

내재화된 아동기 불안정 애착경험에 관한 연구 : 생애주기별 발달단계의 상담사례를 중심으로

권영혜*

(계명대학교 사회복지학과 박사과정 / BK21+지역사회통합인재양성사업단)
e-mail:yh1216k@hanmail.net

A Study on Intrinsic Childhood Unstable Attachment Experience: Focused on counseling cases at developmental stages in each life cycle

Kwon Young-hye*

(Kyungmyung University, Department of Social Welfare, Doctoral Program / BK21+ Community Integrative Human Resource Development Team)

요 약

본 연구는 존 볼비의 애착이론에 근거하여 아동기 부모로부터 경험한 불안정 애착이 에릭슨의 심리사회적 발달단계에서 발현되는 정서, 행동적 문제들을 살펴보고자 청소년기, 청년기, 중년기, 노년기의 실제 상담사례를 탐색하였다. 청소년기는 부정적인 시각형성으로 학교부적응이나 비행행동이 발생하여 가족 간의 불화를 경험하게 되고, 청년기는 데이트 폭력의 가해자나 피해자로 발생할 수 있는데 이는 낮은 자존감이나, 지나친 의존성의 결과라고 할 수 있다. 또한 인생의 전환기를 맞이하는 중년기에는 호르몬의 영향으로 감정의 기복이 심해지고 열등감에 빠져들기 쉬워 부정적인 감정을 경험하게 되며 이는 알코올 중독으로 이어져 자녀를 돌보지 않고 학대하는 행위로 나타나며, 마지막으로 노년기에는 살아온 세월에 대한 절망감이 화, 분노로 이어지는데, 죽음을 앞에 두고 더 이상의 발달이 없이 소실되어가는 자신에 대한 허망함과 우울함으로 주변을 돌아보지 않고 자신만 생각하는 독단주의로 빠지게 되는 것으로 나타났다. 이는 어린 시절 부정적인 애착경험이 생애주기별 발달단계에서 문제행동으로 외현화됨을 확인할 수 있었다.

따라서 본 연구를 통해 문제를 가진 내담자의 체계적인 상담 등 유관기관의 적극적 접근과 사회복지적 방안을 통한 다각적인 해결책이 필요함을 제시하는데 의의가 있다.

1. 서론

존 볼비의 애착이론에 의하면, 영유아기 시기에 경험하는 양육자와의 애착행위가 영아기를 넘어 성인기 이후까지 지속될 수 있으며, 전 생애동안의 관계형성에 영향을 준다(이영주, 2007)고 밝히고 있다. 양육자와의 긍정적인 애착관계는 이후 타인과의 관계형성에도 영향을 미치는데 안정애착을 경험한 아동은 타인에 대해서는 수용적이고 반응적이다. 자신에 대해서는 사랑받는 존재로 인식하게 되고 타인에 대한 긍정적인 신뢰감을 형성하여 성인이 되어서도 타인과의 안정적인 관계를 형성할 수 있게 된다. 그러나 불안정애착을 경험한 아동은 타인에 대한 거부감과 불안정한 관계를 형성하게 된다.

아동이 성장과정에서 양육자와의 관계 속에서 경험된 상실, 박탈, 이별 등은 성인이 된 후에도 성인기의 생활패턴에 영향을 주며, 경험된 애착행동은 세대 간 되물림 된다. 애착의 정신적 외상을 입고 치유 받지 못한 아동이 성인이 되면 진정한 성인이 되지 못하고 성인아이로 살아가게 된다는 것이다(임경수, 2014).

2. 부모의 양육태도와 자녀의 역기능 발달

우리가 부모로부터 어떤 돌봄과 규율에 따라 성장했는지를 아는 것은 반드시 필요하며 이는 부모의 양육유형을 아는 것이 우리가 성장과정에서 어떤 종류의 사람인가를 탐색할 수 있게 해주기 때문이다. 따라서 부모의 양육유형과 유년기 시절 감정을 제대로 알아가려면 그때의 감정 욕구가 무엇인가를 파악하고 그것을 실현할 수 있도록 도와주는 것이 필요하다. 모든 사람은 역기능적인 심리문제를 가진 채 살아가며 부모의 양육태도에 따라 자녀들의 역기능 발달의 심각성은 다르게 나타나고, 그 정도에 따라 조절하는데 실패하는 것이 문제가 된다. 자녀는 역기능적인 부모의 양육유형에 길들여지기 때문에 어린 시절 가정환경은 그들의 역기능 발달과 매우 밀접한 관계를 가진다.

3. 상담사례를 통해 본 외현화된 정서, 행동문제

3.1 청소년기- 학교부적응과 비행행동

“엄마가 불쌍하고 가엽게 느껴지긴 해요, 하지만 엄마는 바쁘다는 핑계로 내가 원할 때 한 번도 내 옆에 있어주지 않았어요, 우리집이 가난한 것도 아닌데 매일 돈, 돈 하면서 8시도 안된 시간에 나를 유치원에 맨 먼저 데려다 놓고 저녁 7시가 넘어서야 제일 마지막에 나를 데리러 왔어요. 선생님은 너 때문에 집에 못 간다고 나를 미워했어요, 난 항상 눈치를 봐야했고 뒤늦게 나를 집에 데려간 엄마는 집안일 하느라 나를 또 내버려 두었어요. 난 그게 너무 상처로 남았어요. 엄마가 싫어하는 행동은 다 할 거예요. 술도 먹고 담배도 피고 남자친구랑 매일 새벽까지 놀고... 엄마도 나 때문에 마음 아파봐야 해요. 이제 와서 잘해주는 건 아무 의미가 없어요”. (14세 여중학생 박○○)

초기 청소년들은 아동에서 성인으로 발달하는 전환기를 맞아 신체적, 심리적, 인지적으로 급격한 변화를 경험한다. 그리고 부모로부터 독립하여 새로운 정체성을 형성하려는 욕구로 인하여 부모의 충고에 저항하거나 불신하는 태도를 보여 갈등을 겪기도 한다. 또한 수시로 변하는 정서 불안정성은 친구 관계를 어렵게 하고 그들의 부모 역시 대처하기 어렵게 하기도 하는데 이러한 어려움으로 인하여 초기 청소년들은 혼돈과 갈등, 그리고 다양한 심리적 부적응을 경험할 수 있다.

가족의 축소, 맞벌이 부모의 증가 등으로 방과 후 청소년이 혼자 시간을 보내야 되는 경우가 많아지면서 집에 자신을 반겨줄 부모의 부재로 인한 쓸쓸함, 그리움, 고독감을 겪는 경우가 많다. 그들은 자신의 고민을 함께 들어주고 해결해주어야 될 부모의 부재를 크게 느끼면서 자신만의 세계로 빠져들게 되고 이러한 것들은 학교나 가족 내 부적응의 원인이 되기도 한다. 청소년들은 자신이 속한 공동체에서 문제를 일으키고 소속감을 상실하게 되면 폭력이나, 가출 등의 비행행동이 발생하게 된다.

어린 시절 부모로부터 긍정적인 돌봄이 있었고 좋은 애착관계가 형성되어 있었다면 정서적, 심리적으로 새로운 전환기를 맞이하는 청소년기를 안정적으로 보낼 수 있을 것이다. 그러나 부정적 양육환경에서 성장한 청소년은 불안정 애착관계가 형성되어 있기 때문에 세상을 바라보는 부정적인 시각으로 인해 잘못된 생각과 행동을 할 가능성이 많고 학교 부적응이나 비행청소년이 될 확률이 더 높다.

3.2 청년기- 데이트폭력피해와 의존성

“남자친구가 화내는 것이 두려워서 사실은 내키지 않지만 그냥 그가 원하는 대로 해주는 것이 맘 편해요, 어릴 때 아버지도 그랬거든요, 난 이유 없이 혼나고 매 맞았지만 그냥 무조건 잘못했다고 빌면 어느 순간 그만 두더라구요, 그래도 그런 다음날엔 맛있는 것도 사주고 선물도 사주고 그랬어요. 지금 남자친구도 잠깐 옥해서 화를 심하게 내긴 하

지만 그 다음날은 바로 사과하고 미안해해요, 선물도 많이 사주고 내가 원하는 것도 따라줄 때도 있어요. 사실 지금 남자친구 말고 다른 사람을 만나다고 해도 별로 나아질 건 없을 것 같아요. 더 안 좋은 사람 만날 수도 있잖아요. 진 그냥 남자친구가 시키는 대로 하는 게 제일 마음 편해요”. (28세 회사원 김○○)

데이트 폭력은 배우자 선택과정과 관련된 낭만적인 남녀간의 관계 내에서 상대방에게 해를 끼칠 의도를 가지고 행한 정서적, 신체적 행위 또는 그러한 의도를 가졌다고 인정되는 정서적, 신체적 행위라고 정의(유선영, 2000) 될 수 있는데, 데이트폭력은 심리적·성적으로 친밀감이 있는 미혼 또는 기혼 성인남녀의 데이트파트너 사이에서 일어나는 신체적 폭력 및 감정적·언어적·경제적 폭력을 포함한다(박경민, 2015).

사회문제로 부각되고 있는 데이트폭력 원인은 환경적인 측면에서 찾아볼 수 있는데 특히 부모의 양육태도가 밀접한 관련이 있다. 부모의 양육태도가 자녀의 성격형성에 영향을 준다는 측면에서 데이트폭력을 행사하는 가해자와 피해자의 성향에 영향을 미치는 원인이 될 수 있다. 부모로부터의 신체 학대나 정서적 학대를 받은 경우 데이트 관계에서 폭력의 행위로 이어질 가능성이 높고 반대로 낮은 자존감으로 인해 타인으로 부터의 폭력의 피해자가 될 수도 있다. 또한 부모의 폭력뿐만 아니라 감정적인 교류도 데이트폭력과 연관성이 있다고 제시한 백주현(2006)의 연구결과는 양육태도와 데이트폭력의 깊은 관련성을 말해주고 있다.

3.3 중년기- 알코올 중독과 모성박탈

“딸아이를 물티슈로 사정없이 뺨을 때렸어요. 우리 아버지는 나에게 한 번도 이름을 불러준 적이 없었고 늘 험한 욕을 달고 살았는데 내 딸의 아빠인 남편은 아이에게 돌도 없는 좋은 아빠예요. 난 내 딸아이에겐 너무나 큰 질투와 시기심이 생겨났고 아이가 너무 미웠어요. 이렇게 좋은 아버지를 가진 너는 왜 이거 하나도 제대로 못하냐는 생각이 들어서 잠시 정신을 잃고 아이를 마구잡이 때리고 있었어요. 정신을 차리고 보니 아이는 머리가 헝클어진 채 나를 쏘아보고 있었고 나는 그때서야 아이에게 미안한 마음이 들어 또다시 술을 마시게 되었어요. 이렇게 힘들고 괴로운 날은 술을 마시지 않으면 잠을 이룰 수가 없고 다시는 그러지 말아야지 하면서도 자꾸 이런 일들이 반복되니 이리다 내 아이가 잘못될 수도 있겠다 싶어 너무 겁이 나고 무서워요”. (44세 전업주부 문○○)

알코올 중독자 부모들은 자신의 문제음주로 인하여 자녀와 상호작용을 잘 하지 못하고, 자녀의 욕구에 민감하게 반응하지 못할 뿐만 아니라 일관적이지 않은 양육행동을 하여 자녀와 친밀한 관계를 형성하는 것을 어려워한다. 알코올 중독자

성인자녀들이 그렇지 않는 성인자녀들과 비교하였을 때 불안정한 애착을 더 많이 보인다고 보고한 연구들은(최윤정, 2004) 부모의 알코올 중독이 자녀의 애착형성에 영향을 미칠 수 있음을 방증한다. 부모의 알코올 중독은 자녀의 우울과 밀접한 관련이 있다. 부모가 알코올 중독자인 가정에서 성장한 성인자녀들에게 가장 보편적으로 나타나고 있는 대표적 정신건강 문제가 우울이다. 이와 관련된 선행연구를 살펴보면, 알코올 중독자 성인자녀와 그렇지 않는 성인자녀들을 비교하였을 때, 알코올 중독자 성인자녀들이 더 높은 우울을 경험하는 것으로 일관되게 보고되고 있다 (Harter, 2000; Klostermann1, et al., 2011). 이러한 연구들은 부모의 알코올 중독과 자녀의 우울은 높은 관련성이 있음을 시사한다.

Bowlby에 의하면 자녀에게 오랫동안 어머니의 보호를 박탈하면 아이의 성격에 심각한 막대한 영향을 끼칠지도 모르며, 아이의 미래의 삶 전체에도 영향을 미칠 수 있다고 밝히고 있다. 어머니의 음주로 인해 자녀는 적절한 돌봄을 받지 못하고 정서적으로 불안한 환경에 놓이게 되며 낮은 자존감, 사회적 대인관계에도 문제가 발생한다. 알코올 중독의 어머니는 자녀를 돌봄 대상으로 인식하지 못하여 신체적, 정서적 학대가해자가 될 가능성이 높고 심각한 경우 어머니로서의 역할을 다하지 못하게 된다. 감정적으로 모성박탈을 경험한 현재의 아이들이 부모가 되면 안정적이고 행복한 삶을 제공할 능력이 있는 성인 남녀로 자랄 수 없게 되어 자신의 자녀를 방치하는 부모가 되는 악순환이 발생한다.

3.4 노년기- 절망감과 독단주의

“난 한평생을 자식들을 위해 헌신하고 희생하고 살았는데 이제 자기들끼리 밥 먹고 사니까 부모는 나 몰라라 하고 정말 나쁜 자식들이지요, 내가 자식들한테 해준 게 얼마나 많은데 이래 부모를 내팽개치고 내가 그 인간들 잘사는지 두고 볼거요. 나는 안 먹고 안 입고 밤낮을 일해 가며 자식 새끼들 먹이고 입히고 공부시킨다고 내 한평생 다 보냈는데, 이제 와서 부모가 해준게 뭐냐고 합니다. 이제 머리 커졌다고 내말도 안 듣고 나를 무시해요.. 뭐, 이제 와서 어찌겠어요? 나는 이래 살다가 죽겠지요, 어릴 때 우리 집이 너무 가난해서 학교도 못가고 맨날 밭에 가서 일만하고 밥도 제대로 못 먹었지요, 우리 부모님은 자식이 많아서 나한테는 신경하나 쓰지 않고 내가 어디 아프다고 해도 걱정도 안 했어요, 그래도 오빠는 아들이라고 쌀밥주고 나는 맨날 국수만 끓여주고 그렇게 설움 받고 살았는데 이제 자식들한테까지 버림받게 될 줄 누가 알았겠어요. 나는 서러워서 죽겠어요, 부모가 죽고 나야 자식들이 나 귀한 줄 알지. (81세 할머니 이○○)

인생발달단계의 마지막의 노년기에 지나온 시간을 회상 해

보았을 때, 긍정적 발달이 이루어졌다면, 그들은 통합하는 시기를 맞이할 수 있다. 수용과 이해와 화해와 통합을 이루고 인생에 대한 통찰과 지혜로 주변을 되돌아보며 집착을 내려놓고 초연하게 죽음을 맞이하게 된다. 그러나 노년기에 더 이상의 발달단계가 없고 죽음이라는 끝만 기다리고 있다는 사실과 개인 삶에 대한 회고에서 절망만이 느껴진다고 하면 개인은 죄의식, 불안, 절망, 우울증에 놓이게 된다. 인생의 마지막에 신체적, 사회적 활동에 제약이 따르고 지난 세월동안 거뒀던 자기의 늙에서 벗어날 수 없었다면 스스로에 대한 경멸에 빠질 수도 있다(임경수, 2014).

인생초기 불안정한 애착관계를 형성한 노인은 노년기에 융통성이 없어지고 경직성이 증가하기 때문에 대인관계의 폭이 좁아지거나 여러 가지 상실의 경험을 통해 자신이 생각해왔던 자신의 이미지와 정체감에 큰 혼란을 경험하게 된다. 노화, 신체기능의 약화, 역할의 상실은 노인들에게 외로움, 수치감, 역할혼란 등을 야기 시키기도 하여 큰 절망감에 빠지게 한다. 절망감에 빠진 노인들은 사소한 일에도 혐오감을 느끼거나 스스로를 경멸하게 되고 이러한 혐오감은 다른 사람의 문제들을 수용하지 못하여 또다시 절망에 빠지게 되는데 이러한 과정으로 인해 절망에 빠진 사람들은 자신을 지키는 방어기제가 독단주의와 우울로 나타나는 경우가 많다. 죽음을 얼마 남겨두지 않은 시간 앞에서 불안하고, 집착하게 되며, 부정적인 감정들로 자신과 타인을 비하하고 살아온 인생을 후회하고 절망하면서 거뒀던 자기로 인해 몸부림치는 독단주의에 빠지게 된다. 자신의 의견과 뜻을 굽히지 않고 서 있는 고자세로 인하여 주변 사람들을 어렵게 만든다.

4. 결론

부모 또는 주 양육자와 형성된 애착의 유형에 따라 아동이 어떻게 성장하고 성숙해지지는가는 다르게 나타난다, 안정 애착 아동은 청소년기, 청년기를 거쳐 성인기와 노년기에 이르기까지 타인과의 긍정적인 관계를 유지하면서 신뢰감을 형성하고 안정된 생활과 높은 자존감, 자기애를 가지게 된다. 반대로 불안정 애착 아동은 생애주기별 발달단계마다 부정적 성격이나 불안한 정서를 가지게 되어 타인에 대해 공격적, 적대감, 부정적, 불신감을 가지고 자신에 대한 낮은 자존감, 무기력함, 자신을 사랑하지 못하는 마음 등으로 반사회적 행동, 역할과괴, 중독 등의 심각한 문제들을 초래한다. 특히 오늘날 현대사회의 급격한 발달과 분화, 변화된 가족구조와 사회 환경으로 가정이 제대로 된 역할을 감당하지 못하고 자녀들은 부모의 애정과 정서적 지지와 돌봄을 받지 못하는 경우가 많으므로 심한 불안과 스트레스, 관계에 대한 역기능적 현상이 나타나고 있다. 이러한 가정에서 성장한 아동들은 인간의 기본 욕구가 충족 되지 않기 때문에 정상적인 양육을 경험하지 못

하게 되고 자신보다 부모의 정서에 의존하며 살아가게 되므로 내적 상처를 안고 자라게 된다. 이들은 성인이 된 이후에도 그 상처들로 인해 습관과 행동, 삶의 태도에 문제가 발생하게 되는 것이다. 이렇게 부모로부터의 사랑과 지지, 돌봄과 양육을 받지 못하고 무관심한 환경에서 성장하게 되면 자존감과 관계형성에 부정적인 영향을 미쳐 건강한 자아정체감을 형성하고 건전한 인간관계를 맺는데 어려움을 갖게 되므로 이를 심각한 사회문제로 인식하는 자세가 필요하다. 또한 건전하고 건강한 가족구성원을 위한 부모교육과 문제를 가진 내담자의 체계적인 상담 등 유관기관의 적극적 접근과 사회복지적 방안을 통한 다각적인 해결책이 필요하다.

참고문헌

- [1] 김상경, “대학생이 지각한 부모양육태도가 관계중독경향을 매개로 데이트 폭력에 미치는 영향”, 대구대학교 재활과학대학원 학위논문.
- [2] 김한나의, “기혼여성 문제음주에 영향을 미치는 부모의 알코올 중독, 원가족부모와의 애착, 우울의 구조적 관계”. 임상사회사업연구, 제12권 3호, p1-23.
- [3] 박경민, “남녀대학생의 데이트폭력에 대한 허용도 차이”, 경기대학교 대학원 학위논문.
- [4] 박연주, “성인의 애착과 낮은 자존감이 관계중독에 미치는 영향”, 호서대학교 벤처전문대학원 학위논문.
- [5] 박혜원, “부정적 초기 대상관계, 분리-개별화, 유기불안, 관계중독의 구조적 관계”, 인제대학교대학원 학위논문.
- [6] 임경수, 『애착이론과 역기능 발달 상담』. 서울: 학지사.
- [7] 유길상, “나와 내 아이가 세상을 보는 눈”, 대한신경정신의학회 정신의학저널.
- [8] 유선영, “여대생의 가정폭력 피해와 데이트폭력 피해간의 매개요인에 관한 연구”. 연세대학교대학원 학위논문.
- [9] 유성희, “성인여성의 애착유형과 중독성향간의 관계”, 숙명여자대학교대학원 학위논문.
- [10] 정선영, “여성알코올 중독자와 정상여성의 성역할 정체감, 자아존중감, 사회적지지 및 생활만족도와의 관계, 동신대학교 학위논문.
- [11] 최윤정, “아버지의 문제음주와 청소년 자녀의 적응: 부모 역할과 부모와의 애착의 매개역할”, 서울여자대학교 학위논문.