루어지고 있다(김희주, 1997). 이러한 애착의 세대간 전이 개념의 확증은 유아가 발달과정을 거쳐 아동기와 청소년기 그리고 이후의 성장과정을 추적하는 종단 연구로 이루어져 왔다. 먼저 Ainsworth(1978)와 Main(1995)의 연구에 의해 영아뿐만 아니라 성인의 애착표상까지 측정이 가능해지면서 애착이 인간의 발달 경로에 중요한 영향을 미친다는 사실이 알려지자 애착의 세대간 전이와 애착 유형의 안정성을 증명하기 위한 수많은 연구들이 진행되었다(Wallin, 2010). Main(1995)은 영아기 애착 유형과 성인기 애착 유형이 최소 50%에서 최대 77% 수준까지 일치하는 안정성을 나타내며 양육자와 아동 간의 애착 유형은 70% 수준으로 일치한다고 함으로써 세대 간의 연속성을 보여주었다. 하지만 동시에 일부 애착 연구자들은 최소 23%에서 최대 50%의 애착 유형이 성장 과정에서 변화되었다는 애착 유형의 변화를 나타내는 결과에 주목하기 시작하였다. 이는 부모와 안정 애착을 형성하였지만 성인기에 불안정애착을 나타내거나 불안정 애착을 형성하였음에도 성인기에 안정애착을 나타내는 것으로 애착 유형이 변화했음을 추측하게 하였다(서미경, 2014). 이와 같이 애착 형성에 있어 초기 경험과 후기 발달과의 관계를 다르게 보는 학자들은 영아 초기의 부정적 경험이 연구적으로 해로운 영향을 미치는 것은 아니며,

동시에 초기의 긍정적 경험이 이후에 경험하는 환경의 부정적 영향을 계속해서 완화시켜주는 것은 아니라고 보았다(Crowell & Feldman 1988; Erickson, Sroufe, & Egeland, 1985; Sroufe, 1986). 또한 애착 형성에 있어서 유아기 관계의 관찰만으로 애착 유형을 예측하는 것은 한계를 지니며(Fearon, Shmueli-Goetz, Viding, Fonagy, & Plomin, 2014; Lyuten, 2015) 애착유형은 유전자와 사회적 환경 적응에 따라 변할 수 있다(Pinquart, Feussner, & Ahnert, 2013)고 제안하였다. 이러한 관점의 변화는 전통적 애착 이론이 수십 년간 일관되게 주장해 왔던 양육자의 민감성이 유아의 애착 유형과 이후 발달을 결정짓는다는 기본 가정을 뒤집는 것이다(Fonagy & Campbell, 2015). 즉, 양육자의 민감성 뿐만 아니라 사회경제적 환경 등과 같은 다양한 맥락적 요소들 또한 애착 형성에 관련 될 수 있다고 보았다(Van Ijzendoorn, 1995). 이는 애착 평가와 측정에 대한 좀 더 고정되지 않고 전 생애를 통한 발달적 변동을 수용하는 애착 연구가 요구됨을 시사한다. 즉, 영아기와 다른 유아기 애착 특성의 변화는 발달상 유아기에 나타나는 여러 가지 능력들과 함께 성장함으로써 최적의 상태의 새로운 애착체계를 이끌어 내기도 한다(Main, Kaplan, & Cassidy, 1985). 이러한 애착 유형의 변화 가능성에 대해 국내에서도 지지하는 연구들이 나오고 있다(김재희, 2000; 서수정, 2001). 장미자(1998)는 애착대상을 상실하였을지라도 대리양육자에 의해 지지와 사랑을 받는다면 안정적인 내적 실행모델을 형성할 수 있다고 함으로써 초기에 형성된 애착 체계의 변화 가능성을 제시하였다. 이와 같이 애착의 가변성을 지지하는 결과들은 애착 체계가 불변하지 않을 수 있으며 새로운 애착 경험에 의해 변화 할 수 있음

을 시사한다.

이상에서 살펴본 바와 같이 애착 형성에 있어서 애착 이론이 가정해 온 주양육자의 민감성에 기반 한 단선적 발달이 아닌 주양육자와 유아 간의 역동에 따른 상호 조절적 발달을 강조하는 관점(차혜명, 김은영, 2016)의 변화와 그것을 증명하는 연구결과들은 불안정 애착 유형 부모의 자녀 양육에 있어서 위안과 희망의 메시지가 된다. 특히 엄마의 불안정 애착이 자녀의 양육과정에서 나타나는 양상과 주양육자의 불안정 애착에도 불구하고 양육에서의 안정화를 이끄는 동인에 대한 심층적인 연구는 유아의 안정적인 애착 형성에 필요한 심리적·환경적 요인을 파악하는데 도움이 될 것이다.

본 연구의 목적은 자문화기술지라는 글쓰기 작업을 통해 불안한 성장배경에서 불안정 애착을 형성할 수밖에 없었던 부모의 심리적 역동이 자녀의 양육과정에서 어떠한 양상으로 나타나는지 그리고 주양육자의 불안정 애착에도 불구하고 양육에서의 안정화를 이끄는 동인은 어떠한 것들이 있는지를 탐색하는데 있다. 이를 위해 연구자 자신이 자녀 양육과정에서 겪었던 내밀하고 생생한 역동, 의식하지는 못하였지만 안정된 양육환경에 기여하는 요인들을 자기분석 과정, 자녀와 배우자와의 면담을 통해 명시화하고자 하였다. 본 연구의 결과는 상담자 및 상담연구자들에게 불안정 애착으로 인해 자녀 양육에 어려움을 겪고 있는 부모와 내담자들의 심리 내적·관계적 맥락을 이해하는데 도움을 줄 것으로 보인다. 또한 자녀의 안정 애착 형성에 기여하는 관련 요인에 대해 한 개인의 발달과정을 통해서 들여다보는 과정은 성장기에 있는 아동과 청소년의 안정된 애착 형성을 위한 상담적·교육

적 지향점에 함의를 제공할 것이다. 본 연구 문제는 ‘주양육자의 불안정 애착이 자녀의 양육과정에 어떠한 양상으로 나타나는가?’, ‘주양육자의 불안정 애착에도 불구하고 양육에서의 안정화를 이끄는 동인은 어떠한가?’ 이다.

방 법

연구방법

본 연구는 연구자 자신의 자전적 자료를 원자료로 사용하는 문화기술지적(ethnographic) 연구 방법이자 질적 연구 방법인 자문화기술지(autoethnography)로 진행하였다. 자문화기술지는 문화 속에서 지워진 개인의 경험을 비판적으로 이야기하여 자기와 타자, 문화 사이의 관계를 이해하고 이론화 할 수 있도록 이끈다(이동성, 2012). 또한 개인의 주관적 경험을 깊이 성찰하고 상호작용적인 타인과의 관계 안에서 자기에 대한 사회, 문화, 정치적 이해를 글로 풀어내는 작업이기도 하다(Jones, 2005).

자문화기술지는 이야기의 구성을 바탕으로 한다는 점에서 내러티브 탐구 및 생애사연구와 공통점이 있다. 내러티브(narrative) 연구는 해석학과 현상학을 바탕으로 경험의 의미와 인간 삶의 복잡성에 대한 통찰을 구하기 위해 참여자의 이야기를 수집한다(Trahar, 2009)는 점에서 차이점이 있으나 연구자 자신의 이야기를 자료를 한다는 점에서 자문화기술지를 자기 내러티브(self-narrative)의 한 형태로 볼 수 있다(Chang, 2008). 또한 생애사 연구는 개인이 삶의 과정에서 사회적 상호작용에 의한 결과로써 개인의 삶과 관련되는 질적 연구방법인 반면(이희용, 2007), 자문화기술지는 문화기술

지적 연구에 있어서 자기, 타인, 그리고 맥락 사이에서 일어나는 상호작용을 더욱 풍부하게 드러낸다는 점에서 차이가 있다(Spry, 2001). 즉, 자문화기술지는 연구자 개인의 자서전적 기억과 정서로 시작하여 사회·문화적 환경 속에 놓인 유한한 존재로서의 자기 성찰을 이끈다. 이렇듯 개인의 주관적인 경험을 한 개인의 삶에 작용하는 미시적·거시적 환경과의 상호주관의 역동적 관점에서 성찰하는 자문화기술지는 급변하는 사회·문화적 시공에 놓인 실존적 존재이자, 부모에게는 자녀이자 자녀에게는 부모이기도 한 나의 양육경험을 다루는데 적합한 연구방법이라 할 수 있다.

본 연구는 개인의 경험을 사회·문화적 환경이라는 맥락 속에서 다루는 자서전적 문화기술지(auto-biographic ethnography)이다. 전쟁과 이산가족이라는 외상을 겪은 아버지의 외도와 일제강점기와 배우자의 상실이라는 외상을 겪은 어머니 그리고 가난이라는 시대적 맥락에서 형성된 주양육자의 불안정한 애착이 자녀의 양육과정에 미치는 양상과 주양육자의 불안정 애착에도 불구하고 안정적인 양육으로 이끄는 동인들에 대해 분석하였다.

자료수집

연구주제와 관련하여 사용된 자료는 다음과

같다. 먼저 연구를 위해 연구자와 자녀의 양육에 관련된 자료를 수집한 후 연구주제에 맞는 자료들을 추출하였다. 주된 분석 자료는 주저자인 ‘나’의 어머니와의 인터뷰 자료, 자녀양육 기억자료, 부모에 관한 기억자료, 남편과의 인터뷰 자료 그리고 자녀의 성인 애착면접(Adult Attachment Interview; AAI) 결과를 바탕으로 진행하였다. 여기에 자문화기술지의 글쓰기 작업과정에서의 나의 양육경험에 대한 재해석과 재구조화의 과정을 면밀히 그려내고 있는 성찰적 경험 자료들이 더해졌다.

성인 애착 면접(AAI)은 생애 초기 부모와 형성된 애착 유형에 따른 행동특성이 성인기에도 상응한 행동 특성으로 나타날 것이라는 가정(Ainsworth, 1978)에 근거하여 성인을 대상으로 한 애착 측정 도구이다(이교은, 2010). 성인 애착 면접은 Main과 그의 동료들이 생애 초기 애착 경험을 통해 형성된 내적 작동 모델을 측정하기 위해 과거 애착 대상자와의 관계를 회상하여 진솔하게 하여, 무의식적인 과정에서 애착 상태를 측정하는 반구조화된 인터뷰로 이루어져 있다(Hesse, 1999). 이 측정도구는 부모로부터 받은 양육경험에 대한 문항으로 구성되었는데, 어린 시절 부모와의 관계를 묘사할 수 있는 5개의 형용사 혹은 단어들을 제시하도록 하고, 그와 관련된 구체적인 기억을 떠올리도록 한다. 성인 애착 면접(AAI)

표 1. 수집 자료 현황

자료	기간	수집된 자료(수)
어머니와의 인터뷰 자료	2017년 1월 5일	18
자녀양육 기억자료	1996년부터 2001년까지	24
부모에 관한 기억자료	1981년부터 1985년까지	7
남편과의 인터뷰 자료	2017년 1월 8일	7
자녀의 성인 애착 면접자료	2017년 1월 15일	40

은 아동기 경험들에 대한 인식과 관련된 마음 상태를 측정하는데 경험 척도는 사랑(love), 무시(ignore), 거부(reject), 역할전환(involve/role-reversing), 성취에 대한 압력(pressured to achieve) 척도들로 구성되어있다. 애착 관련 마음 상태에 대한 평가는 애착 대상에 대한 이상화(idealizing), 기억의 부족(lack of memory), 몰입된 분노(involving anger), 수동성(passivity), 상실에 대한 두려움(fear of loss), 애착관련 경험에 대한 평가절하(derogation) 등의 척도들로 구성되어진다. 성인애착표상의 분류 과정에 성인애착면접지에 나타난 경험의 내용과 표현된 언어 특징을 근거로 하여 경험과 마음상태 척도에 대해 9점 척도로 채점한다. 다음 애착표상 유형 분류는 개별 척도점수로부터 상향식 방향으로 진행한 후 애착 유형에 대한 기술항목을 기준으로 하여 하향식 방향으로 일치성을 검토한 후 분류 된다. 애착 유형분류 평가에 있어서 가장 중요한 기준은 담화의 일관성으로 질적(quality) 측면, 양적(quantity) 측면, 관련성(relation) 측면, 양식(manner)의 측면은 응집력 있는 담화의 조건이 된다(Grice, 1975). Main, Kaplan과 Cassidy(1985)는 애착과 관련된 마음의 상태를 바탕으로 아동기 애착 경험을 일관되고 일치된 진술과 반응을 하는 자율형, 아동기 애착 경험의 중요성을 과소평가하고 기억하는데 어려움을 가지는 거부형, 자신의 애착 경험에 대해 객관적인 관점을 유지하는 것과 애착관련 정서 조절에 어려움을 느끼는 몰입형, 마지막으로 애착 대상의 상실 혹은 외상적 경험과 관련된 미해결된/비조직화된 유형으로 분류하였다(진미경, 2009).

자녀의 성인 애착 면접은 애착연구모임 박사 1인과 연구자가 공동으로 진행하였으며 면담 전 녹취에 대한 사전 동의를 받은 후 2017

년 1월 15일에 녹취와 워드 작업으로 동시에 이루어졌다. 면담 시간은 총 75분으로 초기 애착관계를 상징하는 형용사와 관련된 기억을 떠올리는데 대부분의 시간이 할애 되었다. 자녀가 자신의 애착 관련 구술적 자료가 자문화기술지의 기술적 자료로 변환되는 과정에서의 정확성을 요구하여 녹음자료가 기록화 될 때마다 검증을 받았다. 자녀의 애착유형 분류는 성인애착면접 녹취 전사본을 바탕으로 애착이론 전문가인 상담학 교수 1인과 애착연구모임 박사 3인과 함께 진행하였다. 먼저 경험 척도에 있어서 자녀의 애착 경험은 애정적인 내용과 언어적 특징으로 나타났으며 애착 관계를 상징하는 형용사와 애착관련 경험의 내용에 일관성이 있었다.

“아마 엄마아빠가 부부싸움을 했나봐. 아빠가 울고 있던 나한테 머리를 쓰다듬으면서 엄마아빠가 싸우는 거 아니라고 괜찮다고 안심시켜준 거...”

“자식을 위해 충분히 시간을 보내주는 엄마? 그러면서 자신도 여유를 가지는...”

< 2017. 1. 15. 딸의 성인애착면접 내용 >

“엄마를 형용사로 표현 하자면 ‘이어서는’, ‘밝은’, ‘변함없는’, ‘깊은’, ‘깨끗한’ 이 정도로 말 할 수 있을 것 같아.”

“아빠는 ‘듬직한’, ‘깊은’, ‘따뜻한’..... ‘듬직한’은 무슨 일이 생기면 다 해결해 줄 것 같은 거겠지?”

< 2017. 1. 15. 딸의 성인애착면접 내용 >

특히 자녀의 성인 애착 면접에 있어서의 담화는 애착 관련 경험과 그에 대한 현재의 마음 상태를 표현하는데 있어서 대체로 일관되고 안정적으로 표현되었다. 즉, 이전에 말한 것에 충분한 근거를 제시하였으며 담화의 양이 지나치게 짧거나 길지 않고 적당하였다. 또한 담화의 내용이 애착 관련 주제에서 벗어나지 않았으며 중간 중간 새롭게 떠오른 기억을 다루기도 했지만 다시 질문의 초점으로 돌아가서 답변을 마무리하였다. 따라서 애착 유형 평정에 참여한 평정자 4인은 나의 자녀의 애착 유형을 안정된 자율형 애착 유형으로 분류하였다.

연구절차 및 검증

자문화기술지는 기억의 예술로 불릴 만큼 개인적인 기억자료를 중시한다(Russell, 1999). 자녀의 초기 애착 경험에 관한 기억을 나의 초기 애착 경험의 기억과 대비하면서 진행한 자문화기술지의 작업과정은 지금까지 한 번도 생각해보지 않았던 어머니와 나의 삶의 유사성과 반복성을 보여줌으로써 성찰적 관점을 가질 수 있도록 안내하였다. 나는 나와 자녀의 애착 관련 경험의 자료들을 나와 같은 양육의 책임자이자 자녀의 양육자이기도 한 남편에게 논문 작업 과정에의 참여를 요청하여 진정한 ‘우리’의 관점을 가지고 각자의 경험을 이해함으로써 객관성을 확보해 나갔다. 또한 자문화기술지 작업 전반에 걸쳐 지도교수는 연구의 목적과 지향하는 바를 세밀하게 초점화 시킴으로써 연구과정에서 방향성을 잃지 않도록 면밀하고도 날카로운 조언과 검증을 해주었다. 연구 자료들의 수집과 분석은 동시에 진행되었으며 구체적인 코딩의 방법은 장

기코딩(longitudinal coding)을 실시하였다. 장기 코딩이란 시간의 흐름을 중심으로 수집하고 비교하는 질적 자료의 변화 과정을 살펴보는 것을 특징으로 한다(Saldaña, 2009). 연구자인 ‘나’의 양육경험으로 인한 불안정한 애착 패턴이 시간의 흐름에 따라 자녀 양육과정에 미치는 양상과 더불어 주양육자의 애착 패턴 이외의 어떠한 요인으로 인해서 자녀의 애착 유형이 형성되었는지에 초점을 두고 분석하였다.

이러한 자료 수집 및 분석 과정은 신뢰도와 타당도를 확보하기 위해 다수의 연구자들을 참여시켜 연구자의 편견과 주관에 배제함으로써 신뢰성을 높일 수 있는 삼각검증법(triangulation)을 사용하였다. 본 연구의 분석과정은 자문화기술지의 전문가인 상담심리 전공 교수와 자문화기술지 연구 경험이 풍부한 상담심리전공 박사과정 2인, 상담심리학 박사 1인으로 구성된 자문화기술지 연구자문 팀을 통해 진행되었다. 연구자가 수집한 기억자료와 성인애착 면접 전사자료 및 성찰 자료를 분석하는 과정에서 4인의 평정자들의 수정과 보완 과정을 통해 연구자의 모순된 신념이나 판단의 오류가 발생하지 않도록 유의하였다.

연구 평가

자문화기술지의 타당도는 읽는 이로 하여금 공명을 불러일으키고, 대화를 촉진하는 촉매로서의 역할에서 찾을 수 있다(Jones, 2005). 따라서 나는 촉매타당도 확보를 위해 다음의 여섯 가지 평가 준거를 적용하였다(김명찬, 2015; Duncan, 2004). 첫째, 나는 연구 범위를 양육경험에 관련된 나와 자녀 그리고 남편의 경험으로 제한하였다. 둘째, 연구주제와 관련해 가족들에게 본 연구 결과를 소개하고 그 유용성을

확인받았으며, 사실과 다르거나 다른 견해에 대한 피드백을 받아 연구에 반영하였다. 셋째, 연구의 초고에 대해서 자문화기술지 연구 경험이 풍부한 상담학 교수 1인과 상담학 및 교육학 박사과정 7인의 전문적인 검토를 받았다. 넷째, 나의 양육경험이 공유되는 애착 특성이 있는지를 파악하기 위하여 관련 문헌을 분석하였다. 다섯째, 현존하며 생생함을 잃지 않은 기억 자료에 기반을 둔 내러티브 작성을 통해 나의 양육경험이 자녀의 애착 형성에 있어 의미하는 바를 논의하였다. 마지막으로 나 자신과 가족의 양육경험을 외상 후 성장의 측면에서 애착이론 및 성찰적 태도인 정신화에 기초하여 분석함으로써 나 자신의 이야기를 타자와 사회에 연결시키고자 하였다.

결 과

불안하고 아팠던 나와 아이

삶의 무게에 짓눌린 나와 아이

“선생님은 아직 애를 안 낳아봐서 모르겠지만, 정말 힘드네요.”

“네...”

“지한테 쏟아 부은기 얼마데. 하라는 공부는 안하고 어찌나 애를 먹이든지.”

“네... 그렇게 정성을 쏟으셨는데 속상하시겠어요.”

< 1996. 여름. 자녀양육 기억자료 >

애 키우기가 너무 힘들다며 푸념을 늘어놓는 학부모의 애절한 눈빛에 행여 가녀린 굼뜰 거품을 들키기라도 할까 봐 품이 넓은 블라우

스를 가득 채우고 있는 배를 숨죽여 본다. 굼뜰거림은 내가 변명할 기회조차 주지 않은 채 곧 사라져버리고 안타까움과 미안함 또한 머무를 사이도 없이 흔적 없이 흩어져버린다. 통증을 느끼기라도 하면 완전히 무너져 버릴 것 같은 두려움으로 자신을 놓아버린 전장의 군인처럼 이내 살아남아야 한다는 한 가지 목적만을 떠올린 나는 익숙한 문장들을 아무것도 눈치 채지 못한 학부모 앞에서 어김없는 방식으로 쏟아놓는다.

나의 신혼은 너무나 힘들었다. 시댁과의 갈등으로 거의 빈손으로 출발했던 신혼은 남편의 직장 상실로 사면초가의 상태였다. 나는 결혼과 동시에 이혼을 고려할 만큼 감당할 수 없는 생활고로 깊은 어둠의 망망대해에 홀로 남겨진 것만 같았다. 내가 벌여 한 달을 겨우 버티던 시절, 나는 살아남아야 했으며 직업을 유지하기 위해 직장에 임신 사실을 알릴 수 없었다. 안정된 가정에서 태교를 위한 육아 책을 보거나 건강식을 먹을 수 있는 행운이란 내게 성냥팔이 소녀가 팡팡 얼어버린 맨발을 한 채 추운 창밖에서 행복한 가족을 바라보는 것과 같았다. 교통비와 점심 값이 부족했던 나는 직원들이 점심식사를 위해 비운 빈 사무실에서 컵라면과 달달한 믹스커피로 굶주린 배를 채워야 했으며 가능한 험렁한 옷으로 점점 불러오는 배를 가리고 다녀야 했었다. 축복과 기쁨으로 환영받아야 할 임신은 기늠할 수 없는 무게로 내게 다가왔다. 결혼 전 내가 꿈꾸었던 달콤한 신혼과 축복에 둘러싸여진 임신은 주어지지 않았다. 나는 온전히 보호받고 싶었고 오직 내 뱃속에서 잉태되고 있는 소중한 생명만을 기대하고 고대할 수 있는 엄마이고 싶었다. 각종 매체와 교육을 통해 나는 엄마가 된다는 것이 인간의 발달과정에서

중요한 사건이자 경험이 되며 태어는 출생 전부터 사랑과 관심이 주어져야 함을 알고 있었다. 즉, 태교가 한 인간의 성장과 발달에 토대가 되며 모자간의 정서적 유대를 강화시킨다는 것을 나는 임신 전부터 머리로는 숙지하고 있었다. 하지만 앞이 보이지 않는 현실에 압도 되었던 나는 내 아기의 미약한 움직임에 반응할 수 있는 심리적 공간조차 가지지 못하였다. 끊임없이 나를 향했던 내 아기의 언어들은 막막함과 두려움에 짓눌려 어느 것도 알아듣지 못하는 엄마로 인해 점점 힘을 잃어갔는데 ‘유난히 움직임이 적었던’ 내 아기는 생계를 위해 쉬지 않고 일해야만 했던 어머니의 뱃속에서 ‘희한하게도 조용했던’ 나를 떠올린다.

“결혼식이 어데 있노? 사진 한 장 달랑 찍고. 배는 불러 오제. 아는 셋이나 있제. 우짖기고. 돈은 벌어야제 삼베로 구해가 칭칭 감았다이가. 희한하제? 니도 아는가 아가 움직임도 않고 조용한기라”

< 2017. 1. 5. 어머니와의 인터뷰 자료 >

전처의 자식 셋과 뱃속의 아이를 먹여 살리기 위해 출산 직전까지 방직공장에서 일을 해야만 했던 어머니는 누런 삼베를 허리에 칭칭 들렀었다. 행여나 누구라도 알게 될까봐 꼭꼭 동여맨 어머니의 움츠린 뱃속에서 나는 무엇을 느꼈을까? 자랑스럽게 활짝 펼친 배가 아니라 언제나 숨을 줄여야만 했던 어머니의 뱃속에 있었던 나는 그 긴 어둠의 시간들을 어떻게 견뎠을까? 좁고 깊은 어둠 속에서, 끊임없이 쏟아지는 소음의 무리에서 언제나 조용했던 아기와 생을 위해 사투했던 한 젊은

여자의 거친 심장소리는 거대한 울음이 되어 단단히 응고되어 버린 내 심장에 균열을 일으킨다.

반영 받지 못했던 나와 아이

“우리 애기 잘잖어? 이제 피카츄 할 시간이네~~”

“.....”

“엄마 공부할 동안 TV 보고 있어. 착하지?”

“.....”

< 1997. 겨울. 자녀양육 기억자료 >

책과 씨름하는 사이 몇 시간의 낮잠에서 깨어난 아이가 머리를 돌려 나를 발견하고는 가만히 응시한다. 이제 막 조금 이해되기 시작한 구절을 아쉬운 눈길로 뒤로 한 채 나는 아이의 기저귀를 살핀 후 서둘러 TV를 켜고 아이를 등받이 쿠션에 앉혀 놓는다. 이 애니메이션을 시작으로 해서 이어지는 유아프로그램으로 2시간을 벌 수 있다는 생각과 늘 말없이 TV에 빠져 주는 아이에 대한 고마움을 잠깐 떠올린 후 급히 수험서를 펼친다.

남편과의 갈등과 힘겨운 신혼생활로 늘 죽음과 탈출을 꿈꾸었던 나는 내게서, 그리고 내 아이에게서 웃음이 없다는 것을 알지 못했었다. 나의 모든 신경은 지나칠 정도로 바깥으로 도는 남편에게 쫓혀 있었고 이해할 수 없는 모든 문제의 답은 나의 무가치함 인 것만 같았다. 나의 가치감을 높여 줄 그럴싸한 직업이 필요했던 나는 출산 전부터 시작한 자격시험 준비로 온 종일 아이를 TV 앞에 앉혀 놓았었다. 압박한 시험기간과 과도한 학습량에 지쳐 있었던 나는 거의 칭얼거림이 없었던

순한 기질의 아이의 무표정한 모습이 무슨 말을 하는지 전혀 알지 못했다. 시험의 마지막 단계에서 고비를 마신 후에야 시작되었던 아이와의 나들이에서 나는 내 아이가 다른 아이들과 달리 웃지 않으며 유독 호기심이 없다는 것을 알게 되었다. 언제나 바빴던 엄마로부터 제대로 반영 받지 못한, 생애 일 년도 되지 않은 맑디맑은 내 아이의 얼굴에는 엄마의 불행을 반영하듯 깊은 우울이 고스란히 투영되어 있는 것만 같았다. 처리할 길 없는 어리석음과 대책 없는 후회의 소용돌이 속에서 방향을 잃은 채 도움을 요청하는 내 아이의 손을 잡아 줄 수 없는 절망감이 나를 압도했다. 비록 엄마였지만 아이를 어떻게 다루어야 할지 전혀 알지 못했던 나는 결코 좋은 엄마가 될 수 없을 것만 같았고 나의 손길은 단지 내 아이를 망쳐버리기만 하는 것 같았다. 뒤늦은 후회는 늘 TV앞에서 조용히 머물러 주었던 내 아이가 사실은 온 몸으로 줄곧 엄마를 향하고 있었다는 것을, 그리고 어리석게도 나의 시선은 언제나 아주 먼 곳을 응시하고 있었다는 시린 자책을 깨닫게 하였다.

수많은 모임과 활동으로 항상 곁에 없었던 남편으로 인해 버림받음과 무가치감에 시달렸던 나는 내 자신이 보잘 것 없고 아무것도 아닌 것만 같아 견디기 힘들었다. 나 자신의 결손감은 수치심을 불러 일으켰고 나는 나를 휘감고 있는 수치심을 벗어내는 것에 나의 온 힘을 쏟느라 늘 지쳐있었다. 그렇게 나는 내면의 갈등과 고통을 처리하느라 아이가 내게 보내는 신호에 대해 아무것도 보지 못했으며 그 어떤 소리도 듣지 못했다. 엄마로서 아이에게 안전하고 반응하는 대상이 되어야 했지만 심리적으로 불안정했던 나는 아이의 신호를 담아내지 못함으로써 내 아이의 안전기지

가 되어주지 못했다. 이런 나의 모습은 어린 시절 생계를 위해 분투하느라 나의 불안을 담아내지 못했던 나의 어머니와 다르지 않다.

“어데. 너거 언니가 니를 미버하는 거는 알아도 그래 괴롭혔는가는 몰랐제. 먹고 산다고 어데 정신이나 있었나. 니가 하도 안 떨어질라캐서 헐 수 없이 맨날 업고 다녔다가.”

< 2017. 1. 5. 어머니와의 인터뷰 자료 >

나는 어머니를 마주한 유년의 기억을 갖고 있지 않다. 어머니는 늘 일을 하고 있었고 일하는 어머니의 등에는 늘 내가 매달려 있었다. 가정을 버린 남편 대신 한 순간도 쉴 수 없었던 어머니는 초등학교 입학 전까지 자신의 등에 악착같이 매달려 떨어지지 않으려 했던 딸의 세상이 어땠는지 알지 못했었다. 마치 펄펄 끓는 솥이 거대한 입을 벌리고 있는 것처럼 어머니의 등에서 떨어진 순간의 세상은 내게 지옥으로만 여겨졌었다. 나의 출생으로 아버지의 사랑을 빼앗겨 버린 언니의 도무지 진정될 줄 몰랐던 질시는 내게 끊임없는 괴롭힘으로 이어졌다. 나는 무서웠고 괴로웠으며 힘들었다. 어머니에게서 떨어지면 거세계 울어 젖히던 딸의 간절한 외침은 늘 너무나 바쁘고 힘들었던 어머니의 귓전에서 흩어져 버렸었다.

진정되지 못했던 나와 아이

“어머니, OO이가 오늘도 실례를 했네요”

“아... 네... 선생님 죄송합니다.”

“화장실 간다고 말도 안하고 계속 바지에 소변을 보네요. 신경 좀 써주시면 좋겠어요.”

“네.....”

< 2000. 봄. 자녀양육 기억자료 >

한 눈에도 남자아이 것이 분명한 둔탁한 바지를 입은 딸아이가 유치원 버스에서 내리자마자 고개를 떨군 채 내 다리에 감아든다. 이내 부드럽지만은 않은 미소를 띤 담임교사가 오줌에 젖은 바지로 목직해진 유치원 가방을 건네주고 나는 간단하지만은 않은 사과를 건넨다. 그렇지 않아도 말이 없는 아이의 풀이 죽은 모습에 복잡한 감정들로 가슴이 아려온다.

아이를 제대로 키우지 못할지도 모른다는 불안은 나의 엄마로서의 직관과 판단을 마비시켜버렸다. 나의 불안은 내 안으로 잠식하여 엄마로서 취약한 나를 가혹하게 추궁하였으며 비난하였다. 나를 제외한 다른 엄마들이 모두 현명해 보였던 나는 거친 과도 위의 조각배처럼 다른 엄마들의 의견에 흔들리고 휘둘렸다. 밤새 줄을 서야만 입학이 가능한 인기 있는 유치원에 아이를 넣지 못하면 엄마로서 자격이 없는 것만 같았다. 가난한 친정 탓에 학원조차 제대로 다니지 못했던 나는 타인들이 우르르 몰려다니는 낯선 길목에서 길을 잃은 채 어디로 나아가야 할지 막막했었다. 다행히 아이가 들어가기 힘든 유치원에 입학했을 때 나도 엄마의 구실을 조금은 한 것만 같았다. 한 반에 30명이 훨씬 넘는 5세 반에서 12월생인 내 아이가 즐겁게 뛰어 노는 것이 아니라 긴 줄을 오랜 동안 서서 가방과 벗은 옷을 정리하는 훈련을 받을 때 느꼈던 안타까움을 나는 나의 무지와 약함에서 오는 불안으로 여기고

힘들게 떨쳐버렸었다. 또한 집에서는 깔끔을 떨던 내 아이가 유치원에서 소변을 가리지 못하는 것도 적응하는 과정이라며 예들러 이해해버렸었다. 나는 마치 모든 의혹을 극복해야만 엄마의 자격을 얻는 것 마냥 아이의 불안한 눈빛과 우울한 표정에 공명하는 내면의 깊은 울림이 나를 흔들어 놓으면 애써 서둘러 삼켜버리곤 했다. 하지만 몇 개월이 지나도 계속되는 아이의 극심한 변비와 등원거부는 나의 빈약한 믿음과 의지를 굴복시켰고 결국 집 앞의 이름 없는 작은 유치원으로 아이를 옮기게 되었다. 나는 나의 실패를 받아들일 수밖에 없었다. 비록 아이의 부적응의 원인을 과밀한 구성과 적은 수의 교사, 보여주기 식의 교육과정으로 애써 돌렸지만 치열한 경쟁의 대열에서 내 아이를 지켜내지 못한 나는 실패한 엄마라고 느껴졌다.

이와 같이 자신의 정서적 고통과 불안에 매몰되어 아이가 보낸 수많은 신호들을 알아채지 못하고 반응해주지 못하는 엄마 곁에서 그렇지 않아도 말이 없었던 아이는 외롭고 시린 시간들을 혼자 견뎌내고 있었던 것이다. 결코 아이를 잘 키울 수 없을 것 같은 나의 불안은 도움을 요청하는 아이의 비언어적인 표현들로부터 뒷걸음질 치게 하였다. 현명한 엄마가 되고 싶었지만 현명한 엄마가 되는 방법을 알지 못했던 나는 아이의 아픔을 나의 양육에서의 실패로 연결하였으며 그 아픔에 공명하기 보다는 극복해야할 난관으로 받아들였다. 하지만 나는 성장과정에서 겪을 수밖에 없었던 유년기의 막막함을 내 아이에게는 경험 시킬 수 없다는 불안과 긴장에 온통 매몰되어 있었을 뿐 그 이면에는 취약하고 무력한 나를 내 아이에게 투사하고 있었다는 것을 깨닫지 못하였다.

“OO야 저기 뭐 소리고 내는 하나도 못 알아 듣겠다.”

“.....”

“OO야 저거 뭐라카는 기고? 응?”

“엄마가 말 하면 아냐? 맨날 설명해도 엄마는 또 물어 볼 거잖아. 몰라!”

< 1984년. 겨울. 부모에 관한 기억자료 >

어제 설명했던 뉴스를 마치 처음 들어 보는 것 마냥 되물었던 어머니는 일하는 것 말고는 아무것도 알지 못했다. 일본에서 아동을 보낸 어머니는 ‘조센징’이라며 놀려대는 일본 아이들로 인해 학교를 중단하게 되어 일본어도 모국어도 제대로 깨우치지 못했었다. 그래서 늘 자신을 ‘무식하다’고 표현하였으며, 자신의 의견보다 타인의 의견 앞에서 쉽게 무력해졌고 그런 어머니 곁에서 나또한 무력하며 보잘 것 없다고 느껴졌다. 어머니는 너무 바쁘기도 했지만 학교의 과제나 학부모가 해결해줘야 하는 일들 앞에서 매우 난감한 표정으로 나를 멀뚱히 바라보기만 했을 뿐이었다. 그래서인지 나는 어머니에게 의지하여 문제가 해결되리라는 기대를 가져본 적이 없었으며 학교에 관한 것을 어머니에게 의논해 본 기억이 없다. 마치 거친 광야에 홀로 버려진 갓난아기처럼 세상이 막막하고 무서웠던 나는 누군가가 불안에 떨고 있는 나를 안전하게 꼭 안아주기를 바랐다. 그리고 ‘자신이 지켜줄 테니 아무 걱정하지마라’고 나를 안심시켜 주길 바랐다. 하지만 내 곁에는 가족을 버린 아버지 대신 자신이 감당하기에 너무나 버거운 삶을 근근이 버티고 있는 무력하고 취약한 어머니만이 있을 뿐이었다.

이해할 수 없는 외상으로 아팠던 나와 아이

“엄마한테 잘못했다고 해! 끝까지 말 안 할거야? 딱딱딱!”

“앙 앙 앙.....”

“자꾸 고집 부릴래? 계속 암 말 안 할 거야? 딱딱딱!”

< 2001. 가을. 자녀양육 기억자료 >

열 대를 넘게 맞았음에도 아이는 폭포 같은 눈물만 흘릴 뿐이다. 아이의 쏟아지는 눈물에 이제는 그만하고 싶다는 욕구가 제차 단소를 들고 있는 나의 팔을 끌어내린다. 하지만 제발 ‘잘못했다’라는 말로 나를 멈추어 주길, 그리고 이미 별게져 있는 여리디 여린 손바닥의 통증을 내가 가라앉히게 해주길 바라는 간절한 눈빛을 황급히 숨긴 채 나는 다시 단소를 들어 아이의 손바닥을 때린다.

나는 오랫동안 아이를 때리는 엄마였다. 나의 양육방식에 대한 후회와 반성, 그리고 엄마로서 자신의 심리적 어려움을 아이 앞에서 결코 드러내지 않겠다는 각오에도 불구하고 엄마이기 전에 존재로서 해결하지 못한 우울은 공기처럼 아이에게 전염되는 듯하였다. 바쁜 업무와 잦은 모임으로 집에서 겨우 잠만 해결했던 남편과의 관계는 나에게 아버지로부터 버림받은 상처를 불러일으켰다. 나는 하루에도 수백 번 이 끔찍한 악몽에서 깨어나고 싶은 절박함과 순진무구한 눈빛으로 나를 향해 있는 한 아이의 엄마라는 의무감 사이에 끼어 질식되어 버릴 것만 같았다. 나는 어항 밖으로 던져진 채 물려오는 공기의 완력에 압도되어 혈떡이는 물고기처럼 깊은 우울에 갇혀 놀려 간신히 숨만 쉬고 있었다. 단지 살아있는데 급급했던 나는 순한 기질이었던 아이의

억지와 고집을 이해할 수 없었다. 아이의 이해할 수 없는 행동은 내가 잘못된 엄마이고 능력이 없는 엄마라고 하는 것만 같았다. 나는 엄마로서 실패할까봐 두려웠고 내 아이가 잘못되는 것 같아서 불안했다. 하지만 어려움을 누군가와 나누어 본 경험이 없었던 나는 나와 내 아이 곁에 없었던 남편에게 도움을 요청할 수 있다는 것조차 생각해내지 못했다. 이러한 나의 양육에의 무능력은 나의 무가치함으로 연결되었고 이는 남편이 내 곁에 없는 이유를 증명하는 것만 같았다. 상실의 고통과 양육경험의 부재로 어찌해야 할 바를 알지 못했던 나는 언제부터인지 모르게 애를 때리는 엄마가 되어 있었다.

“인자 간다. 담에 일 생기면 연락하고”
“OO야 아빠 가시는데 안 내다보나?”
“.....”
“됐다! 쿵!”

< 1981년. 여름. 부모에 관한
기억자료 >

나는 아버지를 기다렸다. 하지만 그렇게 기다렸던 아버지는 언제나 앉은 지 한 시간도 채우지 않고 떠나가 버렸다. 내가 4살이 되던 해, 아버지는 전혀 자식 셋과 나를 어머니에게 던져 놓은 채 다시 새로운 가정을 꾸리고 생활비조차 주지 않았지만 우리 가족 앞에서는 늘 당당했다. 일 년에 겨우 몇 번 들르는 우리 집이, 자신이 있을 곳이 못되는 것 마냥 아버지의 미간은 항상 찌푸려져 있었고 예측할 수 없었던 신경질은 그렇지 않아도 무거운 집 안의 공기를 순식간에 열려 버리기 일췌였다. 그 짧은 시간동안 아버지가 한 것이라곤 내게 한없는 미소와 사랑의 속삭임을, 그리고

다른 형제들에겐 눈길 한 번 주지 않는 냉담함을 한 치의 거리낌 없이 던져놓은 것이었다. 사랑은 찰나에 끝나 버렸고 냉담함은 돌이킬 수 없는 상처를 남겼다. 아무도 이 짧은 사랑과 잔혹한 냉담함에 대해 묻지 않았다. 그리고 아버지가 왜 그렇게 빨리 떠나가는지를 그리고 언제 다시 올 수 있는지를 묻지 않았다. 어렸던 내가 감당하기엔 너무나 무거운 공기 속에서 내 속의 그리움과 기다림은 애초부터 언어를 가져보지 못하였다.

나를 가장 사랑한다던 아버지의 상실이라는 외상적 경험은 나를 잘못되고 결함 많은 존재로 인식시켰다. 사랑과 버림의 공존은 나의 정체성을 잡아 먹었고 이해할 수 없는 가족환경에 대한 질문은 내게는 너무나 무력하고 취약하게 보였던 어머니 앞에서 힘을 잃었다. 어머니는 배우자의 상실이라는 외상과 여자 혼자로서는 감당하기 힘들었던 경제적 난관 속에서 살아남느라 자녀의 신호에 반응할 여지를 갖지 못하였다. 그리고 아버지의 상실과 사랑을 뺏긴 언니의 학대에 가까운 질시에 대해 어느 누구로부터도 반영과 진정 받지 못했던 나의 불안정한 애착 패턴은 나의 결혼생활과 자녀 초기 양육과정에서 또렷이 재연되었다. 혼란스러웠고 힘겨웠던 나는 엄마였지만 혼란 속에서 같이 힘들어하고 있는 내 아이가 보내는 신호 앞에서 무력했고 무능했다. 이렇게 자녀를 잘 양육하고 싶은 나의 바람은 외상이 주는 무게와 불안에 압도된 채 진정되지 못하고 방향을 잃어 버렸다.

미처 깨닫지 못했던 안전기지

남편의 또 다른 이름 아버지

나는 내 아이가 관계에서의 상실과 같은 심

리적 외상은 없었지만 격렬했던 부모 갈등에 의 빈번한 노출과 아빠와 함께하는 경험의 결핍으로 아빠와의 친밀감 및 안정된 애착을 형성하는 것이 어려웠을 것이라고 짐작하였다. 또한 남편이 어린 시절 부모 간의 갈등에 의해 적잖은 어려움을 겪었다는 사실과 아이의 유년기에 관한 남편의 회상기억으로 나는 나의 짐작을 더욱 확신하였다.

“유치원 다닐 땐가 길거리에서 나를 봤는데 그냥 빠죽거리면서 오데. 그래도 아빤데 날 보고 한 번도 반갑게 달려온 적이 없었지. 참 서운하더라.”

< 2017. 1. 8. 남편과의 인터뷰 자료 >

그러나 나의 불안정애착이 어떻게 자녀의 애착 형성에 기여하였는가에 대한 자문화기술지의 자료 수집을 위해 이제 스무 살이 넘은 내 아이에게 성인애착면접을 실시한 결과는 나의 예상을 완전히 뒤집은 것이었다. 나는 놀랐고 당혹스러웠다. 작지만 안정감을 주는 유치원으로 옮긴 다음 아이는 하교 길목에서 기다리고 있는 나를 발견하게 되면 언제나 함박웃음을 지으며 달려왔었다. 매번 반복되지만 벽차고 몽클한 짧은 행복을 남편이 맛보지 못하는 것을 나는 당연하다고 생각했으며 가족을 등한시한 대가임을 남편이 깨닫길 바랐다. 그렇게 나는 남편과 아이와의 관계가 소원했을 거라고 생각했다.

“아빠는 ‘듬직한’, ‘깊은’, ‘따뜻한’..... ‘듬직한’은 무슨 일이 생기면 다 해결해 줄 것 같은 거겠지? ‘깊은’은 엄마와 똑같은 느낌이야. 음... 빠져도 안 죽을 것 같은 바다. 아니 오히려 빠질수록 안전한

느낌? 그런 거 같아. ‘따뜻한’은 아빠도 언제나 나한테 좋은 면만 보여주기 때문이야. 아빠를 떠올리면 항상 뿌리 깊은 나무가 생각나. 흔들림 없는...”

< 2017. 1. 15. 딸의 성인애착면접 내용 >

아이의 성인애착면접의 결과는 나를 당혹스럽게 만들었으며 남편과의 사이에서 늘 팽팽하고 날카로웠던 내 신경을 조금씩 느슨하게 하였다. 내가 아는 남편이란 늘 바깥으로 도느라 곁에 없거나 간혹 가족과 함께 하는 시간조차 자신의 취미를 위한 시간으로 메꾸어버리는 자기중심적인 남편이자 아빤였다. 사춘기에 들어선 아이가 ‘이제는 그만’이라는 선언을 하기 전까지 아이와 나는 가고 싶은 놀이동산 대신 춤거나 더운 낚시터에서 주체할 수 없는 지루함을 견디거나 쉴 곳조차 없는 들판에서 남편이 순간의 찰나를 앵글에 담아낼 때까지 몇 시간 동안 견뎌야 했었다. 그랬기에 나는 아이의 성인애착면접에서 아빠에 대한 회상이 ‘어색한’, ‘자기중심적인’, ‘거리감 있는’ 등으로 표현되리라 당연하게 짐작했었다. 나와 늘 함께 했던 아이의 세계가 나와 동일하지 않을 수 있으며 내가 안다고 여겼던 부녀관계에 대해 모르는 부분이 있을 수 있다는 새로운 사실은 내게 착잡함과 더불어 희한하게도 약간의 다행스러움과 궁금함을 일으켰다.

“음... 초등학교 1학년 때인가? 2층 침대에 누워 있는데 아마 엄마아빠가 부부 싸움을 했나봐. 아빠가 울고 있던 나한테 머리를 쓰다듬으면서 엄마아빠가 싸우는 거 아니라고 괜찮다고 안심시켜준 거...”

아빠가 와서 그렇게 말해주니까 음... 안정이 되었던 것 같아.”

< 2017. 1. 15. 딸의 성인에착면접
내용 >

아이의 아빠에 대한 회상은 이전의 나로서는 결코 상상할 수 없었던 낯선 세계와 마주하게 하였으며 지금까지 알고 있던 나와 남편 그리고 아이를 내가 한 번도 사용해보지 않은 렌즈로 다시 바라보게끔 하였다. 나는 상실로 인한 외상에 압도되어 아이와 남편으로부터 오는 모든 신호를 제대로 이해하지 못하였으며 남편의 부재를 나의 유년기 상실과 동일시 하였던 것이다. 나는 내가 성장기의 외상 경험으로 인해 감각과 지각의 기능을 잃었음을 이해하고 인정해야 했다. 또한 안정 애착 형성에 중요한 민감성을 잃어버린 나를 대신하여 남편이 아이를 달래주고 진정시켜 주었다는 사실은 내가 그동안 무시하고 가볍게 흘려버린 수많은 잔상들이 다시 제자리로 찾아들 수 있게 하였다. 남편이 늘 우리 곁에 없었지만 한편으로는 소문난 딸 바보였다는 어울리지 않는 사실이 마지막 퍼즐 조각으로 내게 남겨졌다. 그러자 딸 바보로 소문난 남편의 이해되지 않았던 양육방식이라는 조각과 남편이 안정감을 주는 양육경험을 갖지 못한 취약할 수 있는 존재라는 조각이 선명하고 또렷하게 맞추어졌다. 즉, 남편은 자신이 아는 방식으로 세상에서 가장 소중한 자신의 아이를 사랑하고 있었던 것이다. 아이의 성인에착면접은 미처 인식하지 못했던 남편의 아버지로서의 애씀과 남편에 대한 나의 경직된 표상을 환기시켰다. 아울러 내가 나의 불안정한 세계를 자녀에게 결코 전이시키지 않겠다는 각오에도 불구하고 나의 불안정 애착이 내 삶의

전반에 걸쳐 작용하고 있었다는 사실을 선명하게 인식하게 되었다.

아픔이 준 선물

아이의 회상 기억 속에는 불안과 두려움으로 깊은 우울과 분노 사이를 갈팡질팡 거렸던 엄마 대신 아이와 내가 함께 달콤했었던 찰나가 머물고 있었다. 아이의 회상은 상실과 유기를 상기시키는 지옥을 내 자식에게는 결코 경험시키지 않겠다는 나의 절실했던 기도를 따스한 미풍 마냥 다독겨려주는 듯하였다.

“유치원 다닐 때 엄마가 거북이 산책시키던 모습이 생각나. 비 오는 날 우산 쓰고 있는 모습. 음... 여유 있어 보이고 약간 나른하다고 할까... 뭐라고 표현해야 할지 모르겠어. 자식을 위해 충분히 시간을 보내주는 엄마? 그러면서 자신도 여유를 가지는...”

< 2017. 1. 15. 딸의 성인에착면접
내용 >

너무나 불안정했던 나는 세상에서 하나 밖에 없는 내 아이를 잘 키우고 싶었지만 잘 키운다는 것이 무엇을 뜻하는지 알 수 없었다. 내 아이와의 경험은 유년기의 아팠던 나를 촉발시켰으며 나는 이러한 나의 고통이 절대 닿을 수 없는 시공 속에 내 아이를 보호하고 싶었다. 이러한 나의 경각심은 아이 앞에서 어찌지 못하는 나를 진정시켜주고 멈출 수 있게 해주었으며 유년기적 힘들고 외로웠던 나를 돌아볼 수 있는 힘을 주었다. 감당할 수 없는 외상으로 혼란스러워했던 유년의 나는 아이 앞에서 당혹스러워 하는 엄마인 나에게 유년의 내가 진정 부모에게 바랐던 것을 상기 시

켰으며 내가 나아가야 할 방향을 알려주곤 하였다. 이와 같이 자녀 양육의 위기 앞에서 나의 성장기 외상 경험과 그 의미를 떠올리는 과정은 성장기의 좌절된 욕구를 불러일으킴으로써 고통에 빠뜨리기도 하였지만 상실의 고통과 외로움 속에 버려진 유년의 나를 만나게 함으로써 내 아이의 고통과 외로움을 비로소 알아채게도 하였다.

“엄마를 형용사로 표현 하자면 ‘이어지는’, ‘밝은’, ‘변함없는’, ‘깊은’, ‘깨끗한’ 이 정도로 말 할 수 있을 것 같아. ‘이어지는’은 엄마는 항상 옆에 있는, 내가 있는 곳마다 있는 배경 같기 때문이야. 집 같이 돌아갈 곳이랄까. ‘밝은’은 엄마는 내게 어두운 면이나 힘든 걸 안 보여주잖아. 항상 좋게 해주니까. ‘변함없는’은 늘 밝고 한결 같은 모습이니까. ‘깊은’은 아늑한 느낌이랄까? 바다 속에 가라앉으면 따뜻해지는 느낌? 깊은 바다 속에 빠졌는데 오히려 그게 더 안전하게 느껴지는 그런 느낌이야. ‘깨끗한’은 우리가 서로에게 거짓말 하지 않는 관계니까. 음. 엄마랑 얘기하면 말하는 게 전부라고 믿게 되니까.”

< 2017. 1. 15. 딸의 성인애착면접 내용 >

아이의 눈물 나게 고마운 회상은 더더 흐르는 시간 한 가운데에서 불안에 떨면서도 아이 앞에서는 흔들리지 않는 엄마가 되기 위해 버려졌던 무채색의 기억들을 따스한 색깔들로 조금씩 채워나갔다. 그리하여 오랜 동안 불안과 두려움에서 헤어나지 못했던 취약한 엄마였던 나는 비로소 처음 세상에서 이제는 조금

쉬어도 된다는 허락은 받은 것만 같았다. 더 없이 소중한 안도감은 지금도 여전히 아버지의 상실과 무력한 어머니 사이에서 진정되지 못한 채 불안과 두려움에 떨고 있는 나를 천천히 진정시키고 다독겨주었다. 나의 외상 경험은 내 몸에 온전히 저장된 채 외상이 촉발되는 상황에서 불안과 두려움을 일으켰지만 더불어 엄마인 나에게 어디로 나아가야 할지 알려 주기도 하였던 것이다. 긴 시간 불안과 두려움을 상기시킨다는 이유만으로 나 자신에게 소외되고 배척된 채 어두운 그림자에 갇혀 있었던 ‘아픈 나’가 자신의 아픔을 아이에게 전가시키지 않기 위해 기울였던 부단한 애씀에 가슴이 먹먹해진다.

상담 공부와 새로운 애착 관계 경험

내 아이는 자신의 어려움을 나와 함께 나누는 것에 대해 너무나 자연스럽게도 당당하게 요구한다. 아이의 당당한 요구는 엄마인 내가 자신의 어려움을 나누기에 충분히 든든하다는 메시지를 주는 것 같아 다행스럽다.

“아 머리 아파. 힘든 건 알겠는데 자꾸 들으니까 힘들어. 고민하면 안 될까?”

“딸 힘든 거 엄마면 당연히 들어줘야 하는 거 아냐? 잉... 조금만 더 들어줘”

< 2016. 겨울. 자녀양육 기억자료 >

당당하게 도움을 요청하는 아이와 달리 나는 불안하고 두려웠던 나를 진정시켜주고 조울해 줄 수 있는 대상을 간절하게 원했었지만 평생 동안 누군가에게 도움을 요청하는데 어려움을 겪어왔다. 이러한 성향으로 인해 도무지 빠져나갈 수 없는 삶의 질곡에서 늘 홀로 분투하느라 외롭고 힘겨웠던 나는 마치 죽음

직전 산소를 공급받듯 상담공부에 끌렸었다. 인간의 내면과 관계의 역동을 알아가는 과정은 그 동안 파편화 되어 혼란 속에 떠다니던 수많은 나를 단단히 붙들여 진정시키기 시작하였으며 나를 압도했던 불안과 두려움의 정체를 이해할 수 있게 하였다. 이러한 상담공부가 주는 안전기지의 경험을 통해 나는 엄마로서 아이의 불안을 버텨낼 수 있는 힘과 상실의 세계에 매몰되어 있던 나를 돌아볼 수 있는 여지를 조금씩 가질 수 있었다.

그리고 무엇보다 심리치료를 통한 새로운 애착관계 경험은 늘 아이의 불안 앞에서 경직된 채 나의 불안을 처리하느라 급급했던 심리적 등가성의 세계를 조금씩 해체 시켜나갔다. 또한 내가 알지 못했던 불안과 두려움의 실상을 여러 가지 각도로 가능해 볼 수 있는 가장하기의 세계를 경험할 수 있게 하였다. 즉, 불변할 것만 같았던 나의 표상적 세계를 재평가와 재구성함으로써 나를 사로잡았던 외상의 힘을 조금씩 무력화시켜나갔으며 더 이상 상실이라는 외상에 매몰되지 않도록 해주었다. 결국 이러한 경험은 나의 상실이 곧 나의 무가치함이라는 공식을 파괴함과 아울러 나의 상실에 질문할 수 있는 성찰적 태도가 가능하게 하였다. 이러한 나의 새로운 애착관계와 안전기지 경험은 나와 내 아이 사이의 공간에 불안과 두려움이 머물지 못하게 하려는 나의 긴박한 애씀 대신 신선한 공기처럼 편안함과 경쾌한 여유를 제공하기 시작하였다. 이러한 변화는 아빠와 좋은 관계를 유지하던 아이의 차분한 정서에 활기를 불어주었는데 마치 아이는 민감한 양육자처럼 나의 소소한 정서적 변화를 단박에 알아채곤 그에 걸맞은 반응으로 돌려주었다. 즉, 나보다 안정적인 정서를 유지하고 있던 아이는 나의 미묘하고 불안한

정서적 변화를 적절히 ‘담아’내어줌으로써 나에게 안전기지의 경험으로 이끌었다. 이와 같이 나의 새로운 애착관계와 안전기지 경험은 나와 아이의 상호작용 과정에서 양방향적 변화를 불러왔으며 여타의 관계에 비해 더욱 안정적인 관계 경험을 갖게 하였다. 아이의 일관되고 긍정적인 성인애착 면접 내용은 아직도 여전히 자신의 존재를 알리고 있는 뿌리깊은 나의 불안을 달래고 열러주었으며 긴긴 시간 속에 내 아이를 지키고 싶었던 나의 노력의 대가가 되어 주었다.

“우리는 항상 관계가 좋잖아. 싸워도 오래 안 가고 그니까 눈치 볼 필요가 없으니까 편하고... 엄마가 바빠서 옆에 없어도 별로 외롭다는 생각은 안 해봤어. 어차피 우리는 다시 모이니까. 음... 같이 없어도 같이 있다는 느낌이랄까”

< 2017. 1. 15. 딸의 성인애착면접
내용 >

‘상실’의 외상과 안전기지가 되어주는 애착관계 형성의 실패는 나를 불안정 집착형 애착의 엄마로 만들었다. 이러한 나의 애착상태는 자녀의 양육 상황에서 혼란과 당혹에 매몰되게 하여 자녀 양육 상황에서 어려움을 겪게 하였다. 나는 자녀를 잘 키우는 엄마가 되고 싶었으나 아이를 ‘잘 키우는 것’이 무엇인지 알지 못하였으며 자신의 상실의 고통에 휩쓸려 자녀가 보내는 수많은 신호들을 이해하지 못하였다. 나는 나의 불안정 애착이 내 아이를 망쳐 버릴까봐 무서웠고 내 아이에게 그대로 전이 될까봐 두려웠다. 그러나 엄마의 불안정 애착 패턴에도 불구하고 안정적인 양육으로 이끄는 예상하지 못했던 긍정적 요인들

이 작용하고 있었다. 먼저, 엄마로서 나의 불안과 두려움으로부터 자녀를 지켜내고자 한 경각심은 ‘유년의 나’를 불러일으켰고 유년기의 감정기억은 내 아이의 신호들이 무엇을 말하는지 이해할 수 있는 정신화가 조금씩 가능하게 하였다. 또한 심리치료와 상담공부는 안전기지 경험과 새로운 애착 대상 경험을 가능하게 하여 나의 불안정 애착을 획득된 안정 애착으로 변화시킴으로써 안정적인 양육에 기여하였다. 그리고 무엇보다 외상 경험에 매몰된 채 민감성을 잃어버린 나를 대신하여 자녀의 신호에 민감하게 반응해준 남편의 아버지 역할은 안정적인 양육에 결정적인 기여가 되었다.

논 의

아버지의 상실이라는 외상적 경험과 자녀를 진정시켜주기에는 취약하고 힘들었던 어머니로 인해 불안정하게 형성된 나의 애착 패턴은 나의 가족 관계에 고스란히 투영되었다. 상실이라는 외상적 경험의 세계에 매몰된 나의 불안정한 내적 세계는 가족 간의 상호주관적인 소통을 저해하였으며 특히 자녀의 양육 상황에서 빈번히 혼란과 당혹에 빠뜨려짐으로써 양육에 어려움을 겪었다. 그러나 나의 불안정 애착 패턴에도 불구하고 안정적인 양육으로 이끄는 예상하지 못한 긍정적 요인들이 작용하고 있었다. 또 다른 양육자인 남편은 민감성이 떨어진 나를 대신하여 아이를 진정시켜 주었으며 나의 외상 경험에 대한 의도적 반추 과정과 상담공부 그리고 새로운 애착 관계 경험은 나의 정신화 능력을 함양시키고 나의 불안정 애착을 획득된 안정애착으로 변화시킴

으로써 자녀의 안정적인 양육에 기여하였다.

이상에서와 같이 본 연구는 연구자 자신의 양육경험을 자료로 하여 주양육자의 불안정 애착이 자녀의 양육과정에 어떠한 양상으로 나타나는지 그리고 주양육자의 불안정 애착에도 불구하고 양육에서의 안정화를 이끄는 동인은 어떠한지에 대해 자문화기술지의 글쓰기 작업을 통해 탐색해 나갔다. 이러한 과정은 외상으로 고착된 ‘나의 이야기’를 상호주관성에 기반 한 ‘우리의 이야기’로 통합시킬 수 있는 성찰적 기회가 되었다. 이러한 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 주양육자의 불안정 애착은 양육에 있어서의 민감성이 기능할 수 있는 심리적 공간을 확보하는데 실패함으로써 양육의 기능과 질을 저하시켰다. 아버지의 상실과 이로 인한 슬픔을 진정시키거나 달래기에는 무력하고 취약했던 어머니 그리고 지독한 가난이라는 외상적 경험은 나의 애착 체계를 불안정하게 형성시켰다. 이러한 엄마의 불안정 애착은 자녀의 태아기에서부터 양육과정 전반에 영향을 미쳤다.

최근의 연구는 안정적인 애착의 상호적 유발요인으로 심리적, 사회적 맥락의 결정요인인 어머니의 아동기 경험이나 스트레스, 영아의 기질, 사회적 지지체계 같은 다양한 변인들이 양육의 질에 영향을 미칠 수 있음을 제안하였다. 특히 모성의 질이 낮고 부정적일수록, 사회적 지지가 낮을수록, 스트레스가 클수록, 부부 간의 갈등이 높을수록 부모-자녀 간 애착은 불안정하게 된다(김유진, 2004). 불안정 애착 엄마인 나는 자신의 외상 경험에 매몰된 채 자녀의 의도적 입장을 알아차릴 수 있는 심리적 공간을 확보하는데 실패함으로써 자녀의 비언어적인 신호에 효과적으로 반응할 수

없었다. 즉, 불안에 매몰된 나는 양육자의 기능, 즉 자녀의 신호를 수신하는데 필요한 민감성, 진정시키거나 반영해주기를 포함한 담아내는 능력을 전혀 발휘할 수 없었으며 오히려 엄마의 불안과 두려움을 자녀에게 투사함으로써 자녀의 안정적인 애착 형성에 어려움을 초래하였다.

이러한 양육에의 실패는 주양육자의 불안정한 애착세계를 더욱 불안하게 하였으며 부모로서 무능력과 무가치감으로 연결되었다. 특히 불안정한 애착의 어머니는 낮은 사회성으로 주변에 도움을 요청하는데 어려움을 겪으며 신경증적·정신장애적 성향이 높게 나타나 회피적인 스트레스 대처 전략을 주로 사용하게 된다(김광은, 2004). 해결되지 못한 불안정한 애착 관계와 자녀 양육에서의 실패감은 한 개인으로서, 그리고 양육자로서의 자기비난에 시달리게 하였으며 사회적 관계로부터 더욱 고립시키는 결과를 가져왔다.

둘째, 자녀의 주양육자 이외의 안정 애착경험과 주양육자의 획득된 안정 애착으로의 성장은 양육에서의 안정화에 기여하였다. 주양육자였지만 자신의 외상경험에 매몰된 채 자녀에게 안정적인 애착 대상이 되어주지 못했던 나를 대신하여 남편은 아이의 불안과 혼란을 민감하게 진정시키고 달래주었다. 이는 어머니의 내적실행모델이 유아 애착에 미치는 영향이 20% 이하로, 유아의 애착형성에 영향을 미치는 다른 변인의 가능성(전효정, 2003)을 설명한다. 이현미(1996)는 아버지와 아이의 안정적인 애착형성은 어머니의 병리성으로 인한 영향을 감소시킬 수 있다고 함으로써 애착관계의 순환을 차단해주는 하나의 변인으로서 아버지의 역할의 중요성을 시사하였다. 현대의 사회적·경제적 변화는 여성의 사회진출과

부부간의 역할분담에 변화를 가져왔다. 현대의 아버지는 아동에게 있어서 더 이상 이차적 인물이 아니라 어머니와 동등한 능동적인 양육자로서 자녀의 발달에 직접적인 영향을 주는 인물이며 영아-아버지 간의 초기 관계는 영아-어머니 간의 초기 관계만큼 중요성이 있다(이영환, 1993). 이전에는 영아기 자녀의 정서 및 사회적 발달에 미미한 역할을 하는 생물학적 필수요인 정도로만 간주되었던(Park, 1990) 아버지의 역할이 양육에 직접 참여하는 시간의 증가에 따라 그 영향력이 커졌다. 아버지의 적극적인 양육참여는 자녀의 긍정적인 발달에 영향을 미치는데(Belsky, 1993) 어머니 처럼 중요하고 의미 있는 애착을 형성하며 온정적이고 민감한 안정적인 양육을 제공할 수 있다(Lamb, 2002).

또한 유년기 외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담공부 및 새로운 애착대상 경험은 외상이라는 심리적 등가성의 세계에서 간격을 갖게 함으로써 나의 불안정 애착 세계를 획득된 안정 애착으로 변화시켰으며 자녀 양육과정에서 안정적으로 진행 될 수 있게 하였다. 즉, 유년기의 외상 경험은 나의 애착 세계를 상실이라는 고통과 혼란으로 채워놓기도 하였지만 자녀 양육의 난관 앞에서 어찌지 못하고 있는 나에게 양육에의 길잡이가 되어주기도 하였다. Grille(2015)은 부모의 어린 시절의 감정기억은 양육의 힌트가 되어 주며, 부모는 행복한 감정기억에서든 아픈 감정기억에서든 양육에 도움을 받을 수 있다고 하였다. 어린 시절의 감정기억은 무엇을 원하고 싫어했는지를 떠올려 주며 아이의 내면세계를 깊이 이해하고, 강렬하고 거침없는 아이의 감정을 파악할 수 있게 도와준다.

불안과 두려움으로부터 자녀를 안전하게 보

호하고 싶었던 나의 모성은 유년의 내가 부모에게 원했던 것들에 대해 반추하게 하였다. 이러한 반추는 외상 후 성장 이론에서의 외상의 원인과 의미를 이해하는 과정인 의도적 반추로 설명할 수 있다. 외상 사건을 겪은 개인은 초기에는 비극적 외상이 반복되는 자동적이고 침습적인 반추(*intrusive rumination*)로 정신적 고통에 시달리게 된다. 하지만 이후 외상 이전의 인지 구조와 목표를 수정하고 외상으로 인한 정서적 고통을 다루기 위한 방법으로 자동적인 반추는 의도적 반추(*deliberate rumination*)로 변화된다. 성장적 반추라고도 할 수 있는 의도적 반추는 외상의 극복에 있어서 외상 경험을 반복적으로 되새기는 사고 활동을 통하여 자신의 일부로 통합시키는 인지적 처리 과정으로써 외상 후 성장에 기여한다 (Tedeschi & Calhoun, 2006). 의도적 반추는 애착 이론에서 우리 자신과 타인의 경험을 이해하고 의미를 만들어 낼 수 있도록 해주는 과정인 정신화로 설명할 수 있다. Fonagy와 Target (1996)은 인간에게 있어서 자신과 타인의 의도나 감정을 이해할 수 있는 정신화의 잠재력은 생득적이라고 보았으며 특히 초기 애착 관계의 상호 조절적 학습을 통해 발달된다고 보았다. 비록 초기 불안정한 애착관계에서 정신화의 발달이 저해되었지만 자녀를 안전하게 보호하고 싶었던 나의 경각심은 유년의 경험을 반추하게 함으로써 아이의 신호에 초점을 둘 수 있는 정신화로 안내하였다.

그리고 성장 과정 내내 상실로 인한 자신의 결손감을 이겨내고 싶었던 나는 마치 자석에 이끌리듯 상담공부에 매달리게 되었고 불안과 두려움에 대한 이해의 갈망으로 오랜 시간 개인분석을 받게 되었다. 상담공부는 나를 끊임 없이 괴롭히던 불안과 두려움의 실체를 조금

씩 확인할 수 있게 해주었으며 나의 내적 세계와 대인관계에 있어서 강력한 권위를 휘두르는 정신적 표상과 내적작동모델을 파악할 수 있게 하였다. 그리고 무엇보다 불안과 두려움을 아이의 삶에 그대로 투사하고 있는 나의 불안정한 애착 패턴을 조금씩 인식하게 되면서 아이의 삶에서 조금 뒤로 물러나는 여지를 가질 수 있었다. 특히 개인분석을 통한 새로운 애착 관계 경험은 상담공부로 알게 된 인식의 수준을 넘어 상실의 고통에 매몰되어 있는 유년의 나를 치유하였으며 안전기지라는 낯설지만 안정된 경험을 통해 외상 경험을 재해석하고 재구조화 할 수 있는 정신화가 발달할 수 있게 하였다. 나의 경우와 같이 생애 초기 부모와 비록 부정적인 경험을 하였음에도 현재 그것이 자신에게 끼친 영향력을 명확하게 인식하며 과거 부모의 행동에 대해 이해함으로써 내적작동모델을 긍정적으로 수정한 획득된 안정애착 성인에게는 따뜻한 지지를 제공해주는 대안적 지지대상의 역할이 중요하였다 (Saunders, Jacobvitz, Zaccagnino, Beverung, & Hazen, 2011).

외상 경험에 대한 의도적 반추와 상담공부 그리고 개인분석을 통한 새로운 애착관계 경험은 심리적 외상으로 발달이 중단되었던 나의 성찰적 기능인 정신화의 증진을 강화하였는데 이러한 과정은 내 아이의 성장과정과 맞물려 이루어졌다. Bowlby는 영아기부터 늦은 청소년기까지를 전체 미성숙기로 보았으며 성격형성의 중요한 시기로 ‘발달’이라는 용어는 전 생애에 적용되는 것이라고 하였다 (이경희, 2015). 비록 내가 아이의 영아기와 유아기 동안에는 불안정 애착의 심리적 등가성의 경험 세계에 매몰되어 있었지만 아주 미미한 속도로 아이의 성격형성 시기 전반에 걸쳐 느리지

만 점진적으로 정신화를 이루어나갔다. 이러한 점진적인 정신화는 불안정 애착에 기인한 많은 소통의 실패와 오류를 재개하고 복구하는 과정에 있어서 중요한 내적 기능이 되었으며 양육에의 어려움을 담아주는 안전기지가 되어주었다. 또한 정신화는 안정적인 정서조절능력으로 연결되어 나의 불안정 애착을 획득된 안정 애착으로 이끌었으며 부정적인 양육행동 대신 긍정적인 양육행동을 취할 수 있게 함으로써 양육에서의 안정화가 가능할 수 있도록 도움이 되어주었다.

이와 같은 나의 새로운 애착관계와 정신화의 성장은 아빠와 안정적인 애착관계를 갖고 있던 자녀와의 안정적인 상호작용에서 더욱 확고해졌는데 이는 애착형성에 있어 주양육자의 애착패턴이 일방향적으로 자녀에게 영향을 미치는 것은 아니라는 것을 보여준다. 엄마의 불안정 애착이 자녀의 애착 형성에 절대적 역할을 할 것이라는 우려와 달리 자녀는 자신의 외적환경 중 하나인 엄마의 불안정한 반응에 매몰되지 않고 자신이 이해되고 조울 할 수 있는 수준으로 다루어 나갔다. 아이는 성장함에 따라 엄마의 불안한 양육을 조금씩 건강하게 반영해 나갔으며 부모와 자녀 간의 경계를 서로가 이해되는 간격으로 만들어 나갔다. 즉 자녀의 정서에 대한 아버지의 담아내는 노력은 자녀의 자원이 되어 불안정한 엄마가 제공하는 심리적 경험에서 공간적 여지를 둘 수 있도록 하였다. 담아내기(containment)란 아이가 견딜 수 없었던 감정적인 경험을 아이가 견딜 수 있는 형태로 되돌려주는 것으로 양육자가 자녀의 불안을 담아낼 경우 자녀의 정신화 잠재력과 안정 애착 형성에 기여한다(Wallin, 2010). Beebe(2010)도 주양육자의 민감성보다 유아의 수반성(self-contingency) 그리고 어머

니와 유아의 상호작용적 수반성(interactive contingency)이 유아의 애착 형성에 있어서 더욱 높은 상관성이 있음을 제시하였다. 즉, 주양육자와 유아 간의 상호 작용에서 주양육자의 양육 행동이 일방적으로 유아에게 흡수되는 것은 아니며, 유아는 개인 내적 구조를 통해 외적자극을 자기 개념의 생성과정을 거쳐 주관적으로 통합하게 된다. 이는 주양육자의 반응과 자율적인 조절 상태의 교류로 이루어지는 상호 조절의 과정으로 유아는 적극적으로 주관적 자아를 형성해 나간다(차혜명, 김은영, 2016). 즉, 애착은 상태 의존적인 특성으로 내·외적인 상황에 따라 모순될 수 있으며, 상호주관적인 특성으로 양육자와 아이의 상호작용을 통해 형성됨을 알 수 있다(Wallin, 2010).

특히 획득된 안정에 속하는 성인들이 흔히 가까운 친구나 연인 그리고 또는 심리치료사들과의 감정적으로 중요한 관계를 맺고 있었던 것(Siegel, 1999)처럼 나의 개인분석을 통한 새롭고 안정된 애착관계 경험은 상담적·교육적 관점에서 고무적인 가능성을 제시한다. 일차적인 애착대상과의 관계가 충분하지 않았을 때, 대안적인 애착대상이 중요한 기능을 하는데(정고운, 2011) 친밀한 관계 경험은 성찰기능 또는 정신화 능력을 증진시키며 이는 초기 애착 관계에서의 외상적 경험에서 비롯되는 부정적 영향을 극복하고 긍정적인 양육태도를 증진시킬 수 있다(이현주, 안명희, 2012). 즉, 심리치료는 불안정 애착의 부모일지라도 자신의 발달 궤도를 뛰어넘어 안정된 자녀 양육을 하는데 기여할 수 있다는 것이다. 이와 같이 획득된 안정성(earned security)은 불안정과 정신적 외상을 한 세대에서 다음 세대로 물려주는 불리한 조건을 깨트리고 사람들이 잠재적으로 자신의 과거사가 주는 한계를 넘어설 수 있음

을 확인해준다(Wallin, 2010). 이러한 새로운 애착관계 경험에 의한 애착의 변화가능성은 교육현장에서 또한 적용의 함의를 갖는다. 즉, 교사가 아이에게 관심을 가지고 있고, 마음으로 소통할 수 있다면 아이는 지식을 더 쉽게 배우고 내면화 할 수 있는(Fonagy & Campbell, 2015) 가능성으로 연결될 수 있다.

셋째, 자문화기술지의 작업은 의도적 반추의 과정으로, 외상 경험을 재해석하고 재구조화함으로써 정신화 능력 제고에 기여하였다. 자문화기술지라는 글쓰기 작업을 통해 나의 외상 경험이 나의 불안정 애착 형성과 자녀양육에 끼친 영향을 반추해 보는 성찰적 과정은 지금까지는 미처 깨닫지 못했던 나의 삶의 경험과 관계들에 대한 새로운 관점을 제공하였다. 자기 고백적이고 성찰적인 연구 과정은 지금까지의 부정적이었던 외상의 경험들을 긍정적인 의미들로 재해석함으로써 결손된 나를 치유하고 통합하는 과정으로 연결되었다. 자전적인 글쓰기를 통해 나와 나의 어머니를 ‘심리적 외상을 겪은 주양육자’라는 동일한 입장에 두고 고찰해 보는 경험은 내게 단지 무력하고 취약하게만 보였던 어머니가 자신의 취약함과 삶이 주는 무게에도 불구하고 자신을 위해 버텨냈던 고귀한 인내와 사랑을 발견하게 하였다. 또한 내가 상실이라는 정신적 외상에 함몰되어 남편이 보낸 수많은 소통의 손길을 내쳤음에도 불구하고 여전히 아버지라는 자신의 역할을 묵묵히 지켜준 남편의 힘겨웠던 애씀을 선명하게 확인할 수 있게 하였다. 그리고 불안과 두려움에 휩싸여 자녀를 담아주지 못하는 엄마를 위해 자신의 잠재된 정신화로 건강하게 반응해준 내 아이의 깊은 애정과 정신적인 힘을 발견할 수 있었다.

이러한 진화되고 내면화된 개인의 삶 이야

기로 풀어내는 서술적 정체성은 재구성한 과거와 가시적인 미래를 통합시켜주며 삶의 방향성을 제시한다(McAdams & McLean, 2013). 또한 특정한 과거의 사건을 자기(The self)와 연결 지음으로써 자기를 안정적으로 유지시키거나, 변화시키는 것은 자서전적 기억들을 통일된 삶 이야기로 통합시키는데 매우 중요한 의미 부여 과정이다(McLean, 2005; McLean & Pratt, 2006). 이러한 과정은 특히 외상적 사건 혹은 부정적인 정서적 사건을 경험한 사람들이 과거를 긍정적으로 회복하기 위해서 과거의 경험을 이해하려는 인지적인 노력(McAdams & McLean, 2013)에 부합되며 획득된 안정형의 긍정적인 관계 경험, 종교 경험, 글쓰기 및 독서, 명상, 상담을 통한 자기 성찰 경험들은 애착의 비연속적인 특성에 대한 이해를 가능하게 한다(손정민, 2014). 즉, 나의 자문화기술지의 글쓰기 작업에서 얻게 된 성찰적 경험은 외상적 경험에 매몰된 상태에서는 결코 발견할 수 없었던 나의 긍정적 자원들을 발견하게 함으로써 불안과 두려움으로 떨고 있는 취약한 나와의 통합을 이루게 하였다.

이상의 논의를 통해 살펴본 본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 연구 참여자이기도 한 연구자가 자신의 삶의 이야기를 연구 대상으로 하여, 주양육자의 애착경험이 자녀의 양육에 미치는 양상과 그 내밀한 심리적 역동을 살펴보았다. 이는 타자의 경험을 연구 대상으로 하는 기존의 질적 연구와 차별되는 것으로, 인터뷰 등을 통해 수집한 자료에서는 탐색하기 힘든 경험에서의 내밀한 심리적 역동의 탐색이 가능하였다. 즉, 연구자가 연구자이자 연구 참여자로 주양육자인 자신의 애착경험이 자녀의 양육과정에서 어떠한 양상으로 나타나는지를 내밀하고도 생생하게 그려낼 수

있었다. 이러한 연구자의 양육과정에서의 고백적이고 심층적인 경험을 수집하고 분석하는 과정은 애착 전이의 실체에 대한 이해를 도울 수 있다. 또한 안정적인 양육에 기여하는 동인에 대한 탐색은 부모의 애착 패턴의 변화와 안정 애착 형성을 위한 지향점을 제시한다. 이와 같이 연구자의 개인사 서술 및 자서전적 사고를 이용한 연구는 과거의 경험이 현재의 개인에게 부여하는 의미와 영향을 다룸으로써 전 생애적 관점에서 자기의 발달을 이해할 수 있는 유용한 도구가 된다(McLean, Pasupathi, & Pals, 2007).

둘째, 자문화기술지 작업을 통해 연구자가 연구 참여자로서 자신의 이야기를 다루어 나가는 과정은 자신과 타인 그리고 환경에 대한 이해라는 자문화기술지의 고유의 목적이외에 연구자 자신의 삶의 변화를 이끌었다. 연구의 자료 수집 및 분석의 과정은 자녀와 남편에 대한 관점을 변화시켰고 애착 외상을 복구하는 기회가 되었으며 가족 간의 친밀감과 응집력을 굳건하게 하는 결과를 이끌었다. 즉, 연구자 자신의 삶의 경험에 대해 객관적인 관점을 유지하면서 성찰해 나가는 자문화기술지 연구과정은 치유의 과정이 되었다.

셋째, 자녀의 애착 형성에는 주양육자의 애착 패턴만이 일방향이치지 않으며 발달 초기에 형성된 애착 패턴일지라도 새로운 애착대상 경험이나 양육환경으로 변화될 수 있음을 파악하였다. 초기 발달과정에서 불안정한 애착을 형성하였다더라도 안정되고 진정시켜주는 새로운 애착대상 경험 혹은 주양육자의 자기 성장을 포함한 양육환경의 안정적인 변화는 안정된 애착 형성에 기여한다. 즉, 유아기 주양육자와의 관계에서 형성된 애착 패턴은 불변하거나 고정된 형태로 지속되는 것이 아니

라 중요한 타자와의 관계나 중요한 삶의 경험에 의해 불안정 애착에서 안정 애착으로 변화될 가능성이 있다(Berscheid, 1994).

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 연구자 한 개인의 양육경험을 연구 자료로 삼았는데 한계가 있다. 따라서 불안정 애착 패턴을 가진 다양한 주양육자의 범위를 확장할 필요가 있으며 주양육자의 애착 패턴이 자녀의 애착 형성에 미치는 양상의 차별점을 살펴볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 자녀 양육과정에서 주양육자인 어머니의 애착이 미치는 양상과 자녀와 어머니의 상호주관적인 작용과정만을 다루었다는데 한계가 있다. 주양육자인 어머니의 불안정 애착이 양육에 미치는 양상은 선명하게 그려진 반면 또 다른 양육자인 아버지의 애착의 양상은 단편적으로 기술되어 아버지의 애착이 어떠한 과정을 거쳐 자녀 애착 형성에 기여하는지 연구할 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 안정적인 양육에 기여하는 주양육자 이외의 요인들의 다양성을 살펴보는 데 있어서 한계가 있다. 자녀의 안정애착 형성에 있어서 어머니의 변인이 주로 고려되고 있지만 어머니 또한 사회체계 내의 한 부분으로 다른 부분들과의 상호작용 과정에 놓여져 있다. 따라서 애착 형성의 요인을 고찰하는데 있어서 한 개인의 행동에 영향을 미치는 개인의 특성, 가족의 역동, 사회적지지, 사회경제적 지위 등 보다 넓고 다양한 하위요인들에 관심을 두고 주양육자 외에 애착 형성에 미치는 심리적, 사회적 맥락을 함께 살펴보는 것이 필요하다(김유진, 2004). 넷째, 본 연구는 연구자의 불안정한 애착경험을 자료로 삼고 있으나 연구자의 애착유형에 대한 성인애착면접 평가가 이루어지지 않았으며 연구자가 연

구참여자인 자녀의 성인애착면접 평가에 공동 참여함으로써 한계를 지닌다. 본 연구에 앞서 연구자가 소속되어 있는 애착 연구모임과 애착이론 전문가인 상담학 교수 1인은 연구자의 유년기 애착유형을 불안정 집착형으로 분류하였다. 또한 연구자의 현재의 애착유형이 논문에서 언급되었던 바와 같이 지속적인 상담공부와 개인분석을 통해 어느 정도 획득된 안정 애착으로 분류 될 수 있다는 데 의견이 일치하였다. 더불어 연구자는 자신의 불안정 애착 경험을 논문에 구체적으로 제시함으로써 성인 애착면접 결과를 대신하여 연구자의 불안정 애착 배경에 대한 이해를 돕고자 하였다. 또한 자녀의 성인애착면접은 공동으로 진행되었는데 주요 질문과 워드작업은 연구자가, 심층적이고 보충적인 질문과 녹취는 애착연구자인 박사1인이 수행하였다. 비록 애착면접의 신뢰성과 객관성을 확보하기 위해 연구자가 주의와 노력을 기울였으나 연구 참여자와 관련되지 않은 제 3자에 의한 평가가 필요하다.

참고문헌

- 곽소현 (2006). 어머니의 아동기 애착, 정서, 양육행동과 아동의 문제행동의 경로모형 분석 -문제군과 일반군을 대상으로. 성균관대학교 대학원 석사학위논문.
- 김광은 (2004). 성인 애착 유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처방식. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(1), 53-69.
- 김명찬 (2015). 나는 왜 서울대학교 박사가 되어야 했다. 교육인류학연구, 18(2), 163-195.
- 김유진 (2004). 영아의 안정애착 유발요인 연구. 아동복지연구, 2(2), 1-15.
- 김재희 (2000). 지각된 양육태도와 내적작동모델 애착의 상관과 세대간 전이: 부적응 청소년 집단과의 비교. 덕성여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김지영, 민하영 (2010). 유아기 자녀를 둔 어머니의 성인애착과 삶의 만족도가 애정적-거부적 양육행동에 미치는 영향. 한국보육지원학회지, 6(1), 137-155.
- 김혜영 (1995). 저소득층 어머니의 결혼만족도, 양육행동 및 아동의 사회적 능력. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김희주 (1997). 아버지 자녀양육 참여도 및 양육행동에 영향을 미치는 변인들. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 모정은 (2011). 초등학생 모의 모애착, 아동의 부모애착 및 또래애착과 학교생활적응과의 관계. 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박세봄 (2014). 어머니의 원가족 애착경험과 양육행동 간의 관계: 부부관계의 매개효과. 덕성여자대학교 문화산업대학원 석사학위논문.
- 박성연, 하유미 (2012). 어머니의 성인애착, 부정 정서 및 정서조절 양식이 양육행동에 미치는 영향. 인간발달연구, 19(2), 175-195.
- 박응임 (1995). 영아-어머니간의 애착유형과 그 관련변인. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 박혜경 (2014). 어머니 대모애착 및 양육효능감이 유아의 애착에 미치는 영향. 광주여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 서미경 (2014). 애착의 변화: 획득된 안정애착과 현재의 불안정애착을 중심으로. 카톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.

- 서수정 (2001). 정서적 학대 예방을 위한 부모교육 프로그램 개발 및 효과 검증: 안정애착 형성을 중심으로. 이화여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 손정민 (2014). 획득된 안정애착 어머니 특성에 관한 연구: 자녀 애착, 정서조절전략, 결혼 만족도를 중심으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 안명희 (2010). 모의 불안정 성인애착과 심리적 통제. 한국심리학회지: 여성, 15(4), 691-710.
- 우복례 (2003). 애착문제/장애아동 어머니와 비임상 아동 어머니의 양육 경험 내적 실행 모델 차이에 관한 연구: AAI(The Adult Attachment Interview)를 중심으로. 한신대학교 대학원 석사학위논문.
- 원수연 (2014). 유아기 자녀를 둔 취업모의 아동기 애착경험 및 부모역할만족도와 양육행동 간의 관계. 덕성여자대학교 문화산업대학원 석사학위논문.
- 원자희 (2004). 어머니의 애착유형 및 부부의 갈등해결방식과 자녀의 애착유형. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 유영미 (2004). 어머니의 양육체계와 유아의 애착체계간의 관계. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 유지영 (2014). 아버지 자녀양육의 책임성 (responsibility)에 관한 연구: 개념, 특성, 항목 구성. 사회복지정책, 41(4), 19-37.
- 이경희 (2015). 아동 인성 형성에 미치는 영, 유아기 양육환경의 영향력. 동광, 110, 79-115.
- 이고은 (2010). 성인 애착 표상의 세대간 전이: 미주 한인 1세대 어머니와 대학생 자녀를 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 이동성 (2012). 질적 연구와 자문화기술지. 경기: 아카데미프레스.
- 이영환 (1993). 낯선 상황에서 영아의 아버지에 대한 애착 유형. 경희대학교 박사학위논문.
- 이영환, 백지은 (1998). 아버지의 양육행동과 유아의 애착, 사회적 능력과의 관계. 미래유아교육학회지, 5(1), 1-28.
- 이현미 (1996). 어머니의 부모에 대한 애착과 아동의 애착 안정성. 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이현주, 안명희 (2012). 어머니의 불안정 성인애착이 청소년 자녀에 대한 심리적 통제에 미치는 영향. 한국심리학회지: 여성, 17(3), 413-434.
- 이혜승 (2000). 부모의 아동기 애착이 양육행동에 미치는 영향. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이희용 (2007). 한 고등학교 국어 교사의 성장 체험: 자기 내러티브(self-narrative). 교육인류학연구, 10(2), 131-169.
- 장미자 (1998). 애착의 세대간 전이: 어머니의 내적실행모델과 영아의 애착유형. 경희대학교 대학원 박사학위논문.
- 전효정 (2003). 어머니-유아 애착의 세대간 전이의 매커니즘: 어머니의 내적 실행모델과 자녀양육 행동이 유아의 애착유형에 미치는 영향. 열린유아교육연구, 8(3), 159-174.
- 정경화 (2013). 어머니 대모애착 및 양육효능감과 영아와 유아의 발달 단계에 따른 애착 및 기질과의 관계. 배재대학교 대학원 박사학위논문.
- 정고운 (2011). 보상애착 대상으로서의 하나님에 대한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학

- 위논문.
- 정혜승 (2000). 어머니 자신의 부모 애착 및 양육행동과 자녀 애착과의 관계. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 진미경 (2009). 성인의 원부모와의 애착 표상과 낭만적 애착 및 아동기 양육 경험과의 관계에 대한 연구. *한국놀이치료학회지*, 12(1), 117-128.
- 차혜명, 김은영 (2016). 정신화(mentalization) 개념을 통한 애착 이론과 정신 분석의 재조명: 정신화의 경험적 기반과 측정의 임상적 함의. *한국심리학회지: 일반*, 35(1), 167-190.
- 최옥자 (2006). 어머니의 아동기 부모애착이 자녀의 양육행동에 미치는 영향. 한성대학교 교육대학원 석사학위논문.
- Adam, E. K., Gunnar, M. R., & Tanaka, A. (2004). Adult attachment, parent emotion, and observed parenting behavior: Mediator and moderator models. *Child Development*, 75(1), 110-122.
- Ainsworth, M. D. S. (1963). The development of infant-mother interaction among the Ganda. In B. M. Foss (Ed.), *Determinants of infant behavior II*(pp. 67-112). New York: Wiley.
- Ainsworth, M. D. S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Beebe, B. (2010). Mother-infant research informs mother-infant treatment. *Clinical Social Work Journal*, 38(1), 17-36.
- Belsky, J. (1993). Promoting father involvement-an analysis and critique: Comment on silverstein. *Journal of Family Psychology*, 7(3), 287-292.
- Berscheid, E. (1994). Interpersonal relationships. *Annual Review of Psychology*, 45(1), 79-129.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. v.2, Separation: anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Chang, H. (2008). *Autoethnography as method*. Walnut Creek, California: Left Coast Press, Inc.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663.
- Crowell, J. A., & Feldman, S. S. (1988). Mothers' internal models of relationships and children's behavioral and developmental status: A study of mother-child interaction. *Child Development*, 59(5), 1273-1285.
- Duncan, M. (2004). Autoethnography: Critical appreciation of an emerging art. *International Journal of Qualitative Methods*, 3(4), 28-39.
- Erickson, M. F., Sroufe, L. A., & Egeland, B. (1985). The relationship between quality of attachment and behavior problems in preschool in a high-risk sample. In I. Bretherton & E. Waters (Eds.), *Growing points of attachment theory and research: Monographs of the society for research in child development*. 50 (pp. 147-166). Chicago: University of Chicago Press.
- Fearon, P., Shmueli-Goetz, Y., Viding, E., Fonagy, P., & Plomin, R. (2014). Genetic and environmental influences on adolescent attachment. *Journal of Child Psychology and*

- Psychiatry*, 55(9), 1033-1041.
- Fonagy, P., & Campbell, C. (2015). Bad blood revisited: Attachment and psychoanalysis, *British Journal of Psychotherapy*, 31(2), 229-250.
- Fonagy, P., & Target, M. (1996). Playing with reality I. The *International Journal of Psycho-Analysis*, 77(2), 217-234.
- Grice, H. P. (1975). Logic and conversation. In P. Cole, & J. L. Morgan (Eds.), *Syntax and semantics III: Speech acts* (pp. 41-58). New York: Academic Press.
- Grille, R. (2015). 0-7세, 감정육아의 재발견: 7세까지 경험한 감정은 두뇌에 저장되어 아이의 행동과 성격을 결정한다. (이주혜 역). 서울: 글담.
- Hesse, E. (1999). The adult attachment interview: Historical and current perspectives. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (pp. 395-433). New York: Guilford Press.
- Jones, S. H. (2005). Autoethnography: Making the personal political. In N. K. Denzin & Y. S. Lincoln (Eds.), *Handbook of qualitative research* (3rd ed.) (pp. 763-791). Thousand Oaks, CA: Sage.
- Lamb, M. E. (2002). Infant-father attachments and their impact on child development. In C. Tamis-LeMonda & N. Cabrera (Eds.), *Handbook of father involvement: Multidisciplinary perspectives* (pp.93-117). Mahwah, New Jersey: Erlbaum.
- Lyuten, P. (2015). Unholy questions about five central tenets of psychoanalysis that need to be empirically verified. *Psychoanalytic Inquiry*, 35, 5-23.
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233-238.
- Main, M. (1995). Attachment: Overview, with implications for clinical work. In S. Goldberg, R. Muir, & J. Kerr (Eds.), *Attachment theory: Social, developmental and clinical perspectives*, (pp.407-474). Hillsdale, New Jersey.: Analytic Press.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. In I. Bretherton & E. Waters(Eds.), *Growing points of attachment theory and research: Monographs of the society for research in child development*. 50(1-2) (pp.66-104), Chicago: University of Chicago Press.
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth strange situation. In M. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment during the preschool years: Theory, research and intervention* (pp. 121-160). Chicago: University of Chicago Press.
- McLean, K. C. (2005). Late adolescent identity development: narrative meaning making and memory telling. *Developmental Psychology*, 41(4), 683-691.
- McLean, K. C., Pasupathi, M., & Pals, J. L. (2007). Selves creating stories creating selves: A process model of self-development. *Personality and Social Psychology Review*, 11(3), 262-278.
- McLean, K. C., & Pratt, M. W. (2006). Life's

- little (and big) lessons: Identity statuses and meaning-making in the turning point narratives of emerging adults. *Developmental Psychology*, 42(4), 714-722.
- Pinquart, M., Feussner, C., & Ahnert, L. (2013). Meta-analytic evidence for stability in attachments from infancy to early adulthood. *Attachment and Human Development*, 15(2), 189-218.
- Russell, C. (1999). *Experimental ethnography: The work of film in the age of video*. Durham: Duke University Press.
- Saldaña, J. (2009). *The coding manual for qualitative researchers*. Los Angeles, California: Sage.
- Saunders, R., Jacobvitz, D., Zaccagnino, M., Beverung, L. M., & Hazen, N. (2011). Pathways to earned-security: The role of alternative support figures. *Attachment and Human Development*, 13(4), 403-420.
- Siegel, D. J. (1999). *The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are*. New York: Guilford Press.
- Spry, T. (2001). Performing autoethnography: An embodied methodological praxis. *Qualitative Inquiry*, 7(6), 706-732.
- Sroufe, L. A. (1986). Appraisal: Bowlby's contribution to psychoanalytic theory and developmental psychology; Attachment Separation: Loss. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 27(6), 841-849.
- Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child development*, 48(4), 1184-1199.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2006). Time of change? The spiritual challenges of bereavement and loss. *Omega-Detroit Then New York*, 53(1-2), 105-116.
- Trahar, S. (2009). Beyond the story itself: Narrative inquiry and autoethnography in intercultural research in higher education. *Forum: Qualitative Social Research*, 10(1), 1-20.
- Van Ijzendoorn, M. H. (1995). Adult attachment representations, parental responsiveness, and infant attachment: A meta-analysis on the predictive validity of the Adult Attachment Interview. *Psychological Bulletin*, 117(3), 387-403.
- Wallin, D. J. (2010). *애착과 심리치료*. (김진숙, 이지연, 윤숙경 역). 서울: 학지사.

원 고 접 수 일 : 2017. 03. 20

수정원고접수일 : 2017. 06. 30

게재결정일 : 2017. 08. 14

The Experience of Parenting and Stabilization of Insecure Attachment Mothers: An Autoethnographic Study

Su An Kim

Myeung Chan Kim

Inje University

This study investigated insecure attachment among foster mothers, and its impact on the child rearing process; specifically, what influences stabilization in parenting processes, in spite of insecure attachment. Reliability and validity of data collection and analysis were secured via triangulation and long-term coding was conducted on collected parenting experiences. Results showed that insecure attachment in the main foster mother decreased both the parenting role and quality. Results also revealed that attachment between the main foster parent and the child is not unilateral, but formed through the process of reciprocal regulation. Moreover, the child's secure attachment experience with a person, other than the main fosterer, and the acquired secure attachment of the main fosterer contributed to the stabilization of parenting processes.

Key words : *autoethnography, attachment, parenting, mentalizing, self-introspection*