

## 대인 외상적 폭력을 경험한 대학생들의 적응 과정: 아동청소년기 대인 외상 경험과 대학 입학 후 경험을 중심으로\*

박 경 은<sup>†</sup>

세명대학교

김 선 영

연세대학교

본 연구는 아동청소년기 대인 외상적 폭력을 경험한 대학생들의 대학입학 후 드러난 심리적 어려움과 적응의 과정을 탐색하기 위한 목적에서 실시되었다. 이를 위해, 아동청소년기 대인 외상적 폭력을 경험한 대학생 12명을 심층인터뷰 하여 모아진 자료를 근거이론을 통해 분석하였다. 그 결과 총 157개의 개념과 56개의 하위 범주, 26개의 상위범주가 도출되었다. 과정 분석의 결과에서는 대인 외상적 폭력을 경험한 대학생들의 적응의 과정이 총 6단계로 ‘시험 단계’, ‘모델링 단계’, ‘도약 단계’, ‘확신 단계’, ‘경계설정 단계’, ‘상호성 단계’를 거치는 것으로 나타났다. 마지막 유형분석의 결과에서는 중재 조건에 해당하는 ‘새로운 환경의 적응 능력’의 차원과 작용/상호작용 전략 조건에 해당하는 ‘내적/외적 시도’의 차원을 두 축으로 총 네 가지 유형인 ‘내적성찰 극복형’, ‘외적관계 극복형’, ‘내적성찰 정체형’, ‘외적관계 정체형’을 도출하였다. 이러한 결과를 바탕으로 선행연구와의 비교 분석을 제시하고, 새롭게 발견된 점, 이후 지속해야 할 연구 주제 및 임상현장에서 유의해야 할 점 등을 논의하였다.

주요어 : 대인 외상적 폭력, 대학생, 심리적 어려움, 적응 과정, 근거이론

\* 본 연구는 세명대학교 교내연구 지원에 의해 수행되었음.

† 교신저자 : 박경은, 세명대학교 교양대학, 충북 제천시 세명으로 65 세명대학교 학술관 419호,

Tel: 043-649-1662, E-mail: p4a7r4k3@semyung.ac.kr

2018년 3월 한국대학교육협의회(대교협)에서 발표한 대학생의 심리적 위기 실태조사 연구 결과(오혜영, 2018)에 따르면, 전국 대학생 2,600명 중 74.5%(위험군 41.2%, 잠재 위험군 34.2%)의 학생들이 높은 수준의 불안을 경험하는 것으로 나타났다. 우울 증상도 43.2%(위험군 18.8%, 잠재 위험군 34.2%)로 나타났으며, 우울 증상과 관련이 높은 자살 시도 경험에 있는 학생들은 약 1.6%로, 우리나라 전 국민 자살 시도율 0.8%에 비하여 2배 이상의 높은 수치를 나타냈다. 이러한 심리적 위기와 함께 대학 적응과 관련된 조사 결과에서는 학업적응의 어려움은 24.7%로 나타난 것에 반해, 관계 적응의 어려움은 73.3%로 나타났다. 신지영, 이동훈, 이수연, 한윤선(2015)이 서울, 부산, 경남 지역 대학생 624명을 대상으로 조사 연구한 결과에 따르면, 약 97.9%에 해당하는 학생들이 일생 동안 한 번 이상의 외상을 경험한 적이 있으며 이 외상은 대부분 대인관계 문제와 관련이 높았던 것으로 나타났다. 여기에는 관계 갈등과 다툼, 언쟁 등이 포함됐으며, 이외 외상 사건으로 가족구성원과의 갈등, 다툼, 주변인의 배신, 충격, 적응의 어려움(집단 괴롭힘, 언어 및 신체적 폭력) 등이 포함되었다.

심리사회발달이론을 정립한 Erickson(1979)에 의하면, 대학생 시기는 인생의 발달과업으로 친밀감을 획득해야 하는 때이다. 달리 말해, 후기 청소년기와 초기 성인기를 지나는 대학생들이 이뤄 나가야 할 중요한 인생의 과업은 새롭고 친밀한 관계적 경험을 쌓아 나아가는 일이다. 또한 이 시기의 중요한 발달 과업으로 자아 정체감(self identity)이 확립되기 때문에, 다양한 관계적 경험이 자신의 정체감을 형성하는데 어떠한 영향을 미치는지 살펴볼

필요가 있다. 대학시절의 관계는 중·고등학교 시절 수동적으로 제공된 환경과 달리, 능동적 선택과 적극적 관계 형성의 행위를 통해 이뤄지는 특징이 있다. 따라서 이 시기에 다양한 배경과 지위에 속한 사람들을 만날 뿐 아니라, 이성관계가 자유롭게 허락되는 특징이 관계의 양적, 질적 경험을 결정한다고 볼 수 있다. 아동청소년기 관계에서 외상적 폭력을 경험한 대학생들은 변화된 환경 속에서 다양한 적응의 어려움들을 보이고 있기 때문에, 이들의 심리적 어려움은 무엇이고 그것을 어떻게 다루어 나가는지를 세밀하게 탐구해 볼 필요가 있겠다.

아동청소년기 폭력을 경험한 대학생들의 심리적 어려움은 대인관계 문제에서 비롯되어, 다양한 적응의 어려움을 초래할 수 있다. 특히, 아동청소년기에 경험한 대인관계에서의 폭력, 갈등 및 다툼이 외상적 경험으로 자리한 경우 그 영향은 더욱 만성적이고 심각할 수 있다. 대인관계에서 발생한 외상을 일명 대인 외상(interpersonal trauma)이라고 한다. 대인 외상은 비대인 외상(impersonal trauma)과 구별되는 것으로 외상의 원인이 사람에게 의해 발생하는 것을 뜻한다(Allen, 2005; Allen, 2010). 따라서 대인 외상은 학대와 유기 및 신체적, 성적 폭력이 포함된다(이현정, 장희순, 2014; Kilpatrick et al., 2000). 또한, 사랑하는 사람과의 사별(윤명숙, 박아란, 2015) 및 이별과 배신과 같이 정서적 폭력을 대인 외상에 포함시키고 있으며(장진이, 2010), 따돌림(김혜원, 2011; 신지영 등, 2015) 및 가까운 지인들과의 다툼(박선정, 2015)등과 같이 관계에서 일어날 수 있는 고통스러운 사건 또한 대인 외상의 범주로 포함시키고 있다.

대인 외상은 비대인 외상에 비해 더욱 심각

한 심리적 후유증을 낳을 수 있는데, 외상 후 스트레스 장애(PTSD)를 비롯해(Cogle, Resnick, & Kilpatrick, 2013), 우울(Copeland, Wolke, MRCPsych, & Costello, 2013; Lumley, & Harkness, 2007), 불안 외 다양한 생활상의 부적응(Stapinski et al., 2014; Romito, & Grassi, 2007), 분노조절의 어려움(안규민, 2016), 정서 조절의 곤란(Taylor, Asmundson, & Carleton, 2006) 및 자살의 위험성이 증가(윤명숙, 김서현, 2012)할 수 있다. 특히, 부모 및 친구 등과 같이 친밀한 대상과의 관계에서 정서 및 신체적 학대와 폭력, 따돌림 등을 경험했을 때 그 영향은 더욱 심각한 것으로 보고되고 있다(김지애, 2013; Allen, 2005). 대인 외상 경험이 부정적 영향을 미칠 것이라는 단편적 결과의 한계를 극복하고자 학대 유형에 따라 각기 다른 심리적 영향을 보일 수 있다는 연구 결과를 주목해 볼 필요도 있다. 박선미(2017)의 연구에 의하면, 아동기에 경험한 정서적 학대는 대학생의 심리적 경직성을 통해 회피적 대인 관계를 형성할 가능성을 높였던 반면, 신체적 학대 경험은 분노표출과 공격적인 행동 등 외현화된 문제를 일으킬 가능성을 높였던 것으로 나타났다. 이러한 연구 결과들은 관계의 외상적 경험이 적응의 문제를 일으킬 수 있다는 점을 지적하고 있으나, 이에 반해 외상적 경험에도 불구하고 회복과 적응, 더 나아가 성장의 결과를 보여준 연구들 또한 지속되고 있다.

외상적 경험의 긍정적 결과를 보여주는 연구들은 외상적 경험이 외상 사건만으로 부정적 결과를 초래하지 않는다는 점에 주목한다(Linley & Joseph, 2004). 외상 사건으로 인한 영향은 이를 체험한 각 개인이 그 사건을 어떻게 받아들이는지에 따라 달라진다(한노을,

2008; Tedeschi, & Calhoun, 2004). 즉, 외상을 경험한 한 개인이 사건을 어떻게 해석하는지, 사건의 의미를 어떻게 구성하는지, 그 결과를 어떻게 수용하는지가 사건으로 인한 영향을 결정한다. 따라서, 외상 이후의 한 개인이 어떠한 적응과 회복을 거치는지 대처 전략을 살피는 것이 필요하다. Littleton, Horsley, John와 Nelson(2007)에 의하면 이러한 대처 전략에는 소극적 방식과 적극적 방식이 있다. 소극적 방식은 외상 사건으로 인한 부정적 사고와 정서를 억압하고 문제 해결에 대한 동기가 저조하며 비슷한 경험을 최대한 회피하려는 시도에 해당한다. 반면, 적극적 방식은 외상 사건으로 인한 부정적 사고와 정서를 있는 그대로 경험하며 문제를 적극적으로 대처하고 해결하기 위한 시도에 해당한다.

대처 전략은 각 개인을 둘러싼 내외적 보호요인으로 건설적인 회복을 이끌 수 있다. 예를 들어, 자신의 경험을 드러내어 말할 수 있는 자기개방은 외상을 극복하는데 중요한 요인으로 언급되고 있다(Calhoun & Tedeschi, 2006). 내적 요인 가운데 한 개인이 보유한 심리적 탄력성(resilience)은 외상 사건으로 인한 부정적 영향을 최소화할 수 있는 역량 가운데 하나로 각광받는다. 이러한 심리적 탄력성은 고통을 견뎌내는 심리적, 사회적, 영적 힘으로 작용하며, 회복을 넘어 한 단계 더 나아간 성장을 경험하도록 이끈다(Bonanno, 2005). 이러한 심리적 탄력성에는 자아존중감, 관계 기술과 유연성 등이 포함된다(Masten, 2004), 외적 요인 가운데 사회적 지지는 중요한 보호요인이 된다(유계숙, 이승출, 이혜미, 2013; Calhoun, & Tedeschi, 2006). 이러한 사회적 지지는 외상 후 성장을 이끌 수 있는 요인으로 주변인들의 정서적 지지뿐 아니라 전문가의

지지, 환경의 변화가 포함된다(김영애, 최윤경, 2017). 이러한 사회적 지지는 그것을 받아들이는 개인의 지각수준이 더욱 중요한 요인으로 지적되고 있다(양민경, 2013). 지각된 사회적 지지는 자신의 문제를 적극적으로 대처해 나가는 행동력으로 이어질 수 있기 때문이다. 하지만 사회적 지지가 제공되고 있는 상황에서도 자신이 폭력의 희생자로 자처하며, 어느 누구에게도 어떤 도움을 받을 수 없을 것이라는 지각이 작용하는 경우에는 더욱 심각한 적응의 문제를 일으킬 수 있다(Newman, Holden., & Delville, 2005).

따라서 외상 사건의 의미를 평가하고 해석하는 인지적 과정이 이후 적응의 질을 결정하는 중요한 역할을 한다고 볼 수 있겠다. 이러한 외상 사건으로부터 회복하기 위한 노력의 일환으로 사건의 의미를 끊임없이 반추하며, 그 사건을 자기 삶의 의미 있는 경험으로 통합해 나가는 것을 ‘인지적 처리’라고 한다. Tedeschi와 Calhoun(2004)은 한 개인이 외상 사건을 경험한 이후 그 사건으로 인한 충격에서 벗어날 뿐 아니라, 회복을 넘어 성장을 향해 나아가는 데 있어 중요한 요소로 인지적 처리 과정에 주목하였다. 인지적 처리는 외상 사건을 끊임없이 떠올리며 그것의 의미를 탐색하는 반추적(rumination) 과정 속에서 일어난다. 반추적 과정은 그 당시 경험했던 감정을 불러 일으키기 때문에 매우 고통스럽지만, 이를 통해 성찰한 의미의 해석은 현재의 고통을 견뎌 나갈 수 있는 새로운 경험을 제공해 준다. 이러한 인지적 처리를 Calhoun와 Tedeschi(2006)는 의도적 반추로 명명하였고, 이후 Joseph, Murphy와 Regal(2012)의 연구에서는 이러한 인지적 처리는 정서상태의 변화까지 수반할 수 있다는 정서 인지 처리 모델(affective-cognitive

processing model)을 제안하였다. 이처럼, 한 개인의 인지체계 및 구조, 인지적 처리 과정이 이후 적응의 결과를 결정하는 중요한 요인으로 언급되고 있지만, 이 과정이 무엇을 영향을 받아 어떻게 변화되어 가는지 세밀하게 드러낸 연구들이 부족한 실정에 있다.

아동·청소년기의 폭력 등 외상적 관계 경험을 가진 대학생들의 적응 과정에 기여하는 중요한 요인 가운데 하나로 자신 및 타인에 대한 개념 및 신념이 있다. 외상적 관계 경험으로 인해 형성된 부정적 자기 개념은 일관되고 통일된 자신에 대한 믿음을 유지하기 어려워하며(최은영, 안현의, 2011), 자기 처벌적인 행동으로 이어져 자기 비난 및 자해 등의 극단적인 형태로 나타나기도 한다(Glassman, Weierich, Hooley, Deliberto., & Nock, 2007). 아동청소년기의 대인 외상 경험은 자기 존재에 대한 인식을 왜곡할 뿐 아니라 내면화된 수치심으로 관계 형성을 주도하는 건강한 주체자로 기능할 수 없게 만든다(최은영, 2010). 따라서 내면화된 수치심은 다양한 상호작용의 관계적 경험이 축적되는 초기 성인기의 부정적 대인관계 형성에 영향을 미친다(이태영, 심혜숙, 2011). 더불어, 대인 외상 경험은 관계 형성의 가장 기초가 되는 신뢰감 구축의 어려움을 만들기 때문에(Williams, 2006), 대인관계형성에 지속적인 어려움을 야기할 수 있다. 따라서 대인 외상은 자기 자신에 대한 개념(self)에 손상을 초래할 뿐 아니라 대인관계와 관련된 신념과 믿음에 부정적 영향을 끼치게 된다(Salo, Punamaki, & Qouta, 2004). 하지만, 한 개인이 가진 자아탄력성 등의 긍정적 성격특성 및 긍정적 관계 경험은 외상 경험에도 불구하고 긍정적 신념을 유지하게 하는 보호요인이 될 수 있다는 연구 결과들(박은아, 2015; 주소

회, 2016)이 있었다. 이러한 결과들은 외상적 관계 경험이 한 개인의 고유한 심리적 특성과 다양한 발달적 과제 및 현실에서의 경험들과 어떻게 상호작용하여 적응의 과정을 만들어 나가는지를 조금 더 세밀하게 살펴볼 필요성을 제시해 준다.

외상 경험자들의 적응 과정을 질적 연구로 살펴본 연구로 장은진(2017)의 연구는 범죄 피해 외상 경험자들의 심리적 어려움과 대처 과정은 인식 부정 단계, 혼란 수용 단계, 대처 변화 단계, 의미 부여의 4단계를 제시하였다. 특히 대처 변화 단계에서는 앞선 연구들이 대처 전략으로 제시했던 문제 중심적 대처 전략과 정서 중심적 대처 전략이 명확히 구분되지 않으며, 정서 중심적 대처에서 문제 중심적 대처로 이행될 수 있다는 점을 지적하였다. 따라서 외상 경험자들의 대처 전략은 단편적이지 않으며, 시간의 흐름에 따라 어떤 전략을 구사하는지 살펴볼 필요성이 있음을 언급하였다. 더불어, 김영애, 최윤경(2017)의 연구에서도 외상과 관련된 이제까지의 연구는 외상 후 부정적 영향에 초점이 맞춰져 있어 긍정적 적응과 회복은 조명되지 못한 한계를 지적하면서, 특히 외상 후 성장(Post Trauma Growth, 이하 PTG)의 연구는 단편적으로 이해될 수 없고 시간의 경과에 따른 과정적 이해가 필요하다는 점을 지적하였다. 본 연구에서는 다음의 연구들에서 지적한 이전 연구들의 한계에 동감하면서, 본 연구 주제에 해당하는 대인 외상을 경험한 대학생들의 심리적 어려움과 적응의 과정을 탐색하고자 하였다.

본 연구 주제와 관련된 이제까지의 연구들은 외상적 폭력의 관계 경험이 심리적 부적응을 초래하며, 부정적 관계 형성을 지속시킬 수 있다는 것(고나래, 2008; 모상미, 2014; 한

수경, 2013)과 외상을 경험한 각 개인이 가진 대처 전략 및 내외적 요인들에 의해 적응과 성장이 일어날 수도 있다는 것(박은아, 2015; 양귀화, 김종남, 2014; 이양자, 정남운, 2008)으로 상반된 결과를 보여주기도 하였다. 본 연구에서는 이제까지 연구에서 드러내 주지 못한 폭력적 대인 외상 경험을 가진 대학생들의 적응에 관여하는 요인들을 찾아보며, 드러난 각각의 요인들을 시간의 흐름을 이어가는 하나의 과정으로 살펴보고자 한다. 대학생 시기는 새로운 환경을 맞이하는 전환기이기 때문에 이 시기의 기대되는 특정한 인생의 발달 과업과 외상적 경험으로 인해 남아 있는 미해결된 심리적 과제들이 현재의 전환적 환경과의 상호작용 속에서 새로운 적응의 과정을 만들어 나간다. 따라서 앞선 연구들에서 제시했던 각각의 요인들과 본 연구에서 새롭게 드러난 각각의 요인들을 유기적 상호작용의 과정으로 이해하며, 향후 임상 현장에서 다음의 문제를 호소하는 대학생들의 심리적 현상을 더 깊이 이해하여 적절한 개입의 목표와 방향을 설정하는데 도움을 주고자 한다. 이를 위해 본 연구가 설정한 문제는 다음과 같다. 첫째, 아동청소년기 대인 외상적 폭력을 경험한 대학생들의 심리적 어려움과 적응은 어떠한가? 둘째, 적응은 어떠한 과정을 통해 이뤄지는가? 셋째, 이를 몇 가지 유형으로 묶어 본다면, 그 유형은 어떠한가?

## 방 법

### 근거이론

아동청소년기 대인 외상을 경험한 대학생들

의 심리적 어려움과 적응과정을 연구하기 위한 방법으로 질적 연구 방법 가운데 근거이론을 채택한 이유는 다음과 같다. 첫 번째, 최근 외상과 관련된 관심이 급증하면서 관련 연구들이 지속되고 있지만, 본 연구의 핵심인 대인 외상, 대학생, 적응과정이라는 주제를 함께 드러내 줄 수 있는 실체이론이 제시되지 못했다. 실체이론은 하나의 현상이 갖는 의미와 본질을 이해할 수 있도록 돕는 이론을 뜻한다. 다양한 질적 연구 방법들 가운데 근거이론은 아동청소년기 대인 외상을 경험한 대학생들이 어떠한 과정 속에서 심리적 어려움을 드러내며, 주어진 현실 속에 적응해 나가는지를 드러내 줄 수 있는 분석방법을 제시해 준다. 따라서 근거이론을 통해 분석되고 체계화된 각 요인들은 대인 외상을 경험한 대학생들의 시간의 흐름에 따른 적응 과정이라는 실체이론을 제시해 줄 수 있다. 둘째, 근거이론은 하나의 사회적, 심리적 현상에 관여하는 다양한 요인들의 상호작용적 과정을 드러내 주는데 가장 적합한 방법론이 될 수 있다. 달리 말해, 대인 외상을 경험한 대학생들의 적응 과정에 관여하는 다양한 요인들이 시간의 흐름 속에서 어떠한 상호작용을 거치는지 드러내 줄 수 있다.

질적 연구 방법론의 가장 중요한 분석의 자료는 연구 참여자들과의 심층 인터뷰 자료이다. 그중에서도 근거이론의 자료 수집 과정에서 Strauss & Corbin(1998)은 연구 참여자들의 깊이 있는 이야기를 이끌어 내기 위한 다양한 질문 방식을 제시하였다. 참여자 진술이 단답형으로 끝나지 않고, 긴 서술이 될 수 있도록 이끌기 위한 방식으로 ‘어떻게(how)’, ‘만약...한다면(if)’등을 활용한다. 본 연구에서도 심도 깊은 참여자 진술 자료를 확보하기 위해 다음과

같은 질문을 하였다. “아동청소년기 어떤 대인 외상을 경험하셨으며, 그 경험이 어떠셨나요?”, “만약 당신이 가장 사랑하는 사람이 그런 일을 당했다면 어떠셨을까요?”, “그 시간을 어떻게 견뎌오셨나요?”, “어떻게 이렇게 이 자리까지 오실 수 있었나요?”, “만약, 그 당시 다른 선택을 했다면 어떻게 됐을까요?”, “그 방법을 몰랐다면 어떤 다른 방법을 써보셨을 것 같으신가요?”, “어떻게 그런 용기를 가질 수 있었을까요?”, “어떻게 그런 방식을 떠올릴 수 있었을까요?”, “힘든 시절, 어떤 생각과 마음이 가장 많이 드셨나요?”, “그 생각과 마음은 어떻게 변화되어 왔나요?”, “그런 변화를 이끈 것은 무엇이라고 생각하시는지요.” 등의 질문을 활용하면서, 최대한 참여자들의 진술을 따라가며 경청하고, 진술의 깊이가 더해질 수 있도록 노력하였다.

녹음된 인터뷰 자료는 일주일 이내 모두 전사하였고, 전사된 자료는 근거이론의 첫 번째 분석 절차인 개방코딩에 따라 분석하였다. 개방코딩에서는 전사된 자료를 반복적으로 읽어 나가며, 각 참여자들의 진술 가운데 유사한 개념들을 묶어 나가는 과정을 거쳤다. 이를 통해 총 155개의 개념과 54개의 하위범주, 25개의 상위범주를 도출하였다. 두 번째 축코딩 절차에서는 도출된 각 범주들의 상호작용을 드러내 줄 수 있는 체계를 완성하였다. 이 과정에서 아동청소년기 대인 외상을 경험한 대학생들의 심리적 어려움과 적응 과정에 관여하는 인과적, 중재적, 맥락적, 작용/상호작용적, 결과적 조건을 밝혀냈다. 과정분석에서는 중심현상을 다뤄나가는 작용/상호작용의 시간적 연속성을 밝혀내고자 하였고, 그 결과 총 6단계를 제시하였다. 마지막 유형 분석 결과에서는 범주들 간의 관계를 정형화하고, 중심현상

을 다뤄나가는 조건을 밝혀내어 대인 외상을 경험한 대학생들의 적응 과정 유형을 도출하였다.

#### 연구 참여자

연구 참여자들은 모두 대학생들로 평균 21세에서 29세까지 연령분포도를 나타냈다. 학년은 1학년에서 4학년까지 다양했으며, 여학생이 6명, 남학생이 6명이었다. 본 연구에서는 처음 온라인 인터뷰 참여 희망자들이 20명이 넘었음에도 불구하고, 대인 외상의 범주가 본 연구에서 설정한 범위에 포함되지 않거나 심리적 후유증이 보고되지 않는 등의 이유로 본 연구에 부합하지 않은 참여자들이 있어 비교적 적은 수의 참여자를 선정하게 된 한계가 있었다. 참여자들이 대인 외상의 범주로 가장 많이 언급한 것은 친부의 폭력이었으며, 그 다음으로 집단 따돌림과 폭력, 부모의 정신적

폭력, 지인의 폭행 등을 경험했던 것으로 나타났다. 대인 외상의 수준에서는 장기적/반복적인 사례에 해당한 것이 8개로 가장 많았고, 단기적이고 일회적인 경우에 해당했던 사례는 1개, 단기적이고 반복적인 경우에 해당했던 사례는 1개, 장기적이지만 간헐적이었던 경우에 해당하는 사례는 2개로 나타났다. 대부분의 참여자들은 고등학교가 끝나는 시점에 모두 신체적 폭력에서는 벗어났는데, 친부의 폭력을 피해 아예 집을 나온 참여자들도 있었고 주변인들의 도움을 받아 폭력적인 상황에서 벗어날 수 있었던 참여자들도 있었다. 집단 따돌림은 초등학교, 중학교, 고등학교 시절 친구들로부터 경험하였는데, 집단 폭행을 경험한 참여자들은 지워지지 않는 신체의 상흔을 갖고 있기도 하였다. 지인의 폭행은 성추행과 성폭행으로까지 진전된 경우가 있었고, 친구의 폭행 또한 신체적 정신적으로 큰 후유증을 남겼던 것으로 나타났다. 표 1에서는 연구 참

표 1. 연구 참여자 특성

번호	연령	성별	학년	대인 외상 범주	대인 외상 수준
1	24세	남	3학년	친부 폭력, 집단 따돌림	장기적, 반복적
2	21세	여	1학년	부모 정신적 폭력, 성추행, 집단 따돌림	장기적, 반복적
3	25세	여	4학년	친부 폭력	장기적, 반복적
4	24세	여	3학년	부모 정신적 폭력, 집단 폭행	단기적, 일회적
5	29세	남	3학년	친부 폭력, 친모 정신적 폭력	장기적, 반복적
6	27세	남	4학년	친부 폭력, 집단 따돌림	장기적, 간헐적
7	23세	여	2학년	친모 폭력, 집단 따돌림	장기적, 반복적
8	23세	남	2학년	친구 폭행	단기적, 반복적
9	22세	여	3학년	부모 폭력	장기적, 반복적
10	26세	남	3학년	친부 폭력, 집단 폭력 및 따돌림	장기적, 반복적
11	23세	남	2학년	친부 폭력, 집단 따돌림	장기적, 반복적
12	21세	여	1학년	부모 폭력, 지인 폭행	장기적, 간헐적

여자들의 간략한 인적사항과 대인 외상의 범주와 수준을 요약해 제시하였다.

#### 자료수집 및 윤리적 고려

자료 수집은 아동청소년기 대인 외상을 경험한 참여자들과의 심층인터뷰를 통해 이뤄졌다. 본 연구의 참여자 모집을 위해 연구자 지인의 소개와 온라인 방식을 활용하였다. 연구자 지인은 사회복지학으로 박사과정 중에 있으며, 학교 및 사회복지기관의 자원봉사를 온 대학생들과의 친분을 쌓는 가운데 알게 된 학생들의 친구들을 소개해 주었다. 온라인 모집은 연구자의 블로그 및 구인구직정보 사이트를 통해 이뤄졌다. 온라인 모집 공고에는 아동청소년기 대인 외상을 경험한 대학생들과의 인터뷰임을 명시하였고, 대인 외상의 범주를 제시하였다. 더불어, 연구의 목적을 명시하고, 참여에 대한 비밀보장의 원칙을 제시했으며, 인터뷰 도중 심리적 어려움이 발생할 시 즉시 참여 철회를 할 수 있고 도움을 받을 수 있다는 점을 기재하였다. 처음 온라인 모집 공고를 낸 이후 3일 만에 약20명에 가까운 참여 희망자들의 연락이 있었고, 연구자는 개별 전화 인터뷰를 통해 본 연구 주제에 부합한 참여자들을 선별하였다. 먼저 온라인 모집 공고에 명시한 기준들 가운데 가족 및 친밀한 관계에 있던 사람들과의 관계에서 폭력, 학대, 따돌림 등의 경험이 어떠했는지, 경험의 강도와 지속기간을 인터뷰했는데 이 과정에서 본 연구에 부합하지 않는 참여 희망자 7명은 제외하였다. 그 이유는 참여 희망자들의 대인 외상 경험이 가벼운 다툼 또는 갈등 수준의 경험들이었거나 심리적 충격과 갈등으로 인한 후유증이 호소되지 않았기 때문이었다. 온라

인을 통해 최종적으로 인터뷰하게 된 13명의 참여자들 가운데 4명 또한 본 연구 참여에서 제외하였다. 이들은 인터뷰 당시 심리적 후유증으로 사회생활 및 대인관계의 어려움을 지속적으로 호소하였고, 인터뷰 당시 아이컨택이 되지 않거나 질문에 말을 이어나가지 못하는 등 인터뷰 자체가 어려운 상황에 있었다. 연구자는 이들이 도움을 받을 수 있도록 상담의 필요성을 적극적으로 제시하며, 심리 상담센터와 정신과를 소개하였다.

연구자 지인의 소개로 모집된 참여자 3명과 온라인을 통해 모집된 참여자 9명과의 인터뷰는 연구자가 속해 있는 학교 및 기관의 장소에서 이뤄졌다. 참여자 모집은 지인의 소개 및 온라인 모집을 모두 포함해 2018년 5월부터 7월까지 이뤄졌고, 인터뷰는 2018년 8월부터 10월까지 이뤄졌다. 심층 인터뷰 시간은 약1시간 30분에서 2시간에 걸쳐 이뤄졌고, 추가 인터뷰가 필요한 경우에는 2-3회 전화 및 면담을 통해 30분-40분 정도의 시간에 걸쳐 이뤄졌다. 인터뷰 시작 전에는 참여자들에게 연구의 목적을 설명하고, 연구의 참여 전, 중간, 후에라도 철회할 수 있는 권리가 있음을 설명하였다. 더불어, 연구 참여자들과의 인터뷰 자료는 연구 목적 이외에는 사용되지 않을 것이라는 것과 언제든지 대답하기 힘든 질문에는 답하지 않을 수 있는 권리, 이야기 한 이후에라도 진술 공개를 언제든지 철회할 수 있는 권리가 있음을 알렸다. 특별히, 본 연구의 주제는 대인 외상과 관련된 경험과 관련되어 있기 때문에 윤리적인 고려에 더욱 세심한 노력을 기울였다. 이를 위해 인터뷰 전, 동의서 작성 과정에서 연구 주제가 심리적 어려움을 야기할 수 있다는 점을 안내하였고, 인터뷰 중간에라도 참여자들의 심리적 상태를 지속적

으로 점점해 나가며, 언제든지 심리적 충격과 혼란이 감지될 때에 연구를 중단하고 심리적 안정을 위한 도움을 받을 수 있다는 점을 안내하였다. 더불어, 전문적인 심리상담을 받지 못했던 참여자들에게는 인터뷰 참여 이후 상담의 필요성을 알리고, 실제적인 어려움을 느낄 때 언제든지 필요한 기관으로 의뢰를 요청할 수 있다는 점을 안내하였다.

#### 연구과정 평가

본 연구에서는 삼각 검증법(triangulation of observers)을 활용하여 신뢰도와 타당도를 확보하고자 하였다. 이를 위해, 외부 평가자로 먼저 근거이론을 활용한 연구 결과를 검토해 줄 수 있는 연구자 2명에게 연구과정 평가를 부탁하였다. 연구자 1명은 근거이론으로 석사학위를 취득하였고, 근거이론을 활용한 소논문을 1편 게재한 경험을 갖고 있으며, 현재 1편의 소논문을 더 게재할 예정에 있다. 이 연구자에게 본 연구에서 모아진 자료를 분석해 줄 것을 요청하였고, 그 결과를 연구자의 분석 결과와 비교하는 가운데 수정과 추가 작업을 진행하였다. 이 과정에서 먼저 인과 과정의 정서적 불안정의 범주와 불안과 공포의 범주를 나누게 되었다. 연구자는 이 두 범주를 정서적 불안정으로 개념을 묶어 제시하였는데, 외부 연구자는 정서적 불안정과 타인 및 외부 환경으로부터 오는 불안과 공포는 나눠 제시할 것을 제안하였다. 더불어, 맥락적 조건에서 대인 외상의 범주와 수준을 나누어 제시할 것을 제안하여, 본 연구 결과에 추가하였고 결과 조건에서도 대인관계의 편안함과 불안을 나눌 것을 제안 받아 수정작업을 거쳤다. 다른 외부 연구자 1명은 근거이론으로 박사학위

를 취득하였고, 근거이론을 활용한 소논문을 게재한 경험을 갖고 있다. 본 연구자에게도 본 연구의 자료들을 제공하고 분석된 결과에 대한 피드백을 요청하였다. 이 과정에서 각 범주들의 용어를 목적어와 서술형의 형태로 바꿀 것을 제안 받았다. 예를 들어, 결과의 하위 범주로 제시하였던 ‘시험해 보기’를 ‘자신을 있는 그대로 받아들여주는지 시험해 보기’로 수정하였다.

두 번째 외부 평가자로 본 연구의 참여자 중 총 8명에게 본 연구 결과에 대한 피드백을 요청하였다. 그 결과 연구 결과에 대한 긍정적인 피드백을 얻을 수 있었다. 6명의 참여자들은 자신의 경험을 잘 정리해 준 것 같아 좋았을 뿐만 아니라 비슷한 경험을 한 사람이 있었다는 사실에 놀람기도 하고, 자신이 이상하지 않다는 안도감이 들었다는 피드백을 전해 주었고, 2명의 참여자는 여러 요인들을 글로 나눠서 볼 수 있는 것이 자신의 심리적 상태를 더욱 명확하게 해주는 것 같아 도움이 되었다는 피드백을 해 주었다. 세 번째 외부 평가자로 본 연구를 위해 온라인 모집 공고를 보고 뒤늦게 연락을 주었던 2명에게 요청하였다. 본 연구에 참여하지는 못했지만, 비슷한 경험을 갖고 있었던 대학생들로 1명의 평가자는 자신의 경험을 비춰주는 것 같았다는 피드백을 해 주었고, 다른 1명의 평가자는 자신의 경험과 잘 맞는 것도 있고, 그렇지 않은 것도 있었지만 대체적으로 잘 맞는 것 같다는 피드백을 전해 주었다.

#### 결 과

근거이론 패러다임에 따른 자료의 범주화 및

분석 결과

참여자들과의 면담 자료를 개방 코딩을 통해 분석한 결과, 총 157개의 개념과 56개의 하위 범주, 26개의 상위 범주가 도출되었다. 원인적 조건에는 ‘버려진 듯 불안정을 느낌’, ‘두려움과 공포를 느낌’, ‘의심하는 버릇이 지속됨’, ‘타인과의 관계가 순탄하지 않음’이 도출되었고, 맥락적 조건에는 ‘대인 외상의 범주와 수준’, ‘반복적 대인 외상 재 경험의 수준’, ‘사회적 자원의 수준’, ‘자기개념 형성의 수준’이 도출되었다. 중심 현상은 ‘자기 자신과 타인을 향한 끈질긴 불신과의 사투를 경험함’으로 명명하였다. 중재적 조건에는 ‘친밀감에 대한 욕구 수준’, ‘문제 해결의 대처 방식’, ‘새

로운 환경의 적응 능력’, ‘문제 자각 수준과 변화 동기 수준’이 도출되었고, 작용/상호작용 전략에는 ‘건강한 친밀감을 시도하기’, ‘미숙한 친밀감을 시도하기’, ‘타인에 대한 신뢰를 시험해 보기’, ‘타인을 모델링 하기’, ‘외부평가를 분별하면서 자기 확신을 가져나가기’, ‘자신의 부족함을 극복하는 시도를 하기’, ‘폭력적인 관계를 중단하기’가 도출되었다. 결과에는 ‘대인관계에서 불안을 느낌’, ‘대인관계의 편안함이 생김’, ‘관계적 자기에 대한 혼란감이 가중됨’, ‘자신의 한계에 대한 인정과 타인에 대한 수용심이 높아짐’, ‘자신의 관계에 대한 궁금증과 미래에 대한 기대가 생김’이 도출되었다. 이러한 결과를 표 2에 정리하였고, 그림 1의 모형으로 제시하였다.

표 2. 개념들의 범주화

개념	하위범주	상위범주	패러다임
홀로 남겨진 느낌이 계속되었음 뭔가 혼자 해야 하는 느낌이 들었음	홀로 있는 느낌이 듦		원인적 조건
버려진 느낌을 받았음 앞으로도 버려질 것이라 생각됨	버려진 느낌이 지속됨	버려진 듯 불안정을 느낌	
불안이 해소되지 않아 우울해짐 우울하다가 불안이 느껴지기도 함 우울과 불안이 함께 느껴짐	불안과 우울이 반복됨		
낯선 타인을 두려워 함 두려워지면 얼어버림	두려움이 엄습함	두려움과 공포를 느낌	
공포로 멍하니 생각이 사라질 때가 있음 큰소리 등 청각의 예민함이 생김	공포를 재 경험 하곤 함		
친구가 다가오는 것을 의심함 친구의 호의를 왜곡함 타인의 말을 예민하게 받아들임 타인이 자신을 안 좋게 볼 것 같음	타인의 의도를 왜곡함	의심하는 버릇이 지속됨	
타인에 대한 신뢰가 없음 누군가 자신을 도와줄 것이라 믿지 못함	세상을 믿지 못함		

표 2. 개념들의 범주화

(계속 1)

개념	하위범주	상위범주	패러다임
혼자서 활동하지 못함 타인의 판단을 늘 고려함 타인에게 휘둘림	타인에게 전적으로 의존함	타인과의 관계가 순탄하지 않음	원인적 조건
타인의 표정을 신경 씀 타인의 눈을 마주치지 못함 두려운 대상을 회피함	타인을 지나치게 신경쓰며 회피함		
타인협오가 심해짐 관계 자체를 단절함	타인을 혐오하며 관계를 단절함		
신체 및 물리적 폭력 외상 정서 및 심리적 폭력 외상	대인 외상의 범주	대인 외상의 범주와 수준	맥락적 조건
부(父)로부터의 폭력 부 이외 혈연관계에서의 폭력 교우 및 지인관계에서의 폭력	대인 외상의 가해자 범주		
장기적으로 반복된 외상 간헐적인 외상 단기적이고 일회적인 외상	대인 외상의 수준		
동일한 가해대상에게 반복됨 각기 다른 가해대상에게서 경험함	가해대상의 변화 정도		
비슷한 수준의 외상을 경험함 다소 경미한 수준의 외상을 재 경험함 더욱 심한 외상을 재 경험함	외상 경험의 수준		
지지적인 대상(가족, 친구, 선생님, 지인 등)이 있었음 좋은 공동체 경험이 있었음	사회적 자원 있음		
지지적인 대상(부모, 친구, 지인 등)이 부재함 사회문화로 형성된 가부장적 위력에 방치됨 지지적인 환경이 부재함	사회적 자원 없음		
초기 긍정적 자기개념이 형성되어 유지됨 부정적 자기개념이 긍정적 자기개념으로 변화함	긍정적 자기개념이 형성됨	자기개념 형성의 수준	
초기 부정적 자기개념이 형성된 후 유지됨 긍정적 자기개념이 부정적 자기개념으로 변화함	부정적 자기개념이 형성됨		
억눌린 나쁜 기억이 생각남 과거 상처받은 감정이 느껴짐 외상 때의 감각기억이 떠오름	억눌린 상처가 드러남		
			중심현상

표 2. 개념들의 범주화

(계속 2)

개념	하위범주	상위범주	패러다임
자신을 지켜온 것이 무너져감 이상화를 해 온 자신을 발견함 익숙한 것이 낯설어짐	자신의 이전 모습 에서 거리감을 느 낌		중심현상
이성친구의 호감을 의심함 자신에게 다가오는 새로운 친구를 받아들일지 말지 갈팡지팡 함 확실한 상황에서도 불신이 지속됨 나를 알면 만만하게 볼 것이란 생각이 지속됨	새로운 관계 형성 의 스트레스와 불 신이 높아짐	자기 자신과 타인을 향한 끈질긴 불신과의 사투를 경험함	
연극성 성격장애자인 것 같음 상황에 따라 달라지는 자신의 모습이 이상함 자신의 욕구를 모르겠음	자기 자신에 대한 불확실성과 씨름함		
바보 같은 자신을 답답해 함 애정결핍이 잘 극복되지 않음 늘 중심이 되기를 원하지만 실패함 우월감과 열등감이 혼재되어 있음	자신의 결핍과 투 쟁함		
사람들과 깊게 친해지고 싶음 사람들과 적당히 친하고 싶음	친밀감의 욕구가 높음	친밀감에 대한 욕구 수준	
사람들과 적당한 거리두기를 원함 사람들과 친해지고 싶지 않음	친밀감의 욕구가 낮음		중재적 조건
문제가 생기면 해결책을 찾음 문제가 생기면 해결을 시도함 주변의 도움을 적극적으로 구함	적극적 문제해결의 방식	문제 해결의 대처방식	
문제가 생기면 되도록 회피함 문제의 원인을 외부로 귀인함	소극적 문제해결의 방식		
사회성이 부족함 초기 관계형성은 잘함 관계가 깊어지면 사회성이 줄어들음	사회성 기술	새로운 환경의 적응능력	
낮선상황을 비교적 잘 견딤 낮선상황에 스트레스가 높으나 견딤 낮선상황을 견디기 힘들	낮선 상황을 견디 는 능력		
문제자각 수준이 높음 문제자각 수준이 보통 문제자각 수준이 낮음	문제 자각 수준	문제 자각 수준과 변화 동기 수준	
변화동기가 높음 변화동기가 보통 변화동기가 낮음	변화 동기 수준		

표 2. 개념들의 범주화

(계속 3)

개념	하위범주	상위범주	패러다임
자신과 잘 맞는 친구와 친밀한 시간을 많이 갖기 친구의 호의를 감사하게 받기 친구와의 친밀감을 위해 물질적, 정신적 투자하기	친밀감을 쌓기 위한 시도를 지속하기	건강한 친밀감을 시도하기	작용/상호작용 전략
힘들 때 주변의 도움을 요청하기 주변의 도움을 기꺼이 받아들이기 친구가 힘들 때 적극적으로 도와주기	상호 호혜적 관계를 시도하기		
자신에게 호감을 보이는 이성 친구를 모두 받아들이기 신체접촉을 과도하게 시도하기 타인에게만 무조건 맞추기 '미안하다.', '고맙다.'를 지나치게 말하기	경계가 없는 친밀감을 지속하기	미숙한 방식으로 관계 맺기	
낯선 타인에게 촉각을 세우기 도움을 받아도 감사하지 않기 친구의 욕구와 부탁을 무시하거나 거절하기 필요한 때가 아니면 함께 시간을 보내지 않기 무서워지면 연락을 끊어버리기	상호적 관계를 맺지 않기		
졸업 후 연락이 오는지 기다리기 평소 먼저 연락이 오는지 살피기 다른 사람이 아닌 자신에게 먼저 연락을 취한 것인지 확인하기	연락 여부에 따라 자신에 대한 호의를 판단하기	타인에 대한 신뢰를 시험해 보기	
거절해도 다시 다가오는지 시험하기 자신의 과도한 행동을 받아들여주는지 시험하기 상황에 따라 다르게 행동한 후 타인의 반응을 살피기	자신을 있는 그대로 받아들여주는지 시험해 보기		
인기가 많은 친구를 따라 하기 평소 선망하던 위인 흉내 내기 좋아하던 사람의 모습 따라 하기	괜찮은 타인을 따라해 보기	타인을 모델링하기	
인기 많은 친구를 관찰하기 괜찮다고 소개된 사람을 주시하기 관심 있는 대상을 눈여겨보기	괜찮은 타인을 관찰하기		
자신에 대한 한 가지 평가가 여러 명에 의한 평가인지 살펴보기 자신에 대한 긍정적, 부정적 평가를 함께 생각해보기 부정적 평가의 근거가 합당한지 분별해보기	외부의 평가를 분별하기	외부평가를 분별하면서 자기 확신을 가져 나가기	

표 2. 개념들의 범주화

(계속 4)

개념	하위범주	상위범주	패러다임
긍정적 피드백을 받아들이기 스스로 사람들에게 호의를 줄 수 있는 존재라고 인정하기 자신과 잘 맞는 친구들과는 잘 어울릴 수 있다는 확신을 다지기 자신을 피해자로 인정하고 받아들이기	자기 확신을 공고히 다져나가기		작용/상호작용 전략
스스로 좋은 사람이라고 세뇌하기 괜찮다고 다독이기 내가 나를 사랑하자고 되뇌이기	스스로를 다독이고 격려하기	자신의 부족함을 극복하는 시도를 하기	
외모의 열등감을 극복하기 위해 다이어트 등에 매달리기 놀림 받았던 부분을 보충하기 위해 애쓰기	열등감을 극복하기 위해 노력하기		
폭력적인 관계를 깨닫기 자신의 잘못이 아님을 주지하기 가해자의 책임을 분별하기	폭력적인 관계와 책임 유무를 판단하기	폭력적인 관계를 중단하기	
폭력을 쓴 가족과의 관계를 끊기 정서적 폭력을 행사한 친구를 멀리하기 가해자에게 구했던 인정과 사랑을 포기하기	폭력적인 관계에서 벗어나기		
친구를 잃게 될까봐 불안함 가족을 잃게 될까봐 불안함 새로운 관계를 잘 이어나가고 싶지만 그러지 못할까봐 불안함	관계를 상실하게 될까봐 불안함	대인관계에서 불안함을 느낌	
이전의 외상경험이 반복될까봐 불안함 싸워서 관계가 틀어질까봐 불안함 사람들이 나를 욕할까봐 불안함	관계에서 충돌이 생기게 될까봐 불안함		
예전처럼 불안해하지 않음 타인에 대한 불안감이 줄어듦	불안이 줄어듦	대인관계의 편안함이 생김	
타인을 시험해 보는 횟수가 줄어듦 타인의 의도를 있는 그대로 받아들임 감정소모가 줄어듦	관계에서 편안함이 증진됨		
이익이 될 만한 사람에게만 선택적으로 반응하는 자신을 발견함 불편한 상황에서 자꾸만 얼어버리는 자신이 이상함 어느 순간 바보같이 행동하는 자신이 싫음	대상에 따라 반응이 달라지는 자기가 혼란스러움	관계적 자기(self)에 대한 혼란감이 가중됨	
과도한 액션을 하는 사람이 싫음 내성적이고 소극적인 사람이 싫음 상황에 따라 다르게 행동하는 사람이 싫음	자신과 비슷한 사람에 대한 혐오감이 생김		

표 2. 개념들의 범주화

(계속 5)

개념	하위범주	상위범주	패러다임
모두를 만족시킬 수 없음을 알게 됨 부족한 내 모습도 받아들임	내 자신의 한계를 인정하고 수용함		결과
애정을 가졌던 상대와의 좋은 관계에 대한 환상을 내려놓음 타인도 부족한 존재임을 인정함 가해자를 조금은 이해하고 용서함 타인의 고통도 이해하게 됨	타인의 한계를 인정하고 수용함	자신의 한계에 대한 인정과 타인에 대한 수용심이 높아짐	
완전히 나아진 것인지 모르겠음 대학생이기 때문에 자신에 대해 주변에 물어볼 수 없음 달라지긴 했으나 그전모습을 주변인이 모르니 평가를 알 수 없음	자신이 나아진 것인지 확신이 없음	자신의 관계에 대한 궁금증과 미래에 대한 기대가 생김	
졸업 후의 모습이 궁금함 새로운 사람들을 만나게 될 것이 기대됨	미래에 대한 기대가 생김		

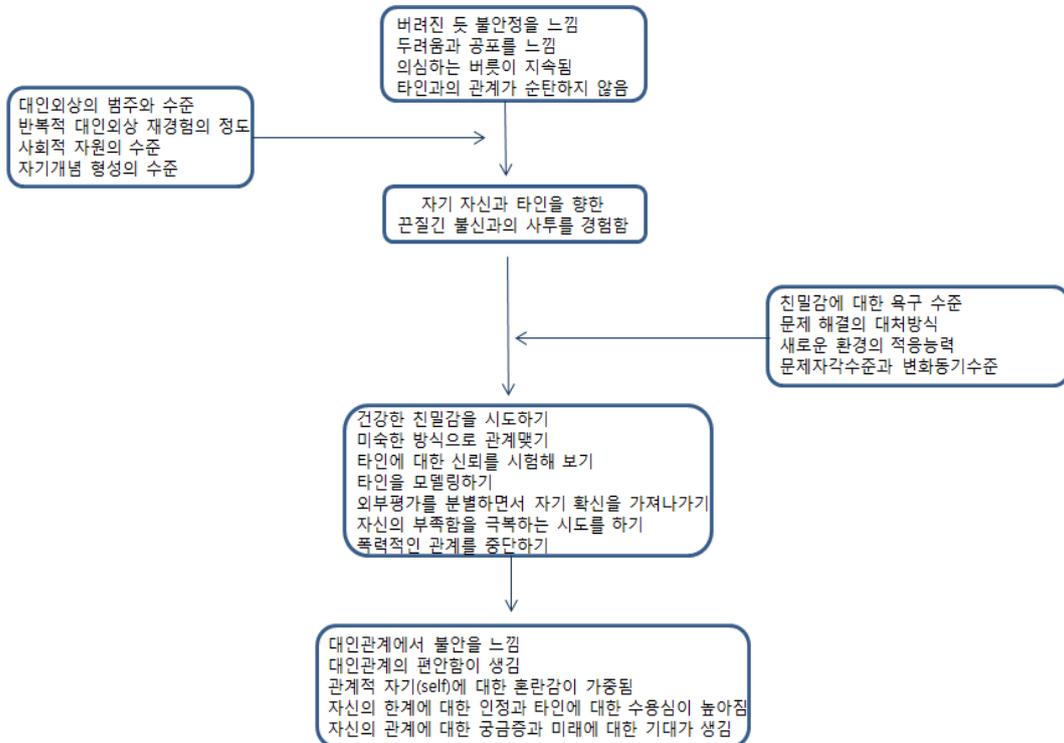


그림 1. 대인 외상을 가진 대학생들의 적응 과정

### 과정분석 결과

과정분석은 축코딩 분석의 마지막 단계로, 중심 현상을 다뤄나가는 작용/상호작용의 시간적 연결성을 찾는 것이다(Strauss & Coebin, 1998). 본 연구의 과정분석 결과, 대인 외상을 가진 대학생들의 적응과정은 총 6단계로 ‘시험 단계’, ‘모델링 단계’, ‘도약 단계’, ‘확신 단계’, ‘경계설정 단계’, ‘상호성 단계’를 거치는 것으로 나타났다. 각 단계는 연속성을 갖고 있어 순차적으로 이뤄지지만, 역동적이면서도 유동성을 갖고 있어 각기 다른 단계로 넘어가거나 몇 단계 앞선 단계를 반복할 가능성을 가지고 있다. 예를 들어, 참여자들의 특성에 따라 3단계에서 5단계로 넘어가거나, 4단계에서 3단계로 회귀하는 특성을 보일 수 있다.

#### 시험 단계

시험 단계는 대인 외상을 가진 대학생들이 낯선 환경에 노출되면서 이전부터 관계를 이어왔던 사람들 뿐 아니라 새롭게 만나게 되는 사람들과의 신뢰를 시험해 보는 것을 뜻한다. 예를 들어, 참여자들은 친하다고 생각했던 청소년시기의 친구들이 졸업 후에도 자신에게 연락을 취하는지 기다려보는 시험을 거치거나, 대학에서 새롭게 만난 친구들 중 자신에게 호의를 보인 친구들이 먼저 연락을 취하는지 시험해 보는 과정을 거쳤다. 또한, 친구의 호의를 거절했음에도 그 친구가 다시 다가오는지, 자신의 과도한 행동을 잘 받아들여주는지 살펴봄으로 타인에 대한 신뢰를 확인해 보는 과정을 거쳤다.

시험 단계에는 타인에 대한 신뢰를 확인해 보는 것 뿐 아니라, 자신이 이제까지 해 왔던 부적절한 관계 방식이 관계형성과 유지에 어

떻게 기여하는지 확인해 보는 과정 또한 포함된다. 친밀감에 대한 욕구가 높고 새로운 환경의 친구들을 사귀고 싶은 동기가 높았던 참여자들은 타인에게 무조건 맞춰주거나, 과도하게 ‘미안하다’, ‘고맙다’ 등의 표현을 통해 환심을 사려는 시도를 지속했다. 이성 및 동성 친구에게 부적절한 신체접촉을 과도하게 시도하기도 했고, 이성 친구의 호의를 좋게 여겨 오는 친구들을 모두 받아줌으로 먼저 사귀기로 했던 친구와의 신뢰를 깨트리기도 했다. 새로운 환경에 대한 스트레스가 높고 불안과 두려움이 높았던 참여자들은 낯선 타인이 다가오는 것을 과도하게 경계하고, 도움을 받았을 때 감사한 마음을 표현하지 않았고, 친구의 부탁을 무시하거나 필요한 때가 아니면 함께 시간을 보내지 않는 모습을 보이기도 했다. 또한, 갈등이 시작되거나 관계가 단절될 수도 있다는 두려움이 생기면, 자신이 먼저 연락을 끊어버리는 행동을 보이기도 했다.

애가 날 진정 친해지고 싶으면 연락을 하겠지 (중략) 안 좋은 버릇인거 알고 이게 친구들하고 오래 못가는 거 아는데 이걸 몇 번해야 해요.. 저 같은 경우에는.. 한번도 아니고 한 대여섯번? (참여자2)

친구들한테 사과하고 고맙다? 미안하다? 고맙다를 많이 사용해요. (참여자10)

날 귀찮게 여기지 않을까? 저 같은 경우는 연락을 끊어버려요 무서워서. (참여자12)

#### 모델링 단계

두 번째 단계인 모델링 단계는 대인 외상을

가진 참여자들이 이제까지 해 왔던 많은 방식이 제대로 작동하지 않는다는 사실을 깨닫게 되면서 새로운 시도를 해보는 단계에 해당한다. 참여자들은 자신이 닮고 싶은 타인의 모습을 관찰하고, 그 모습을 따라해 보는 과정에 들어선다. 학교에서 인기가 많은 친구를 잘 관찰하여 비슷하게 따라해 보기도 하고, 평소 책과 미디어를 통해 좋은 이미지를 가졌던 인물을 따라해 보기도 했다. 이 단계에는 참여자들이 형성해 온 자기개념과 새로운 시도가 제공하는 관계적 경험의 질이 상호적으로 관여한다. 참여자들이 형성해 온 자기에 대한 개념은 외형적, 물질적, 사회적 자기에 대한 인식에 해당한다. 비교적 긍정적 개념을 형성하고 모델링을 통해 긍정적 관계 경험을 쌓은 참여자들은 모델링을 반복하면서 긍정적 자기에 대한 확신을 공고히 다져 나간다. 반면, 부정적 자기 개념을 형성하고 모델링을 통해 좋은 관계 경험을 쌓지 못한 참여자들은 다시금 이전 관계 방식으로 회귀하기도 하였다.

다른 애를 약간 카피캐처럼 약간 따라하면서 이렇게 하다가 나중에는 애를 따라하고 재를 따라하고 또 재를 따라하고 하다보니까 그게 약간 섞여가지고. 제 고유의 그게 된거예요. (참여자3)

어? 이렇게 하니까 애들이 좋아하네? 그래서 비슷하게 따라하고.. (참여자10)

항상 그랬던 건 아니고.. 자존감이 낮았을 때라고 해야 되나? 그.. 랐을 때는 약간 더 피해 다니고 그랬던 거 같아요. (참여자1)

### 도약 단계

세 번째 단계인 도약 단계는 참여자들이 스스로의 부족함을 극복하기 위해 부단히 애쓰는 과정에 해당한다. 여기에는 자기 자신에 대한 긍정과 수용, 사랑과 인정에 대한 욕구를 스스로 충족시키는 시도를 반복하고, 자신의 외모 및 열등한 측면을 극복하기 위한 다양한 시도들이 포함된다. 대부분 참여자들의 초기 자기개념(self concept)은 부정적으로 형성되어 있었다. 참여자들은 스스로를 사랑받지 못하고, 못나고, 부족함이 많은 존재로 여기고 있었는데, 새로운 낯선 환경에 노출된 자기개념은 과거의 상처와 자신에 대한 불확실성 및 결핍감을 더욱 촉발시켰다. 그럼에도 불구하고, 새로운 환경에 잘 적응하며 변화되길 희망한 참여자들은 스스로를 좋은 사람으로 세뇌하고, 자기사랑과 위로를 반복하는 모습을 보였다. 또한, 평소 열등하게 생각했던 외모에 대한 콤플렉스, 어눌한 말투 등 평소 부족하게 생각했던 자기의 단면들을 극복하기 위한 노력들을 기울여 온 것으로 나타났다. 참여자들 중에는 이러한 열등감을 자신의 부족함을 이겨낼 수 있도록 도와준 좋은 열등감이라고 표현하기도 했다.

제가 너무 불쌍한거예요..아무도 날 사랑해주지 않는데, 나라도 사랑해주자. (참여자3)

넌 정말 착해.. 넌 멋져.. 약간 혼자서 이런 자기 암시를 걸었던 거 같아요.. (참여자7)

열등감이 느껴질 때는 열등감 느끼면서 두고 봐라 내가 달라진다.. 이런식으로

되면은 좋은 열등감이 되기도 하는데.. 아닐 때는 또 안 좋은 열등감이 되기도 하고.. 그때는 좋은.. 그니까 열등감을 잘 극복한거 같아요.. 이 같면서.. (참여자1)

### 확신 단계

네 번째 단계인 확신 단계는 자기 자신에 대한 불확실성을 줄이고, 자기 긍정을 더욱 높여 나가는 과정에 해당한다. 참여자들은 스스로를 객관화해 보고, 좋은 점과 나쁜 점을 나눠 보며 타인으로부터 주어진 자신에 대한 평가의 근거를 분별해 보기 시작하였다. 특히, 친밀한 관계에서 이뤄진 정신적 폭력에 장기간 노출된 참여자들은 외부의 부정적 평가와 자기 자신을 동일시하는 경향이 있었기 때문에 이 과정이 더욱 심도 깊게 이뤄진 것으로 나타났다. 새로운 환경에 노출된 참여자들은 다양한 관계를 통해 만난 사람으로부터 주어진 평가를 통해 이전에 형성된 자기 이미지를 점검하고, 긍정적인 피드백을 자신의 이미지로 다시 소화해 나가는 과정을 거쳤다. 이 과정에서 타인에게 호의를 줄 수 있는 존재로 자신을 인정하게 되었고, 자신과 잘 맞는 사람들과 긍정적인 관계를 이어나갈 수 있을 것이라는 확신을 갖게 되었다. 더불어, 대인 외상을 가진 자신을 피해자로 인정하면서 회복과 변화를 위한 자기 신뢰를 구축해 나가기 시작하였다.

어..렸을 때는 내가 잘못한거지.. 내..가 못난거지 했었는데 .. (중략) 시간이 지나면서 알게 된 거 같아요. 이 친구가 해 준 말이, 또 저 친구가 ‘어..00 괜찮아!’라고 해 준 말이? 친구들이 해 준 말처럼? 나를 생각하게 된.. (참여자6)

예전에 내가 왜 그랬을까 그 말이 전부 아니었는데.. 저를 매도했던 아이는 아직도 그러고 다닌데요 (웃음) 저런 애가 나한테 한 말을 너무 신경쓰지 말자.. (참여자7)

### 경계 설정 단계

다섯 번째 단계인 경계 설정의 단계는 자기 자신에 대한 신뢰와 타인에 대한 신뢰 구축의 경계를 명확히 하는 과정에 해당한다. 참여자들은 스스로를 보호하면서 타인과의 적절한 거리를 설정한 친밀감을 갖기 위한 시도를 하게 되었다. 참여자들은 성숙하지 못한 관계 속에서 반복됐던 폭력적인 관계 역동을 끊어 낼 수 있는 분별력과 용기를 갖게 되었다. 특히, 부모님으로부터 반복된 폭력 경험을 가졌던 참여자들은 부모님의 폭력이 멈춰지지 않자 스스로를 보호하기 위한 방편으로 물리적, 정신적 분리를 시도하였고, 폭력을 행사한 가해자에게 가졌던 부적절한 사랑과 인정의 욕구를 분별해 볼 수 있게 되었다. 가해자를 통해 형성된 자신에 대한 믿음이 잘못되었다는 것을 깨닫게 되었을 뿐 아니라, 폭력적인 관계를 중단하는 책임감 있는 행동을 또한 보여주었다. 이러한 경계 설정은 자신에 대한 신뢰 및 확신을 가진 이후 이뤄질 수 있었다.

어느 순간 어른이 돼서 생각해 보면 산타는 있을 리가 없네? 누가 알려주지 않아도? 약간 그런 것 처럼 자연스럽게 지나오면서 이건 아닌거 같애 라는 생각이 든거 같아요.. 하도 쫘... 정상의 범위에서 있으면 괜찮은데 너무 약간 정상의 범위에서 벗어나다 보니까.. (참여자7)

처음에는 아빠의 인정을 받으려고 엄청 열심히 했거든요.. 실제로 그러면은 너무 좋았거든요.. (중략) 근데.. 지나면 지날수록 약간 제가 그거를... 이제 내가 노력해서.. 이런 아빠의.. 어떤 만족을.. 해줄 수 있는 게 아니라는 걸.. (참여자 10)

**상호성 단계**

여섯 번째 단계인 상호성 단계는 자신에 대한 열등감 및 결핍감 없이 한 사람의 주체자로 타인과의 교류를 시도하는 과정에 해당한다. 참여자들은 과거의 상처나 현재의 스트레스가 많이 해소된 상태에서 건강한 상호작용을 시도하였다. 자신이 힘들 때 주변의 도움을 요청하거나, 도움을 기꺼이 수용하는 모습을 보였고, 힘든 친구를 보면 적극적으로 도와주려는 모습을 보이기도 하였다. 자신과 마음이 잘 맞는 친구와 충분한 시간을 보내거나, 신뢰를 쌓은 친구와의 친밀감을 위해 물질적, 정신적 투자를 하는 등 건강한 친밀감을 시도해 나가는 모습을 나타내 주었다. 낮은 상황에서 타인이 다가오는 것을 거부하게 생각하거나, 신뢰를 갖지 못했던 참여자들도 여러 시험과 시도 속에서 타인의 호의를 감사하게 받아들이고, 자신이 타인에게 호의를 베풀기도 하는 등 상호성의 단계를 거치는 것으로 나타났다.

졸업을 해봐야 알겠지만, 그래도 이 친구는 믿을 수 있고, 나도 도와주구요. (참여자10)

같이 있으면 편하고, 가치관이 맞는게 제일 큰거 같아요, 그건 잘 안 변하니까..

저도 얘기 많이 하고, 친구도 많이 하고, 제가 많이 들어주니까.. (참여자3)

**대인 외상적 폭력을 경험한 대학생들의 적응 과정 유형 분석**

아동청소년기 대인 외상을 경험한 참여자들은 대학생이 되면서 새로운 환경을 맞닥들인 가운데 원인적 조건으로 정서적 불안정과 세상에 대한 불안 및 공포를 느끼게 되었다. 더불어 타인에 대한 불신과 반복적 의심을 하는 가운데 부적절한 관계 방식을 지속하였다. 대인 외상의 범주와 반복적 대인 외상을 재 경험한 정도 및 사회적 자원의 수준과 자기개념 형성의 수준이라는 맥락적 조건에 따라 참여자들이 경험한 불신과의 사투 경험이 다른 수준을 나타내 주었다. 참여자들의 친밀감에 대한 욕구 수준, 문제 해결의 대처방식 및 새로운 환경의 적응능력, 문제의 자각 수준과 변화 동기 수준인 중재적 조건에 따라 자신과 타인에 대한 불신과의 씨름을 작용/상호작용의 전략 속에서 다뤄 나갔다. 이러한 과정에서 대인 외상을 가진 대학생들의 적응 과정의 유형이 도출되었다.

이론을 구축해 나가기 위해 범주들 간의 관계를 정형화 한 결과, 참여자들이 중심현상을 다뤄나가는 중재적 조건으로 ‘새로운 환경의 적응능력’과 작용/상호작용의 전략으로 ‘내적/외적 시도’를 한 정도에 따라 유형의 차이가 나타남을 알 수 있었다. 중재적 조건의 사회성 기술에서는 대부분의 참여자들이 사교성이나 관계 기술에서 스스로를 뛰어나다고 평가하지 않은 측면에서 큰 차이가 없었으나, 낮은 환경이 주는 압박감을 견디는 정도 및 새로운 환경에 대한 개방성에서 차이가 나타남

을 알 수 있었다. 더불어, 작용/상호작용 전략에서는 자신에 대한 신뢰를 구축해 나가는 내적 시도와 타인에 대한 신뢰를 구축해 나가는 외적 시도로 각기 다른 과정의 결과가 나타남을 알 수 있었다.

아동청소년기 대인 외상을 가진 대학생들의 적응 과정에 대한 유형을 분석한 결과는 중재 조건에 해당하는 ‘새로운 환경의 적응능력’의 차원과 작용/상호작용 전략 조건에 해당하는 ‘내적/외적 시도’의 차원을 두 축으로 총 네 가지 유형이 도출되었다. 이 유형에는 ‘내적성찰 극복형’, ‘외적관계 극복형’, ‘내적성찰 정체형’, ‘외적관계 정체형’이 해당한다. 이 유형은 ‘새로운 환경의 적응 능력’의 차원에서 ‘극복형’, ‘정체형’으로 나뉘고, ‘내적/외적 시도’의 차원에서 ‘외적 관계형’과 ‘내적 성찰형’으로 구분하였다. 이렇게 구분한 결과의 유형을 그림 2에 나타냈고, 각 유형에 해당하는 참여자들을 분류해 제시하였다. 각 유형의 특성은 아래와 같으며, 각 유형을 대표할 수 있는 사례 한 가지를 예시로 제시해 보겠다.

내적성찰 극복형은 자신의 결핍과 스스로에

대한 불확실성을 내적으로 성찰하며, 새로운 환경에서의 경험들을 성찰의 도구로 삼아 내적인 변화를 꾀하는 유형에 해당한다. 이 유형에 속한 참여자들은 낮은 상황 및 사람들과의 만남에서 자신의 과거 상처들이 떠오르고 정서적으로 불안정한 심리 상태를 경험하면서도 그것을 비교적 잘 견뎌나가는 모습을 보인다. 이 유형의 참여자들이 잘 견딜 수 있었던 힘은 끊임없이 자신에 대해 성찰하고, 새롭게 깨달아진 자신에 대한 긍정적 이해를 자기 모습으로 내사하기 위한 노력을 기울인다는 점에 있었다. 참여자 1은 아주 어려서부터 아버지의 정신적, 물리적 폭력에 노출됐었고, 아버지의 일 때문에 전학을 여러 번 다니던 중에 친구들로부터 집단 따돌림을 여러 차례 당한 경험을 갖고 있었다. 새로운 환경에서 타인이 자신을 좋게 보아줄지 늘 의심이 앞섰고, 타인의 의도를 왜곡하거나 관계를 단절하는 방식의 심리적 어려움을 나타냈었다. 또한 자기 자신이 어떤 사람인지 모르겠고, 새로운 환경에서는 왜 이렇게 자꾸만 다른 모습이 나오는지 혼란감을 느꼈다. 이런 심리적 혼동 속에

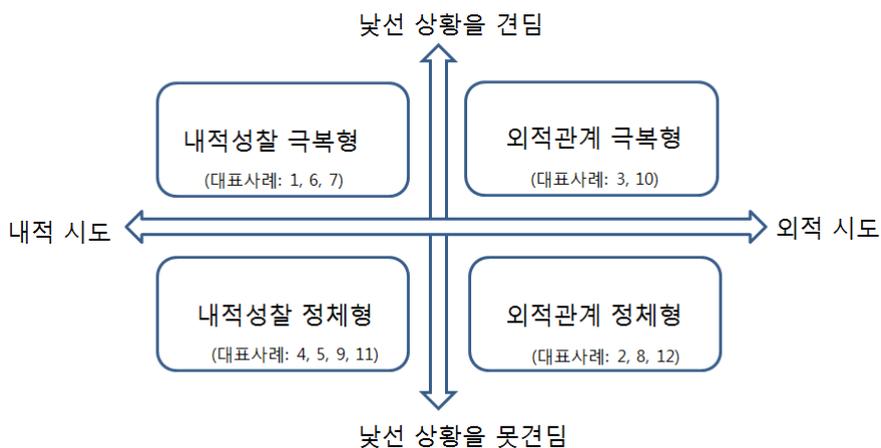


그림 2. 대인 외상을 가진 대학생들의 적응과정 유형

서 참여자 1은 때때로 느껴지는 열등감을 자신의 변화를 위한 자극제로 삼았다. 외모에 대한 열등감을 극복하기 위해 다이어트를 하거나, 자신의 심리상태를 이해하기 위해 심리학 관련 서적을 많이 읽어보기도 하였다. 그러면서 타인으로부터 주어진 새로운 피드백과 다양한 관계적 경험들을 분별해 보며, 자신에 대한 긍정적 이해를 확장시켜 나가는 모습을 나타내 주었다.

외적관계 극복형은 다양한 관계 속에서 적극적으로 새로운 시도를 해 보며, 주변의 긍정적 반응과 피드백이 있는 시도들을 더욱 확장시켜 나가는 유형에 해당한다. 이 유형에 속한 참여자들은 낯선 상황 및 사람들과의 만남을 잘 견뎌나가는 모습을 보인다. 이 유형의 참여자들이 이것을 견디는 힘은 적극적인 도전과 시도들 속에 있었다. 참여자3은 어려서부터 아버지의 정신적, 물리적 폭력에 노출됐었다. 학원 앞에서 만나기로 한 시간에 정확하게 나오지 않으면 친구들이 보는 앞에서 따귀와 머리 등을 얻어맞기도 하고, 아버지의 말을 고분고분 잘 듣지 않는다는 이유로 벽에 피가 튀길 정도로 얼굴을 얻어맞았던 적도 있었다. 새로운 환경에서 만난 사람들이 자신을 좋아해 줄 수 있을지 불신과 걱정이 늘 앞섰기 때문에 마치 연극을 하듯 타인에게만 맞춰주는 방식을 지속했었다. 그러면서도 좋은 평가를 받는 친구들을 따라해 보거나, 친밀한 관계를 형성하기 위해 적극적으로 친구를 찾아 나서는 시도들을 반복하였다. 그러면서 자신만의 관계 방식을 찾게 되었고, 다양한 관계 속에서 자신을 끊임없이 새롭게 찾아 나서며 발전하는 모습을 나타내 주었다.

내적 성찰 정체형은 끊임없이 자신을 성찰하면서, 내적으로나 외적으로 어떤 변화도 피

하지 않는 유형에 해당한다. 이 유형에 속한 참여자들은 낯선 상황 및 사람들과의 만남을 견디지 못하고 회피하며, 필요한 경우에만 최소한의 관계를 맺어나가는 은둔형의 생활양식을 보여준다. 참여자 5는 초등학교 시절 어머니의 외도 이후 아버지의 반복된 정신적, 물리적 폭력에 노출됐었고, 어머니로부터 정신적 폭력에 노출됐었다. 학교에서는 늘 혼자였고, 친구들과 친밀한 관계를 맺어본 경험이 없었다. 대학생이 되면서도 자신에게 다가오는 친구들을 멀리하였고, 수업 때가 아니면 집 또는 아르바이트를 하러 가는 생활을 반복하였다. 자신은 어렸을 때부터 불운한 환경 속에서 자라왔기 때문에, 최대한 사람들을 피해 다녀야 한다고 생각했다. 또한, 지금은 부모님이 이혼하여 어머니와만 생활하고 있는데 어머니가 죽을 정도로 밉긴 하지만 어머니에게서 벗어날 수 없는 자신을 한탄스럽게 여긴다고 하였다. 이전의 폭력을 당했던 경험이 때때로 떠오를 때도 있고, 어머니가 너무나 밉지만 어머니를 잃어버릴 것에 대한 두려움이 있다고 하였다. 이러한 자신에 대해 무수히 많은 생각을 하지만, 답은 없고 늘 더 악화될 수 있는 상황이 자신을 괴롭게 한다고 하였다.

외적관계 정체형은 새로운 환경에서 자신에게 다가오는 친구와의 신뢰를 반복적으로 시험해 보면서 선택적이고 제한적인 관계만을 형성하는 유형에 해당한다. 이 유형에 속한 참여자들은 낯선 상황 및 사람들과의 만남을 잘 견디지 못하는데, 유일하게도 자신에게 반복적 관심과 호의를 보인 사람들과만 선택적 관계를 형성하는 모습을 보인다. 참여자 2는 어머니의 정신적 폭력에 노출됐었고, 초등학교 시절 성추행을 당한 경험이 있었으며, 초·

중등학교 시절 친구들의 집단 따돌림을 반복적으로 당한 경험이 있었다. 이러한 경험들은 사람에게 대한 불신, 남성에 대한 혐오, 불안 및 공포 등의 정서적 불안정의 심리적 어려움을 야기하였다. 참여자 2는 대학생이 되면서 자신에게 다가오는 타인과의 신뢰를 시험해 보는 과정을 거쳤다. 예를 들어, 자신에게 호의를 보인 친구가 계속해서 먼저 연락을 취하는지, 친구의 부탁을 거절해도 다가오는지 등을 반복적으로 시험하면서 지속적으로 관계를 이어나갈지 결정하는 일정 기간의 과정을 거치는 것으로 나타났다. 이렇듯 적극적으로 관계를 형성하기 위한 시도를 하진 않지만, 수동적인 관계 형성 과정에서도 신뢰를 시험해 보는 과정이 있음을 보여주었다.

## 논 의

본 연구는 아동청소년기 대인 외상을 경험한 대학생들이 어떤 심리적 어려움을 가지고 있으며, 새로운 환경에 어떻게 적응해 나가는지를 탐색해 보기 위한 목적에서 실시되었다. 이를 위해 과정적 이해를 제공해 줄 수 있는 근거이론의 분석 방법을 활용해 이제까지 연구결과들에서 제시한 단편적 이해를 확장하고자 하였다. 본 연구에서는 앞서 세 가지 문제를 설정하였는데, 첫째, 아동청소년기 대인 외상적 폭력을 경험한 대학생들의 심리적 어려움과 적응은 어떠한가? 둘째, 적응은 어떠한 과정을 통해 이뤄지는가? 셋째, 이를 몇 가지 유형으로 묶어 본다면, 그 유형은 어떠한가? 이렇게 설정한 세 가지 문제를 중심으로 선행 연구와의 비교 분석을 제시하고, 본 연구를 통해 새롭게 발견된 점 및 본 연구를 통한 시

사점을 논의해 보고자 한다.

첫째, 본 연구의 결과 아동청소년기 대인 외상을 경험한 대학생들의 심리적 어려움은 ‘버려진 듯 불안정함’, ‘두려움과 공포’, ‘의심하는 버릇의 지속’, ‘순탄하지 않은 대인관계’로 나타났다. 이러한 결과는 선행연구에서 밝혀진 우울(Copeland et al., 2013; Lumley., & Harkness, 2007), 불안 외 다양한 생활상의 부적응(Stapinski et al., 2014; Romito., & Grassi, 2007), 정서조절의 곤란(Taylor et al., 2006) 등의 결과와 일치한다. 반면, 선행연구에서 밝혀졌던 분노조절의 어려움(안규민, 2016) 및 자살의 위험성 증가(윤명숙, 김서현, 2012) 등의 요인들은 본 연구의 참여자 진술에서는 거의 보고되지 않았는데, 이러한 결과는 연구 참여자 기준이 대학생으로 한정되어 있었던 것에 영향을 받은 것으로 보인다. 대학교에 입학한다는 것은 일정 수준의 기능이 유지되고 있을 때 가능할 수 있다는 가정을 감안해 볼 때, 자살의 위험성 및 분노조절의 어려움 등 고위험 수준의 심리적 어려움이 비교적 적게 보고됐을 가능성을 예측해 볼 수 있다. 더불어, 본 연구를 통해 새롭게 밝혀진 부적절한 관계 방식 가운데 타인에게 전적으로 의존하는 방식을 주목해 볼 수 있다. 이는 선행 연구들이 제시한 관계에서의 회피 및 공격적 형태(박선미, 2017)와는 전혀 다른 모습의 부적절한 관계 형태 또한 나타날 수 있다는 점을 염두 해 볼 필요성을 시사해 준다.

맥락적 조건인 ‘대인 외상의 범주와 수준’, ‘반복적 대인 외상 재 경험의 수준’, ‘사회적 자원의 수준’, ‘자기개념 형성의 수준’은 중심 현상으로 이끄는 조건에 해당한다. 본 연구의 참여자들이 가장 많이 경험한 ‘친부(父)’의 폭력은 장기적이면서도 반복적으로 이뤄진 특성

이 있었는데, 이러한 현상은 사회문화적으로 형성된 가부장적 위력이 참여자들을 둘러싼 개인, 가족, 사회에 쉽게 행사되어, 성별을 둘러싼 권력의 위계가 폭력을 허용하는 결과를 낳게 하였다. 이로 인한 영향은 이후 교우 관계에서 집단 따돌림 및 폭행에 노출될 위험성까지 높였고, 지속된 사회적 자원의 결핍이 더욱 큰 피해 후유증을 남기게 되었다. 더욱이 대인 외상의 범주와 수준이 높았던 경우 중심현상을 매개하는 ‘불신’은 더욱 뿌리 깊게 자리할 수 있었다. 이러한 결과는 선행연구에 제시한 김지애(2013), Allen(2005)의 연구에서와 같이, 가족 및 친구 등 친밀한 대상과의 외상적 관계 경험으로 인한 심리적 영향이 더욱 심각할 수 있다는 결과를 지지한다. 사회적 자원의 수준은 이후 심리적 영향을 완화할 수 있는 중요한 요인으로 보이며, 이는 선행연구에 제시한 유계숙 외(2013), Calhoun와 Tedeschi(2006)의 연구를 지지한다. ‘자기 개념의 형성 수준’은 본 연구 참여자에 해당하는 성인초기 발달적 특성을 도출한 요인으로 볼 수 있다. 자기 개념은 외상 사건으로 인한 영향을 직·간접적으로 받을 수 있으며, 외상 사건과 자신을 둘러싼 신체적, 물질적, 사회적, 관계적 자기개념이 상호작용 하는 가운데 변화했을 가능성을 염두 할 필요가 있다. 본 연구에서는 심각한 외상을 경험한 대학생이라도 긍정적 자기개념을 형성한 경우에는 이후 긍정적 적응의 방향으로 나아갈 수 있음을 나타내 주었다. 따라서 외상적 관계 경험은 부정적 자기 개념 형성에 기여할 것이라는 앞선 연구들(최은영, 2010; 최은영, 안현의, 2011; Salo et al., 2004)에 반하여, 본 연구 결과를 통해 외상적 관계 경험에도 불구하고 기타 다양한 요인들과의 상호작용 속에서 자기개념이

끊임없이 변화할 수 있음을 주지할 필요가 있겠다.

본 연구의 중심현상은 ‘자기 자신과 타인을 향한 끈질긴 불신과의 사투를 경험함’이었다. 연구 참여자들은 대학교라는 새로운 환경에 맞이하면서 이제까지 자신이 해 왔던 방어들이 제대로 작동하지 않으며, 억눌린 상처가 자극되고 새로운 관계 형성에서의 스트레스와 불신이 높아지면서 자신에 대한 불확실성, 결핍감과 투쟁을 경험하는 현상을 나타낸다. 즉, 자신의 정체성에 대한 혼란과 불확실성, 타인과의 관계 형성에서도 느껴지는 불신과 씨름하였다. 이러한 결과는 선행연구에서 제시한 Williams(2006)의 연구에서와 같이 관계 형성에 기초가 되는 신뢰감 구축의 어려움이 야기될 수 있다는 점을 지지한다. 이와 더불어, 본 연구에서는 타인에 대한 신뢰감 뿐 아니라, 자기 자신에 대한 신뢰감 구축을 위해 투쟁한다는 점이 새롭게 나타났다. 이러한 결과는 대학생이라는 특정한 인생의 발달적 과업(Erickson, 1979)을 종합적으로 고려해 볼 필요성을 시사해 준다.

중재적 조건에 해당하는 ‘친밀감에 대한 욕구 수준’, ‘문제 해결의 대처 방식’, ‘새로운 환경의 적응 능력’, ‘문제 자각 수준과 변화 동기 수준’에서는 ‘새로운 환경의 적응 능력’에 더욱 주목해 볼 필요가 있다. 즉, 새로운 환경에 맞닥뜨렸을 때 적극적인 방식으로 도전하고 문제를 해결하기 위한 시도를 한 참여자들이 있었던 반면, 새로운 환경이 낯설고 불편하여 소극적인 방식으로 문제를 회피한 참여자들도 있었다. 이렇게 새로운 환경에 어떠한 적응 능력 방식을 보이는지에 따라 각기 다른 작용/상호작용의 전략을 구사하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 선행연구에 제시

했던 외상 후 성장(PTG)과 관련된 연구들(김영애, 최윤경, 2017; 박은아, 2015; 양귀화, 김중남, 2014; 이양자, 정남운, 2008)에서 탄력성 등의 개인의 고유한 심리적 특성이 중요한 요인으로 언급된 것과 같이, 한 개인의 낮은 환경에서의 적응력 및 새로운 자극에 대한 개방성과 같은 성격 및 심리적 특성이 대학생 시기의 발달적 과제와 함께 상호작용하면서 과거의 외상적 관계 경험으로 인한 심리적 영향을 어떻게 다뤄 나가는지를 이후 연구에서도 지속적으로 탐구해 나가야 할 필요성을 시사해 준다.

작용/상호작용 전략에는 ‘건강한 친밀감을 시도하기’, ‘미숙한 친밀감을 시도하기’, ‘타인에 대한 신뢰를 시험해 보기’, ‘타인을 모델링하기’, ‘외부평가를 분별하면서 자기 확신을 가져나가기’, ‘자신의 부족함을 극복하는 시도를 하기’, ‘폭력적인 관계를 중단하기’가 도출되었다. 이 전략들은 유형 분석 과정에서 ‘내외적 시도들’로 구분되었다. 내적 시도들은 자신의 결핍과 스스로에 대한 불확실성을 내적으로 끊임없이 성찰하는 방식에 해당하며, 외적 시도들은 다양한 관계 속에 자신을 노출시켜 새로운 시도들을 해 보는 방식에 해당한다. 내적 시도에서 대표적으로 드러난 ‘성찰’ 방식은 선행연구에서 제시한 인지적 처리 및 반추적 과정(Calhoun, & Tedeschi, 2006; Joseph, Murphy, & Regal, 2012)과 유사하지만, 그 내용과 방식에는 차이가 있었다. 즉, 인지적 처리 및 반추적 과정은 외상 사건에 대한 성찰의 과정뿐 아니라 자기 자신에 대한 다양한 평가를 성찰해 보는 과정 또한 포함하였다. 따라서 긍정적 변화를 일으키는 주요한 요인으로 언급되고 있는 인지적 과정은 외상 경험에 대한 성찰 뿐 아니라, 그 평가의 주체자인 자신

에 대한 성찰을 포함하여 이해할 필요가 있음을 제안한다. 또한 본 연구의 결과 새롭게 드러난 사실은 외상 경험에 대한 성찰이 충분히 이뤄지지 않았다 하더라도, 자기 자신에 대한 성찰이 긍정적으로 이뤄진 결과 자기 인정과 수용이 높아지면서 역으로 외상 경험에 대한 성찰 또한 촉진 될 수 있었다는 것이다.

둘째, 본 연구의 결과 아동청소년기 대인 외상을 경험한 대학생들의 심리적 어려움과 적응의 과정은 6 단계로 ‘시험 단계’, ‘모델링 단계’, ‘도약 단계’, ‘확신 단계’, ‘경계설정 단계’, ‘상호성 단계’를 거치는 것으로 나타났다. ‘시험 단계’는 대인 외상을 경험한 결과 신뢰 구축의 어려움이 지속될 것이라는 선행연구 결과(Williams, 2006)에서와 달리, 대학생의 발달적 특성 및 새로운 환경에 적응하는 각 개인의 심리적 특성에 따라 신뢰를 시험해 보는 과정은 끊임없이 지속될 수 있음을 알 수 있다. 두 번째 새로운 변화의 과정으로 ‘모델링’은 대인 외상을 경험한 대학생들이 자기 개념을 새롭게 다져나가는 과정에 해당한다. 외상적 관계 경험으로 인해 긍정적 자기 개념이 구축되지 못한 대학생들은 새로운 환경에서 만난 친구들을 좋은 모델로 삼아 자기를 구성하는 긍정적인 개념들을 구축하는 자원으로 활용한다. 세 번째 도약의 단계에서는 외상적 경험 속에서 결핍되었던 자기 사랑과 긍정, 수용을 스스로 채우는 시도들이 나타난다. 이러한 결과는 선행연구에 제시하였던 외상후 성장(PTG)과 관련된 연구들에서 강조한 한 개인의 고유한 심리적 특성인 긍정성 및 탄력성이 긍정적 자원으로 기능하게 한다는 것에도 연결된다. 본 연구의 참여자 중에는 예전 관계적 경험에서는 어느 누구도 자신에게 긍정적 메시지를 준 적이 없지만, 책 속에서 읽은

한 구절의 희망이 도약의 단계에서 큰 힘이 되어주었다고 하였다. 이렇듯, 대인 외상을 경험한 대학생들이 반복할 수 있는 자기 부정과 혐오에서 벗어나 자기 긍정의 힘을 찾아 나갈 수 있도록 돕는 개입 또한 필요할 것이다. 네 번째 ‘확신’의 단계는 외상적 경험을 성찰하는 가운데 새롭게 구축된 자기 신뢰를 공고하게 다지는 과정에 해당한다. 이 단계에서 무엇보다 중요한 것은 자신을 피해자로서 있는 그대로 인정하고 받아들이며, 부족한 자신도 사랑해 줄 수 있는 힘을 갖게 되는 것이다. 이 과정에 참여한 자신의 새로운 시도와 주변의 긍정적 피드백 또한 중요한 역할을 하고 있음을 주목해 볼 수 있다. 다섯 번째 단계인 ‘경계 설정’의 단계는 자신 및 타인과의 건강한 친밀감을 시도하는 과정에 해당한다. 참여자들이 보인 부적절한 관계 방식은 무의식 속에서 자동적으로 이뤄져 왔기 때문에, 끊임없는 부적절감을 야기했다. 자신과 타인에 대한 신뢰가 조금씩 높아진 참여자들은 자신의 모습과 타인의 행동을 객관적인 시각에서 판단해 볼 수 있게 되었고, 적절한 거리를 설정한 친밀감을 시도하는 행동을 하게 되었다. 마지막 ‘상호성’의 단계는 이전과는 다른 방식으로 타인의 호의를 의심 없이 받아들이고, 자신도 호의를 베풀 수 있는 상호적인 관계 실천의 방식으로 나아가는 과정에 해당한다. 본 연구 결과를 통해 나타난 다음의 과정들은 대인 외상을 경험한 대학생들이 외상적 경험으로 인해 결핍된 자신에 대한 신뢰, 타인에 대한 신뢰를 새로운 환경과 새로운 시도들 속에서 변화시켜 나감을 알 수 있었다.

셋째, 본 연구의 결과 도출된 4가지 유형은 내적성찰 극복형과 외적관계 극복형, 내적성찰 정체형과 외적관계 정체형이었다. 유형 분

석 결과에서는 참여자들의 ‘새로운 환경의 적응능력’과 ‘내적/외적 시도’를 주의해 볼 필요가 있겠다. 외상 후 성장과 관련된 앞선 연구들에서는 한 개인의 성격 특성으로 긍정성 및 탄력성을 주요한 요인으로 언급해 주고 있는데(박은하, 2015; 주소희, 2016), 이에 덧붙여 본 연구에서는 낮은 환경에서의 적응력 및 새로운 자극에 대한 개방성을 추가하고자 한다. 이러한 특성은 성인초기에 해당하는 대학생들이 자신의 삶을 주체적으로 이끌어 가되, 대인 외상적 경험으로 인해 결핍된 신뢰감을 새롭게 구축해 나가는 자원이 되어줄 것이다. 더불어, 대인 외상을 경험한 대학생들이 끊임 없이 자신을 내적으로 성찰하는지, 외적인 시도들을 더욱 적극적으로 실천해 나가는지를 분별해 볼 필요가 있겠다. 이러한 분별은 임상현장에서 상담자가 이들을 어떻게 이해하여 상담목표와 계획을 수립할지 방향을 설정하는데 도움을 줄 수 있다. 내적 성찰을 지향하는 내담자에게는 그들의 끊임없는 성찰의 시도들을 격려하며 건강한 성찰의 방식을 가져 나갈 수 있도록 조력하며, 외적 관계 극복을 지향하는 내담자에게는 다양한 관계 경험을 지지하면서도 자신의 모습을 성찰해 볼 수 있도록 돕고 새롭게 발견한 자신의 자원들과 관계적 기술들을 공고히 다져나갈 수 있도록 조력하는 것이 필요할 것이다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 대인 외상을 경험한 대학생들의 심리적 어려움을 조금 더 세밀하게 드러내 줄 수 있었다. 예를 들어, 대인 외상을 경험한 대학생들은 관계 적응의 어려움을 보일 수 있는데, 그것은 이전 연구 결과들이 제시하였던 회피적이거나 공격적인 모습으로만 나타나지 않았다. 본 연구에서는 타인에 대한 과도한 의존성 및 과도

한 친밀감 추구의 모습들 또한 부적응의 한 단면이 될 수 있음을 보여 줄 수 있었다. 따라서 임상 현장에서 관계의 어려움을 호소하는 대학생들과의 상담에서 이들의 현재 관계 방식 및 과거 외상적 경험으로 인한 영향을 다각적으로 살펴볼 필요가 있을 것이다. 둘째, 대인 외상을 경험한 대학생들이 어떠한 적응 과정을 거치게 되는지, 과정적 이해를 심화할 수 있었다. 대학생들의 발달적 과제, 환경적 요인, 각 개인이 고유한 심리적 특성들이 함께 관여하여 시간의 흐름에 따라 자기 다른 현상들이 출현할 수 있음을 이해할 수 있도록 하는데 의의가 있었다. 셋째, 몇 가지 구별된 유형을 제시한데 의의가 있었다. 이 유형을 통해 대인 외상의 문제로 인한 심리적 어려움을 호소하는 대학생 내담자들을 어떻게 이해 하며, 어떠한 치료적 계획을 수립할 수 있을 지에 대한 차별화된 전략을 제시해 줄 수 있었다. 본 연구의 한계는 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 참여자들이 경험한 대인 외상의 범주는 가족(특히 父)의 폭력과 또래 따돌림이 가장 많았다. 대인 외상의 범주에 해당하는 기타 요인들을 조금 더 세밀하게 분석해 볼 수 있도록 다양한 피해 범주와 수준을 고려한 연구 설계를 추후 과제로 남겨두겠다. 둘째, 본 연구 주제의 특성상 대학생이라는 성인 초기의 발달적 과업이 중요한 상호작용의 요인으로 드러났는데 이것을 제외한 현상에서는 어떠한 적응의 과정이 드러나는지를 탐구해 보는데 한계가 있었다. 따라서 대인 외상을 경험한 사람들로 연구 참여자의 범위를 확장하여 이들의 적응 과정을 폭넓게 연구해 보는 것을 추후 과제로 남겨두겠다. 셋째, 본 연구의 유형 분석은 근거이론을 통해 분석된 다양한 요인들을 충분히 담아내는데 한계가 있었

다고 보여 진다. 따라서 추후 연구에서는 더 많은 참여자들을 대상으로 본 유형을 검증하고, 더 나아가 확장된 유형 분석을 진행해 보 고자 한다.

## 참고문헌

- 고나래 (2008). 아동, 청소년기 복합외상경험이 정서조절과 대인관계문제에 미치는 영향. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 김영애, 최윤경 (2017). 외상 후 성장에 대한 질적 연구: 경험자와 치료자의 관점을 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 22(1), 199-228.
- 김지애 (2013). 대학생의 외상 후 성장 촉진 요인에 대한 개념도 연구: 정서적 폭력을 중심으로. 석사학위논문, 연세대학교.
- 김혜원 (2011). 청소년들의 집단따돌림과 집단 괴롭힘 피해 경험에 따른 심리적 부적응 및 학교 부적응. 청소년학연구, 18(5), 321-357.
- 모상미 (2014). 청소년의 복합외상경험이 대인관계문제에 미치는 영향: 부정적자동적 사고의 매개효과. 석사학위논문, 조선대학교.
- 박선미 (2017). 아동기 외상 유형이 외상 경험 대학생의 대인관계 철회에 미치는 영향: 심리적 경직성의 매개효과. 박사학위논문, 동덕여자대학교.
- 박선정 (2015). 대인외상 경험 청소년이 지각한 사회적 지지가 외상 후 성장에 미치는 영향: 적극적 대처의 매개효과. 미래청소년학회지, 12(1), 25-47.
- 박은아 (2015). 성인의 대인외상경험과 외상 후 성장의 관계: 낙관성과 관계의 질의

- 다중매개효과. *한국사회복지학*, 67(1), 263-288.
- 신지영, 이동훈, 이수연, 한윤선 (2015). 대학생이 경험하는 외상사건 유형에 관한 연구. *놀이치료연구*, 19(2), 69-95.
- 안규민 (2016). 아동의 학대경험이 또래관계 문제에 미치는 영향: 분노표현방식의 매개효과. 석사학위논문, 대구대학교.
- 양귀화, 김종남 (2014). 외상 후 성장 과정에 대한 분석: 정서조절곤란, 침습적 반추, 의도적 반추의 삼중매개효과와 낙관성의 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 19(4), 1041-1062.
- 양민경 (2013). 동료관계가 조직원의 수행에 미치는 영향: 지각된 사회적 지지와 적극적 대처의 매개효과. 석사학위논문, 성균관대학교.
- 오혜영 (2018). 대학생의 심리적 위기 극복 및 인성계발 지원사업 설계연구. *한국대학교육협의회*.
- 유계숙, 이승출, 이혜미 (2013). 집단따돌림 참여자 역할에 영향을 미치는 개인, 가족, 학교관련변인. *한국가족관계학회지*, 18(3), 63-89.
- 윤명숙, 김서현 (2012). 대학생 외상경험이 자살생각에 미치는 영향과 관계만족도의 매개효과분석. *정신보건과 사회사업*, 40(2), 5-32.
- 윤명숙, 박아란 (2015). 청소년의 대인외상경험과 외상 후 성장의 관계에서 스트레스대처능력의 조절효과 검증. *청소년복지연구*, 17(3), 239-261.
- 이양자, 정남운 (2008). 외상 후 성장에 대한 연구 개관: 적응과의 관계 및 치료적 적용을 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 13(1), 1-23.
- 이태영, 심혜숙 (2011). 아동기 외상경험이 초기 성인기 대인관계문제에 미치는 영향에서 내면화된 수치심의 매개효과. *상담학연구*, 12(6) 2273-2291.
- 이현정, 장희순 (2014). 청소년의 복합 및 다중 외상 경험과 대인관계문제 사이에서 초기 부적응도식의 매개효과. *인지행동치료*, 14(1), 39-59.
- 장은진 (2017). 범죄피해 외상경험자의 심리적 어려움과 대처과정에 관한 질적 연구. *사회과학연구*, 29(1), 295-316.
- 장진이 (2010). 반복적 대인간 외상 경험자의 자기체계 손상과 심리적 특성. 박사학위논문, 이화여자대학교.
- 주소희 (2016). 외상경험 아동청소년의 외상 후 성장에 미치는 요인연구. *사회과학 담론과 정책*, 29(2), 65-83.
- 최은영 (2010). 여대생의 아동청소년기 대인간외상경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 최은영, 안현의. (2011). 여대생의 아동 청소년기 대인간 외상 경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. *한국심리학회지: 여성*, 16(3), 285-302.
- 한노을 (2008). 외상 후 성장에 관한 현상학적 연구: 아동기 성폭력을 경험한 여성을 중심으로. 석사학위논문, 서울여자대학교.
- 한수경 (2013). 청소년의 대인간 외상경험이 대인관계문제에 미치는 영향에서 자기체계손상의 매개효과. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- Allen (2005). *Coping with trauma: A guide to self understanding*. American Psychiatric Association.

- Allen, J. G. (2010). 트라우마의 치유 (권정혜, 김정 범, 조용래, 최혜경, 최윤경, 권호인 역). 서울: 학지사. (원전은 2005년에 출판).
- Bonanno, G. (2005). Resilience in the face of potential trauma. *Current Directions in Psychological Science*, 14, 135-138.
- Calhoun, L. G., & Tedeschi, R. G. (Eds.). (2006). *Handbook of posttraumatic growth: Research and practice*. Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Copeland, W. E., Wolke, D., MRCPsych, A. A., & Costello, J. (2013). Adult psychiatric outcomes of bullying and being bullied by peers in childhood and adolescence. *JAMA Psychiatry*, 70(4), 419-426.
- Cogle, J. R., Resnick, H., & Kilpatrick, D. G. (2013). Factors associated with chronicity in posttraumatic stress disorder: A prospective analysis of a national sample of women. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 5(1), 43-49.
- Erickson, B. H. (1979). Some problems of inference from chain data. *Sociological Methodology*, 10(1), 276-302.
- Glassman, L. H., Weierich, M. R., Hooley, J. M., Deliberto, T. L., & Nock, M. K. (2007). Child maltreatment, non-suicidal self-injury, and the mediating role of self-criticism. *Behaviour Research and Therapy*, 45, 2483-2490.
- Joseph, S., Murphy, D., & Regel, S. (2012). An affective - cognitive processing model of posttraumatic growth. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 19(4), 316-325.
- Kilpatrick, D. G., Acierno, R., Saunders, B., Resnick, H. S., Best, C. L., & Schnurr, P. P. (2000). Risk factors for adolescent substance abuse and dependence: Data from a national sample. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 68(1), 19-30.
- Littleton, H., Horsley, S., John, S., & Nelson, D. V. (2007). Trauma coping strategies and psychological distress: A meta analysis. *Journal of Traumatic stress*, 20(6), 977-988.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive change following and adversity: A review. *Journal of Traumatic stress*, 17(1), 11-21.
- 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, 639-657.
- Masten, A. S. (2004). Regulatory processes, risk and resilience in adolescent development. *Annals of the New York Academy of Sciences*, 1021, 310-319.
- Newman, M. L., Holden, G. W., & Delville, Y. (2005). Isolation and the stress of being bullied. *Journal of Adolescence*, 28, 343-357.
- Romito, P., & Grassi, M. (2007). Does violence affect one gender more than the other? The mental health impact of violence among male and female university students. *Social Science & Medicine*, 65(6), 1222-1234.
- Salo, J., Punamaki, R., & Qouta, S., (2004). Association between self and other representations and posttraumatic adjustment among political prisoners. *Anxiety, Stress, and Coping*, 17, 421-439.
- Stapinski, L. A., Bowes, L., Wolke, D., Pearson, R. M., Mahedy, L., Button, K. S., Lewis, G., & Araya, R. (2014). Peer victimization during

- adolescence and risk for anxiety disorders in adulthood: A prospective cohort study. *Depress Anxiety*, 31(7), 574-582.
- Strauss, A., J. Corbin. (1998). *Basics of qualitative research: techniques and procedures for developing grounded theory*. London: Sage
- Taylor, S., Asmundson, G. J. G., & Carleton, R. N. (2006). Simple versus complex PTSD: A cluster analytic investigation. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(4), 459-472.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (2004). Posttraumatic growth: Conceptual foundation and empirical evidence. *Psychological Inquiry*, 15, 93-102.
- Williams, W. I. (2006). Complex trauma: Approachs to theory and treatment. *Journal of Loss and Trauma*, 11, 321-335.
- 원 고 접 수 일 : 2019. 02. 01  
수정원고접수일 : 2019. 04. 02  
게 재 결 정 일 : 2019. 05. 02

## **A Study on the Psychological Difficulties and the Adaptation Process of College Students with a History of Child or Adolescent Interpersonal Traumatic Violence**

**Kyungeun Park**

Semyung University

**Seonyoung Kim**

Yonsei University

The purpose of this study was to analyze the psychological difficulties and adaptation process of college students who had experienced interpersonal traumatic violence during childhood or adolescence. In depth interviews were conducted with 12 college students and grounded theory was used to analyze the data. From the analysis, 157 concepts, 56 sub categories, and 26 essential categories were derived. The results of the process analysis indicated that the process of adaptation of college students who have experienced interpersonal traumatic violence is composed of six steps. The results of the last type analysis show 4 types. Novel processes and concept consistency with prior research, directions for future research, and implication for clinical practice are presented.

*Key words* : *interpersonal traumatic violence, college students, psychological difficulties, adaptation process, Grounding Theory*