

애착외상의 이해와 기독교상담적 함의

김 미 경*

국문초록

본 연구는 아동기와 청소년기 시기에 관계의존도가 높은 부모-자녀관계 내에서의 학대와 방임 등의 애착외상경험이 이후 발달에도 지속적인 영향을 미칠 수 있음을 논의한다. 또한 애착외상과 부적응 간의 단편적인 관계를 넘어서 애착외상을 완화시키는 치료기제들을 살펴본다. 이를 위해 부모와 같은 애착인물에 의해 경험되는 신체적, 성적, 정서적 학대, 심리사회적 방임 등의 외상을 포괄한 애착외상의 개념을 우선적으로 살펴본다. 또한 애착외상에 대한 연구들은 그 증상과 정신병리 등 부정적 영향에 초점을 두어 왔으나 긍정적인 결과도 공존하고 있음이 밝혀지면서 외상 경험의 부정적인 영향을 극복하여 내면적인 성장을 이룬 외상후성장과의 관련성을 검토한 후, 발달궤도의 부정적 영향을 극복한 사례를 성경의 인물을 통해서 조명해 보고자 한다. 애착외상의 영향을 극복한 사사 입다의 스토리를 통해서 외상후성장으로 이끄는 기전을 분석해 본다. 끝으로 애착외상의 치명적인 손상이 성인이 된 이후에도 심리적 증상, 신체증상, 우울, 대인관계 문제에 영향을 미친 것으로 보고되고 있으며, 그 영향이 지속적이므로 애착외상에 대해 기독교상담자는 관심을 가지고 상담 개입을 해야 함을 논의하였다. 본 연구는 애착외상 내담자를 위한 기독교상담 개입에 있어서 실제적인 함의점을 제공한다는 점에서 의의가 있다.

주제어: 외상, 애착외상, 애착체계의 붕괴, 외상후성장, 영적 성장

• 논문 투고일: 2018년 10월 2일

• 논문 수정일: 2018년 10월 30일

• 게재 확정일: 2018년 11월 1일

* 서울한영대학교 재활상담심리학과 부교수

I. 여는 글

Erikson은 생애발달단계에서 자아정체감이 형성되는 청소년기를 결정적인 시기로 본다. 따라서 아동기와 청소년기 시기에 관계의존도가 높은 부모-자녀관계 내에서의 학대와 방임 등의 애착외상경험은 이후 생애발달에도 지대한 영향을 미칠 개연성이 높다. Allen(2005)은 의존도가 높은 양육자 및 가족관계에서 발생하는 애착외상경험은 이후 발달에도 지속적인 영향을 미칠 수 있다고 보았다. 또한 그는 생애 초기에 발생한 애착외상은 이후에 나타나는 외상에 더 취약하게 만든다고 보았다. 애착외상경험에 대한 대부분의 선행연구들은 부모-자녀의 애착 관계가 붕괴되면 이후 친밀한 대인관계를 맺는 능력이 손상되고 부정적인 정서관리로 인해 현실에 대한 부적응, 자기혐오감 및 멸시 등 자기체계가 손상된다고 보고하고 있다(Cook & Spinazzola, 2005; Herman, 1992; van der Kolk, 2005).

국내선행연구들에서도 애착외상의 경험은 우울과 비행, 학교적응문제의 손상, 공격성 및 자살 등에 영향을 미치는 것으로 밝혀지고 있다(박재연, 2014; 유정아, 정익중, 2014). 애착외상의 치명적인 손상은 성인이 된 이후에도 심리적 증상, 신체증상, 우울, 대인관계 및 약물과 알코올 중독 등의 부정적인 결과를 초래하는 것으로 보고되고 있다(정나희, 2013; 정희진, 2008; 최은영, 안현의, 2011; Fergusson, Beautrais, & Horwood, 2003). 이처럼 애착외상은 그 영향이 지속적이므로 애착외상에 대해 기독교상담자는 관심을 가지고 상담 개입을 해야 한다. 그동안 애착외상경험에 대한 많은 연구들은 아동기 및 청소년기의 부정적 경험들로 인한 증상형성과 사회부적응을 초래하는 심리적인 기제를 확인하는 것과, 다른 한편으로는 긍정심리학을 바탕으로 외상 경험의 부정적 영향을 극복함으로써 내면적인 성장을 이끄는 기제를 밝히는 연구

들이 진행되어 왔다(김미경, 2011; Linley & Joseph, 2004; Tedeschi & Calhoun, 2004).

이처럼 애착외상은 아동의 성격변화 뿐만 아니라 이후 성인기 정신건강에도 영향을 미쳐 정서관리의 실패, 해리, 자기체계가 손상되어(이문희, 이수림, 2013), 이후 발달에도 심각한 영향을 미치게 되므로 이를 완화시키는 기제에 대해 연구의 초점을 모으고 있다. 그러나 이에 대한 기제들은 타당성을 확보할만한 충분한 경험적 연구의 부족으로 연구결과들은 일관적이지 못하다. 그러므로 본 연구에서는 애착외상과 부적응 간의 단편적인 관계를 넘어서 애착외상을 완화시키는 핵심적인 치료기제에 대한 연구들을 개관하여 보고 부정적 기제를 극복한 예외 사례를 성경의 인물을 통해서 조명해 보고자 한다. 사사시대의 입다를 통해서 내면적이고 영적인 성장을 보여주는 사례를 중심으로 살펴봄으로써 기독교상담의 함의를 제안해보고자 한다.

II. 펴는 글

1. 애착외상

1950년대에 정신과 의사 John Bowlby는 아동이 부모와 이별하는 외상적 경험을 겪을 때 나타내는 반응이 이들의 정신건강에 어떤 시사점을 갖는지 연구하면서 애착이론을 발전시켰다. Bowlby는 아동의 정신건강은 무엇보다도 잘 돌봐주는 양육자와 일관성 있는 관계의 여부에 따라 결정된다고 보았다. 그의 애착이론에 의하면, 인간은 생애 초기에 주 양육자와 정서적 유대관계를 통하여 자신이 사랑받을 만한 가치가 있는 존재인지를, 또한 타인은 반응적이고 접근 가능한 존재인가에 대한 인지적

표상인 내적 작동 모델을 형성한다. 안전한 애착 관계는 스트레스를 경험하는 동안 회복시켜 줄 수 있는 안전한 항구(safe harbor) 역할을 하지만, 주 양육자와 불안정 애착은 스트레스에 대한 적절한 대처 능력이 떨어지게 되어 심리적 고통을 겪게 한다. 애착이 제공하는 안전감과 보호가 결여된 불안정 애착은 다양한 정신장애를 유발할 수 있다.

그러나 안전한 피난처와 안정기반을 제공하는 애착관계가 외상으로 타격을 입어 안전을 제공해야 할 대상이 불안의 근원이 된다면 발달궤도에서 이탈되어 큰 혼란을 겪게 된다. 안전한 피난처는 세상을 탐색하고 자율성을 발달시킬 수 있는 안정기반을 제공한다. 그러나 만약 안정기반이 없다면 아이는 자신감을 느끼지 못해 세상을 탐색하고 세상에 대해 배우지 못할 것이다. 이처럼 안정기반은 독립을 가능하게 하는 출발점이다(Allen, 2010).

애착외상(attachment trauma)은 부모와 같은 애착인물에 의해 경험되는 신체적, 성적, 정서적 학대, 심리사회적 방임 등의 외상을 포괄하여 정의한다(Allen, 2010). 애착외상이라는 용어는 Kenneth Adam과 그의 동료들이(1995) 외상을 경험한 청소년들에 대한 경험적 연구과정에서 언급되었는데, 이들은 어린 시절 애착인물과의 관계에서 심각한 외상을 겪은 청소년들이 자살을 시도하게 된다는 결과를 제시하였다. 애착외상을 입은 사람들은 정서, 기억, 자기, 관계, 신체건강 등에서 부정적인 결과를 경험하게 되며, 과거에 경험한 사건들은 현재의 삶에도 지속적으로 침습하는 등의 장애를 경험할 수 있다(Allen, 2010). 즉 과거에 애착외상의 경험들은 이후에 발달궤도의 궤도에도 균형을 잃게 하여 우울, 박탈감, 공허감을 지닐 수 있게 된다. 이는 안전기지가 되어 주어야 하는 주 양육자가 오히려 불안의 근원이 되어버림으로 외상에 의해 압도되고 무력하게 만들었기 때문이다.

Allen(2010)은 대인관계의 관여정도에 따라 대인관계외상과 애착외

상으로 구분하였는데, 애착외상은 정서적으로 긴밀하게 연결되어 있고 의존도가 높은 관계 내에서 발생하므로 이후 발달궤도에서 안정된 애착 관계를 형성하는 개인의 능력을 제한시킬 수 있게 된다. 애착외상은 아동이 애착관계에서 경험해야 하는 안전감에 손상을 입히게 되므로 이후 아동이 세상을 주도적으로 탐색하는데도 지장을 초래하여 전인적 발달에도 어려움을 겪게 한다.

결론적으로 애착외상은 자기비난, 수치 및 분노와 같은 부정적 감정으로 인해 정서관리가 실패하여 우울과 같은 내면화 문제나 적대감, 공격성(문상희, 서수균, 2015; Shaffer, Yates, & Egeland, 2009)과 같은 외현화 문제를 나타낸다. 또한 애착외상이 있는 아동들은 학업성취에 대한 능력 부족과 정서적 감정이나 충동의 강도를 조절하는 능력을 상실하여 사회적 기술이 부족함으로써 대인관계의 어려움도 갖게 된다(신유미, 손은정, 2017; 조은정, 이기학, 2004; Cloitte et al., 2005). 다시 말해 애착외상경험은 한 개인을 외상 안에 갇혀 있도록 만들기 때문에 인지, 정서, 행동 측면에서 복합적인 문제를 야기한다.

Lyons-Ruth와 그의 동료들(2006)은 어린 시절 부모와의 관계에서 빚어지는 외상은 대부분 은밀하게 이루어지지만 부정적인 영향과 그 심각성은 쉽게 드러나지 않으므로 아동기 애착외상은 감춰진 외상(hidden trauma)이라고 강조하였다. 아동이 부모로 인한 외상의 경우, 예측할 수 없는 상황에서 발생하고, 아동이 부모의 학대 및 방임을 통제할 수 없다는 점에서 그 피해정도는 심각하다. 도움과 안전감이 필요한 아동에게 자녀를 학대하는 양육자는 아동으로 하여금 고통스러운 감정을 불러일으킨다. 대개 양육자가 어린 시절 외상을 경험한 경우는 자신의 자녀에게 취약한 양육을 제공할 개연성이 높다.

애착외상의 원인은 다양한데, 특히 부모의 심각하고 만성적인 부부갈등이 애착 불안정성으로 나타날 수 있게 된다(Bifulco, Moran, Jacobs, &

Bunn, 2009). 부부갈등은 양육 시스템을 마비시킴으로 아동기 애착외상 발생이 높아지게 된다는 것이다. 또한 Main과 Hesse 및 Kaplan(2005)도 애착외상은 '부모의 미처 해결되지 못한 심리적인 문제'가 원인임을 강조하였다. 이는 양육자 자신의 '해결되지 못한 두려움'으로 불안하고 혼란되어 있어서 자녀를 확대하고 위협에 빠뜨릴 수 있게 된다는 것이다. 어린 시절 애착외상을 겪은 부모는 자기체계가 건강하게 조직되지 못하면서 정신화 기능이 손상되어 정서 통제의 문제를 야기할 수 있다는 것이다. 특히 경계선 성격장애를 보이는 부모의 경우 정서 표상이 약화되어 비조직적 자아구조를 갖게 된다는 것이다. 정신화(mentalization) 기능이 손상되면, 자신의 정서를 경험하고 이해하는 것이 어려울 뿐만 아니라 타인의 생각과 느낌을 이해하고 자각하는 것이 어렵게 된다. 따라서 대인관계 해석에 있어서 어려움이 초래되어 삶의 기능이 전반적으로 손상을 받게 된다(Fonagy & Target, 1997, 2006). 즉 애착외상을 겪으면 자녀양육의 기능손상은 물론이며 교육적 성취, 결혼, 경제적인 활동 등과 같은 전 생애에 걸쳐 다면적인 기능적 손상(functional impairment)이 나타날 수 있게 된다(Cloitre et al., 2005).

특히 주목해야 할 측면은 애착외상에 관련된 부적응 양상 중에 청소년기 우울이 자살과 혹은 성인이 되어서도 우울해 질 수 있음을 보여주고 있으므로(김현정, 2014), 연구자들은 애착외상의 부정적인 영향들을 완화시키는 변인들에 주목하고 있다. 부모로 인한 애착외상으로 우울해진 청소년들을 대상으로 우울을 완화시키는 요인들을 연구한 결과, 또래 애착 수준이 높을수록 우울을 적게 경험한다는 결과를 제시하고 있다(박주희, 임양미, 2014; 최희철, 2016; 황창순, 2006). 그러나 안타까운 측면은 이러한 연구결과들이 일관성이 없었는데, 중학생 시기에 애착외상을 경험한 집단은 이후 또래 애착이 완화효과가 없었으며(최희철, 2016), 또래애착이 높은 집단이 애착외상의 부정적 효과를 더 악화시키

기도 하였다(박주희, 임양미, 2014).

대개 애착외상을 경험한 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비해 우울정도가 높으며(김선아, 2015; 김지영, 이경희, 2015; 유현주, 2014; 좌현숙, 2015; 최희철, 2015), 자존감이 낮으므로(김선경, 2016), 삶에 대해 긍정적으로 인식하지 못하였다(박회민, 2016). 이처럼 외상사건을 경험한 많은 사람들에게 부정적인 반응이 더 우세하게 나타나므로(Keane, Marshall, & Taft, 2006) 주요한 삶의 위기에서 다양한 심리적인 고통이 따를 수 있다. 외상에 노출되는 시간이 길수록, 상황이 부정적일수록, 고통스러운 감정을 느낄 가능성이 더 크다는 것이 외상의 기본 법칙이다(Allen, 2010). 이와 같은 결과들은 여러 측면에서 부적응을 초래하므로 임상장면에서 상담자들은 충분히 인식하고 있어야 할 것이다.

2. 애착외상과 외상후성장

그동안 애착외상에 대한 연구들은 그 증상과 정신병리 등 부정적 영향에 초점을 두어 왔으나 긍정적인 결과도 공존하고 있음이 밝혀지면서 외상 경험의 부정적인 영향을 극복하여 내면적인 성장을 이룬 연구들이 제시되어 왔다(Clay, Knibbs, & Joseph, 2009). 이른바 ‘외상후성장’(posttraumatic growth)은 외상사건 그 자체는 개인의 신념과 목표, 세계관을 뒤흔들 수는 있지만, 한층 더 높은 차원의 목표와 신념 및 정서적 고통을 다루도록 도전시켜서 자신 및 타인, 삶에 대한 지각의 긍정적인 변화를 가져오게 되는 것을 말한다. 외상후성장은 외상 이전의 적응단계를 능가하는 변화로 자기지각과 대인관계, 인생관 영역의 긍정적인 심리적 변화를 가져온다. 외상후성장은 위협적 사건에 직면했을 때 외상 이전의 자기지각이나 세상에 대한 신념을 복구하기 위해서 인지적으로 적응하여 외상사건의 의미를 확인하거나, 사건의 발생을 정당화하기 위해서 외

상으로부터 개인적 힘이나 성장을 발견하려고 노력하게 된다(이양자, 정남운, 2008). 그러므로 외상후성장의 출발점은 한 개인의 인생관과 세계관의 근간이 심각하게 도전받고 흔들릴 때이다.

내담자의 이야기는 사람은 누구나 비극과 상실에 취약할 수밖에 없음을 명백하게 보여주지만, 비극적 상황을 통해 내담자가 스스로 배우게 되는 역설적 변증 원리가 있음을 보게 된다. 사람은 실존을 뒤흔드는 상실에 취약할 수밖에 없지만 기대 이상으로 강한 존재임을 발견하게 된다. 인간의 상실과 고통이면에는 외상후성장의 복합적인 축복이 내재해 있다. 그러므로 외상후성장을 촉진시키는데 중요한 요소는 트라우마 이후의 긍정적인 변화들을 확인할 수 있는 하나님과의 관계 중심인 내러티브를 도출하는 것이라고 생각된다. 트라우마 사건과 사건 후의 부정적인 결과가 신앙의 관점에서 건설적인 이야기로 통합되어 트라우마 이후의 삶에 적용되는 것이 중요하다. 이른바 고통에 의미를 부여하는 '외상후 영적성장'은 절대자에 대한 믿음과 신념으로 이전의 수준을 넘어선 하나님을 신뢰하고 의지하려는 동기를 갖게 되어 신앙적인 믿음의 태도로 변화된 것이라고 필자는 생각한다. 외상으로부터 영적 의미를 추구하는 과정은 심리적인 고통이 따르지만 실제로 많은 외상경험의 피해자들은 종교적인 자원과 지지를 추구하고 있으며, 삶에 대한 감사와 종교적 관심의 증가와 추구, 하나님의 내면의 섭리를 믿으며 영적인 안녕감을 향유하게 된다(Bonanno, 2004). 즉 외상후 영적성장이란 삶의 고난과 역경 이후에 하나님과의 관계에서 경험하는 궁극적인 가치와 생활양식이 변모되어 종교적 안녕감의 영향력이 강화된 것을 의미한다.

외상후 영적성장이란 삶에 문제에 봉착했을 때 기도와 찬양의 종교적인 자원을 추구하며 삶에 대한 감사의 충만함으로 고통의 순간이 하나님의 은혜가 다가오는 시점임을 인식하게 되는 것이라고 생각한다. 외상후 영적성장이란 절망의 늪에서 하나님을 더욱 신뢰하며 자신의 구원

경험과 하나님과의 관계성 회복이 이루어짐을 의미한다고 볼 수 있다. 외상후성장을 경험하는 사람들일수록 종교적인 추구를 통해 승화시켜 나간다(최승미, 안창일, 2007; Calhoun et al., 2000)는 연구결과가 뒷받침해 주듯이, 기독교 상담자는 내담자의 고통이 영적 기반이 되어 하나님의 은혜를 경험할 수 있는 소중한 기회라는 사실을 확신할 수 있어야 한다. 성경의 수많은 사람들의 역동적인 삶의 스토리는 하나님의 은혜가 외상과 시련 속에서 찾아오고 있음을 헤아릴 수 없이 보여주고 있기 때문이다.

3. 애착외상과 입다의 스토리

애착외상은 아동기 애착체계를 붕괴시킬 수 있는 위험요인(risk factor)이 될 수도 있지만 초기 애착관계로부터 형성된 내적작동모델은 이후의 생애 사건과 관계경험을 통해 변화가 가능할 수 있다. 외상경험자들이 보통 사람들보다 자신의 손상을 극복하여 더욱 성장하고 긍정적인 삶의 변화를 가져 온다는 것이다(Antoni et al., 2001; Kissane et al., 2003). 외상후성장에 영향을 미치는 다양한 요인들이 있는데 우선 외상 사건의 유형에 따라 외상후성장에서 차이가 있었다. 폭력, 학대와 같은 대인관계 외상과 사고나 재해 같은 비대인관계 외상으로 외상 유형을 구분하여 외상후성장을 살펴본 연구들에 의하면, 대인관계 외상 경험자들이 비대인관계 외상 경험자들보다 외상후성장이 더 낮은 수준으로 나타났다(이수림, 2013; 최승미, 2008). 그러나 외상유형에 따른 외상후성장에 관한 연구들이 일부 수행되었고 특히 대인관계 외상 중에서도 가장 심각한 애착외상의 외상후성장에 관한 연구들은 부족한 실정이다. 그러므로 본고에서는 대인관계 외상을 경험한 입다의 구체적인 사례를 통해 외상후성장의 기제를 탐색해 보고자 한다.

입다는 잡류들로부터의 지지경험이 기반이 되어(삿11:3) 관계경험이 변화 가능해졌다고 볼 수 있다. Szalavitz(2013)는 재난을 경험한 아동이 타인의 감정이나 정서를 공유하고 보살피려 하는 경향이 있음을 주장하고 있는데 입다의 사례가 이를 뒷바침하고 있다. 기생이 낳은 길르앗의 아들 입다는 서자 출신으로 학대의 구조 속에 놓이게 된다. 신체적, 심리적인 학대의 피할 수 없는 상황에 갇히게 되는 입다에게 유일한 애착대상인 어머니마저도 아버지의 방임과 무심함의 피해자가 됨으로써 안전의 일차적 대상인 어머니와의 관계도 담보가 되지를 못한다. 성경에는 입다의 어머니는 기생이라는 언급 외에 이후 입다의 삶에 등장하지를 않는다. 입다가 유일하게 신뢰하고 의존할 수 있는 대상이 아버지임에도 불구하고 기생이 낳은 서자출신이라는 신분적인 위치로 인해 아버지와 붕괴된 의사소통 특징을 보이고 있다. 왜냐하면 적자인 이복형제들의 학대 속에 아버지는 개입적인 행동을 보이지 않았으며 침묵과 같은 냉대와 철회적인 방임적 태도는 일종의 배반외상(betrayal trauma)으로 불안정한 서자에게 안전분류를 제공해 주지 못하고 있기 때문이다. 즉 위험한 상황에 입다를 그대로 방치하는 모습이다. 입다가 이복 형제들의 위협에 노출되어 있을 때, 부모는 정서적으로 물리적으로 부재한 방임적 상태로 아이는 세상을 안전하다고 느끼지 못하여 세상과 등지며 애착체계의 붕괴를 경험할 수 있다. 이처럼 외상경험으로 의사소통은 붕괴되며 불안정하며 혼란된 애착체계는 이후 성인기 삶을 황폐화시켜 개인의 부적응적인 기능과 증상을 유발할 수도 있다.

특히 애착외상 경험에서 부모의 방임은 정서관리에 영향을 미쳐 아동은 자신의 부정적인 정서표현을 억제하는 지나친 통제를 보임으로써 적응적인 정서관리능력의 결함을 보일 수도 있다(Shipman et al., 2005). 즉 애착외상은 정서관리에 부정적인 영향을 미치게 되는데 방임형의 가해자 부모가 자녀의 고통스러운 정서에 대한 공감적 반응을 제공해 주지

못함으로 아동의 정서조절 및 관리가 어렵게 되기 때문이다. 입다는 소위 Cook와 Spinazzola(2005)가 언급한 애착체계의 붕괴(collapse of attachment system)를 경험하게 된다.

이처럼 이복형제들의 반복적인 가해와(삿11:2) 아버지의 방임적인 부재는 입다에게 공포를 일으키며 타인에 대한 불신과 세상은 안전하지 못하다는 인식이 형성되어 입다의 성인기 삶까지 지배할 수 있는 환경이 될 수도 있다. 안전한 피난처가 되어야 할 가정이 불안과 공포를 제공하는 환경을 제공하고 있기 때문이다. 이런 곤경에 처하게 되면 이후의 행동과 정서는 혼돈스럽거나 모순이 되어 혼란스럽게 된다. 또한 애착외상으로 괴로워하는 사람들은 자신의 감정을 억누르기 때문에 무방비 상태에서 정서가 급작스럽게 폭발할 수도 있다. 감정을 더 이상 억누를 수 없을 때까지 참다가 더 강렬해짐으로써 파괴적인 방식으로 표출할 수도 있다. 이처럼 애착 외상은 애착관계를 유지하는데 필요한 전략으로 대응을 하지 못하고 심하게 불안하면서도 애착으로부터 고립될 수 있는 혹독한 애착 유형에 간헐 수 있다(Allen, Huntoon, & Fultz, 2001).

즉 입다의 외상은 가정에서 시작되었고 아버지는 심리적 방임으로 입다의 신호와 요구에 반응하지 않는(Hildyard & Wolfe, 2002) 애착체계의 붕괴 특성을 보이고 있다. 입다가 이복형제들의 위협으로 두려움에 처해 있을 때 이를 해소하기 위해 아버지는 다가갈 수 있는 대상이 되어 주지 못했기 때문에 아이는 자칫 자신의 고통스러운 정서를 통합할 수 있는 전략을 상실할 수도 있다. 아동기에 긴밀하게 연결되어야 할 정서적 고리가 단절되어 있었고 여기에 더하여 이복형제들의 학대로 인한 외상으로 손상을 입은 입다는 돕 땅으로 망명할 즈음에는 아버지로부터의 거절감이 내면화되어 고통스러운 기억과 강렬한 감정 등의 침습적인 증상들로 외상의 깊은 잔재가 한 동안은 입다를 그림자처럼 따라다녔을 것이다. 이쯤되면 심리학적으로 부모의 강한 거부감이 내면화되어 스스로

를 학대를 받아도 당연하다고 여기며 자신의 약함과 서자출신이 비난을 받는 정당한 이유라고 생각할 수도 있다.

입다는 철저히 버려지고 혼자 되었음에 대한 막막함과 이러한 사태를 미연에 방지할 수 없었음에 대한 이유로 스스로를 의지박약자나 실패자로 느꼈을 것이다. van der Kolk(2005)에 의하면, 외상이 주는 발달적 영향력은 정서조절을 분열시키고 혼돈애착과 행동의 잦은 변동, 자율성을 추구하기 어렵고 세상에 대한 변경된 도식으로 자신 및 타인을 공격하는 등 자기증오와 비난 등의 다양한 신체화 증상도 유발할 수 있음을 보고하고 있다. 또한 애착외상경험은 이후 발달과정에서 공감능력에도 부정적인 영향을 미칠 수 있게 되어(김환, 한수미, 2015; Allen, 2003) 타인과 적절한 관계를 맺기가 어렵게 된다.

아버지의 방임과 이복형제들로부터 반복해서 가해지는 외상경험으로 불안정과 혼란의 애착체계가 견고해지는 과정이 통상적인데 반해, 입다는 부적응적인 기능과 증상을 보이기 보다는 역으로 대인관계에서 안정적인 애착체계를 형성하여 소외된 계층인 잡류들을 품어주는 환경(holding environment)이 되어 그들을 돕는 기제가 발달된다. 이는 McLewin과 Muller(2006)의 연구결과와도 일맥상통한데 애착외상을 경험한 성인이라도 역경을 극복할 수 있으며 사회적 지지가 중요한 요인이 될 수 있다는 것이다. Muller와 Goebel-Fabbri, Diamond, 그리고 Dinklage(2000)도 가정폭력을 경험한 청소년들에게 부적응을 완화시킬 수 있는 요인으로 사회적 지지가 중요함을 밝혔다. 즉 사회적 지지가 역경을 극복하게 돕는 보호요인이 된다는 것이다.

이처럼 입다는 아버지와 이복형제들로 인한 외상경험의 고통을 효과적으로 처리하여 회복 측면에서 하나님과의 애착관계를 통해 자신의 외상을 직접적으로 다루면서 적절한 정서 조절로 외상 사건과 결과에 의해 영향을 덜 받도록 삶을 공고히 하고 재건하는 모습으로 나타난다. 입다

는 외상을 겪은 후에 살아있음에 대해 감사함을 지니고 삶에 새로운 의미를 부여하며, 자신을 응원하는 잡류들의 소중함과 친밀감을 느끼며, 이들에 대한 개방적인 태도를 갖게 된다. 그는 외상 경험으로 받은 충격에서 벗어나 자신의 정상적인 모습을 재건하고, 정상적인 기능을 넘어서서 소외되고 손상을 입은 잡류들을 품게 되는 긍정적 변화와 성장이 이루어진다. 추측컨대, 입다는 서자출신이라는 자기노출을 하여 잡류들의 지지를 받은 측면과 한편으로는 어머니를 통해 하나님에 대한 절대 신앙을 생애 초기에 내면화함으로써 파국적인 환경의 소용돌이가 외상후성장의 밑거름이 된 것 같다(김미경, 2011).

어린 나이에 이복형들로부터 생존의 위협을 받은 입다는 외상과 관련된 혼란이 심해서 무엇을 믿어야 할지 확신할 수 없었을 것이다. 어린 시절부터 입다는 형제들과의 침예한 갈등 구도내에서 시간의 유한함을 통찰함으로써 삶이 위협을 받았을 것이다. 입다는 죽음의 그림자운명에 처하여 적신으로 돕 땅으로 도망갔지만 위기에 처한 나라를 구국할 수 있는 인재로 발돋움하게 된다. 암몬 자손의 침략으로 인해 길르앗 장로들이 입다에게 도움을 요청하였을 때 '너희가 전에 나를 미워하여 내 아버지 집에서 쫓아내지 아니하였느냐 이제 너희가 환난을 당하였다고 어찌하여 내게 왔느냐' 반문할 때(삿11:7) 어린 시절에 겪은 남아 있는 외상의 아픔들이 점화되었겠지만 건설적으로 처리하는 모습을 보인다. 자신의 내면에서 관찰되는 외상의 경고를 현재 삶에서 회피하지 않고 적절하게 대처해 나가는 의연한 모습을 볼 수 있다. 아픈 감정을 수용하면서 길르앗 장로들이 자신의 역량을 인정하고 있다는 긍정적인 정서 경험으로 대체하고 있다. 외상 관련 감정과 현재 위기에 빠진 나라의 안전을 지켜야 한다는 목표간의 갈등을 명료화하고 있다. 길르앗 장로들과 대면한 상황에서 과거 외상의 아픔을 이야기 함으로써 처리하여 외상 기억들을 명시적으로 정복하고 있는 것이다. 자신을 머리(장관)로 삼으라(삿11:9)

는 대처 기술의 향상을 보이고 있기 때문이다. 이는 하나님과의 관계내에서 내재적인 역량을 키워 성취해 나가는 적응력이 향상된 면모를 보인다. 압몬 자손의 침략으로 국가적인 외상이 도래했을 때 이를 방관하거나 외면하지 않고 자신을 전념하는 이타주의 성향도 보이고 있다.

길르앗 장로들의 추대를 통해 장관이 되었을 때 이복 형제들에 대한 보복행위를 볼 수 없는데, 이는 정신화 능력이 향상된 것으로 자신의 부정적 정서를 잘 감당하고 나아가 정서를 조절할 수 있게 됨을 의미한다. 이는 충분히 자신의 외상을 대면하여 직접적으로 다룸으로써 외상 사건과 결과에 압도되지 않고 삶을 공고히 할 수 있게 되었음을 의미한다. 자신의 정상적인 모습을 재건하고 긍정적 변화와 성장을 이루게 된 것이다. 이른바 외상후 영적성장의 모습을 보게 된다. 개인적으로 손상된 영역이 치유되었을 뿐만 아니라 외상 사건의 영향으로 왜곡된 부분을 극복하고 잘 기능하게 된 것이다. 외상후성장을 한 개인은 혼돈된 모습에서 벗어나 개인주의적인 삶의 관점을 넘어서서 이타주의의 삶으로 삶에 대한 조망이 확대되는 모습을 갖게 된다(Linley & Joseph, 2004). 즉 삶에 대한 지각이 변화하고 영성이 변화되어 인생의 의미까지 새로운 변모를 가져온다. 자신의 목숨을 위협했던 고향으로 돌아가 본국의 위협을 타개하는데 인생의 전부를 걸고 바치는 긍정적인 성장의 모습을 보이고 있다.

이처럼 입다는 손상된 애착을 하나님과의 관계 속에서 강화시킨다. 자신의 외상관련 아픈 기억들을 재검토하여 부정하지도 않고 왜곡 없이 상황을 받아들임으로 하나님을 통한 애착 관계의 강화를 하는 면모를 보인다. 아마 그전에 소외된 잡류들과 함께 상호작용을 하면서 애착 증진이 가능하여졌을 것이다. 잡류들과의 관계 속에서 이들의 경험적 의미를 성찰하고 자신과 타인의 경험을 관계적 맥락에서 고려할 수 있게 된 것이다. 또한 형제들의 칼날을 피하여 뚝땅에서 호흡하며 살아있음에 대한

감사와 다양한 삶의 배경을 지닌 잡류들과의 교류를 통해서 이들도 역기능의 복잡한 가족구조 속에서 자신과 비슷한 희생양이라는 인식을 통해 유사성을 경험했을 것이다. 입다는 잡류들의 경험을 외면하지 않고 이들과 친숙해지며 세상과 접촉함으로써 자신의 실제 모습을 그들 속에서 바라보았을 것이다. 잡류들이 입다의 주변에 포진해 있음은 외상 이후 자신의 삶에 충실히 살았음을 의미한다. 비록 극단적인 정서적 경험을 했지만 이를 통해 얻게 된 교훈은 입다의 삶에서 어떻게 살아야 할 것인가에 대해 방향성을 제시해 준 것이다.

한편 입다가 암몬 왕에게 사자를 보내어 외교적 노력을 기울이면서 ‘원하건대 심판하시는 여호와께서 오늘 이스라엘 자손과 암몬 자손 사이에 판결하시옵소서.’(삿11:27)라는 유명한 말을 남긴다. 여기서 ‘여호와, 심판자’의 두 단어는 동격이며 여호와만이 이 일에 유일한 결정권을 가지고 계신 심판자임을 인정하는 입다의 신앙고백을 보게 된다. 돕 땅이라는 이방 타국에서 자국의 유일신 신앙을 지킬 수 없었던 그의 배경에서 볼 때 이러한 확고한 신앙의 표현은 높이 살만한 것이다. 어린 입다의 삶에 점철되어진 여러 아픔과 상처 그리고 두려움과 원망은 입다의 자아를 송두리째 허물어 버릴 수 있었으나 입다는 하나님과의 관계 속에서 스스로가 소중하고 가치 있는 존재임을 인식하며 의지적인 노력으로 영향력을 갖춘 인물이 되었다. 입다는 하나님과의 관계에서 친밀한 교제를 통해 상처와 아픔에서 벗어나 이타주의와 고통을 통해 단련된 새로운 가치관을 추구하는 인물이 된다.

하나님은 이처럼 입다의 아픔을 외면하지 않으시고 그의 고통을 창자가 끊어지는 아픔으로 기억하신다. 기독교 상담자는 하나님이 인간의 신음과 아픔을 기억하시는 분이라는 사실을 내담자와 나누어야 할 것이다(김미경, 2011). 왜냐하면 외상의 상처와 충격의 직접적인 영향력을 감소하기 위해서 기독교 상담자는 믿음과 신앙의 긍정적인 영향력을 내담

자에게 강화시켜 감사와 위로를 얻는 삶에 대해 새로운 의미부여가 가능해지도록 도울 수 있어야 한다.

4. 애착외상과 기독교상담

인생은 트라우마 이후에도 겪게 될 시련을 아무도 예측할 수 없다. 내담자는 실존적인 질문에 직면하여 삶의 지축을 뒤흔드는 경험을 상담자와 나눔으로써 약하거나 위협받는 삶의 측면도 있지만 또 다른 측면은 여전히 건재함을 인식할 때 외상을 극복해 나갈 수 있게 된다. 그러므로 기독교상담자는 애착외상을 겪은 내담자의 충격적이고 비밀상적인 경험과 비극적인 삶의 상처를 공감적으로 인식할 수 있어야 한다. 아울러 내담자로 하여금 외상의 고통과 그 고통을 통해 얻을 수 있는 성장의 가능성을 모두 수용할 수 있도록 조력하는 것이 중요하다. 내담자에게 발생한 외상의 원인, 이유, 더 큰 의미에 대한 실존적인 질문을 직접적으로 다루도록 도움으로써 앞으로의 생애에서 일어날 수 있는 또 다른 도전과 스트레스원들을 이겨 나갈 수 있는 힘을 주는 것이 상담과정에서 반드시 필요한 작업이다. 실존적 관점에서 각 개인은 궁극적으로 홀로임을 인정하고 수용하되, 하나님과의 만남을 통해 자신의 존재 이유를 긍정적으로 경험할 수 있는 기회를 갖도록 해야 한다.

Siegel(2013)은 애착관계의 형성에 있어 4S(seen, safe, soothed, secure)가 필요하다고 보았다. 즉 애착대상은 다가갈 수 있도록 보여지고(seen), 위협에 처하지 않도록(safe), 상한 마음이 위로를 받는 경험이 주어지면(soothed), 이 3S가 선행되어 인간은 관계 내에서 안전함을(secure)을 느끼게 된다는 것이다. 기독교 상담도 이런 맥락에서 하나님께 내담자가 다가갈 수 있도록 하여 내담자가 위협에 처하지 않도록 순간순간 하나님의 위로와 보살핌을 받는 경험을 하게 되면 관계 내에서

내담자는 안전함을 느끼게 되어 회복될 수 있을 것이다.

이처럼 기독교상담 과정은 애착외상의 경험으로 인해 잃어버린 것을 수용하고 역설적으로 새롭게 얻게 된 무언가가 있을지도 모른다는 가능성을 얻는 기회가 되어야 한다. 외상을 겪게 한 비극적이지만 새로운 세상을 이해할 때 내담자의 성장이 나타날 가능성이 커진다. 이 과정에서 때로는 내담자의 이야기에 담긴 성장에 관한 주제들이 너무 힘이 없고 미약할 때 기독교상담자는 그것을 드러내 주어야 할 필요가 있다. 내담자가 표현한 약한 측면에 가리워진 내담자의 용기 있는 싸움과 고군분투하며 극복해 온 이야기에 상담자가 귀를 기울일 때에 내담자는 변화할 수 있게 된다. 내담자가 극심한 도전거리에 맞서 보여준 용기를 통해 상담자 역시 변화할 수 있다. 내담자가 끔찍한 상황에 처했지만, 그러한 상황에서도 무너지지 않고 맞서서 싸우고 있는 지금 이 현실이 상담과정임을 내담자에게 인식시키는 것이 중요하다. 이 과정에서 내담자는 스스로 생각하는 것만큼 자신이 그리 연약한 존재가 아님을 깨닫게 된다. 매우 힘든 삶의 위기와 도전거리에 직면한 내담자와의 상담을 통해 상담자 역시 자신의 세계관과 삶의 철학이 긍정적으로 변화되는 경험을 갖게 될 것이다. 상담자가 때로는 공감피로와 대리외상에 노출될 수밖에 없지만 자신의 삶의 철학을 재검토하게 됨으로써 대리 성장의 가능성 또한 존재하기 때문이다.

기독교상담은 앞으로의 삶에 무슨 일이 일어날 것인지와 감당하기 어려운 부정적인 스트레스에 관한 의문을 제기하고 그 답을 찾아갈 수 있는 맥락을 제공해야 한다. 상담자는 내담자의 이야기 속에서 성장을 이끌 수 있는 요소에 주의를 기울여야 한다. 상담자는 내담자의 성장가능성에 대해 열린 자세를 갖추어야 한다. 상담자는 외상사건 자체보다도 개인이 이겨 내려고 분투하는 것에 의미의 초점을 두어야 한다.

상담자는 외상 경험이 통합적으로 담겨 있는 외상 이후의 긍정적인

변화들의 내러티브를 도출할 수 있어야 한다. 기독교상담은 외상 사건의 부정적인 결과를 건설적인 이야기로 만드는 계기가 되어야 한다. 건설적인 이야기는 삶의 목적을 형성하는 기본 인생대본으로서 내담자의 트라우마 이후의 삶에 사용될 수 있어야 한다. 건설적이며 선호하는 이야기 구성을 위해 내담자에게 삶을 시간 순서에 따라 묘사해 보도록 한다. 중요사건들을 시간대별로 표시하면서 내러티브를 개발해 보도록 독려하게 되면 상담과정에서 내담자의 내러티브가 개괄적인 형태의 모습을 갖게 된다. 다양한 사건의 삶의 연대표를 살펴보다 보면 고통스러운 사건들이 삶의 방향, 정체성, 자아관, 핵심 가치들을 어떻게 전환시켰는지 분명해진다. 이때 상담자의 질문이 도움이 될 수 있다. “이 사건을 경험하면서 어떤 부분이 변화가 되었나요?”, “만약 이 사건이 일어나지 않았다면 당신의 삶은 어떻게 달라졌을까요?”, “이 사건 이후 당신의 삶은 어떤 방향으로 바뀌었나요?” 등이다. 이 질문들에 대한 내담자의 반응에서 상담자는 건강한 대처 방식이나 새로운 핵심 가치와 같은 외상 후 성장을 의미하는 단서들을 경청해야 한다.

기독교상담자는 내담자의 삶에서 펼쳐지는 아픔과 상처가 하나님의 인도와 계획일 수 있음을 내담자와 나눔으로 함께 견뎌주는 것이 필요하다. 상담자의 종교생활과 종교적 믿음이 내담자의 외상의 충격을 완화해주는 비계(scaffolding) 기능을 함으로써 내담자의 외상의 상처와 충격의 직접적인 영향력을 감소하여 내담자의 믿음과 신앙의 긍정적인 영향력을 강화시키는데 조력할 수 있어야 한다. 역설적이지만 오히려 삶의 고난이 절대자와 극적인 만남을 가져올 수 있기 때문이다. 무엇보다도 기독교상담은 내담자로 하여금 절대자를 신뢰하고 의지하려는 동기를 갖게 함으로써 신앙적 믿음으로 애착외상의 충격을 완화해 나가도록 한다. 이를 위해 기독교상담자는 내담자의 아픔의 순간이 하나님의 은혜가 다가오는 시점임을 확신할 수 있어야 한다. 성경의 많은 인물들의 이야기

는 시련 속에서 하나님의 은혜가 찾아오고 있음을 거듭해서 보여주고 있기 때문이다. 그러므로 기독교 상담자는 외상후성장이 발생할 가능성을 잘 살핀으로 트라우마 사건과 맞서 싸우는 내담자와의 연결감과 유대감을 형성하여 이들의 실존적 자각이 향상될 수 있도록 노력을 기울여야 할 것이다.

III. 닫는 글

애착외상은 정서적으로 긴밀하게 연결되어 있고 의존도가 높은 관계 내에서 발생하므로 이후 발달 과정에서 개인의 능력을 제한시킬 수 있다. 따라서 개인의 애착관계를 형성하는 능력은 회복되어야 하므로 기독교 상담자는 애착 외상을 이해하는 것이 매우 중요하다. 아동기 부모-자녀관계에서 일어나는 애착외상은 부정적인 영향이 매우 심각하므로 그 피해 정도는 '외상'의 수준에 이른다는 것을 상담자는 충분히 인식하고 있어야 한다. 자녀에게 제공되는 양육과 애착형성과정은 그 독특성으로 인해 배타적이며 외부로 노출되더라도 한계가 있으므로 상담자는 애착과 관련된 외상을 구별하고 치료적으로 개입해야 한다. 애착외상을 경험하게 되면 자신과 세상에 대한 긍정적인 믿음이 결여되어 고통스러운 정서에 대해 건강하지 못한 방식으로 처리하게 되어 다양한 피해가 나타날 수 있다.

애착외상은 부모로부터 경험하는 신체적, 성적, 정서적 학대 및 신체, 심리적 방임 등이 그 원인이 될 수 있으며 심각한 부부갈등으로 일차적 대상인 어머니를 잃을지도 모르는 위협적인 상태로 원인으로 작용할 수 있다. 또한 애착대상인 어머니가 아버지로부터 폭력의 피해자가 되는 경우에도 주양육자의 우울과 불안 등의 정서에 연관되어 애착외상의 원인

이 될 수 있다. 그 결과 양육자의 양육 포기 및 방임 등으로 인해 애착외상의 발생 가능성이 더 높아지게 된다. 이와 같이 애착외상 경험은 개인의 자기체계 발달에 해로운 영향을 끼쳐 성인기 사회적 적응에 있어 다양한 문제로 확장될 수 있으므로 긍정적인 애착을 재경험하도록 돕는 것이 중요하다. 개인의 손상된 애착의 기능 회복을 돕고 그 이상의 발달적 영향을 막기 위한 적절한 치료적 개입이 필요하다. 기독교상담자와의 안정애착은 외상의 충격을 완화시키는 해독제의 기능을 할 수 있다. 나이에 상관없이 외상은 발달을 좌절시킬 수 있으므로 상담자는 부모와의 관계에서 학대와 방임 등의 애착외상이 매우 보편적으로 일어나고 있음을 (Gobin & Freyd, 2009) 충분히 인식함으로써, 애착외상 이후의 삶에서 잘 기능할 수 있도록 도와야 한다.

내담자는 세상을 새롭게 가정하여 자신의 내러티브를 재구성하여 미래에 대해 희망적인 태도로 변화될 수 있도록 상담자는 치료에 개입하여야 한다. 내담자의 삶을 제자리로 돌려놓는 일은 의미있는 작업임에 틀림없다. 외상사건은 그 당시에는 삶의 지축을 흔들 정도로 충격적이며 비일상적이지만 미래에 경험할 또 다른 삶의 도전거리에 더욱 탄력적으로 대처할 수 있게 한다. 치료를 받는 내담자에게 영적이며 종교적인 자원을 통해 실존적 문제를 의미론적으로 접근할 수 있도록 상담자는 종교적인 믿음과 확신을 갖추어야 한다. 이를 위해 우선적으로 기독교 상담자는 외상을 경험한 내담자의 영적 신념이 흔들리고 혼란을 암시하는 신호에 귀 기울이는 것이 현명하다.

내담자의 마음속에서 떠나지 않는 ‘왜 하필이면 나에게 이런 일이 일어났는가’에 대한 질문들이 제기될 가능성이 매우 크기 때문에 내담자의 실존적이며 영적인 질문에 대해 상담자는 불편해하지 않으며 개방적인 태도로 상담 과정에서 등장하는 영적 문제들을 다루어 주어야 한다. 트라우마로 인해 내담자의 영적인 문제가 현저히 부각될 때 기독교상담

자는 삶의 큰 불행으로 뒤흔들린 내담자의 세계관의 기초를 믿음으로 재건하면서 균형을 되찾을 수 있도록 그들의 영적 신념이 영향을 받지 않도록 해야 할 것이다.

또 다른 측면에서 기독교 상담자가 유념해야 할 부분은 내담자의 영적인 대처에 있어 부정적인 영향이다. 외상사건이 발생할 때 하나님은 왜 침묵하시며 방관하셨는가, 충분히 예방할 수 있었음에도 하나님은 왜 미리 손을 쓰지 않으셨는가, 이 모든 사태가 버림받은 증거가 아닐까, 내 죄에 대한 댓가나 내 영성이 부족해서 빚어진 일이 아닐까, 왜 하나님은 그냥 일어나게 방치하셨는가 등의 바람직하지 못한 종교적인 해석을 내릴 때이다. 그러면 상담자는 어떤 것이 바람직한 영적, 종교적인 이해이며 어떤 것이 바람직하지 못한 이해인지를 어떻게 구별할 것인가. 한 개인의 종교적인 해석이 좋은지 나쁜지를 상담자가 어떻게 결정할 수 있을까를 기독교상담 현장에 있는 전문가들은 심도 있게 고민해야 할 사안이다. 애착외상은 발생연령과 발달단계에 따라 다양한 양상으로 나타나면서 심각한 영향을 미치기 때문에 치료적 어려움이 크다. 특히 아동기에 발생한 애착외상은 성인기에도 지속적으로 부정적인 영향을 미칠 수 있으므로 그 피해정도가 심각함을 상담자는 인지하고 있어야 한다.

Charles Gerkin(1998년)은 성경을 하나님의 이야기로서 뿐만 아니라 동시에 하나님과의 언약적 관계에 있는 사람의 이야기로 보고 있다. 내담자가 상담 현장에서 하는 이야기는 대체로 문제에 갇혀 실패, 학대, 좌절, 실망, 고난, 고통 및 심리적 외상 등 비극적 상황을 겪는 상태에서 하는 이야기이다. 그러나 과거에 집착하지 않고 앞으로 하나님께서 새롭게 부여하는 미래를 만들어 갈 이야기가 있다는 여지와 전화위복의 하나님께서 이야기를 급선회 시켜 주실 능력이 있다는 것을 인식할 수 있도록 돕고, 현재까지의 이야기는 생애 전체적 이야기 가운데 일부분이며 단편적이라는 인식을 갖도록 한다면 문제에서 벗어날 수 있을 것이다.

상담자는 현재 씨름하고 있는 어려움에 대한 내담자의 지각이 변화될 수 있도록 새로운 이야기로 살아갈 수 있는 대안적인 대화를 나눌 수 있어야 한다. 그들의 이야기는 삶의 길이 봉쇄되어 왜 자신에게 이러한 일들이 일어나고 있는가에 대한 의미에 대하여 해석해 줄 것을 바라며 상담에 임하고 있기 때문이다. 기독교상담자는 그들이 하는 이야기 뒤에 숨겨져 있는 독특한 결과(unique outcomes)를 찾아내려고 노력함으로써 내담자의 기억에 묻혀 있는 대안적인 이야기를 살았던 경험을 불러내어 초대해야 한다. 그래서 내담자가 끔찍한 상실감과 수렁을 극복할 수 있도록 기독교상담자는 대안적인 이야기를 내담자와 재저작(re-authoring)하여 작은 이야기들의 과거를 함께 되짚어 새로운 대안적인 이야기에 풍부함을 더하도록 해야 할 것이다.

【 참고문헌 】

- 김미경 (2011). 외상후성장(PTG) 모델로서 이삭, 요셉 이야기. **신앙과 학문**, 16(4), 7-31.
- 김환, 한수미 (2015). 어릴 적 외상 경험이 공감능력에 미치는 영향. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 27(2), 251-274.
- 이문희, 이수립 (2013). 애착외상의 이해와 치료적 함의. **한국청소년상담복지개발원, 청소년상담연구**, 21(2), 413-448.
- 박재연 (2014). 부모로부터의 학대와 방임이 청소년 자살생각에 미치는 영향 주관적 행복감의 매개효과를 중심으로. **정신보건과 사회사업**, 42(1), 201-224.
- 박주희, 임양미 (2014). 부모의 학대와 방임이 청소년의 문제행동에 미치는 영향: 교사에 대한 친밀감과 또래애착의 조절효과. **미래청소년학회지**, 11(3), 87-110.
- 신유미, 손은정 (2017). 정서적 학대 경험이 초기성인기의 우울, 불안 및 대인 관계에 미치는 영향: 감사의 조절효과. **상담학연구**, 18(5), 239-261.
- 이양자, 정남운 (2008). 외상후성장에 대한 연구 개관: 적응과의 관계 및 치료적 적용을 중심으로. **한국심리학회지: 건강**, 13(1), 1-23.
- 유정아 · 정익중 (2014). 방임이 초등저학년 아동의 우울 및 공격성에 미치는 영향 -방임의 영향이 성별에 따라 다를까. **한국아동복지학**, 47, 157-183.
- 이수립 (2013). 외상 유형이 외상후성장 및 지혜에 미치는 영향: 사회적 지지와 대처의 매개효과. **한국심리학회지: 사회문제**, 19(3), 319-342.
- 정나희 (2013). 아동기 외상경험이 신체증상에 미치는 영향: 해리경험과 감정 표현불능증의 매개효과. **계명대학교대학원 석사학위논문**.
- 정희진 (2008). 복합외상경험과 관계성 역량의 변화 및 우울간의 관계. **한국심리학회 연차학술발표논문집**, 346-347.
- 조은정, 이기학 (2004). 아동기의 정서적 학대 경험이 대인관계 문제해결능력에 미치는 영향 -자기효능감과 통제소재를 매개변인으로. **상담학연구**, 5(3), 583-595.
- 최승미 (2008). 외상후성장 관련 변인의 탐색. **고려대학교대학원 박사학위 논문**.
- 최승미, 안창일 (2007). 근육병 환아 어머니의 외상후성장 및 삶의 질, 스트레

- 스 대처, *한국심리학회 연차학술발표대회논문집*, 256-257.
- 최은영, 안현의(2011). 여대생의 아동 청소년기 대인간 외상 경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. *한국심리학회지: 여성*, 16(3), 285-302.
- 최희철 (2016). 중학생 시기 부모 애착외상과 고1 전환기 우울 사이의 종단적 관계에서 중학생 시기 또래애착의 조절효과. *청소년시설환경*, 14(3), 161-171.
- 황창순 (2006). 초기 청소년기의 부모 및 또래애착과 애착의 변화. *한국청소년연구*, 17(1), 201-225.
- Adam, K. S., Sheldon-Keller, A. E., & West, M. (1996). Attachment organization and history of suicidal behavior in clinical adolescents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(2), 264-272.
- Allen, J. G. (2003). Mentalizing. *Bulletin of the Menninger Clinic*, 67, 87-108.
- Allen, J. G. (2010). 트라우마의 치유(권정혜, 김정범, 조용래, 최혜경, 최윤경, 권호인 역, *Coping with trauma: Hope through understanding*). 서울: 학지사. (원전 2000 출판).
- Allen, J. G, Huntoon J, & Fultz J. (2001). A model for brief assessment of attachment and its application to women in inpatient treatment for trauma-related psychiatric disorders. *Journal of Personality Assessment* 76, 420-446.
- Antoni, M. H., Lehman, J. M., Klibourn, K. M., Boyers, A. E., Culver, J. L., Alferi, S. M., & Carver, C. S. (2001). Cognitive-behavioral stress management intervention decreases the prevalence of depression and enhances benefit finding among women under treatment for early-stage breast cancer. *Health Psychology*, 20(1) 20-32.
- Bonanno, G. A. (2004). Loss, trauma and human resilience: Have we underestimated the human capacity to thrive after extremely aversive events? *American Psychologist*, 59, 20-28.
- Bifulco, A., Moran, P., Jacobs, C., & Bunn, A. (2009). Problem partners and parenting: Exploring linkages with maternal insecure attachment style and adolescent offspring internalizing disorder. *Attachment and Human Development*, 11(1), 69-85.

- Clay, R., Knibbs, J., & S. Joseph (2009). Measurement of posttraumatic growth in young people: A review. *Clinical Child Psychology and Psychiatry, 14*(3): 411–422.
- Cloitre, M., Miranda, R., Stovall–McClough, K. C., & Han, H. (2005). Beyond PTSD: Emotion regulation and interpersonal problems as predictors of functional impairment in survivors of childhood abuse. *Behavior Therapy, 36*(2), 119–124.
- Cook A., & Spinazzola, J. (2005). Complex trauma in children and adolescents. *Psychiatric Annals, 35*(5), 390–398.
- Fergusson, D. M., Beautrais, A. L., & L. J. Horwood (2003). Vulnerability and resiliency to suicidal behaviors in young people. *Psychological Medicine, 33*(1), 61–73.
- Fonagy, P. (1991). Thinking about thinking: Some clinical and theoretical considerations in the treatment of a borderline patient. *International Journal of Psycho–Analysis, 72*(4), 639–656.
- Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: their role in self–organization. *Development and Psychopathology, 9*, 679–700.
- _____ (2006). The mentalization–focused approach to self pathology. *Journal of personality disorders, 20*(6), 544–576.
- Gerkin, C. V. (1998). 살아 있는 인간문서 (안석모 역, The living human document). 서울: 한국심리치료연구소. (원전 1994 출판).
- Gobin, R. L., & Freyd, J. J. (2009). Betrayal and revictimization : preliminary findings. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 1*(3), 242–257.
- Herman, J. L. (1992). Complex PTSD: A syndrome in survivors of prolonged and repeated trauma. *Journal of Traumatic Stress, 5*, 377–391.
- Hildyard, K. L., & Wolfe, D. A. (2002). Child neglect : developmental issues and outcomes. *Child Abuse & Neglect, 26*, 679–695.
- Keane, T. M., Marshall, A. D., & Taft, C. T. (2006). Posttraumatic stress disorder: Etiology, epidemiology, and treatment outcomes. *Annual Review of Clinical Psychology, 2*, 161–197.
- Kissane, D. W., Bloch, S., Smith, G. C., Miach, P., Clarke, D. M., Ikin, J., &

- McKenzie, D. (2003). Cognitive-existential group psychotherapy for women with primary breast cancer: A randomised controlled trial. *Psycho-Oncology*, 12(6), 532–546.
- Linley, P. A., & Joseph, S. (2004). Positive Change Following Trauma and Adversity: A review. *Journal of Traumatic Stress*, 17, 11–21.
- Lyons-Ruth, K., Dutra, L., Schuder, M. R., & Bianchi, I. (2006). From infant attachment disorganization to adult dissociation: relational adaptations or traumatic experiences?. *Psychiatric Clinics of North America*, 29(1), 1–18.
- Main, M., Hesse, E., & Kaplan, N. (2005). Predictability of attachment behavior and representational processes at 16 and 19 years of age. In K. E. Grossman, K. Grossman & E. Waters (Eds.), *Attachment from infancy to adulthood: the major longitudinal studies* (pp. 245–304). NY: The Guilford Press.
- McLewin, L. A., & Muller, R. T. (2006). Attachment and social support in the prediction of psychopathology among young adults with and without a history of physical maltreatment. *Child Abuse & Neglect*, 30, 171–191.
- Muller, R. T., Goebel-Fabbri, A. E., Diamond, T., & Dinklage, D. (2000). Social support and the relationship between family and community violence exposure and psychopathology among high risk adolescents. *Child Abuse & Neglect*, 24(4), 449–464.
- Shaffer, A., Yates, T. M., & Egeland, B. R. (2009). The relation of emotional maltreatment to early adolescent competence: developmental processes in a prospective study. *Child Abuse & Neglect*, 33(1), 36–44.
- Shipman, K. L., Edwards, A, Brown, A, Swisher, L., & Jennings, E. (2005). Managing emotion in a maltreating context: A pilot study examining child neglect. *Child Abuse & Neglect*, 29, 1015–1029.
- Siegel, D. J. (2013). *Brainstorm: The power and purpose of the teenage brain*. NY: Tarcher/ Penguin.
- van der Kolk, B. A. (2005). Developmental trauma disorder: towards a rational diagnosis for chronically traumatized children. *Psychiatric*

Annals, 35(5), 401–408.

van der Kolk, B. A., Roth, S., Pelcovitz, D., Sunday, S., & Spinazzola, J. (2005). Disorders of extreme stress: The empirical foundation of a complex adaptation to trauma. *Journal of Traumatic Stress*, 18(5), 389–399.

【 Abstract 】

Understanding of Attachment Trauma and Implication of Christian Counseling

Kim, Mi Kyung

Seoul Hanyoung University

This study discusses the situation where, within the parent-child relationship characterized by a high dependence in the childhood and adolescence period, the experience of attachment trauma such as abuse and neglect may continue to influence the subsequent development of children. Further, this study examines the mechanisms of treatment designed to alleviate attachment trauma beyond the relationship between attachment trauma and maladjustment. To that end, the comprehensive concept of attachment trauma is examined such as physical, sexual, and emotional abuse, and psychosocial neglect experienced due to parents and other attachment-related persons. In addition, existing studies on attachment trauma focused on their symptoms, psychopathology and other negative effects, but the positive sides of the experience of trauma were discovered, so the relationship between attachment trauma and posttraumatic growth is examined because there are cases where the negative effects of the experience of trauma were overcome, thus resulting in achieving inner growth, before cases of overcoming the negative effects of development orbit are examined through people in the Bible. Finally, it is reported that the detrimental damage of attachment trauma have effects on the psychological symptom, physical symptom, depressions, and interpersonal relations of an affected person even after he or she became an adult, and that influence continues, so this study discusses a need for Christian counselors to have take concern in attachment trauma and get involved in counseling. This study is significant in that Christian counseling getting involved in attachment trauma offers practical implications.

Key words: trauma, attachment trauma, collapse of attachment system, posttraumatic growth, spiritual growth.