

성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔에 미치는 영향: 우울과 가족 친밀감의 조절된 매개효과*

김민지** · 한단비*** · 김현경****

연세대학교

최근 청년층의 고립·은둔 문제가 심각한 사회적 위협으로 거론되는 가운데, 본 연구는 성인 초기 성취 좌절 경험이 고립·은둔에 미치는 영향에서 우울과 가족 친밀감의 조절된 매개효과가 유의한지 파악하고, 더 나아가 그 효과가 가구 형태에 따라 달라지는지 검증하고자 하였다. 이를 위해 2022년 서울시 고립·은둔 청년 실태조사 자료에서 성인 초기 청년기에 해당하는 4,482명을 분석에 사용하였다. 연구 결과, 첫째, 성인 초기 성취 좌절 경험은 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 유의한 영향을 미쳤다. 둘째, 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 고립·은둔에 미치는 영향에서 가족 친밀감의 조절된 매개효과가 유의하였으며, 가구 형태별 추가 분석 결과 이는 다인 가구에서만 유의한 것으로 나타났다. 이와 같은 연구결과를 바탕으로 본 연구는 고립·은둔 청년 예방을 위한 정책의 필요성과 가구 형태에 따른 전략 차별화를 논의하였다.

* 주제어: 고립·은둔 청년, 성인 초기 성취 좌절, 우울, 가족 친밀감, 가구 형태

논문투고일(2026. 02. 27), 논문심사일(2026. 03. 01), 게재확정일(2026. 04. 01)

* 본 논문은 한국청소년학회 주최 '2025 대학원생 논문공모전'에서 대상을 수상하였음.

** 제1저자: 김민지/ 연세대학교 아동·가족학과/ 인간생애와 혁신적디자인/ 석박사통합과정

*** 공동저자: 한단비/ 연세대학교 아동·가족학과/ 인간생애와 혁신적디자인/ 박사과정

**** 교신저자: 김현경/ 연세대학교 아동·가족학과/ 인간생애와 혁신적디자인/ 교수/

hyoungkim@yonsei.ac.kr

I. 서론

최근 청년층의 고립·은둔 현상은 더 이상 개인의 일탈적 삶의 방식이 아니라 사회적 위협으로 주목받고 있다(최영준 등, 2023). 고립·은둔 청년은 사회적 자본이 결핍된 상태에 놓인 ‘고립 청년’과 외출이 거의 없이 본인 방이나 집에서만 생활하는 ‘은둔 청년’을 포함하는 개념이다(김성아, 2023). 한국 보건사회연구원에서 실시한 2024년 청년의 삶 실태조사에 따르면, 고립·은둔 청년의 비율은 5.2%로, 2022년 조사 대비 2배 이상 증가하였다(정세정 등, 2025). 고립·은둔 청년 비율의 증가는 청년 세대의 사회적 참여 감소와 노동시장 이탈을 통해 경제적 비활성화를 초래할 수 있기에(최영준 등, 2023), 정부는 2023년 고립·은둔 청년 지원 방안을 발표하였으며, 다수의 지방자치단체에서도 자체적으로 조례를 제정하고 지원사업을 추진하는 등의 정책적 대응을 시작하였다(박승민, 2025). 이러한 상황에서, 고립·은둔 청년에 대한 정책적 대응은 사후적 지원뿐만 아니라 예방적 개입 또한 요구된다. 즉, 고립·은둔 청년의 증가를 예방하기 위해서는 고립·은둔으로의 이행 이전 단계에서 위험요인의 누적을 차단하고, 보호 요인을 강화하여야 한다. 이를 위해서는 청년이 어떠한 사회적 맥락 속에서 어떠한 심리·정서적 과정을 거쳐 고립·은둔 상태에 이르게 되는지를 확인할 필요가 있다.

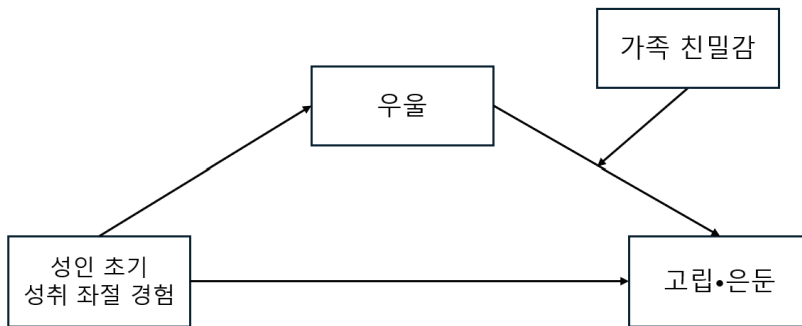
청년기는 고등교육기관 진학을 통한 학업적 성취, 취업을 통한 재정적 독립 등 주요 발달 과업을 수행하는 시기이다(김정은 등, 2019; Arnett, 2000). 그러나 오늘날 우리나라의 많은 청년들은 대입 준비 단계에서부터 취업 과정 전반에 걸쳐 여러 가지 성취 좌절을 경험하고 있다(김하은, 송미경, 2020; 오삼일, 이상아, 2020). 이러한 성취 좌절 경험의 누적은 청년의 심리적 위축과 우울을 유발하며(김영숙, 왕은자, 2020; 정지수 등, 2020), 우울 수준의 증가는 사회적 관계 회피와 고립·은둔으로 이어질 수 있다(이순희, 허만세, 2018; Luo, 2023). 실제로 ‘24년 청년의 삶 실태조사’에서는 고립·은둔의 주요 계기로 ‘취업의 어려움’이 32.8%로 가장 높은 비중을 차지하였다(정세정 외, 2025). 또한 청년의 고립 배경을 연구한 류주연, 성기옥 및 김수진(2023)의 연구에서도 청년에 대한 사회적 기대가 높아 위축되거나, 실패가 쌓인 자신의 모습이 보잘 것없게 느껴져 누구도 만나고 싶지 않아진 것이 고립으로 이어진 경험이 보고되었다. 이는 대입 실패, 취업의 어려움, 취업 실패의 누적과 같은 성인 초기

성취 좌절 경험은 우울, 무기력 등의 부정적 정서를 매개로 고립·은둔에 영향을 미칠 가능성을 시사한다. 기존 연구들은 주로 고립·은둔의 영향 요인을 탐색하거나, 고립·은둔 청년 유형을 분류하고, 이들의 과거 경험과 현재 생활에 대한 심층 인터뷰를 통해 현상을 이해하는 데 초점을 맞추어 왔다. 그러나 청년이 경험한 부정적 사건이 어떠한 심리적 과정을 거쳐 고립·은둔으로 이어지는지를 검증한 실증적 연구는 상대적으로 부족한 실정이다. 특히 선행연구들은 주로 아동·청소년기 부정적 경험이 이후 청년기의 부적응이나 은둔에 미치는 영향을 다루어 왔다면(이기원, 한창근, 2025; 호수지, 배정희, 2024), 본 연구는 청년기의 발달적 특성을 고려하여 성인 초기 성취 좌절 경험에 주목하고, 이러한 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 고립·은둔으로 이어지는 발생 메커니즘을 규명하고자 한다.

한편 동일한 성취 좌절 경험일지라도 개인이 보유한 사회적 자원에 따라 청년 개인에게 미치는 영향의 수준은 다를 수 있다. 이와 관련하여 가족 친밀감은 주목할 만한 보호 요인이다. 가족으로부터의 정서적 지지와 심리적 유대는 개인의 회복탄력성을 높이고 부정적 정서의 심화를 완충하는 기능을 수행하는 것으로 보고되어 왔다(한정은, 한창근, 2025; Arnett, 2016; Manczak et al., 2018). 따라서 가족 친밀감은 성취 좌절 경험으로 인해 유발된 우울이 고립·은둔으로 이어지는 과정을 완화하는 요인으로 작용할 가능성이 있다. 나아가 가족과의 동거 여부는 일상적 상호작용의 빈도와 정서적 지원에 대한 접근성을 달리할 수 있다는 점에서(Stapley et al., 2021), 가구 형태(1인 가구/다인 가구)에 따라 가족 친밀감의 조절 효과가 상이하게 나타날 가능성도 존재한다. 이처럼 가족 친밀감의 조절 효과와 가구 형태별 차이를 함께 검증하는 것은, 기존 고립·은둔 청년 연구에서 상대적으로 간과되어온 가족관계 맥락을 반영하고, 청년의 고립·은둔 발생 과정에서 가족 친밀감의 보호 효과가 가구 형태에 따라 어떻게 달라지는지를 보다 정교하게 이해하는데 기여할 것이다.

이에 본 연구는 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 고립·은둔에 미치는 영향을 검증하고, 이 과정에서 가족 친밀감의 조절 효과를 분석하고자 한다. 또한 가구 형태에 따라 이러한 조절 효과에 차이가 존재하는지를 추가적으로 확인함으로써, 고립·은둔 예방을 위한 가족 기반 개입의 차별화 가능성을 탐색하고자 한다. 연구모형은 <그림 1>에 제시하였으며, 구체적인 연구 문제는 다음과 같다.

1. 성인 초기 성취 좌절 경험은 청년의 고립·은둔 여부에 직접적인 영향을 미치는가?
2. 성인 초기 성취 좌절 경험은 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 간접적인 영향을 미치는가?
3. 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향을 가족 친밀감 수준이 조절하는가?
4. 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향 및 가족 친밀감의 조절 효과는 가구 형태(1인 가구/다인 가구)에 따라 차이를 보이는가?



〈그림 1〉 연구모형

II. 이론적 배경

1. 고립·은둔 청년의 개념과 선행 연구

고립은 ‘다른 사람과 어울리어 사귀지 아니하거나 다른 사람의 도움을 받지 못하여 외파로 떨어짐’으로 정의된다(국립국어원., n.d.). 사회적 고립에 대한 개념과 기준은 연구마다 다소 차이가 있으나, 공통적으로는 ‘사회적 관계의 물리적 단절, 혹은 맺고 있는 관계의 수준이 양적·질적으로 낮은 것’으로 정의된다(서울특별시, 2022). 한편 은둔은 사회적 고립과 함께 거론되는 개념으로서 일본에서 1970년대부터 사회적 문제로 대두된 ‘히키코모리’에서

유래한 용어가 국내에서는 ‘은둔형 외톨이’로 번역되어 사용되어 왔다(서울특별시, 2022). 이는 다양한 요인으로 인해 사회적 참여를 회피하고, 원칙적으로는 6개월 이상 가정 내에 머무르는 상태를 의미한다(류황석, 2023). 사회적 고립과 은둔은 개념적으로 완전히 동일하지는 않으나 국내 다수의 연구에서 두 개념을 ‘고립·은둔’으로 병기하여 하나의 연속선상에서 다루기도 한다(김아래미 등, 2025). 최근에는 사회적 고립이 심화된 상태를 은둔으로 이해하는 관점도 제시되고 있으며(곽미선, 박지영, 2024) ‘서울시 고립·은둔 청년 실태조사 보고서’에서도 ‘은둔형 고립군’이라는 용어를 사용하여 은둔을 고립의 한 유형으로 분류하였다(서울특별시, 2022). 이러한 논의를 종합하면, 고립·은둔은 사회적 관계의 위축과 참여의 단절이 심화된 상태를 포괄하는 개념으로 이해할 수 있다.

국내에서 청소년 및 청년기의 ‘은둔형 외톨이’ 문제가 본격적으로 공론화된 것은 2000년대 초반이다. 이후 2019년 광주광역시에서 국내 최초의 은둔형 외톨이 실태조사가 실시되었으며, 코로나19 팬데믹 이후에는 「청년의 삶 실태조사(2022)」를 통해 고립 청년 규모가 약 54만 명(5%)에 이르는 것으로 추정되었다(곽미선, 박지영, 2024). 또한 2022년 서울시에서 고립·은둔 청년 실태조사를 실시함으로써 서울시 내 고립·은둔 청년의 규모를 추정하고 이들의 실태와 특성, 생활 등을 다각적으로 조사하였다(서울특별시, 2022). 이러한 실태조사 결과로 고립·은둔 청년 데이터가 축적됨과 더불어 2020년 이후부터 관련 연구도 증가하고 있다. 초기 연구들은 주로 고립·은둔 청년의 유형을 분석하거나(김성아, 2023; 김아래미 등, 2025; 변금선, 김정숙, 2024), 심층 인터뷰를 통해 고립·은둔 청년 발생 배경과 특성을 탐색하였다(노가빈 등, 2021; 류주연 등, 2023). 유형화 연구에서는 니트(NEET) 여부와 외출 빈도(신근화 등, 2023), 외로움과 사회적 고립 수준(변금선, 김정숙, 2024) 등 다양한 지표가 활용되었다. 이러한 선행 연구들은 고립·은둔 청년 집단 내에도 이질적인 하위 집단이 존재하는 것을 확인하였으며, 아동 학대, 가정불화, 경제적 어려움과 같은 가정환경 관련 요인과, 취업 어려움, 실직 장기화, 실패 누적 등의 성인기 좌절 경험을 고립·은둔의 배경으로 보고하였다.

최근에는 ‘2022년 서울시 고립·은둔 청년 실태조사’ 데이터 공개 이후, 고립·은둔 청년 발생 경로를 탐색하는 연구도 증가하고 있다. 다만 이들 연구는 주로 아동·청소년기 부정적 경험과 같은 초기 생애 위험요인이 청년의 고

립·은둔에 미치는 영향을 중심으로 분석하였으며, 성인 초기의 경험이 갖는 발달적 의미와 영향을 반영한 연구는 상대적으로 부족하다. 특히 대학 진학 및 취업 이행 과정에서의 성취 좌절 경험이 어떠한 과정을 거쳐 고립·은둔으로 이어지는지를 실증적으로 규명한 연구는 제한적이다. 이에 성인 초기의 성취 좌절 경험을 중심으로 고립·은둔 발생 경로를 분석할 필요가 있다.

2. 성인 초기 성취 좌절 경험의 영향

성인 초기는 정체성 탐색과 진로 형성이 집중되는 시기로, 결혼, 직업 선택, 사회적 관계 형성 등이 주요 발달 과업으로 제시되어 왔다(Levinson, 1978). 오늘날 우리 사회에서는 결혼과 자녀 양육이 필수적 과업이 아닌 선택적 삶의 경로로 인식되는 경향이 강해진 반면(임소현, 최영준, 2024), 대학 진학과 노동시장 진입은 여전히 청년기의 핵심 발달과업으로 간주되고 있다. 그러나 최근 우리 사회에서는 대학 서열화와 특정 전공 선호 현상으로 입시 경쟁이 과열되고 있으며(김진영 등, 2024), 원하는 대학이나 학과에 진학하지 못해 재수나 N수를 선택하는 사례도 증가하고 있다(한국은행, 2024). 또한 대학에 진학해서도 대외 활동, 인턴, 자격증 취득과 같은 스펙을 쌓으며 치열하게 노력하지만, 경제 침체 및 불황, 경력직 우선 채용 등으로 인해 청년 취업의 어려움은 심화되고 있다(김하은, 송미경, 2020). 통계청(2024)에 따르면 2022년 이후 신규 채용 일자리는 지속적으로 감소하고 있으며, 20대 이하 신규 채용 비율 역시 전년 대비 감소하였다. 이러한 구조적 조건 속에서 청년들은 대입 준비 과정에서부터 취업 이행에 이르기까지 반복적인 성취 좌절을 경험할 가능성이 높다.

이러한 성취 좌절 경험이 누적될 경우 심리적 위축 및 불안과 정서적 고통이 증가할 수 있으며(김영숙, 왕은자, 2020), 이러한 상태가 심화되면 우울과 무기력이 만성화될 수 있다(박지혜, 2012). 특히 취업 실패와 장기 실업은 우울과 불안을 유발하는 주요 요인으로 지적되어 왔으며, 이른바 ‘미취업 스트레스 증후군’으로 설명되기도 한다(김명옥, 박영숙, 2012; 박효진 등, 2023). 더 나아가 누적된 성취 좌절 경험에서 비롯된 우울은 사회적 관계의 위축으로 이어져 고립·은둔을 초래할 가능성이 있다. Luo(2023)는 우울 증상이 이후 사회적 고립을 예측한다고 보고하였으며, 이순희와 허만세(2018)는 우울 수준이 높

을수록 사회적 위축이 증가함을 밝혔다. 노가빈 등(2021)의 질적 연구에서는 심리적 소진 상태에서 일시적으로 사회적 관계를 철회한 경험이 장기화되며 우울이 심화되고, 결국 은둔으로 고착되는 과정을 제시하였다. 국내 여러 선행 연구와 실태조사에서도 취업의 어려움과 실패 경험의 누적, 실직 장기화는 고립·은둔의 주요 계기로 반복적으로 보고되고 있다(류주연 등, 2023; 서울특별시, 2022; 정세정 등, 2025).

이상의 논의를 종합하면, 성인 초기에 경험하는 성취 좌절은 우울을 유발하고, 이러한 우울은 사회적 위축을 초래해 고립·은둔으로 이어질 가능성이 있다. 따라서 성인 초기 성취 좌절 경험과 고립·은둔 간의 관계를 우울의 매개 경로를 중심으로 검증할 필요가 있다.

3. 가족 친밀감의 조절 효과

가족은 청년기에도 여전히 중요한 사회적 관계 체계이다(Arnett, 2016). 고등 교육 기간의 연장과 노동시장 진입 지연으로 성인기로의 이행이 늦어지면서, 가족은 청년의 탐색과 시행착오 과정을 지지하고 불안정성을 완화하는 기능을 수행한다(Arnett, 2016). 오늘날 우리나라에서 부모와 동거하는 청년의 비율은 증가 추세에 있으며(변금선 등, 2024), 고립·은둔 청년 중에서도 가족과 동거하는 비율은 72%로 보고된다(서울특별시, 2022). 이는 가족이 청년의 일상과 적응에 구조적으로 밀접한 영향을 미치고 있음을 시사한다.

가족 친밀감은 가족 구성원 간의 정서적 유대와 심리적 안정감으로서(Roman et al., 2025) 청년의 성인기 진입 과정에서 물질적·정서적 지원 기반이 된다(Arnett, 2016). 특히 대학 진학, 취업 준비, 노동시장 진입과 같은 청년기의 주요 발달 과업 수행 과정에서 가족은 경제적 지원, 정보 제공, 정서적 지지 등을 제공하는 중요한 자원으로 기능할 수 있다. 또한 가족 친밀감은 부정적 생활사건 또는 스트레스가 정신건강 문제에 미치는 영향을 완화하는 보호요인으로도 작용한다(Manczak et al., 2018). 스트레스 완충 모델에 따르면 가족, 친구, 연인 등의 사회적 지원은 스트레스 사건과 부정적 결과 간의 연관성을 줄일 수 있으며(Cohen & Wills, 1985), 가족 친밀감은 이러한 완충 효과를 구체화하는 주요한 관계적 요인으로 기능할 수 있다. 선행 연구에서도 가족

친밀감은 청소년 및 청년의 우울 증상과 정서적 스트레스를 완화하는 요인으로 보고되어 왔다(황혜원, 2011; Hochgraf et al., 2021). 그러나 대부분의 선행연구가 가족 친밀감을 정신건강 전반에 대한 일반적 보호 요인으로 다루는 데 그쳤으며, 우울을 매개로 한 고립·은둔 발생 경로 속에서 가족 친밀감의 조절 효과를 실증적으로 검증한 연구는 부족하였다. 또한 다인 가구에 비해 원가족과의 물리적 거리가 멀고, 교류가 적은 1인 가구의 경우 가족 친밀감의 보호 효과가 상이하게 나타날 가능성도 제기된다.

따라서 본 연구는 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 경로를 확인하고, 그 과정에서 가족 친밀감의 조절 효과와 해당 효과의 가구 형태별 차이를 검증하고자 한다. 이를 통해 고립·은둔 발생의 위험 및 보호 메커니즘을 정교하게 규명하고, 가구 형태에 따른 차이까지 살펴보고자 한다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구 대상

본 연구는 2022년 서울시 고립·은둔 청년 실태조사 자료를 활용하였다. 해당 자료는 서울시에 거주하는 고립·은둔 청년의 생활 실태 및 특성을 파악하고자 2022년에 시행된 조사로, 만 19~39세 청년 5,513명을 표본으로 데이터가 구축되었다(서울특별시, 2022). 본 자료는 고립·은둔 여부를 판단할 수 있는 정교한 문항과 고립·은둔 청년의 충분한 표본을 가지고 있어 연구에 활용하였다. 본 연구는 성인 초기를 성인 입문기(20~25세)와 청년기(26~39세)로 세분화한 후(장은하 외, 2022), 청년기(26~39세)에 해당하는 경우만 분석에 포함하였다. 이는 우리나라의 높은 대학 진학률을 고려할 때, 20~25세 청년층은 취업 시도 경험이 상대적으로 적어 취업·진로 관련 성취 좌절 경험에서 26~39세와 다른 발달적 맥락을 가질 가능성이 있기 때문이다. 주요 변수인 성인 초기 성취 좌절 경험, 우울, 고립·은둔 기준 문항, 가족 친밀감에 누락된 응답이 없어, 청년기에 해당하는 4,482명(81.3%) 전체를 분석에 사용하였다.

연구 대상의 인구 사회학적 특성은 <표 1>에 제시하였다. 남성은 2,151명(48.0%), 여성은 2,331명(52.0%)이었으며, 연령은 26~30세가 1,710명(38.2%),

31-35세가 1,530명(34.1%), 36-39세가 1,242명(27.7%)로 나타났다. 학력은 대학교 졸업이 3,391명(75.7%)으로 가장 많았으며, 현 경제활동 상태는 경제활동 중이 3,730명(83.2%)으로 대부분을 차지하였다.

〈표 1〉 연구 대상의 인구 사회학적 특성 (N=4,482)

변수	항목	N (%) / M (SD)
성별	남성	2,151 (48.0)
	여성	2,331 (52.0)
연령	26~30	1,710 (38.2)
	31~35	1,530 (34.1)
	36~39	1,242 (27.7)
학력	고졸 이하	499 (11.1)
	대학교 재학/휴학	150 (3.3)
	대학교 졸업	3,391 (75.7)
	대학원 재학 이상	442 (9.9)
현 경제활동 상태	경제활동 중	3,730 (83.2)
	경제활동 안 함	752 (16.8)

2. 변수의 측정

1) 고립·은둔 여부

본 연구에서 ‘고립·은둔 청년’은 ‘고립’ 또는 ‘은둔’ 기준 중 하나라도 충족하는 경우로 정의하였으며, 구체적 판단 기준은 「서울시 고립·은둔 청년 실태조사 결과 보고서」(서울특별시, 2022)를 따랐다.

먼저 고립 청년은 ‘정서적 고립’, ‘물리적 고립’, ‘고립 지속 기간’에 대한 문항을 활용하여, 정서적 고립 혹은 물리적 고립 상태가 6개월 이상 지속되었을 경우 해당하는 것으로 간주하였다. 정서적 고립은 ①급한 일이 있을 때, 부탁할 수 있는 사람, ②개인적으로 돈을 빌려야 할 때, 부탁할 수 있는 사람, ③낙심하거나 우울할 때 속마음을 털어놓을 수 있는 사람, ④중요하거나 어려운 일이 있을 때 조언을 구할 수 있는 사람과 관련한 네 가지 문항에 대해 도움을 구할 수 있는 사람이 모두 없다고 응답한 경우 (1)로 코딩하였다.

물리적 고립은 가족, 친척 외에 ①친한 친구나 친한 사람과의 대면 교류, ②직장, 학교, 동네에서 알고 지내는 사람들과의 대면 교류의 두 문항 모두에 대하여 ‘전혀 없다’ 혹은 ‘1년에 한두 번’으로 응답했을 시 (1)로 코딩하였다. 고립 지속 기간은 위와 같은 정서적 고립 혹은 물리적 고립 상태가 6개월 이상 지속되었다고 응답한 경우 (1)로 코딩하였다. 정서적 고립이 (1) 또는 물리적 고립이 (1)이며 고립 지속 기간이 (1)인 경우 고립 청년에 해당하는 것으로 정의하고 (1)로 코딩하였다.

다음으로, 은둔 청년은 ‘외출 빈도’, ‘은둔 지속 기간’, ‘경제활동, 구직, 학업 상태’에 대한 문항을 활용하여 측정하였다. 현재 외출을 거의 하지 않으며, 이러한 상태가 6개월 이상 지속되었고, 지난 1주일간 경제활동이나 구직활동, 학업을 하지 않은 경우 은둔 청년에 해당함으로 간주하였다. 외출 빈도는 평소에 얼마나 자주 외출하는지에 대한 문항의 보기 8개 중에 ①보통은 집에 있지만 자신의 취미생활만을 위해 외출, ② 보통은 집에 있지만 인근 편의점 등에는 외출, ③자기 방에서 나오지만 집 밖으로는 나가지 않음, ④ 자기 방에서 거의 나오지 않음 중 하나라도 선택한 경우 (1)로 코딩하였다. 지속 기간은 위와 같이 외출을 거의 하지 않는 상태가 6개월 이상 지속되었다고 응답한 경우 (1)로 코딩하였다. 경제활동·구직·학업 상태의 경우 지난 1주일간 경제활동을 1시간 이상 하지 않았고, 지난 4주 내에 직장을 구하려는 시도도 하지 않았으며, 구직을 하지 않은 이유가 학교, 학원, 훈련기관을 다니거나 취업, 학업을 준비하고 있어서가 아니라고 응답한 경우 (1)로 코딩하였다. 외출 빈도, 지속 기간, 경제활동·구직·학업 상태가 모두 (1)인 경우에 은둔 청년에 해당하는 것으로 간주하고 (1)로 코딩하였다.

마지막으로 위의 ‘고립 청년’과 ‘은둔 청년’ 중 하나라도 해당하는 경우 ‘고립·은둔 청년’으로 정의하였고. 고립·은둔 청년에 해당하는 경우 (1)로, 해당하지 않는 경우 (0)으로 코딩하여 최종 분석에 활용하였다.

2) 성인 초기 성취 좌절 경험

본 연구에서 성인 초기 성취 좌절 경험은 대입 및 취업 과정에서 발생한 좌절 사건으로 정의하였고, 성인기 후 부정적 생애 경험에 대한 8개 문항 중, 대학 입학 및 취업과 관련된 4개 문항(예: ‘내가 원했던 때에 대학 입학을 못했던 경험’, ‘내가 원했던 직장에 들어가지 못했던 경험’ 등)을 이용하여 측

정하였다. 각 문항에 대하여 경험이 있는 경우 (1)로, 없는 경우 (0)으로 코딩하였고, 4개 문항을 모두 더한 총점을 분석에 사용하였다. 점수가 높을수록 성인 초기 성취 좌절 수준이 높은 것을 의미한다. Cronbach's α 는 0.721였다.

3) 우울

본 연구에서 청년의 우울은 한국판 우울척도(PHQ-9: Patient Health Questionnaire-9)를 이용하여 측정하였다. 해당 척도는 지난 2주 동안 경험한 우울 관련 증상을 묻는 총 9개 문항(예: '기분이 가라앉거나 우울하거나 희망이 없다고 느꼈다', '차라리 죽는 것이 낫겠다고 생각했다' 등)으로 구성되었으며, 없음(0)~거의 매일(3)까지의 4점 리커트 척도로 응답하였다. 본 연구에서는 9개 문항의 총점을 우울 수준에 대한 지표로 활용하였으며, 점수가 높을수록 우울 수준이 높은 것을 의미한다. Cronbach's α 는 0.933이었다.

4) 가족 친밀감

본 연구에서 청년의 가족 친밀감은 평소 생활 패턴에 대한 5개 문항 중 가족관계와 관련된 2개 문항(예: '나는 우리 가족과 친밀한 편이다', '나는 평소 가족과 대화를 자주 하는 편이다')을 사용하여 측정하였다. 각 문항은 전혀 그렇지 않다(1)~매우 그렇다(5)까지의 5점 리커트 척도로 구성되었으며, 본 연구에서는 두 문항의 평균 점수($r=.76, p<.001$)를 가족 친밀감 지표로 활용하였다. 점수가 높을수록 가족 친밀감이 높은 것을 의미한다.

5) 통제 변수

본 연구에서는 인구사회학적 변수인 성별, 연령, 학력, 현 경제활동 상태를 통제하였으며, 기존 연구에서 청년의 우울과 고립·은둔의 주요 선행요인으로 보고되어 온 아동기 부정적 생애경험(Adverse Childhood Experiences, ACEs) (최성수 등, 2024; 호수지, 배정희, 2024)을 통제변수로 포함하였다. 이는 기존 ACE 중심 연구가 강조해 온 초기 생애경험의 영향력을 통제한 이후에도, 성인 초기에 경험하는 성취 좌절 경험이 청년의 현재 고립·은둔에 미치는 독자적 영향력을 확인하고자 한 것이다. 성별은 남성(0), 여성(1)로, 연령은 실제 연령(연속형 변수), 학력은 고졸 이하(0), 대학교 재학/휴학(1), 대학교 졸업(2), 대학원 재학/졸업(3)으로 측정하였다. 현 경제 활동 여부는 경제활동 안 함(0), 경

제활동 중(1)으로 코딩하였다. 아동기 부정적 생애 경험(ACEs)은 류정희 등(2018)이 번안한 아동기 부정적 생애 경험 척도를 기반으로, 유민상 등(2021)이 수정·재구성한 총 6개의 문항을 활용하였다. 각 문항에 대하여 경험이 없는 경우(0), 있는 경우(1)로 코딩한 후, 합산 점수를 연속형 변수로 사용하였다. 점수가 높을수록 아동기 부정적 생애 경험 정도가 높은 것을 의미한다. Cronbach's α 는 .681이었다.

3. 분석 방법

본 연구는 SPSS 30.0을 사용하여 다음과 같은 분석을 진행하였다. 첫째, 응답자 중 20~24세에 해당하는 표본을 제외하여 25~39세 청년만을 분석 대상으로 한정하고, 이들의 인구 사회학적 특성을 파악하기 위해 기술통계 분석을 시행하였다. 둘째, 연구에서 사용된 주요 변수들과 통제 변수들의 관계를 알아보고자 상관관계 분석을 실시하였다. 셋째, 성인 초기 성취 좌절 경험이 고립·은둔 여부에 미치는 직접적인 영향과 우울을 매개로 한 간접적인 영향을 확인하고자 PROCESS Macro Model 4를 활용하여 로지스틱 매개분석(Logistic mediation analysis)을 실시하였다. 또한 매개효과의 통계적 유의미성 검증을 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 활용하였다. 넷째, 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 통해 고립·은둔 여부에 미치는 영향을 가족 친밀감 수준이 조절하는지 확인하고자 PROCESS macro model 14를 활용하여 분석하였다. 또한 조절된 매개효과의 통계적 유의미성 검증을 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 활용하였다. 마지막으로 1인 가구 청년과 다인 가구 청년 샘플 각각에 대해 PROCESS macro model 14를 활용한 동일한 분석을 실행하여 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 고립·은둔 여부에 미치는 영향 및 가족 친밀감의 조절 효과가 가구 형태에 따라 차이를 보이는지 확인하였다.

Ⅵ. 연구 결과

1. 주요 변수의 특성

주요 변수들에 대한 기술통계와 상관분석 결과는 <표 2>에 제시하였다. 기

술통계 분석 결과, 종속변수인 고립·은둔 여부는 이분형 변수로 전체 4,837명 중 402명(8.3%)이 고립·은둔에 해당하였다. 독립변수인 성인 초기 성취 좌절 경험의 평균은 1.80($SD=1.45$), 매개변수인 우울의 평균은 6.39($SD=6.44$), 조절변수인 가족 친밀감의 평균은 3.56($SD=.92$)으로 나타났다. 상관관계 분석 결과, 고립·은둔 여부는 성인 초기 성취 좌절 경험($r=.062$, $p<.001$)과 우울($r=.202$, $p<.001$), 아동기 부정적 생애경험(ACEs)($r=.116$, $p<.001$)과는 정적인 상관을, 가족 친밀감($r=-.232$, $p<.001$), 학력($r=-.154$, $p<.001$), 현 경제활동 상태($r=-.267$, $p<.001$)과는 부적인 상관을 보였다. 성인 초기 성취 좌절 경험은 우울($r=.334$, $p<.001$), 성별($r=.068$, $p<.001$), 아동기 부정적 생애경험(ACEs)($r=.443$, $p<.001$)과는 정적인 상관을, 가족 친밀감($r=-.084$, $p<.001$), 학력($r=-.035$, $p=.021$), 현 경제활동 상태($r=-.036$, $p=.016$)와는 부적인 상관을 보였다. 우울은 아동기 부정적 생애경험(ACEs)($r=.448$, $p<.001$)과는 정적인 상관을, 가족 친밀감($r=-.292$, $p<.001$), 연령($r=-.030$, $p=.044$), 학력($r=-.157$, $p<.001$), 현 경제활동 상태($r=-.099$, $p<.001$)와는 부적인 상관을 보였다.

〈표 2〉 주요 변수들에 대한 기술통계 및 상관관계

(N=4,482)

구분	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	1								
2	.062***	1							
3	.202***	.334***	1						
4	-.232***	-.084**	-.292***	1					
5	.008	.068***	.016	.040**	1				
6	.027	.020	-.030*	-.001	-.137***	1			
7	-.154***	-.035*	-.157***	.153***	.010	.110***	1		
8	-.267***	-.036*	-.099***	.113***	-.045**	.099***	.168***	1	
9	.116***	.443***	.448***	-.198***	.055***	-.035*	-.103***	-.035*	1
M	366	1.80	6.41	3.56		31.50			2.15
(SD)	(8.2) ¹	(1.45)	(6.47)	(.92)	-	(3.97)	-	-	(1.78)

1. 고립·은둔 여부, 2. 성인 초기 성취 좌절 경험, 3. 우울, 4. 가족 친밀감, 5. 성별, 6. 연령, 7. 학력, 8. 현 경제활동 상태, 9. 아동기 부정적 생애경험(ACEs)

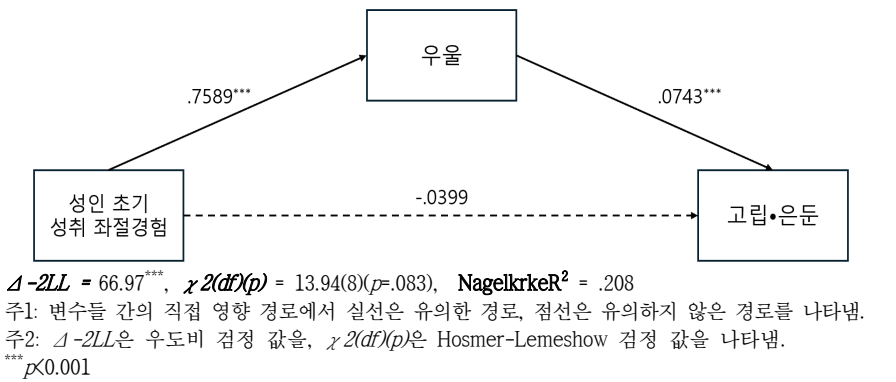
주1: 고립·은둔 여부의 경우 N수와 전체 청년 중 비율을 표기하였음.

* $p<0.05$, ** $p<0.01$, *** $p<0.001$

2. 성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 우울의 매개효과

성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 우울의 매개효과를 검증하기 위해 SPSS PROCESS Macro 4번 모형을 활용하였다(Hayes, 2022). 해당 모형의 적합도는 우도비 검정($\Delta -2LL=66.97$, $\chi^2(1)=66.97$, $p<.001$)과 Hosmer-Lemeshow 검정 결과($\chi^2(8)=13.94$, $p=.083$), 적합한 것으로 나타났으며, 모형의 설명력은 21%로 나타났다(Nagelkerke $R^2=.208$). 분석 결과, 먼저 성인 초기 성취 좌절 경험은 우울에 정적으로 유의한 영향을 미쳤으나($B=.759$, $SE=.065$, $p<.001$) 성인 초기 성취 좌절 경험이 고립·은둔 청년 여부에 미치는 직접적인 영향은 유의하지 않은 것으로 나타났다($B=-.040$, $n.s.$). 반면, 우울은 청년의 고립·은둔 여부에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 우울 수준(PHQ-9 총점)이 1점 증가할수록 고립·은둔 청년일 오즈(odds)는 약 7.7% 증가하는 것으로 나타났다($B=.074$, $OR=1.077$, $p<.001$). 매개효과를 검증한 결과, 성인 초기 성취 좌절 경험은 우울 수준을 높이고, 증가한 우울 수준이 청년의 고립·은둔 여부 가능성을 높이는 경로가 유의하였다($B=.056$, 95% C.I. [.041, .073]). 이는 성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향이 우울을 통해 간접적으로 나타남을 시사한다. 통제 변수 중 연령($B=.071$, $OR=1.074$, $p<.001$)과 아동기 부정적 생애 경험($B=.098$, $OR=1.103$, $p=.013$)은 청년의 고립·은둔 여부에 유의미한 정적 영향을 미쳤으며, 학력($B=-.3627$, $OR=.696$, $p<.001$)과 경제활동 상태($B=-1.733$, $OR=.177$, $p<.001$)는 유의미한 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 구체적인 분석 결과는 <그림 2>와 <표 3>에 제시하였다.

성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔에 미치는 영향:
우울과 가족 친밀감의 조절된 매개효과 381



〈그림 2〉 성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 우울의 매개효과

〈표 3〉 부트스트래핑을 활용한 매개효과 검증 (N=4,482)

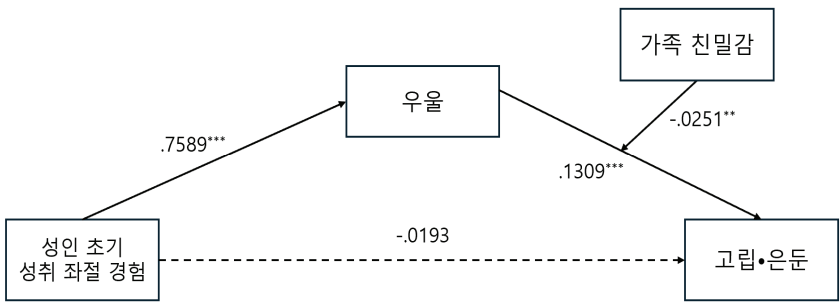
매개효과 경로	B	95% C.L.	
		Lower	Upper
성인 초기 성취 좌절 경험 → 우울 → 고립·은둔 여부	.056	.041	.073

3. 성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 우울과 가족 친밀감의 조절된 매개효과

성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 가족 친밀감이, 우울이 고립·은둔 여부에 미치는 영향을 조절하는지 검증하기 위해 SPSS PROCESS Macro 14번 모형을 활용하였다(Hayes, 2022). 해당 모형의 적합도는 우도비 검정($\Delta -2LL=9.95$, $\chi^2(1)=9.95$, $p<.01$)과 Hosmer-Lemeshow 검정 결과($\chi^2(8)=9.20$, $p=.326$), 적합한 것으로 나타났으며, 모형의 설명력은 26%였다(Nagelkerke $R^2=.257$). 분석 결과, 먼저 성인 초기 성취 좌절 경험은 우울에 정적으로 유의한 영향을 미쳤으나($B=.759$, $SE=.065$, $p<.001$) 성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 직접적

인 영향은 유의하지 않은 것으로 나타났다($B=-.019$, $n.s.$). 반면, 우울은 청년의 고립·은둔 여부에 정적으로 유의한 영향을 미쳤으며($B=.131$, $OR=1.140$, $p<.001$), 가족 친밀감은 청년의 고립·은둔 여부에 부적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($B=-.366$, $OR=.693$, $p<.001$). 또한 가족 친밀감과 우울의 상호작용 항은 청년의 고립·은둔 여부에 부적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($B=-.025$, $OR=0.975$, $p=.002$).

조절된 매개효과 검증 결과, 조절된 매개지수는 $-.019(95\% \text{ C.I. } [-.034, -.006])$ 으로 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 이는 가족 친밀감에 따라 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개하여 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향이 다르며, 가족 친밀감이 높아질수록 우울이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향력이 감소함을 의미한다. 통제 변수 중 연령($B=.068$, $OR=1.070$, $p<.001$)은 청년의 고립·은둔 여부에 유의미한 정적 영향을, 학력($B=-.3154$, $OR=.730$, $p<.001$)과 경제활동 상태($B=-1.650$, $OR=.192$, $p<.001$)는 유의미한 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 성별과 아동기 부정적 생애 경험은 통계적으로 유의하지 않았다. 구체적인 분석 결과는 <그림 3>, <표 4>와 같다.



주1: 변수들 간의 직접 영향 경로에서 실선은 유의한 경로, 점선은 유의하지 않은 경로를 나타냄.
주2: $\Delta -2LL$ 은 우도비 검정 값을, $\chi^2(df)(p)$ 은 Hosmer-Lemeshow 검정 값을 나타냄.
** $p<0.01$, *** $p<0.001$

〈그림 3〉 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개하여 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 가족 친밀감의 조절효과

〈표 4〉 부트스트래핑을 활용한 조절된 매개효과 유의성 검증 (N=4,482)

가족 친밀감	경로: 성취 좌절 경험 → 우울 → 고립·은둔 여부			
	Index	BootSE	BootLLCI	BootULCI
조절된 매개효과 지수	-.019	.007	-.034	-.006

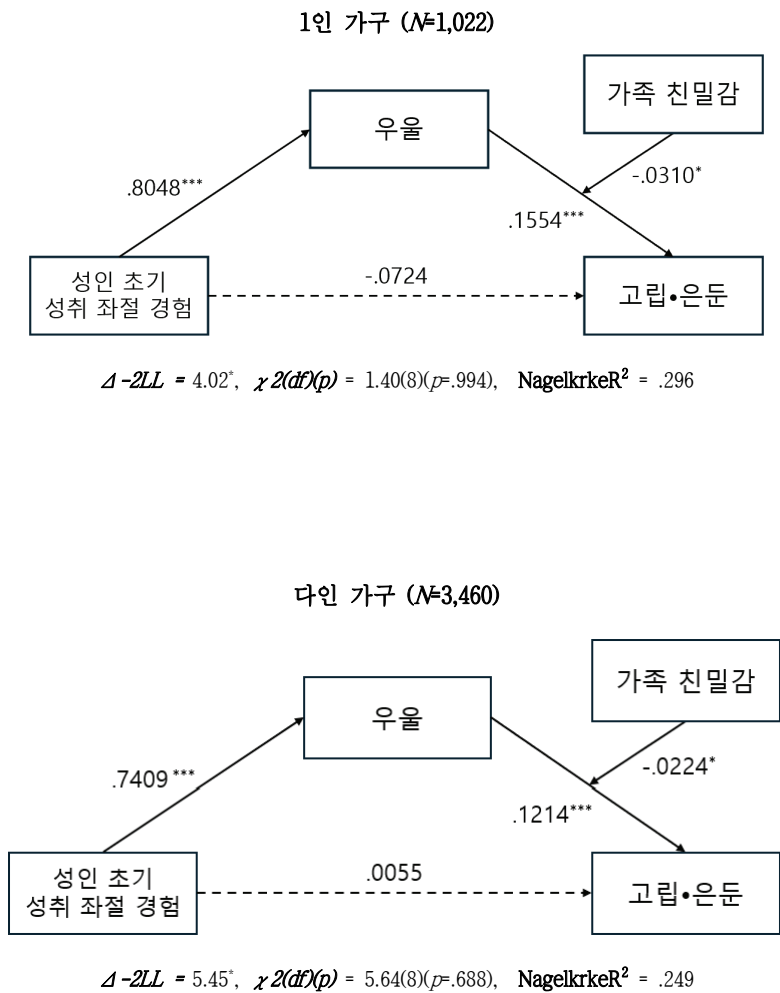
4. 성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 우울과 가족 친밀감의 조절된 매개효과의 가구 형태에 따른 차이

성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향 및 가족 친밀감의 조절 효과가 1인 가구와 다인 가구에서 차이를 보이는지 검증하고자 가구 형태별로 추가 분석을 진행하였으며, 분석 결과는 〈그림 4〉, 〈표 5〉, 〈표 6〉에 제시하였다. 1인 가구는 1,022명, 다인 가구는 3,460명이었으며, 모형의 적합도는 1인 가구(우도비 검정 결과 $\Delta -2LL=4.02$, $\chi^2(1)=4.02$, $p=.045$, Hosmer-Lemeshow 검정 결과 $\chi^2(8)=1.40$, $p=.994$)와 다인 가구(우도비 검정 결과 $\Delta -2LL=5.45$, $\chi^2(1)=5.45$, $p=.020$, Hosmer-Lemeshow 검정 결과 $\chi^2(8)=5.64$, $p=.688$) 모두 적합한 것으로 나타났다.

먼저, 성인 초기 성취 좌절 경험이 고립·은둔 청년 여부에 미치는 영향에서 우울의 매개효과는 1인 가구($B=.075$, 95% C.I. [.043, .116])와 다인 가구($B=.051$, 95% C.I. [.033, .070]) 모두 통계적으로 유의하였다. 이는 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개하여 청년의 고립·은둔 여부로 이어지는 경로는 가구 형태에 따른 차이 없이 통계적으로 모두 유의함을 의미한다.

다음으로, 가족 친밀감을 포함한 조절된 매개효과 분석 결과, 가족 친밀감은 다인 가구에서만 청년의 고립·은둔 여부에 부적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다($B=-.372$, $OR=0.689$, $p=.002$). 우울과 가족 친밀감의 상호작용은 1인 가구($B=-.031$, $OR=.969$, $p=.049$)와 다인 가구($B=-.022$, $OR=.978$, $p=.021$) 모두에서 청년의 고립·은둔 여부에 부적으로 유의한 영향을 미쳤다. 그러나 조절된 매개효과에 대한 부트스트래핑 검증 결과, 1인 가구에서는 조절된 매개지수가 $-.025$ (95% C.I. [-.060, .001])로 통계적으로 유의하지 않았으나, 다인 가구에서는 $-.017$ (95% C.I. [-.036, -.001])로 통계적으로 유의한 것으

로 나타났다. 이는 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 간접효과가 가족 친밀감 수준에 따라 달라지는 조절된 매개효과가 다인 가구에서만 유의함을 의미한다(Hayes, 2015).



〈그림 4〉 성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 우울과 가족 친밀감의 조절된 매개효과의 가구 형태에 따른 차이

〈표 5〉 가구 형태에 따른 우울의 매개효과 유의성 검증

매개효과 경로 성인 초기 성취 좌절 경험 → 우울 → 고립·은둔 여부	B	95% C.L.	
		Lower	Upper
1인 가구 (N=1,022)	.075	.043	.116
다인 가구 (N=3,460)	.051	.033	.070

〈표 6〉 가구 형태에 따른 조절된 매개효과 부트스트랩 유의성 검증

가족 친밀감	1인 가구 (N=1022)			다인 가구 (N=3,460)		
	Index (SE)	LLCI	ULCI	Index(SE)	LLCI	ULCI
조절된 매개효과 지수	-.025 (.015)	-.060	.001	-.017 (.009)	-.036	-.001

V. 논의 및 결론

본 연구는 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 고립·은둔에 미치는 영향에서, 가족 친밀감의 조절 효과 및 가구 형태별 차이를 검증하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 성인 초기 성취 좌절 경험은 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 유의한 영향을 미쳤다. 둘째, 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 고립·은둔에 미치는 영향에서 가족 친밀감의 조절된 매개효과는 유의하였다. 셋째, 가구 형태(1인 가구/다인 가구)별 분석 결과, 성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 우울과 가족 친밀감의 조절된 매개효과는 다인 가구에서만 유의한 것으로 나타났다.

이상의 결과에 대해 구체적으로 논의하였다. 첫째, 성인 초기 성취 좌절 경험은 우울 수준을 높이며, 이는 청년의 고립·은둔 여부에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 기존 연구에서는 진학 실패, 취업 실패와 같은 누적된 실패 경험과 그로 인한 자괴감이 고립·은둔의 주요 계기로 보고되어 왔다(류주연 등, 2023; 서울특별시, 2022; 정세정 등, 2025). 그러나 이러한 연구들은 주로 성취 실패 경험과 이에 따른 부정적 정서 자체를 고립·은둔의 발생 배경으로 설명하는 데 머물렀다. 본 연구는 성인 초기 성취 좌절 경험이 청년의 고립·은둔으로 직접 이어지기보다, 누적된 성취 좌절 경험이 유발한 우울 수준이 고립·은둔으로의 이행 가능성을 높이는 것을 확인하였다. 이는 기존

연구가 주목한 사회구조적 어려움과 실패 경험의 누적이라는 맥락을 지지하면서도, 그 과정에서 우울이 핵심적인 매개 기제로 작동함을 규명함으로써 고립·은둔의 발생 메커니즘을 보다 정교하게 설명하였다는 점에서 의의가 있다. 따라서 고립·은둔 예방은 성인 초기 좌절 경험의 발생 자체를 통제하기보다, 좌절 이후 우울의 악화를 조기에 완충하는 예방적 차원의 개입과 회복을 지원하는 사후적 개입을 통해 고립·은둔으로의 이행 위험을 낮추는 방향으로 설계될 필요가 있다.

둘째, 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 청년의 고립·은둔 여부에 미치는 영향에서 우울과 가족 친밀감의 조절된 매개효과가 유의하였다. 즉, 가족 친밀감은 우울이 고립·은둔으로 이어지는 부정적 영향을 완충하는 보호요인으로 작용했다. 이는 사회적 지지가 스트레스와 부정적 결과 간의 연관성을 약화시킨다는 스트레스 완충 모델(Cohen & Wills, 1985) 및 가족 유대가 정서적 고통을 완화하는 보호 요인이라는 선행 연구(한정은, 한창근, 2025; 황혜원, 2011, Manczak et al., 2018)와도 일관된다. 한편, 1인 가구 청년과 다인 가구 청년 집단을 각각 구분하여 가구 형태별로 분석한 결과, 우울과 가족 친밀감의 조절된 매개효과는 다인 가구에서만 유의하였다. 이러한 결과는 가족 친밀감이 보호 요인으로 기능하기 위해서는 가족 구성원 상호 간의 정서적 유대뿐 아니라 일상적 상호작용이 가능한 물리적 접근 가능성이 뒷받침되어야 함을 시사한다. 이는 가족이 청년의 성인기 이행 과정에서 중요한 자원이자 부정적 생활사건에 대한 보호 요인으로 작용한다는 기존 논의를 확장하여, 가족 친밀감이 고립·은둔 예방에서도 유의한 보호 효과를 가지며 이러한 효과가 가구 형태라는 생활 맥락에 따라 차별적으로 나타날 수 있음을 보여준다. 다시 말해 다인 가구 청년의 경우, 가족이 일상 속에서 우울의 심화를 조기에 인지하고 정서적 지지와 생활 지원을 제공할 여지가 상대적으로 큰 반면, 1인 가구 청년은 원가족과의 물리적 거리나 교류의 제약으로 인해 동일한 수준의 가족 친밀감이 보호 효과로 이어지기 어려울 수 있다. 따라서 고립·은둔 예방 전략은 성인 초기 청년의 가구 형태에 따라 차별화될 필요가 있으며, 다인 가구에는 가족 기반의 조기 개입 전략을, 1인 가구에는 가족 외 지지체계를 통한 우울 완충 전략을 강화하는 방향이 요구된다.

본 연구 결과를 토대로 다음과 같은 정책 방안을 제안하는 바이다. 첫째, 고립·은둔 청년 정책은 사후 지원과 동시에 고립·은둔 이행 이전 단계에서

의 취약 집단에 대한 조기 발굴과 예방적 개입이 체계적으로 이루어져야 한다. 본 연구에서 성취 좌절 경험이 고립·은둔에 직접 영향을 미치기보다 우울을 매개로 영향을 미친다는 결과는, 좌절 경험 이후 우울의 악화를 조기에 예방한다면 고립·은둔으로의 이행을 낮출 수 있음을 시사한다. 그러나 현재 각 지자체의 주요 사업(예: 2025 서울시 고립·은둔청년 지원사업, 경기도 고립·은둔청년 지원사업)은 고립·은둔 상태에 이미 진입한 청년을 중심으로 진행되고 있다(서울특별시, n.d.; 경기도, n.d.). 향후에는 성인 초기 발달과업의 좌절을 경험하는 청년을 대상으로 정신건강 스크리닝 - 상담 및 치료 연계 - 사후 모니터링을 포함한 예방 체계를 확장할 필요가 있다.

둘째, 고립·은둔 예방 정책은 가구 형태에 따른 맞춤형 접근이 필요하다. 본 연구에서 다인 가구 청년의 경우 가족 친밀감이 고립·은둔으로 이어지는 영향을 완충하는 보호 요인임을 확인하였다. 따라서 다인 가구 청년을 위한 예방 정책은 가족 자원을 적극 활용하는 가족 기반 예방 전략을 포함할 필요가 있다. 실제로 성인 초기 가족 기반 개입은 청년의 건강 및 적응에 긍정적 효과를 보였음이 보고되어 왔다(Schwartz, & Petrova, 2019; Stormshak, 2019). 이는 고립·은둔 예방에서도 개인 단위 지원을 넘어 가족을 통해 정서적 안전망을 강화하는 전략이 유효할 수 있음을 뒷받침한다. 우리나라에서도 최근 고립·은둔 청년 정책에서 부모 교육과 상담 등 가족을 포함하는 통합적 접근이 이루어지고 있는데(예: 서울시 고립·은둔청년 부모교육), 이를 사후 단계에서만 국한하지 않고 예방 단계로 확장할 필요가 있다. 구체적으로는 성취 좌절을 경험한 자녀를 둔 가정을 대상으로 오늘날 청년기의 현실과 어려움에 대한 이해를 높이고, 공감·지지 중심의 대화 및 소통법을 강화하는 교육과 상담 프로그램을 제공함으로써 가족이 정서적 안전망으로 기능하도록 지원할 수 있다. 반면 1인 가구에서는 가족 친밀감이 고립·은둔 발생 경로에서 유의한 보호 효과로 작동하지 않았으므로 가족 자원만으로 접근하기보다 가족 외 지지 체계를 통해 우울을 낮추고 사회적 연결을 유지하도록 돕는 전략이 중요하다. 예컨대 지역 청년 센터를 활용한 또래 지지 모임, 성취 좌절 경험 공유 그룹, 집단 상담 운영 및 대학 상담센터 지원 대상을 졸업·유예 상태의 취업 준비 청년까지 확장하여, 성취 좌절 경험에서 비롯한 우울을 조기에 완화하는 접근이 유용할 것이다.

본 연구의 제한점 및 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 먼저, 본 연구

에서는 횡단 자료를 사용하였기에 변수 간의 관계를 인과적으로 해석하는 데에는 신중을 기해야 한다. 추후 종단 자료가 수집된다면 이를 활용한 종단적인 인과적 검증을 할 필요가 있다. 둘째, 2차 자료가 가진 변수의 한계로 인해 가족 친밀감은 가족관계에 관한 두 문항의 평균으로, 성인 초기 성취 좌절 경험은 대학 입학 및 취업과 관련된 4개 문항의 총점으로 측정하였다. 후속 연구에서는 다문항으로 구성된 타당화된 가족 친밀감 척도를 사용한 분석과 성인 초기 성취 좌절 경험을 다차원적으로 측정할 수 있는 척도를 활용한 연구가 필요하다. 셋째, 본 연구에서는 서울시 고립·은둔 청년 실태조사 자료를 활용하였기에 서울의 특수한 문화 및 취업환경 특성이 반영되었음을 고려해야 한다. 후속 연구에서는 타지역 맥락을 고려한 연구 및 전국 단위 청년을 포괄한 연구가 필요하다. 넷째, 본 연구에서는 고립·은둔 청년 여부를 판단하기 위해 「서울시 고립·은둔 청년 실태조사 결과 보고서」(서울특별시, 2022)의 기준을 사용하였으나, 고립·은둔 청년에 대한 통일된 정의와 기준은 아직 없기에 연구마다 차이가 있을 수 있음을 유념해야 한다. 이러한 제한에도 불구하고 본 연구는 성인 초기 성취 좌절 경험이 우울을 매개로 고립·은둔에 미치는 영향 경로 및 가족 친밀감의 역할과 가구 형태에 따른 차이를 검증하였음에 의의가 있다.

참고문헌

- 경기도청(n.d.). **경기 고립·은둔 청년 지원사업**. 경기도누리집.
- 곽미선, 박지영(2024). 사회적 고립 및 은둔의 국내 연구 동향 분석: 청년을 중심으로. **청소년학연구**, 31(8), 195-218.
- 국가교육위원회(2024). **대학 서열화 완화 방안**.
- 국립국어원. (n.d.). 고립. **표준국어대사전**. [online]
- 김명옥, 박영숙(2012). 대학생의 진로준비행동과 취업스트레스의 관계에서 진로 결정 자기효능감의 조절효과. **청소년학연구**, 19(11), 69-90.
- 김민수, 송지은(2023). 코로나19가 청년의 스트레스에 미치는 영향. **한국사회복지학**, 75(3), 39-65.
- 김성아(2023). 고립·은둔 청년 현황과 지원방안. **보건복지포럼**, 319, 6-20.
- 김아래미, 이해님, 노해진(2025). 청년 사회적 고립의 유형화와 영향요인. **사회복지정책**, 52(1), 187-218.
- 김영숙, 왕은자(2020). 30-40대 직장인의 경력개발경험에 대한 현상학적 연구: 절정경험과 좌절경험을 중심으로. **상담학연구**, 21(1), 149-173.
- 김정은, 박정운, 문의정(2019). 청년기 발달과업 달성이 청년의 웰빙에 미치는 영향. **한국가족복지학**, 24(2), 171-193.
- 김진영, 이필남, 송헌재(2024). **대학 서열화 완화 방안**. 국가교육위원회.
- 김하은, 송미경(2020). 여성 취업준비생의 불확실성에 대한 인내력 부족과 우울의 관계에서 경험 회피의 매개효과. **사회과학연구**, 59(1), 627-651.
- 노가빈, 이소민, 김제희(2021). 청년 은둔형 외톨이의 경험과 발생 원인에 대한 분석. **한국사회복지학**, 73(2), 57-81.
- 류정희, 전진아, 이상정, 이주연, 정익중, 유민상(2018). **생애주기별 학대 경험 연구**. 한국보건사회연구원.
- 류주연, 성기옥, 김수진(2023). 청년은 어떻게 사회적으로 고립되는가?. **사회과학연구**, 34(3), 47-71.
- 류황석(2023). 청년의 사회적 고립에 관한 일본의 지원 정책과 현황: 히키코모리 지원과 ‘고독·고립 대책’을 중심으로. **국제사회보장리뷰**, 2023(겨울), 38-50.
- 박지혜(2012). **20대 대졸 미취업자의 취업좌절경험에 대한 현상학적 연구**. [광

운대학교 대학원 석사학위논문].

박효진, 유은주, 이화명(2023). 취업준비생의 우울, 사회적지지, 자기통제력이

취업스트레스에 미치는 영향. **문화기술의 융합**, 9(5), 125-131

박승민(2025). **고립·은둔 청년 지원사업 현황과 고려사항**. 「NABO 브리프」. 제 68호. 국회예산정책처.

변금선, 김정숙(2024). 청년의 외로움과 사회적 고립 유형, 정신건강의 관계 -

서울 청년의 이주 경험 차이를 중심으로-. **사회복지정책**, 51(3), 67-108.

서울특별시 (2022). 서울시 고립은둔 청년실태조사. 서울: 서울특별시.

서울특별시(n.d.). **2025 서울시 고립 은둔청년 지원사업**. 청년몽땅정보통.

신근화, 정용문, 전유정(2023). **창원시 청년 고립 실태 조사**. 창원복지재단.

오삼일, 이상아(2020). **코로나 19에 대한 고용취약성 측정 및 평가**. BOK 이슈 노트. 2020(9), 1-12.

유민상, 신동훈, 이민정(2021). **청년의 사회적 고립 실태 및 지원 방안 연구**.

세종: 한국청소년정책연구원.

이기원, 한창근(2025). 아동·청소년기 부정적 경험 유형이 청년기 부정적 경험 유형

에 미치는 영향: 잠재계층분석을 활용하여. **청소년학연구**, 32(7), 365-392.

이순희, 허만세(2018). 청소년의 우울과 학교 적응의 관계에서 공격성과 사회적 위

축의 구조적 관계: 비행 경험 유무의 차이를 중심으로. **보건사회연구**, 38(4), 251-289.

임소현, 최영준(2024). 청년세대의 결혼과 출산 인식에 대한 시민성 관점의 접근.

GRI 연구논총, 26(3), 45-75.

장은하, 김은비, 정홍인, 김대영, 조대연(2022). 미래사회의 한국 성인에게 필요한

역량 탐색과 평생교육 정책을 위한 제언. **평생교육·HRD연구**, 18(2), 91-121.

정세정, 고혜진, 김기태, 김동진, 김성아, 오욱찬, 이아영, 이해정, 임덕영, 신영규,

하은솔, 한겨레, 김근혜(2025). **2024년 청년 삶 실태조사**. 국무조정실·한국 보건사회연구원.

정세정, 류진아, 강예은, 김성아, 함선유, 김동진, 임덕영, 신영규, 김문길, 이해정,

김기태, 김태완, 이원진(2022). **2022년 청년 삶 실태조사**. 세종: 한국보건사회연구원.

정지수, 이동혁, 정혜윤, 차지숙(2020). 청년 대졸자의 취업좌절과 극복경험에

대한 질적연구. **상담학연구**, 21(3), 183-204.

- 최고은, 한창근(2025). 아동청소년기 부정적 경험이 청년의 과거 및 현재 고립 은둔 경험 변화에 미치는 영향. **청소년학연구**, 32(5), 405-433.
- 최성수, 장우정, 김아란(2024). 아동기 부정적 생애경험과 청년의 우울 : 사회적 지지의 조절효과. **정신건강과 사회복지**, 52(3), 5-28.
- 최영준, 김성아, 김아래미, 한은아(2023). **청년의 고립은 얼마나 사회적 비용을 발생시킬까요?.** 청년재단.
- 통계청(2024.12.09.). **2024 통계로 보는 1인가구.** 보도자료. [On-line].
- 한국은행(2024.08.27). **입시경쟁 과열로 인한 사회문제와 대응방안.** BOK 이슈노트, 2024-26.
- 한정은, 한창근(2025). 서울시 청년 1인 가구의 주거환경 만족도와 우울: 가족 및 사회적 관계 만족도의 조절효과. **청소년학연구**, 32(8), 61-84.
- 호수지, 배정희(2024). 아동·청소년기의 부정적 경험이 은둔 청년 발생에 미치는 영향: 우울의 매개효과를 중심으로. **사회복지정책**, 51(4), 69-104.
- 황혜원(2011). 청소년의 삶의 질에 영향을 미치는 보호체계 요인에 관한 연구. **청소년학연구**, 18(3), 1-26.
- Andrew F. Hayes(2015) An Index and Test of Linear Moderated Mediation, *Multivariate Behavioral Research*, 50(1), 1-22.
- Arnett, J. J.(2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Arnett, J. J.(2016). *The Oxford Handbook of Emerging Adulthood*. Oxford University Press.
- Cohen, S., & Wills, T. A.(1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 101(3), 393-403.
- Hochgraf AK, Fosco GM, Lanza ST, McHale SM.(2021). Developmental timing of parent-youth intimacy as a protective factor for adolescent adjustment problems. *J Fam Psychol*, 35(7), 916-926.
- Levinson, D. J.(1978). *The seasons of a man's life*. New York: Ballantine.
- Luo M.(2023). Social Isolation, Loneliness, and Depressive Symptoms: A Twelve-Year Population Study of Temporal Dynamics. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci*, 78(2), 280-290.
- Manczak, E. M., Skerrett, K. A., Gabriel, L. B., Ryan, K. A., & Langenecker,

- S. A.(2018). Family Support: A Possible Buffer Against Disruptive Events for Individuals With and Without Remitted Depression. *J Fam Psychol*, *32*(7), 926-935.
- Roman, N. V., Balogun, T. V., Butler-Kruger, L., Danga, S. D., Therese de Lange, J., Human-Hendricks, A., Thelma Khaile, F., October, K. R., & Olabiyi, O. J.(2025). Strengthening Family Bonds: A Systematic Review of Factors and Interventions That Enhance Family Cohesion. *Social Sciences*, *14*(6), 371-401.
- Schwartz, S. J., & Petrova, M.(2019). Prevention Science in Emerging Adulthood: A Field Coming of Age. *Prevention Science*, *20*(3), 305-309.
- Stapley, E., Vainieri, I., Li, E., Merrick, H., Jeffery, M., Foreman, S., Casey, P., Ullman, R., & Cortina, M.(2021). A scoping review of the factors that influence families' ability or capacity to provide young people with emotional support over the transition to adulthood. *Frontiers in Psychology*, *12*, 732899.
- Stormshak, E. A., & Caruthers, A. S.(2019). Reducing Risk Behavior with Family-Centered Prevention During the Young Adult Years. *Prevention Science*, *20*(3), 321-330.

-Abstract-

Achievement Frustration and Social Withdrawal in Early Adulthood: A Moderated Mediation Model of Depressive Symptoms and Family Closeness

Kim, Minji · Han, Danbee · Kim, Hyoun K.
Yonsei University

Amid growing concerns over social withdrawal among young adults as a serious social issue, this study examined whether depressive symptoms mediate the relationship between achievement frustration in early adulthood and social withdrawal, and whether family closeness moderates this mediating effect. Furthermore, this study investigated whether these effects differ according to household type. For this purpose, data from 4,482 young adults in early adulthood were drawn from the 2022 Seoul Survey on Socially Withdrawn Young Adults. The results indicated that achievement frustration predicted social withdrawal via depressive symptoms, and family closeness significantly moderated this mediating effect—an effect observed only among multi-person households. These findings underscore the need for tailored prevention strategies for youth social withdrawal that consider household structure and family relational dynamics.

*** Key Words:** Social Withdrawal, Achievement Frustration, Depression, Family Closeness, Household Types