
발행처 : 한국건강심리학회

발행일 : 2014년 3월 30일

발행인 : 현 명 호

인쇄일 : 2014년 3월 30일

주 소 : (156-756) 서울특별시 동작구 흑석로 84 중앙대학교 대학원
성격 및 개인차 연구회 (302동 B107호)

제작처 : 나노미디어(전화: 02-703-7507)

전 화 : 070-4806-3331 팩스 : 02-816-5124

홈페이지 : <http://www.healthpsy.or.kr>

편집장 e-mail 주소 : rhoma777@hanmail.net

편집위원장 : 서경현(삼육대학교)

편집위원 : 강성군(강원랜드) 고영건(고려대학교) 권선중(침례신학대학교) 김용희(광주대학교)

유제민(강남대학교) 이민규(경상대학교) 이인혜(강원대학교) 장문선(경북대학교) 조성근(충남대학교)

「한국심리학회지: 건강」은 한국심리학회의 기관지로서 연 4회 간행되며, 건강심리학 분야의 연구논문, 자료 및 논설을 게재하며, 건강심리학회의 공식적 학술 모임의 발표 내용과 건강심리학 분야의 국내 석·박사학위 논문 목록을 게재할 수 있다. 「한국심리학회지: 건강」은 일정한 구독료를 받고 배부하며, 구독에 관해서는 한국건강심리학회로 문의하기 바란다.

Vol. 19, No. 1.

March. 2014.

The KOREAN JOURNAL OF HEALTH PSYCHOLOGY

published by

by Korean Health Psychological Association

This journal is issued quarterly per year and publishes original research articles and data. The Journal also publishes reports of the proceedings of academic meetings under the auspices of the Korean Society for Health Psychology, Korean Psychological Association, reviews on the profession of Health Psychology, and a list of M. A. theses and Ph.D. dissertation in this area. Inquiries concerning the guidelines of the subscription for the Journal and the submission of manuscripts should be sent to: Editor, Kyung-Hyun Suh, Department of Counseling Psychology, Sahmyook University, 815 Hwarangro, Nowon-gu, Seoul, Korea(E-mail : rhoma777@hanmail.net)

Editor : Kyung-Hyun Suh(Sahmyook University)

Associate Editor : Sung-Gun Kang(Kangwonland Addiction Care Center), Young-Gun Go(Korea University), Sun-Jung Kwon(Korea Baptist Theological University), Yong-Hee Kim(Gwangju University), Jhe-Min You(Kangnam University), Min-Kyu Rhee(Gyeongsang National University), In-Hyae Yi(Kangwon National University), Mun-Sun Chang(Kyungpook National University), Sung-Gun Cho(Chungnam National University)

Korean Health Psychological Association,

Chungang University, 84, Heukseok-ro,

Dongjak-gu, Seoul 156-756

KOREA

이 학술지는 2013년도 정부재원(교육과학기술부)으로
한국연구재단의 지원을 받아 출판되었음

한국건강심리학회 임원진

회 장 현 명 호 (중앙대학교 심리학과)

수석부회장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)
국내협력부회장 김 청 송 (경기대학교 청소년학과)
국제협력부회장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)

총무이사 조 성 근 (충남대학교)
교육이사 권 선 중 (침례신학대학교 상담심리학과)
홍보이사 최 성 진 (부산메리놀병원)
학술이사 조 현 주 (영남대학교 심리학과)
재무이사 심 은 정 (부산대학교 심리학과)

윤리위원장 박 경 (서울여자대학교 특수치료전문대학원)
편집위원장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)
수련위원장 박 준 호 (대전대학교 산업광고심리학과)

선임이사 고 영 건 (고려대학교 심리학과)
고 진 경 (송실사이버대학교 상담심리학과)
김미리혜 (덕성여자대학교 심리학과)
김 용 희 (광주대학교 심리학과)
박 경 (서울여자대학교 특수치료전문대학원)
안귀여루 (강남대학교 학교 교육대학원)
장 문 선 (경북대학교 심리학과)
정 경 미 (연세대학교 심리학과)
최 미 례 (육군사관학교 리더십센터)

감 사 이 민 규 (경상대학교 심리학과)
고 문 김 교 현 (충남대학교 심리학과)

사무국장 주 해 원 (중앙대학교 심리학과)
사무간사 홍 혜 인 (중앙대학교 심리학과)
편집간사 김 선 미 (삼육대학교 상담심리학과)

한국심리학회지

건강

제 19 권 제 1 호

[개관논문]

발달적 관점에서 본 아동·청소년의 정서조절 박 지 선 / 1

[경험논문]

마음챙김 요가와 요가니드라가 마음챙김, 스트레스 지각 및 심리적 안녕감에 미치는 영향 양 희 연·조 옥 경 / 23

마음챙김에 기초한 관계증진 훈련이 기혼여성의 결혼만족도에 미치는 효과 정 화 숙·정 봉 교 / 43

웰빙인지기법이 버스 운전기사들의 스트레스 및 웰빙에 미치는 효과 민 경 은·김 정 호·김미리혜 / 63

마음챙김 명상이 중년 여성의 화병 증상, 우울, 불안 및 스트레스에 미치는 효과 유 승 연·김 미 리 혜·김 정 호 / 83

긍정 심리치료가 학교부적응 청소년의 우울, 자아존중감 및 낙관성에 미치는 효과 정 지 현·손 정 략 / 99

The Validation of the Korean Version of the Knowledge of Evidence-based Services Questionnaire Chad Ebesutani · Sungwon Choi / 119

대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구 정 소 영 · 김 종 남 / 147

Parental Knowledge of Peer Networks and Peer Influences on Adolescent Substance Use: Ethnic Group Comparisons within a National Study of Adolescents Jieun Lee · Lisa Jordan-Green · Hyungcho Lee / 167

불확실성에 대한 인내력 부족과 정서조절곤란이 걱정에 미치는 영향: 경험적 회피의 매개효과 양 경 은 · 박 기 환 / 187

대학생의 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절의 중재효과 류 혜 라 · 박 기 환 / 203

알코올 중독자의 정서인식력과 자기개념, 대인관계 문제 간의 관계 박 현 립 · 박 현 진 · 장 문 선 · 구 본 훈 · 배 대 석 / 219

다이어트, 섭취귀인양식 및 초기 부적응 도식이 정서적 섭식과 외부단서적 섭식에 미치는 영향 박 윤 선 · 최 윤 경 / 235

흡연갈망과 금단증상이 금연유지에 미치는 영향: 대처와 금연효과지각의 중재효과를 중심으로	김 지 회 · 이 영 호 / 253
Big-win과 Big-loss의 경험 유/무가 문제성 도박 심각성에 미치는 영향	목 현 수 · 박 기 뽐 · 강 성 군 · 황 순 택 / 271
사회적 불안 상황에서 시각조망과 해석 수준의 효과	최 성 은 · 최 훈 석 / 283
양육시설아동들의 인지능력 특성	이 선 주 · 조 혜 수 · 오 상 우 / 303
성인에착과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계: 자기가치감 수반성의 조절효과	임 지 준 · 권 석 만 / 321
노인의 신체건강과 주관적 행복에 대한 스트레스와 자기노출의 역할	김 혜 경 · 서 경 현 / 353
완벽주의, 반추, 우울의 관계: 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의	박 지 연 · 이 인 혜 / 371
분리개별화와 우유부단의 관계에서 자기존중감과 자기개념 명확성의 매개효과	정 선 경 · 정 남 운 / 387

[Brief Report]

아주 연민사랑척도 개발: Sprecher와 Fehr의 Compassionate Love Scale의 한국판 단축형	김 완 석 · 신 강 현 / 407
자아강도, 스트레스 대처 및 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델: 청소년을 중심으로	김 진 영 / 421
신체손상을 입은 산업재해 환자가 경험하는 심리적 문제에 관한 질적 연구	이 해 경 · 서 경 현 / 431
여대생의 섭식 조절 행동에 대한 동기의 순서적 연계 모형 검증	이 미 령 · 신 용 균 / 443

성인애착과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계: 자기가치감 수반성의 조절효과[†]

임 지 준[‡]

가톨릭대학교 부천성모병원

권 석 만

서울대학교 심리학과

본 연구는 실연한 사람의 어떤 특성이 실연 스트레스와 실연 후 성장을 감소시키거나 증가시키는 지에 관심을 가졌다. 연구에 포함된 다양한 변인 중 성인애착에 초점을 맞추어서, 애착불안과 애착회피의 성인애착 두 차원과 실연 스트레스 및 실연 후 성장과의 관계를 살펴보았으며, 실연 스트레스와 실연 후 성장의 관계에 대해 알아보았다. 이를 위해 성인애착의 두 차원, 실연 스트레스, 실연 후 성장의 세 변인 사이에서 선행연구들에 기초해 가장 유력하게 예측된 경로를 갖는 연구 모형을 상정하고, 또한 선행연구에 기초해 가능한 경로들을 갖는 다양한 대안모형들을 상정하여 구조방정식 모형검증으로 가장 적합한 모형을 확인하였다. 이에 따라 가장 적합한 경로모형이 채택되었고, 이 모형의 성인애착이 실연 스트레스와 실연 후 성장에 영향을 미치는 경로에서 자기가치감 수반성의 조절효과를 확인하였다. 이를 위해 현 시점으로 부터 6개월 이내에 실연경험이 있는 233명(남 123명, 여 110명)의 자료를 사용하여 분석하였고 그 결과는 다음과 같다. 첫째, 성인애착의 애착불안 차원이 실연 스트레스에 유의미한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타나, 애착불안 수준이 높을수록 더 심각한 실연 스트레스 증상을 갖게 됨을 보여 주었다. 둘째, 성인애착의 애착회피 차원이 실연 후 성장에 유의미한 부적인 영향을 미치는 것으로 나타나, 애착회피 수준이 높을수록 실연 후 성장이 발생하기 어렵게 됨을 보여주었다. 셋째, 실연 스트레스와 실연 후 성장은 상호관련이 없는 독립적인 변인으로 나타났다. 넷째, 애착불안과 자기가치감 타인승인 수반성이 상호작용하여 실연 스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 나타난 결과에 대한 이론적 논의와 임상 실재에 대한 시사점을 기술하였다.

주요어: 실연 스트레스, 실연 후 성장, 애착불안, 애착회피, 자기가치감 수반성

[†] 본 논문은 제 1 저자의 석사 학위논문을 수정 보완한 것으로, 이 연구의 일부 내용은 2013년 한국임상심리학회 춘계학술대회에서 포스터 발표되었음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 임지준, 경기도 부천시 원미구 소사로 327 가톨릭대학교 부천성모병원 정신건강의학과, Tel: 032-340-2141, E-mail: lj2realstyle@naver.com

대학생 시기는 청소년기에서 성인기로 넘어가는 과도기로 이성과의 관계형성은 이 시기의 중요한 발달과제이다. 청소년 후기부터 본격적으로 시작되는 이성교제는 친밀감 형성이라는 성인초기 발달과업의 완수와 긴밀하게 연결되어 있고, 정신건강에도 큰 영향을 미치게 된다(Erickson, 1968). 또한 이 시기에는 부모로부터 독립하여 낭만적 관계를 경험하는 일이 증가하면서, 낭만적 관계가 부모와의 관계를 대신하는 중요한 지원 자원으로 대두되어지며, 대학생들은 자신이 사귀고 있는 이성을 의미 있는 존재로 여기게 된다(Shulma & Kipnis, 2001). 이렇듯 청년기에 이성과 친밀한 인간관계를 맺는다는 것은 한 사람의 삶과 그 사람의 개인적 발달에 매우 중요한 부분인데(Battaglia, Richard, Datteri, & Lord, 1998), 실제로 경험적 연구들은 연인관계를 맺고 있을 경우 그렇지 않은 경우 보다 더 높은 주관적 안녕감을 나타냈으며(Kamp, Dush, & Amato, 2005), 더 적은 정신적 문제들을 보고하였다(Braithwaite, Delevi, & Fincham, 2010).

한편 자신에게 의미 있는 파트너를 상실했을 때 사람들은 매우 큰 고통이나 상처를 경험하게 된다. 사별, 이혼, 실연과 같은 관계단절은 사람들이 가장 많이 언급하는 삶에서 가장 고통스러운 심리적 경험 중 하나이다(Kendler, Hettema, Butera, Gardner, & Prescott, 2003). 연애관계는 사회적 지지를 매우 다양하게 제공하는 중요한 자원이기 때문에, 연애관계의 종결 즉 실연은 매우 고통스러운 스트레스로 경험될 수 있는데, 대부분의 대학생들은 실연을 고통스럽고 중요한 생의 사건이라고 인식하였으며(Simon & Barrett, 2010), 실제 상담소를 찾는 대학생들의 호소 문제

들 중 상당수는 연애관계 종결에서 파생된 것들이었다(Creasey, Kershaw, & Boston, 1999; Oliveira, Dentas Cde, Azevedo, & Banzato, 2008; Field, Diego, Pelaez, Deed, & Delgado, 2010).

실연경험은 정신적 문제의 발현에 큰 영향을 미칠 수 있는 위험요인이며(Sbarra & Emery, 2005), 특히 청소년기와 초기 성인기에 있어서 심각한 정신적 문제를 유발할 수 있다(Davis, Shaver, & Vernon, 2003). 높은 수준의 스트레스와 정신적 상처를 경험하게 하고, 불면증, 우울, 자살에 관한 생각 등이 6개월 이상 지속되게 하기도 하여(Chung et al., 2003), 주요우울장애(Monroe, Rohde, Seeley, & Lewinsohn, 1999) 혹은 주요우울삽화(Overbeek, Vollebergh, Engels, & Meeus, 2003)의 원인이 될 수 있으며, 학업수행, 삶의 만족, 정신건강에 부정적인 영향을 미치고, 자살의 주요한 원인이 되기도 한다(Donald, Dower, Correa-Velez, & Jones, 2006; Field, Diego, Pelaez, Deed, & Delgado, 2013). 실연을 겪은 대학생들을 대상으로 침투적 사고와 회피 및 과각성을 측정하는 사건충격척도(Impact of Event Scale, IES; Horowitz, 1979)를 사용하여 실연 스트레스를 측정한 결과, 전체 대상자의 72%가 고수준 집단에 해당되는 결과가 나오므로써, 실연 경험자의 상당수가 실제로 심각한 침투적 사고와 회피 증상을 경험하고 있음을 보여주었으며, 특히 실연이 상대의 배신 때문이라고 지각된 경우의 실연경험은 외상 후 스트레스 장애에 비견될 수 있기까지 하였다(Chung et al., 2003; Fisher, 2004).

그런데 지금까지 실연에 대한 대부분의 연구들은 실연 후 경험하는 스트레스에 관한 연구에 집

중되어 왔다. 이는 실연 후 발생할 수 있는 변화의 절반만을 탐구한 것이라 볼 수 있다. 실연은 한 개인에게 큰 충격을 줄 수 있는 혼란스럽고 잠재적으로 매우 고통스런 경험이 될 수 있지만, 동시에 새로운 도전을 경험하고 새로운 능력을 발견하며 궁극적으로 더욱 성장하도록 하는 기회를 제공하는 경험이 될 수도 있다(Tashiro, Frazier, & Berman, 2006). 실제로 작년 한 해 동안 발생한 성장으로 이어졌던 외상적 사건들에 대한 조사에서, 실연은 가장 많이 언급된 외상적 사건이었다(Park, Cohen, & Murch, 1996). 실연 이후의 긍정적 변화를 측정하기 위해, 외상 후 성장 척도를 사용한 양적 접근과 개방형 질문을 사용한 질적 접근을 동시에 수행한 연구에서(Tashiro & Frazier, 2003), 참가자들은 척도 상의 성장은 물론 평균 5개 이상의 실연 이후의 긍정적 변화들을 보고 하였다. 국내에서 이루어진 미혼여성의 이성교제 종결 후 반응에 대한 질적 연구에서도(최윤정, 2008), 연구 참가자들은 “이성교제를 통해서 자신에 대해 더 잘 알게 됨”, “헤어진 요인에 대해 분석함”, “이별을 통해 교훈을 얻음”, “이상적인 교제상대의 모습을 구체화 함” 등의 긍정적 반응을 진술하였다. 이와 같은 연구들은 실연 이후에, 실연 스트레스만이 아닌 실연과 관련된 성장을 경험할 수 있음을 의미하는데, 본 연구에서는 외상 후 성장 개념(Tedeschi, Park, & Calhoun, 1998)을 차용하여 이를 ‘실연 후 성장’이라고 칭하고 실연 스트레스와 함께 탐구하였다.

먼저 실연 스트레스에 영향을 미치는 요인에 대한 연구들을 개관한 결과, 자기 존중감, 5요인 성격, 방어적 비관주의, 낙관성, 인지적 변화, 헤어진 파트너에 대한 평가, 실연 원인에 대한 귀인, 관계

만족도, 관계 몰입도, 새로운 파트너의 여부, 사회적 지지, 성차, 실연 주도 여부, 인지적 오류, 성인 애착 등이 다루어졌음을 볼 수 있었다. 본 연구에서는 이 중 성인애착에 초점을 맞추었는데, 이는 성인애착이 성인의 친밀한 관계에서 발생하는 인지, 정서, 행동의 개인차를 설명하는 중요 이론개념이며, 경험연구에서 친밀한 관계의 주관적인 측면(관계만족감)과 객관적인 결과(이별, 이혼)를 예측하는 주요 심리적 특성이고(Mikulincer & Shaver, 2003), 동시에 성격발달, 정서조절, 정신병리에 대한 조망을 제공해 줄 수 있다는 점에서 실연경험 연구에서 주목해볼만한 개인차 변인이기 때문이다(Anders & Tucker, 2000; Marshall, Bejanyan, & Ferenczi, 2013).

근래 Brennan, Clark과 Shaver(1998)는 기존의 성인애착 관련 척도들을 종합하고, 성인애착을 ‘애착불안’과 ‘애착회피’ 두 차원으로 구분하였다. 애착불안은 관계에서 거절과 버림받는 것을 경계하는 차원이며, 애착회피는 파트너와 가까워지거나 의존하는 것을 불편해하는 차원으로 이 두 차원은 상호독립적으로 작용한다. 외상적 사건이 발생했을 때, 이 두 애착 차원은 각 개인의 애착-특정적 정서 및 인지적 반응은 물론 특유의 장점과 취약점을 보이도록 한다(Mikulincer, Höttrsh, Eilati, & Kotler, 1999). 외상적 사건에 대해 애착불안과 애착회피가 모두 낮은 안정애착인 사람은 현실적이고 균형 잡힌 시각으로 평가하는 반면, 애착불안이 높은 사람은 사건에 대해 과잉지각하고 압도되며 타인의 관심을 유도하기 위해 반응적 정서조절전략을 사용하고, 애착회피가 높은 사람은 사건의 중요성을 부정하며 타인과 거리를 두기위해 억제적 정서조절전략을 사용한다

(Mikulincer & Florian, 1995, 1998). 연인관계 같은 친밀한 관계의 단절은 개인의 내적 애착체계를 활성화시키는 대표적인 외상사건인데(Sweeper & Harford, 2006; Vormbrock, 1993), 안정애착의 경우, 실연 스트레스 상황에서 자신의 감정과 경험을 잘 표현하고, 친구나 가족으로부터 사회적 지지를 얻어내는 경향이 있다. 이들은 실연 이후 더 좋은 경과를 보이며, 더 적은 부정적 감정을 느끼는 것으로 나타났다(Davis, Shaver, & Vernon, 2003; Madey & Jilek, 2012). 반면 높은 애착불안은 여러 연구에서 일관되게 실연 이후의 높은 스트레스 및 느린 회복, 종결된 관계에 대한 강한 집착과 정적 상관관이 있었다(Collins & Gillath, 2012; Dutton & Winstead, 2006; Smet, Loeys, & Buysse, 2012). 한편 애착회피와 실연 스트레스의 관계는 혼재된 결과를 보였다. 한 연구에서는 높은 애착회피가 높은 실연 스트레스를 예측하였으나(Susan et al., 1998), 다른 연구에서는 애착회피가 높은 집단이 그렇지 않은 집단보다 오히려 낮은 실연 스트레스를 보고하였다(Collins & Gillath, 2012; Simpson, 1990). 또 다른 연구에서는 애착회피는 실연 스트레스와 유의미한 상관을 보이지 않았다(Davis, Shaver, & Vernon, 2003). 요약하면 선행연구에서 애착불안은 실연 스트레스와 일관된 정적 상관을 보여주고 있고, 애착회피와 실연 스트레스의 관계는 일관되지 않은 결과들을 보여주고 있는데, 아직 국내에서는 성인애착과 실연 스트레스의 관계가 연구되지 않은 실정이다. 따라서 본 연구에서는 일차적으로 성인애착의 두 차원이 실연 스트레스에 어떤 영향을 미치는지 확인해볼 필요가 있다.

성인애착과 외상 스트레스의 관계에 비해 성인

애착과 외상 후 성장의 관계를 다룬 연구들은 비교적 소수이고, 일관된 결과를 보이지 않았다. 전쟁 중 포로수용소에 수감된 남편을 둔 부인들을 대상으로 한 연구(Dekel, 2007)에서 애착불안과 애착회피가 모두 외상 후 성장에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 딸이 첫 출산을 함으로써 할머니가 되는 경험을 한 여성들을 대상으로 한 연구(Shlomo, Tauhman, Finaler, Sivan, & Dolizki, 2010)와 최근 조산아를 출산한 부모를 대상으로 한 연구(Spielman & Ben-Ari, 2009)에서는 애착불안만이 외상 후 성장에 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다른 세 편의 연구(Hooper, Marotta, & Lanthier, 2008; Taubman et al., 2009; Taubman, Findler, & Kuint, 2010)에서는 애착불안과 애착회피 모두 외상 후 성장에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 국내에서 김진수와 서수균(2011)은 성인애착의 두 차원과 외상 후 성장의 관계를 살펴보았는데, 애착회피만이 외상 후 성장에 부적 상관을 보였다. 직접적으로 애착과 실연 후 성장의 관계를 다룬 연구는 단 한편만이 발견되는데, 이 연구에서 애착불안과 실연 후 성장 간의 유의미한 상관관이 나타나지 않았으나, 애착회피와 실연 후 성장 간에는 유의미한 부적상관이 나타났다(Marshall, Bejanyan, & Ferenczi, 2013).

한편, 외상 스트레스와 외상 후 성장과 관련해서 “골이 깊으면 산이 높다” “비온 후 땅이 굳는다”라는 속담이 있다. 이는 외상사건 후 성장이 일어나기 위해서는 외상 스트레스가 필요조건이고 나아가 외상 스트레스가 클수록 외상 후 성장이 더 크게 발생함을 함축하는 것이다. 그런데 외상 스트레스와 외상 후 성장의 관계에 대한 연구

들은 일관된 결과를 보이지 않고 있다. 즉 외상 스트레스 및 증상과 외상 후 성장 간에 정적 상관성이 있다는 연구(Best et al., 2001; Calhoun, Cann, Tedeschi, & McMillan, 2000; Mohr et al., 1999; Morris, Shakespeare-Finch, Rieck, & Newbery, 2005; Snape, 1997)와 부적 상관성이 있다는 연구(McMillan et al., 1995; Park et al., 1996; Powell, Butollo, Tedeschi, & Calhoun, 2003)가 있으며, 그리고 상관성이 없다는 연구(Cordova, Cunningham, Carlson, & Andrykowski, 2001; Joseph, Williams, & Yule, 1993)들이 혼재되어 나타났다.

외상 스트레스가 클수록 외상 후 성장이 크다는 일반적 견해를 지지하는 연구계열(Calhoun, et al., 2000 등)과 달리 외상 스트레스와 증상이 적을수록 외상 후 성장이 크게 일어나거나(Aldwin, et al., 1994; Gamino et al., 2000 등), 외상발생 후 종단연구에서 외상 후 성장이 크게 일어날수록 같은 시기에 측정된 우울도 증가하였던 연구(Frazier & Berman, 2001)가 있다. 또한 외상 스트레스와 외상 후 성장 간에는 관련성이 없었던 연구계열(Cadell, Regehr, & Hemsworth, 2003; Tedeschi & Calhoun, 1996 등)에서는 외상 스트레스와 외상 후 성장은 분리된 구조를 표상한다고 지적했다. 예컨대 Cordova 등(2001)에서 발병 당시 유방암 환자들은 서로 우울수준이 유사했지만, 이후 외상 후 성장 보고에서는 차이가 있었다. 이 연구의 결론은 외상 후 성장 지각과 외상당시 우울은 상호관련 없이 서로 독립적이라는 것이다. 외상 후 성장과 일반적 건강수준과의 관련성을 알아본 국내연구(최승미, 2008)에서도 신체적 건강과 정신건강은 외상 후 성장과 관련이 없었으며,

단지 부분적으로 안녕감과 정적 상관성이 있었다. 실연 스트레스와 실연 후 성장과의 관계를 다룬 연구는 단 한편만이 발견되는데, 이 연구에서는 실연 당시의 고 스트레스 그룹과 저 스트레스 그룹 간에 실연 후 성장에서의 유의미한 차이가 나타나지 않았다(Field, Diego, Pelaez, Deed, & Delgado, 2013). 이와 같이 외상 스트레스와 외상 후 성장의 관계가 혼재된 결과를 보이고 있고 실연을 다룬 연구는 매우 드물므로, 본 연구에서는 관련 선행연구들에 기초해 애착과 실연 스트레스의 관계뿐만 아니라 실연 스트레스와 실연 후 성장의 관계를 포함하는 대안적 경로모형들을 구성하고 이를 검증해보고자 한다.

전술하였듯이 성인애착 차원과 외상 스트레스 및 외상 후 성장의 관계에서 일치하지 않는 연구 결과들이 상당수 보고되었다. 예컨대 다수의 연구들에서 애착불안은 외상 스트레스와 중간정도의 상관을 보였지만 소수의 연구(Rholes, Simpson, & Friedman, 2006 등)에서는 애착불안이 외상 스트레스에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 실연연구에서도 다수의 연구와 달리 애착불안과 관계단절 이후의 스트레스 간의 상관성이 없다는 연구(Simpson et al., 1990)가 존재한다. 또한 애착회피와 실연 스트레스의 관계는 혼재된 연구 결과들을 보였으며, 애착의 두 차원과 외상 후 성장의 관계 역시 일관된 결과를 보이지 않았다. 이러한 일치하지 않는 연구결과들은 성인애착과 외상 스트레스 및 외상 후 성장 사이에 중재변인이 존재할 가능성을 시사한다. 이에 따라 본 연구에서는 일차적으로 성인애착의 두 차원과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계를 모형검증으로 확인한 후, 확인된 모형의 애착과 실연 스트레스 및 실연

후 성장의 경로에서 조절변인을 탐구하였다.

선행연구에서 자존감이 실연주도 정도(앓아 차였나)와 실연 스트레스 사이에서 조절효과를 보였는데, 낮은 자존감을 갖고 있고 동시에 실연을 주도당한 사람은 극심한 실연 스트레스를 경험하는 반면, 높은 자존감을 갖고 있는 경우에는 실연주도 정도의 영향을 받지 않는 것으로 나타났다(Waller & MacDonald, 2010). 애착과 관련하여서도 자존감은 애착과 정서조절(이시은, 2009), 애착과 안녕감(윤명숙, 최정민, 2011)간에 조절효과를 보였다. 자존감은 다양한 변인 사이에서 조절효과를 갖는 것으로 알려져 있는데(Deneve & Cooper, 1998), 일반적으로 높은 자존감은 더 많은 긍정적 감정과 삶에 대한 만족감 및 낮은 불안과 우울 등과 관련이 있는 보호요인 역할을 하고, 낮은 자존감은 더 낮은 학업성취와 약물과 알콜 남용 등과 관련이 있는 위험요인 역할을 하는 것으로 간주되어 왔다. 그러나 근래 연구들은 단순히 높은 자존감을 갖는 것이 개인의 적응과 사회문제에 긍정적인 영향을 주지 않을 가능성을 제시한다. 예를 들어, 높은 자존감이 더 좋은 학업 성취, 직업적 수행, 리더십을 가져오는 것은 아니며, 낮은 자존감이 폭력, 흡연, 음주, 마약, 성적 행동 등과 연관되는 것도 아니라는 연구결과가 존재한다(Baumeister, Campbell, Krueger, & Vohs, 2003). 또한 자존감이 높더라도 학업성적이 떨어지는 학생은 학교생활에 잘 적응하지 못하고, 공격적인 행동을 보이는 것으로 나타나(Baumeister, 1999), 실질적인 성취에 기반하지 않은 높은 자존감은 개인의 부적응과 사회문제의 원인이 될 가능성이 있음을 시사하였다(Baumeister, 1998; Dawes, 1994; Smelser, 1989). 즉, 자존감 수준의 높고 낮

음으로만 자존감의 역할을 이해하는 것은 지나치게 단순하고 제한된 관점으로 접근하는 것이란 비판이 제기되었다(Crocker & Knight, 2005).

이러한 맥락에서 Crocker와 Wolfe(2001)는 ‘자기가치감 수반성(contingencies of self-worth: CSW)’을 제안 하였는데, 인간은 특정 영역에서 성공을 추구하거나 실패를 피함으로써 자신의 자존감을 유지, 보호, 고양하고자 하며, 그 영역이 자신에게 얼마나 중요한가에 따라 성공이나 실패 여부가 자존감에 미치는 영향은 달라진다고 보았다(Crocker, Luhtanen, Cooper, & Bouvrette, 2003). 이에 따라 Crocker 등(2003)은 관련 연구들에서 지속적으로 자존감과 관련된 것으로 보고되는 변인들(예: 사랑, 승인, 권력에 대한 욕구)을 기초로 대학생의 자기가치감 수반성을 측정할 수 있는 도구(Contingencies of Self-Worth Scale: CSWS)를 개발하였는데, 이 척도는 타인의 승인, 외모, 경쟁, 학업적 자신감, 가족의 지지, 도덕성, 신의 사랑의 7개의 영역으로 구성되어 있으며, 이 척도를 사용한 다양한 연구를 통해 타당성이 확인되었다(Park, Crocker, & Mickelson, 2004). 예컨대 한 연구에서(Crocker et al., 2003), 대학 신입생들을 대상으로 입학 직후 측정된 자기가치감 수반성은 자존감 및 성별, 인종과 같은 개인변인들을 통제된 후에도 각 개인의 일년 후의 취미, 가입한 모임의 종류, 투자 시간 등을 유의하게 예측하였다. 즉 특정한 영역의 수반성은 수반된 영역과 관련된 특정한 행동을 예측하였는데, 도덕성에 강하게 수반할수록 더 많은 봉사활동과 더 적은 파티 참여를, 외모에 강하게 수반할수록 더 많은 외모치장, 운동, 의류쇼핑, 파티참여를 보였으며, 학업적 자신감에 강하게 수반할수록 더 많은

학업에 대한 투자를, 가족의 지지에 강하게 수반할수록 더 많은 가족과의 활동에 투자를, 신의 사랑에 대한 강한 수반은 더 많은 종교적 활동을 보였다.

Crocker(2002)는 우울 등 스트레스 증상의 발생에 자기가치감 수반성이 자존감 수준보다 더 중요하다고 보았다. 개인의 자기가치감이 어떤 영역에 수반되어 있느냐에 따라 우울을 유발하는 사건이 다를 수 있고, 뒤집어 말하면 동일한 사건이라도 개인의 자기가치감이 어떤 영역에 수반되어 있느냐에 따라서 우울에 미치는 영향이 다르다는 것이다. 예컨대 민첩성과 지구력이 떨어진다는 평가를 받은 운동선수는 자존감 저하로 우울을 경험하지만, 음악가는 같은 평가를 받더라도 자존감에 큰 변화가 없었다. 또한 자기가치감이 학업적 능력에 강하게 수반된 학생의 경우, 기대보다 낮은 성적을 받았거나 대학원 입학에 실패하였을 때 학업적 능력에 적게 수반된 학생보다 더 많은 자존감의 저하와 부정적 감정, 우울 증상, 부정적 자기평가 등을 경험하였다(Crocker, Luhtanen, & Sommers, 2004). 이러한 연구결과는 자기가치를 사회적 연결성으로 정의하는 환자는 의미있는 대인 관계를 상실하였을 때 우울증이 촉발되기 쉽고, 자기가치감을 극복과 성취와 연계하는 환자는 학업이나 직업에서의 실패에 대한 반응으로 우울삽화가 일어나기 쉽다는 Hammen(1985)의 임상적 관찰과도 일치한다. 따라서 각 개인의 자기가치감 수반성 영역은 동일한 사건을 경험할 때 정서적 고통감의 정도 또는 정서적 고통감의 정도를 예측하는 강력한 변인이 될 수 있다(Crocker, Luhtanen, Cooper, & Bouvrette, 2003; Sargent, Crocker, & Luhtanen, 2006).

관련연구에서 자기가치감 수반성은 종종 외적 수반성(타인의 승인, 외모, 경쟁, 학업적 자신감, 가족의 지지)과 내적 수반성(신의 사랑, 도덕성)으로 구분하여 연구된다. 일반적으로 외적 수반성은 내적 수반성에 비해 보다 큰 정서적 고통감과 문제행동과 같은 부정적인 결과와 관련되는데(Crocker, Luhtanen, & Sommers, 2004; Sanchez & Crocker, 2005), 이는 내적 수반성이 타인이나 상황에 의해 쉽게 영향받지 않는 내적인 측면에 기인하는 반면, 외적 수반성은 타인의 승인, 보상의 추구, 경쟁에서의 승리 등과 같은 불안정한 외부적인 조건에 끊임없이 의존해야 하기 때문이다(Crocker, 2002; Kim & Williams, 2009). 우울, 분노, 알콜문제, 약물 사용과 같은 부적응적인 문제와 외적 수반성은 정적상관을 보인 반면, 내적 수반성은 부적상관을 나타내었으며(Burwell & Shirk, 2006; Crocker, 2002; Sargent, Crocker, & Luhtanen, 2006; Kim & Williams, 2009), 5요인 성격과의 상관연구에서도, 외적 수반성은 신경증과는 정적 상관을 보이고 우호성 및 성실성과는 상관을 보이지 않은 반면, 내적 수반성은 우호성 및 성실성과는 정적 상관을 보이고 신경증과는 상관을 보이지 않았다(Crocker, Luhtanen, & Sommers, 2004).

외적 수반성 중에서도 타인의 승인과 외모에 대한 수반성은 특히 부정적인 결과를 가져오는 것으로 보고되었는데, 대학 신입생을 대상으로 한 종단적 연구에서(Crocker, 2002; Crocker & Knight, 2005), 입학 직후 측정된 타인의 승인과 외모에 대한 강한 수반성은 입학 전의 우울 정도를 통제한 후에도 한 학기 후의 우울 증상을 유의하게 예측하였다. 다른 연구에서는 대학 신입생들을 대상으

로 자기 가치감 수반성을 측정 한 후, 1년 후의 알콜 및 식이문제의 정도를 관찰하였는데, 전반적 자존감과 인구통계학적 변인들을 통제 한 후에도, 외모에 대한 높은 수반성은 더 많은 알콜과 섭식 문제로 이어졌으며, 신의 사랑, 도덕성에 대한 수반성은 이러한 문제의 더 적은 발생 혹은 감소로 연결되었다(Crocker, Luhtanen, & Sommers, 2004). 어린 시절의 학대경험과 성인기 이후의 약물남용의 관계에 대한 연구에서도, 외적 수반성인 외모와 타인의 승인은 성인기 이후의 약물남용에 대한 위험요인의 역할을 하였고, 내적 수반성인 신의 사랑과 도덕성은 보호요인의 역할을 하였다(Kim & Williams, 2009). 이러한 결과는 실연 스트레스와 실연 후 성장에 타인의 승인과 외모 수반성은 위험요인으로, 신의 사랑과 도덕성은 보호요인으로 기능할 수 있음을 시사하는 것이다.

전술하였듯이, 실연은 정서적으로 매우 고통스러운 경험이 될 수 있지만 성장을 가져오기도 한다. 이 때 관계단절에 작동하는 개인의 애착차원과 함께 자기 가치감이 어떤 영역에 강하게 수반되어 있느냐에 따라 각 개인이 느끼는 고통감과 성장의 정도는 매우 다를 수 있다. 실연경험과 자기 가치감 수반성의 관계를 직접적으로 다룬 연구는 찾아보기 어렵지만, 사회적 거절과 자기 가치감 수반성의 관계를 다룬 연구에서(Park & Crocker, 2008), 타인의 승인에 높게 수반한 경우가 그렇지 않은 경우보다 사회적 거절 상황에서 더 많은 부정적정서와 더 적은 긍정정서를 보고하였다. 애착차원과 자기 가치감 수반성의 관계에 대한 연구에서는(Crocker, Luhtanen, & Sommers, 2004), 애착불안이 높은 사람들은 타인의 승인에 높게 수반하는 경향이 있었으며, 애착회피가 높은 경우

에는 타인의 승인, 가족의 지지, 신의 사랑에 더 적게 수반하는 결과를 보였다.

본 연구에서는 위와 같은 연구들에 기초해 성인애착과 실연 스트레스 간, 성인애착과 외상 후 성장 간에 자기 가치감 수반성의 조절효과를 확인해 보고자 하였다. 선행연구에서 애착불안이 높을수록 실연 스트레스가 증가하고(Davis, Shaver, & Vernon, 2003; Sbarra, 2006), 자기 가치감이 타인 승인에 수반할수록 실연 스트레스의 증가가 시사되며(Park, Sanchez, & Brynildsen, 2011), 애착불안과 자기 가치감 수반성 타인승인은 중간정도의 정적 상관이 있으므로(Park, Crocker, Mickelson, 2004), 높은 수준의 애착불안과 높은 수준의 자기 가치감 수반성 타인승인은 실연 스트레스에 병합적 상승효과를 보이며 영향을 미칠 것으로 추론되었다. 즉 실연한 사람의 애착불안이 높을 때, 자기 가치감을 타인승인에 크게 의존하는 사람은 적게 의존하는 사람보다 훨씬 큰 실연 스트레스를 경험하게 될 것으로 예측하였다. 또한, 선행연구에서 애착회피가 높을수록 성장이 저하되고(Dekel, 2007; Mikulincer et al., 2011), 자기 가치감이 신의 사랑에 수반할수록 실연 후 성장의 증가가 시사되며(Sheikh, 2003; Weiss, 1997), 애착회피와 자기 가치감 수반성 신의 사랑은 일정한 부적 상관이 있으므로(Park, Crocker, & Mickelson, 2004), 높은 수준의 애착회피와 높은 수준의 자기 가치감 수반성 신의 사랑은 실연 후 성장에 상호억제적 영향을 미칠 것으로 추론되었다. 즉 실연한 사람의 애착회피가 높을수록 실연 후 성장을 저하시키리라 예상되는데, 이때 자기 가치감의 기반을 신의 사랑에 크게 두는 사람은 적게 두는 사람보다 실연 후 성장의 저하가 일어나는 것을

감소시킴으로써 신의 사랑은 일종의 보호요인으로 작용할 것으로 예측하였다.

그런데 실연 스트레스, 외상 후 성장, 성인애착, 자기가치감 수반성과 같은 변인들에 대한 연구에서 성차에 관심을 가진 연구들이 있었는데 일관되지 않은 연구결과를 보였다. 예를 들어, 실연 스트레스 수준의 성차 연구에서, 여성이 남성보다 더 높은 수준의 실연 스트레스를 경험한다는 연구결과(Field, Diego, Pelaez, Deeds, & Delgado, 2011; Fisher, 2004; Mearns, 1991; Perilloux & Buss, 2008)와 남성이 더 높은 실연 스트레스를 경험한다는 연구결과(Choo, Levine, & Hatfield, 1996; Knox, Zusman, Kaluzny, & Cooper, 2000; Sprecher et al., 1998) 및 성차가 존재하지 않는다는 연구결과(Frazier & Cook, 1993; Helgeson, 1994; Tashiro & Frazier, 2003)가 모두 보고되었다. 실연 후 성장과 관련하여서도, 실연 이후에 남성보다 여성이 더 많은 실연 후 성장(Tashiro & Frazier, 2003)과 긍정적 감정들(기쁨, 안도 등)을 경험하는 것으로 보고되었으나(Choo et al., 1996; Sprecher, 1994), Helgeson(1994)의 연구에서는 실연을 주도한 여성과 실연을 주도한 남성간의 유의미한 차이는 없었다. 애착과 관련하여서도, 애착회피가 높은 남성의 경우 그렇지 않은 경우보다 낮은 실연 스트레스를 보고하였으나, 여성의 경우 애착회피 수준에 따른 유의미한 차이는 없었다(Simpson, 1990). 이외에도 본 연구의 변인 및 연구문제와 관련된 성차 보고에서 다양한 결과가 혼재되어 있는 실정인데, 본 연구에서는 성인애착과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계와 자기가치감 수반성의 조절효과에서 성차가 존재하는지를 탐색적으로 알아보려고 한다.

본 연구의 연구문제를 요약하면 다음과 같다.

연구문제 1. 성인애착의 두 차원과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계는 어떠한가?

가설 1. 애착불안은 실연 스트레스에 정적 영향을 미칠 것이다.

가설 2. 애착회피는 실연 후 성장에 부적 영향을 미칠 것이다.

연구문제 2. 실연 스트레스와 실연 후 성장의 관계는 어떠한가?

애착의 두 차원과 실연 스트레스 및 실연 후 성장으로 구성된 본 연구의 모형에서, 실연 스트레스와 실연 후 성장의 관계를 알아본다.

연구문제 3. 성인애착과 실연 스트레스의 관계 및 성인애착과 실연 후 성장의 관계에서 자기가치감 수반성은 조절효과를 나타낼 것인가?

가설 1. 애착불안과 실연 스트레스의 관계에서 자기가치감 수반성 타인승인이 조절효과를 나타낼 것이다.

가설 2. 애착회피와 실연 후 성장의 관계에서 자기가치감 수반성 신의 사랑이 조절효과를 나타낼 것이다.

연구문제 4. 앞의 연구문제의 결과에서 성차가 존재하는가?

연구문제 1, 2, 3에서 성차에 따른 결과를 알아본다.

방법

연구대상

본 연구를 위해 서울지역 2개 대학교와 충청지역 3개 대학교에서 총 1524명의 대학생이 설문지

에 응답하였다. 이 중 현재로부터 6개월 이내에 실연경험이 있는 233명이 자료분석에 사용되었다. 전체 표집에서 평균연령은 20.94세이었고, 남학생은 123명(52.8%), 여학생은 110명(47.2%)이었다. 학년별로는 1학년 74명(31.8%), 2학년 75명(32.2%), 3학년 47명(20.2%), 4학년 37명(15.9%)이었다.

측정도구

실연경험 관련문항. 성별, 관계몰입 정도, 연령, 학년, 교제기간, 관계종결 후 경과기간, 종결주도 여부 및 정도, 종결원인에 대한 귀인 등 실연경험의 다양한 측면을 묻는 문항이 사용되었다. 이 중 종결주도는 누가 이별을 선언하였는지를 묻는 질문에 ‘내가 이별을 선고한 종결’, ‘상대방에게 이별을 선고받은 종결’, ‘합의한 종결’의 세 보기에서 선택하는 범주형 문항과, 관계종결을 주도한 정도를 묻는 ‘완전히 상대방이 주도’에서 ‘완전히 내가 주도’의 극단을 갖는 10점 리커트 척도 문항이 사용되었다. 종결귀인은 ‘나’, ‘상대방’, ‘나와 상대방 양쪽 다’, ‘외부요인’ 중 이별하게 된 가장 큰 원인이 무엇이었는지를 묻는 범주형 문항과, 이 네 범주 각각이 어느 정도나 관계종결의 원인이었는지를 묻는 ‘전혀 원인이 아니었음’에서 ‘전적으로 원인이었음’의 극단을 갖는 5점 리커트 척도 4문항이 사용되었다.

친밀관계경험 척도. 성인애착을 측정하기 위해 Brennan, Clark, Shaver(1998)가 개발한 친밀관계경험척도(Experiences in Close Relationship Scale: ECRS)를 문형준(2007)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. ECRS는 두 개의 독립적인

차원, 즉 애착불안과 애착회피로 구성되어 있는데, 각각 18문항씩 총 36문항으로 이루어져 있다. 문항은 7점 리커트 척도로 평정하며, 점수가 높을수록 불안과 회피 수준이 높음을 의미하고 점수가 낮을수록 안정된 애착패턴을 지니고 있음을 의미한다. 애착불안은 거절에 대한 공포와 유기에 대한 걱정(예, “버림받을까봐 걱정하는 일은 별로 없다.”)을 측정하고, 애착회피는 친밀함에 대한 회피와 타인과 가까워지거나 의존함에 있어서의 불편함(예, “다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다.”)을 측정하는데, 응답자들은 주로 애정관계에서 각 문항들이 얼마나 자신의 경험을 잘 설명하는지를 평정한다. 확인적 요인분석 결과 애착불안과 애착회피 두 차원이 상호 독립적이며 설명변량이 40%~46%로 우리나라 대학생들에게도 적합한 것으로 나타났다(김광은, 이위갑, 2005; 문형준, 2007). 따라서 본 연구에서도 애착불안과 애착회피를 독립적인 잠재변수로 설정하였다. Brennan 등(1998)에서 애착불안의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .91, 애착회피는 .94로 보고되었고, 김광은과 이위갑(2005)에서는 각각 .84이었고, 문형준(2007)에서는 애착불안 .89, 애착회피 .90이었고, 본 연구에서는 각각 .90으로 나타났다.

자존감 척도. Rosenberg(1965)의 자존감 척도(Rosenberg Self-Esteem Inventory: RSE)를 사용하여 측정하였다. 참가자들은 “전반적으로, 나는 내 자신에 대해 만족 한다” 등의 질문에 얼마나 동의하는지를 리커트식 4점 척도에 표시하게 된다. 이 척도는 긍정문항 5개와 부정문항 5개인 총 10문항으로 이루어져 있으며, 부정문항은 역채점하여 총점이 높을수록 고양된 자존감 수준을 나

타낸다. 내적합치도 계수(Cronbach's α)는 .88로 보고되었으며(Fleming & Courtney, 1984), 검사-재검사 신뢰도는 .85로 보고되었다(Silber & Tippett, 1965). 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .82로 나타났다.

자기가치감 수반성 척도. Crocker 등(2003)이 자기가치감 수반성을 측정하기 위해 개발한 척도(The Contingencies of Self-Worth Scale: CSWS)를 이수란과 이동귀(2008)가 한국자료에 기초해 타당화한 한국판 자기가치감 수반성 척도(Korean-Contingencies of Self-Worth Scale: K-CSWS)를 사용하였다. 원척도는 타인의 승인, 외모, 경쟁, 학업적 자신감, 가족의 지지, 미덕, 신의 사랑 등 7개의 영역, 35문항으로 구성되어 있다. 한국판 척도는 요인분석 결과 원척도의 7개 영역 중 5개 영역을 갖는 27문항의 5요인 구조로 타당화되었다. 원척도의 7개 영역 중 신의 사랑, 도덕성, 타인승인, 가족지지의 4 영역은 원척도에서와 같이 4요인으로 묶였으나, 나머지 요인들이 하나의 새로운 요인으로 묶여서 나타났다. 즉, 요인 1에는 기존의 경쟁 영역의 5문항과 학업적 자신감 영역의 3문항, 외모 영역의 1문항(총 9문항)이 포함되었다. 이 요인에 속한 문항들은 타인에 비해 능력, 성적, 외모 등을 좋게 평가하거나 우월성을 갖는 것이 자존감에 큰 영향을 준다는 내용이었으므로 한국판 척도개발자들은 요인 1을 '우월성'으로 명명하였다. 이 요인은 고유값이 6.50으로 전체 변량의 24.1%를 설명하였다. 각 영역의 내적 합치도(Cronbach's α)는 우월성 .87, 신의 사랑 .96, 도덕성 .83, 타인승인 .84, 가족지지 .72이었고, 전체 영역의 내적 합치도(Cronbach's α)는

.87이었다. 본 연구에서는 .82로 나타났다. 각 문항은 7점 리커트 형식으로 되어있으며, 각 영역에서의 점수가 높을수록 그 영역에 수반된 자기 가치를 갖고 있는 것으로 볼 수 있다.

관계적응 척도. 연애관계의 질을 측정하기 위해 Spanier(1976)가 개발한 부부적응척도(Dyadic Adjustment Scale: DAS)의 문항들을 조현, 최승미, 오현주와 권정혜(2011)가 선별적으로 축소하여 타당화한 7문항 한국판 부부적응척도 단축형(DAS-7)에서 부부관계를 연인관계로 바꾸어 사용하였다. 이 척도는 연인관계에서 서로 마음이 맞는 정도의 관여도를 6점 리커트 형식으로 평가하고 관계에서 행복감을 7점 척도로 평가한다. 조현 등(2011)에서 내적 일관성계수(Cronbach's α)는 .75이었고, 본 연구에서는 .81이었다.

사건충격 척도. 실연스트레스를 측정하기 위해 Weiss와 Marmar(1997)의 개정판 사건충격척도(Impact of Event Scale-Revised)를 은현정 등(2005)이 타당화한 한국판 사건충격척도 개정판(IES-R-K)을 사용하였다. IES원척도는 Horowitz(1979)가 침투와 회피의 외상 후 관련 증상을 확인하기 위해 개발한 것으로, 이 후 다른 하나의 대표적인 외상 후 스트레스 증상인 과각성을 추가하기 위해 IES-R로 수정된 것이다. 한국판 사건충격척도 개정판은 과각성, 회피, 침투, 수면장애 및 정서적 마비의 4요인 구조를 갖는 5점 리커트 형식의 22문항으로 구성되어 있다. 내적 합치도(Cronbach's α)는 Weiss와 Marmar(1997)에서 .79, 은현정 등(2005)에서 .83, 본 연구에서는 .94로 나타났다.

외상 후 성장 척도. 실연 후 성장을 측정하기 위해 Tedeschi와 Calhoun(1996)이 개발한 외상 후 성장 척도(Posttraumatic Growth Inventory; PTGI)를 송승훈 등(2009)이 16문항으로 타당화한 척도(K-PTGI)에서 실연경험에 맞게 지시문을 변경하고 문항은 그대로 사용하였다. PTGI는 총 21 문항으로 구성되어 있고, 외상 경험 이후 긍정적인 변화의 정도를 7점 리커트 척도에서 평가하도록 되어있고, 점수가 높을수록 외상 이후 긍정적인 변화를 많이 경험한 것을 의미한다. PTGI는 대인관계의 변화(7문항), 새로운 가능성 발견(5문항), 개인의 강점 발견(4문항), 삶에 대한 감사의 증가(3문항), 영적인 변화(2문항)와 같은 5가지의 하위 요인을 포함하고 있고, K-PTGI는 자기 시각의 변화(6문항), 대인 관계 깊이 증가(4문항), 새로운 가능성의 발견(3문항), 영적/종교적 관심증가(2문항)와 같은 4가지 하위 요인을 포함하고 있다. 내적 합치도(Cronbach's α)는 Tedeschi와 Calhoun(1996)에서는 .90, 송승훈 등(2009)에서는 .92, 김진수와 서수균(2011)에서는 .86이었으며, 본 연구에서는 .95 이었다.

자료수집 및 분석방법

설문조사는 2011년 10월과 11월에 걸쳐 약 4주간 실시되었다. 해당 대학 담당강사에게 사전에 협조를 요청한 후 학생들의 동의하에 조사를 실시하였다. 대부분의 대학은 본 연구자가 직접 방문하여 조사를 실시하였고 연구자의 사정상 가지 못한 대학은 연구자에게 조사 실시지침을 설명 받은 대학원생이 실시하였다. 조사 설문지는 순서 효과를 방지하기 위하여 척도들의 배열 순서를

달리한 3개의 세트로 구성하였다. 설문지 응답에 소요되는 시간은 약 15~20분 정도였다. 분석방법으로는 SPSS 15.0을 이용해 기술통계 분석, 상관 분석, 위계적 회귀분석을 실시하였으며, AMOS 5.0을 이용해 구조방정식 모형검증을 하였다.

결 과

관련 변인이 실연 스트레스와 실연 후 성장에 미치는 영향

연구에 포함된 변인들의 평균 및 표준편차를 표 1에 제시하였다. 다음으로 성별 및 연령, 이성교제 횟수, 교제기간, 실연이후 경과시간, 관계시작 제안정도, 관계몰입정도, 사회적지지, 실연이후 연락정도, 종결주도정도, 종결원인에 대한 귀인, 관계만족 등의 실연경험 관련변인과 자존감, 자기 가치감 수반성, 성인애착의 심리특성 관련변인이 실연 스트레스에 미치는 영향을 확인하기 위해 중다회귀 분석을 실시하였고, 그 결과는 표 2에 제시되어 있다.

표 2를 보면 관계몰입정도($\beta = .226, p < .01$), 실연원인에 대해 나에 대한 귀인($\beta = .153, p < .05$), 관계만족($\beta = .173, p < .05$), 애착불안($\beta = .314, p < .001$)만이 실연 스트레스에 통계적으로 유의미한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

성별 및 연령, 이성교제 횟수, 교제기간, 실연이후 경과시간, 관계시작 제안정도, 관계몰입정도, 사회적지지, 실연이후 연락정도, 종결주도정도, 종결원인에 대한 귀인, 관계만족 등의 실연경험 관련변인과 자존감, 자기가치감 수반성, 성인애착의 심리특성 관련변인이 실연 후 성장에 미치는 영

향을 확인하기 위해 중다회귀 분석을 실시하였고, .234, $p < .01$), 애착회피($\beta = -.168$, $p < .05$)가 실연 후 성장에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 3을 보면 자기가치감 수반성 신의 사랑($\beta = .234$)가 실연 후 성장에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

표 1. 전체 변인들의 평균, 표준편차

변인	점수 범위	전체 $M(SD)$	남자 $M(SD)$	여자 $M(SD)$
연령	18 ~ 29	20.94(2.20)	21.52(2.35)	20.28(1.80)
이성교제 횟수	1 ~ 10	3.27(2.19)	3.59(2.44)	2.92(1.81)
교제기간(월)	0 ~ 62	9.11(11.31)	8.89(10.71)	9.35(11.99)
실연후경과시간(월)	1 ~ 6	3.21(1.71)	3.24(1.72)	3.18(1.71)
관계시작 제안정도	1 ~ 5	2.61(1.38)	3.36(1.23)	1.78(1.01)
관계몰입정도	1 ~ 5	3.70(.94)	3.80(.94)	3.57(.923)
사회적 지지	1 ~ 5	3.23(.95)	3.20(.99)	3.27(.898)
실연이후 연락정도	1 ~ 5	1.64(1.12)	1.69(1.18)	1.58(1.04)
관계종결주도정도	0 ~ 10	5.64(3.14)	4.91(3.11)	6.46(2.98)
나에 대한 귀인	1 ~ 5	3.17(.91)	3.32(.92)	3.00(.88)
파트너에 대한 귀인	1 ~ 5	3.31(.91)	3.07(.95)	3.57(.79)
외부요인 귀인	1 ~ 5	2.77(1.33)	2.59(1.31)	2.96(1.33)
나와 파트너에 귀인	1 ~ 5	2.99(.098)	2.91(1.01)	3.09(0.94)
관계만족(DAS-7)	7 ~ 43	26.26(6.10)	27.46(5.27)	24.92(6.67)
자존감(RSE)	10 ~ 40	31.00(4.84)	30.74(5.24)	31.29(4.36)
CSW 우울성	9 ~ 63	48.89(7.16)	48.46(7.61)	49.37(6.63)
CSW 신의 사랑	5 ~ 35	14.08(8.17)	12.89(7.55)	15.41(8.66)
CSW 도덕성	5 ~ 35	23.09(5.47)	23.28(5.41)	22.88(5.57)
CSW 타인의 승인	4 ~ 28	13.23(3.40)	13.13(3.59)	13.35(3.18)
CSW 가족의 지지	4 ~ 28	22.24(3.56)	21.80(3.69)	22.74(3.34)
애착 불안	18 ~ 126	67.53(16.79)	66.88(16.63)	68.26(17.02)
애착 회피	18 ~ 126	58.18(15.98)	55.07(14.34)	61.66(17.03)
실연 스트레스	0 ~ 88	45.52(16.85)	46.36(17.84)	44.59(15.70)
실연 후 성장	0 ~ 80	41.56(16.72)	43.04(15.50)	39.91(17.91)

표 2. 실연경험 관련변인들과 심리특성 관련변인들이 실연 스트레스에 미치는 영향

종속 변인	독립변인	B	SE	β	t	R^2
실연 스트레스	성별	2.030	2.815	.061	.721	.367
	연령	.348	.511	.045	.681	
	이성교제횟수	.646	.514	.085	1.258	
	교제기간	.023	.107	.016	.211	
	실연이후 경과시간	.398	.612	.041	.650	
	관계시작 제안정도	-.943	.906	-.077	-1.041	
	관계몰입정도	4.026	1.312	.226	3.070**	
	사회적 지지	-1.75	1.198	-.099	-1.460	

실연 스트레스	실연이후 연락정도	-.974	.963	-.066	-1.011	.367
	관계종결 주도정도	-.496	.356	-.093	-1.394	
	나에 대한 귀인	2.883	1.227	.153	2.349*	
	파트너에 대한 귀인	1.461	1.326	.079	1.102	
	외부요인 귀인	1.341	.825	.105	1.625	
	나와파트너에 대한 귀인	-.236	1.146	-.014	-.206	
	관계만족	.473	.208	.173	2.272*	
	자존감	-.438	.239	-.126	-1.837	
	CSW 우월성	.185	.164	.081	1.131	
	CSW 신의 사랑	.123	.133	.060	.922	
	CSW 도덕성	.164	.204	.054	.807	
	CSW 타인의 승인	.467	.322	.095	1.450	
	CSW 가족의 지지	-.047	.365	-.010	-.127	
	애착 불안	.313	.074	.314	4.231***	
	애착 회피	.149	.081	.139	1.849	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

표 3. 실연경험 관련변인들과 심리특성 관련변인들이 실연 후 성장에 미치는 영향

종속 변인	독립변인	B	SE	β	t	R ²
실연 후 성장	성별	3.483	3.166	.103	1.100	.218
	연령	.679	.574	.088	1.182	
	이성교제횟수	.132	.578	.017	.228	
	교제기간	-.072	.120	-.050	-.598	
	실연이후 경과시간	-.690	.688	-.071	-1.002	
	관계시작 제안정도	-.338	1.018	-.027	-.332	
	관계 몰입 정도	-.045	1.475	-.002	-.030	
	사회적 지지	-.143	1.347	-.008	-.106	
	실연이후 연락정도	.474	1.083	.032	.438	
	관계종결 주도정도	-.114	.400	-.021	-.285	
	나에 대한 귀인	.292	1.380	.015	.212	
	파트너에 대한 귀인	.872	1.491	.047	.584	
	외부요인 귀인	.329	.928	.026	.354	
	나와파트너에 대한 귀인	.794	1.289	.045	.616	
	관계만족	.185	.234	.067	.789	
	자존감	.465	.268	.132	1.733	
	CSW 우월성	-.157	.184	-.068	-.850	
	CSW 신의 사랑	.484	.150	.234	3.226**	
	CSW 도덕성	.436	.229	.142	1.905	
	CSW 타인의 승인	.208	.363	.042	.575	
	CSW 가족의 지지	.372	.411	.078	.906	
	애착 불안	-.146	.083	-.145	-1.750	
	애착 회피	-.182	.091	-.168	-2.002*	

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

관련 변인이 실연 스트레스와 실연 후 성장에 미치는 영향에서의 성차

먼저, 실연 스트레스 수준과 실연 후 성장 수준에서 성차가 있는지 확인하기 위해 t-검증을 실시하였다. 실연 스트레스의 남자 평균은 46.36 (SD=17.84), 여자 평균은 44.59(SD=15.70)이었고, 이 때 평균차이는 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났다($t=.798, p>.05$). 실연 후 성장의 남자 평균은 43.04(SD=15.50), 여자 평균은 39.91(SD=17.91)이었고, 이 때 평균차이는 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났다($t=1.419, p>.05$).

실연경험 관련변인과 심리특성 관련변인이 실연 스트레스에 미치는 영향에서 성차가 있는지 알아보기 위해 남자와 여자를 대상으로 각각 중다회귀 분석을 실시하였다. 그 결과 남자의 경우 나에 대한 귀인($\beta=.261, p<.05$), 외부요인 귀인($\beta=.266, p<.05$)만이 실연 스트레스에 통계적으로 유의미한 영향을 미쳤고, 여자의 경우 관계몰입정도($\beta=.401, p<.01$), 자기가치감 수반성 도덕성($\beta=.209, p<.05$), 애착불안($\beta=.365, p<.01$), 애착회피

($\beta=.240, p<.05$)만이 통계적으로 유의미한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다.

실연경험 관련변인과 심리특성 관련변인이 실연 후 성장에 미치는 영향에서 성차가 있는지 알아보기 위해 남자와 여자를 대상으로 각각 중다회귀 분석을 실시하였다. 그 결과 남자의 경우 자기가치감 수반성 도덕성($\beta=.217, p<.05$)만이 실연 후 성장에 통계적으로 유의미한 영향을 미쳤고, 여자의 경우 자기가치감 수반성 신의 사랑($\beta=.293, p<.05$), 애착불안($\beta=-.309, p<.05$)만이 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

성인애착과 실연스트레스 및 실연 후 성장 간 경로모형 분석

구조방정식의 측정모형 검증. 구조모형을 검증하기 전에 모형의 측정변인들이 이론적 개념을 얼마나 잘 반영하고 있는지 알아보기 위하여 측정모형을 검증하였다. 본 연구의 측정모형은 그림 1에 제시되어 있다. 측정모형을 검증하기 위해 각 측정 도구에 대해 측정변인을 구성하였다. 이때 단일요

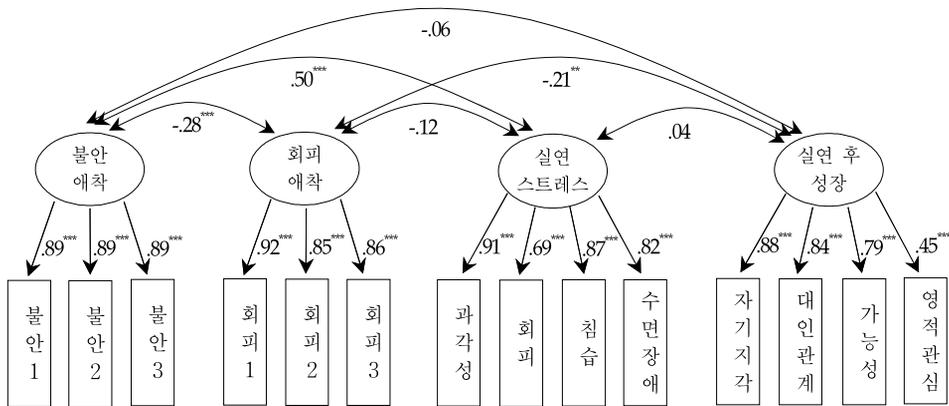


그림 1. 측정모형 검증

인인 불안회피와 불안애착은 무선할당방법(홍세희, 2009)을 이용하여 3개의 측정변인으로 구성하였으며, 측정모형 검증시 모든 잠재변인들은 서로 상관이 있는 것으로 설정하였다. 구조방정식 모형 분석시 전반적인 모형의 적합성에 대한 평가는 χ^2 검증을 이용한다. 하지만 χ^2 검증은 표본의 크기에 매우 민감하기 때문에 표본의 사례수가 200이상인 경우 모형을 기각하기 쉬운 것으로 알려져 있다. 이러한 이유로 본 연구에서는 χ^2 값과 함께 홍세희(2000)가 권장한 적합도 지수인 TLI(Tucker-Lewis Index), CFI(Comparative Fit Index), RMSEA(Root Mean Square Error of

Approximation)를 고려하여 모형의 적합성을 평가하였다. 홍세희(2000)에 의하면, TLI, CFI가 .90이상이면 그 모형의 적합도는 좋은 것으로 간주하고, RMSEA가 < .05이면 모형의 적합도는 좋다고 말할 수 있으며, < .08이면 어느 정도 적합하다고 말할 수 있다. 위의 기준에 따라 측정모형의 적합도 지수를 살펴보면, $\chi^2(df=71, N=233)= 117.843, p=.000, TLI=.971, CFI=.977, RMSEA=.053(90\%$ 신뢰구간: .036-.070)로, χ^2 값은 유의미하지만 다른 적합도 지수들이 양호하므로 결과적으로 측정모형이 자료에 잘 부합한다고 말할 수 있다.

구조방정식의 연구모형 검증

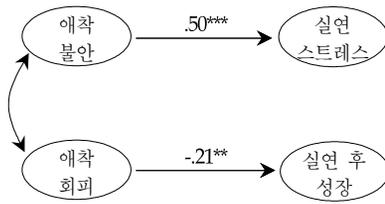


그림 2. 연구모형

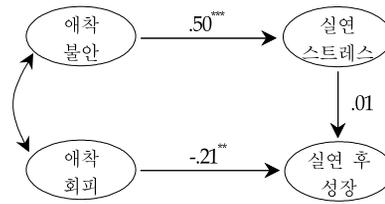


그림 3. 경쟁모형 1

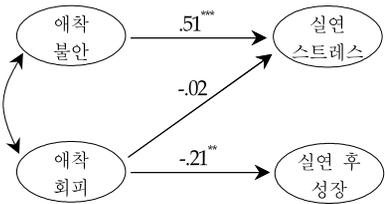


그림 4. 경쟁모형 4

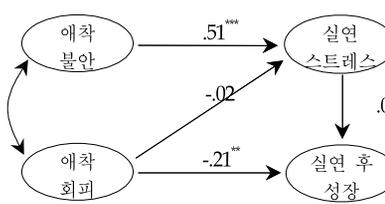


그림 5. 경쟁모형 3

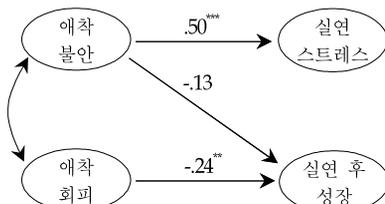


그림 6. 경쟁모형 4

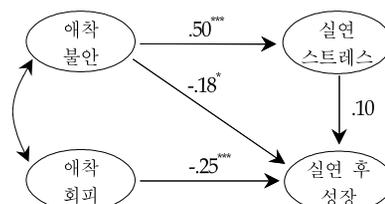


그림 7. 경쟁모형 5

다음으로 연구모형과 경쟁모형들의 적합도 지수는 표 4에, 분석결과는 그림 2에서 그림 9까지에 제시되어 있다. 표 4을 보면 연구모형과 경쟁모형들에서 χ^2 값은 유의하게 산출되었으나 다른 적합도 지수들이 상당히 양호하므로 모든 모형은 적합하다고 할 수 있다.

이어서 연구모형과 경쟁모형들 중에서 가장 적합한 모형을 확인하기 위해 χ^2 차이검증(김계수, 2006)을 실시하였다. 연구모형과 경쟁모형의 df 의 차이는 1이고 χ^2 차이는 .017로 유의도 .05에서 유의한 차이를 보이지 않으므로 더 간명한 연구모형이 더 적합한 것으로 나타났다. 연구모형과 경쟁모

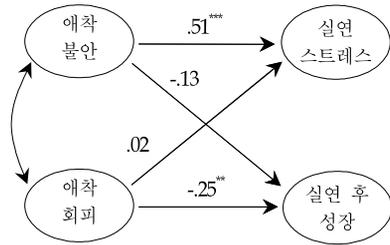


그림 8. 경쟁모형 6

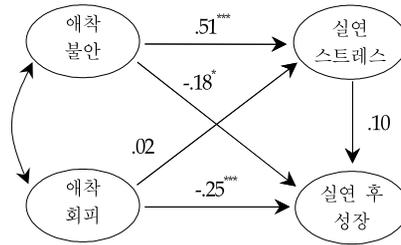


그림 9. 경쟁모형 7

표 4. 연구모형과 경쟁모형들의 적합도

	χ^2	df	p	N	TLI	CFI	RMSEA (90% 신뢰구간)
연구모형	122.193	74	.000	233	.971	.977	.053(.036-.069)
경쟁모형 1	122.170	73	.000	233	.970	.976	.054(.037-.070)
경쟁모형 2	122.085	73	.000	233	.970	.976	.054(.036-.070)
경쟁모형 3	122.061	72	.000	233	.969	.976	.055(.037-.071)
경쟁모형 4	119.422	73	.000	233	.972	.977	.052(.035-.069)
경쟁모형 5	117.964	72	.000	233	.972	.978	.052(.035-.069)
경쟁모형 6	119.320	72	.000	233	.971	.977	.053(.036-.070)
경쟁모형 7	117.843	71	.000	233	.971	.977	.053(.036-.070)

표 5. 연구모형의 경로계수와 t 검증치

구조경로	비표준화 회귀계수	표준화 회귀계수	표준 오차	고정지수 (t -value)
애착 불안→실연 스트레스	.391	.501	.052	7.477***
애착 회피→실연 후 성장	-.256	-.209	.089	-2.892***
다중상관자승(Squared Multiple Correlations)				
실연 스트레스				.251
실연 후 성장				.044

*** $p < .001$.

형 2의 d^2 차이는 1이고 χ^2 차이는 .108로 유의도 .05에서 유의한 차이를 보이지 않으므로 더 간명한 연구모형이 더 적합한 것으로 나타났다. 이러한 방식으로 모형들을 비교한 결과 최종적으로 연구모형이 가장 적합한 것으로 나타났다. 따라서 연구모형이 가장 적합한 모형으로 채택되었다.

연구모형의 구조경로는 표 5에 제시되어 있다. 연구모형에서 보면 애착불안은 실연 스트레스에 .501로 정적인 영향을 미치고, 애착회피는 실연 후 성장에 -.209로 부적인 영향을 미치고 있다. 연구모형에서 애착불안은 실연 스트레스의 전체변량 중 약 25%를 설명하고 있고 애착회피는 실연 후 성장의 전체변량 중 약 4%를 설명하고 있다.

연구모형의 성차 검증. 연구모형에서 성별에 따라 경로에서 차이가 유의미한지 알아보기 위해 다집단 분석을 실시하였다. 경로계수의 집단 간 비교를 위해서는 측정 동일성 제약과 집단 간 등가제약의 과정을 거친다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009). 측정 동일성 제약은 연구모형에서 각 집단 간 반응 결과가 동일한지를 검증하며, 집단 간 등가제약은 일련의 회귀계수들에 대해 제약을 가한 후 각 경로에서 집단 간의 차이가 존재하는지를 검증한다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009).

먼저 측정 동일성 제약을 가하여 측정모형 동일성을 검증한 결과 만족할 만한 적합도를 나타냈다($\chi^2(df=158, N=110)= 222.557, p=.001, TLI=.964, CFI=.969, RMSEA=.042$). 이어서 각 잠재변인에 대한 모든 요인의 적재치를 동일하게 고정한 경로모형의 적합도를 측정한 결과, 만족할 만한 적합도를 보였다($\chi^2(df=160, N=110)= 222.874, p=.001, TLI=.965, CFI=.969, RMSEA=$

.041). 따라서 각각의 경로별로 동일성 제약을 가한 모형과 기저모형의 χ^2 차이를 통해 집단별로 경로계수 간의 유의미한 차이가 존재하는지 확인하였다. 그 결과 애착 불안과 실연 스트레스 관계 및 애착 회피와 실연 후 성장 간 관계 모두에서 경로계수는 남녀 집단 간 차이가 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났다.

연구모형 경로에서 회귀계수 검증. 애착불안이 실연 스트레스에 미치는 영향을 검증하기 위해 표 6에서 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났던 실연경험 관련변인과 관계만족, 자존감, 자기가치감 수반성, 애착회피의 심리특성 관련변인을 차례로 통제하는 위계적 회귀분석을 실시하였고, 그 결과는 표 6에 제시되어 있다. 표 6을 보면, 애착불안($\beta=.337, p<.001$)이 실연 스트레스에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

애착회피가 실연 후 성장에 미치는 영향을 검증하기 위해 관계만족, 자존감, 자기가치감 수반성, 애착불안의 심리특성 관련변인을 차례로 통제하는 위계적 회귀분석을 실시하였고, 그 결과는 표 7에 제시되어 있다. 표 7을 보면, 애착회피($\beta=-.162, p<.05$)가 실연 후 성장에 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다.

성인애착과 실연스트레스 및 성인애착과 실연 후 성장 간 자기가치감 수반성의 조절효과 분석

이원상호작용. 애착불안과 실연 스트레스의 관계에서 자기가치감 수반성의 조절효과를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이때 1단

계에서, 실연 스트레스에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타난 관계몰입정도, 나에 대한 귀인, 관계만족을 통제하고, 연구에서 조절효과를 예측한 변인인 자기가치감 수반성 타인의 승인을 제외한 나머지 4개의 자기가치감 수반성 요인들을 통제하였다. 조절효과 탐색을 위해, 자기가치감 수반성 타인의 승인 이외의 4개 자기가치감 수반성 요인

들과 애착불안의 상호작용도 각각 분석하였다. 이 때 조절효과 변인은 변인들 간의 다중공선성을 제거하기 위해 각 독립변인을 센터링하여 편차점수로 변환한 후, 곱해주어 구성했다(박광배, 2004). 분석결과 애착불안과 자기가치감 수반성 타인의 승인의 상호작용효과가 유의미하게 나타났다.

표 6. 실연 스트레스에 미치는 애착불안의 영향에 대한 위계적 회귀분석

단계	투입변인	β	R^2	ΔR^2
1	관계몰입정도	.336***	.145	
	나에 대한 귀인	.162*		
2	관계만족	.103	.154	.009
3	자존감	-.207**	.196	.042**
4	CSW 우월성	.143	.250	.054*
	CSW 신의 사랑	.101		
	CSW 도덕성	.095		
	CSW 타인의 승인	.095		
	CSW 가족의 지지	.003		
5	애착회피	.057	.253	.002
6	애착불안	.337***	.334	.081***

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

표 7. 실연 후 성장에 미치는 애착회피의 영향에 대한 위계적 회귀분석

단계	투입변인	β	R^2	ΔR^2
1	관계만족	.133*	.018	
2	자존감	.260***	.085	.068***
3	CSW 우월성	-.062	.169	.084**
	CSW 신의 사랑	.218**		
	CSW 도덕성	.129		
	CSW 타인의 승인	.043		
	CSW 가족의 지지	.081		
4	애착불안	-.042	.170	.001
5	애착회피	-.162*	.190	.019*

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

표 8을 보면 애착불안과 자기가치감 수반성 타인의 승인이 상호작용하여 실연 스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .144, p = .015 < .05$). 구체적인 상호작용 양상을 알아보기 위해 애착불안과 자기가치감 수반성 타인의 승인의 평균점수를 기준으로 고집단과 저집단으로 구분한 후 이를 그림 10에 제시하였다.

그림 10에서 보는바와 같이 애착불안 수준이 낮을 때는, 타인의 승인에 자기가치감을 두는 정도가 큰 사람들이 타인의 승인에 자기가치감을 두는 정도가 적은 사람들보다 실연 스트레스를 작게 경험했다. 그러나 애착불안 수준이 높을 때는, 타인의 승인에 자기가치감을 두는 정도가 큰 사람들이 타인의 승인에 자기가치감을 두는 정도가 적은 사람들보다 실연 스트레스를 크게 경험했다.

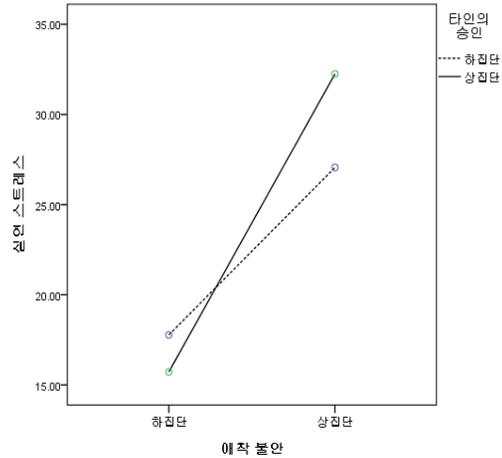


그림 10. 애착 불안과 CSW 타인 승인의 상호작용

실연 스트레스에 대한 애착불안과 자기가치감 수반성 타인승인의 상호작용 효과에 있어 성차가 나타나는지 남자와 여자를 각각 대상으로 하여 위계적 회귀분석을 실시하였는데, 남자($\beta = .149, p$

표 8. 실연 스트레스에 대한 위계적 회귀분석

단계	투입변인	β	R^2	ΔR^2
1	관계몰입정도	.300***	.195	
	나에 대한 귀인	.185**		
	관계만족	.095		
	CSW 우월성	.142*		
	CSW 신의 사랑	.112		
	CSW 도덕성	.115		
2	CSW 가족의 지지	-.083	.292	.097***
	애착 불안	.344***		
3	애착 불안	.349***	.301	.009
	CSW 타인의 승인	.100		
4	애착 불안	.346***	.321	.020*
	CSW 타인의 승인	.094		
	애착 불안 * CSW 타인의 승인	.144*		

* $p < .05$, ** $p < .01$, *** $p < .001$.

>.05)와 여자($\beta = .109, p > .05$) 모두에서 상호작용 효과가 통계적으로 유의하지 않는 것으로 나타났다.

다음으로, 실연 후 성장에 대한 자기가치감 수반성의 조절효과를 알아보기 위해 실연 스트레스에서와 같은 절차로 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이때도 1단계에서 연구에서 조절효과를 예측한 변인인 자기가치감 수반성 신의 사랑을 제외한 나머지 4개의 자기가치감 수반성 요인들을 통제하였다. 또한 조절효과 탐색을 위해, 자기가치감 수반성 신의 사랑 이외의 4개 자기가치감 수반성 요인들과 애착회피의 상호작용도 각각 분석하였다. 조절효과 변인은 변인들 간의 다중공선성을 제거하기 위해 각 독립변인을 센터링하여 편차점수로 변환한 후, 곱해주어 구성했다(박광배, 2004). 분석 결과는 모든 분석에서 통계적으로 유의미하게 나타나지 않았다.

논 의

본 연구의 첫 번째 연구 관심은 성인애착과 실연 스트레스, 성인애착과 실연 후 성장, 실연 스트레스와 실연 후 성장 간 관계에서 경로를 밝혀보려는 것이었다. 구체적으로 성인애착과 실연 스트레스의 관계에서는, 성인애착의 애착불안만 실연 스트레스에 영향을 미치는지 또는 애착불안과 애착회피 모두 실연 스트레스에 영향을 미치는지 알아보려 하였다. 성인애착과 실연 후 성장의 관계에서는, 성인애착의 애착회피만 실연 후 성장에 영향을 미치는지 또는 애착불안과 애착회피 모두 영향을 미치는지 아니면 모두 영향 미치지 않는지 알아보려 하였다. 나아가 성인애착은 실연 스

트레스를 매개로 하여 실연 후 성장에 영향을 미치는지, 아니면 실연 스트레스와 실연 후 성장은 상호 관련이 없는 독립적인 변인인지를 알아보려 하였다. 이를 위해 성인애착의 애착불안과 애착회피, 실연 스트레스, 실연 후 성장의 세 변인 간 경로를 연구모형과 대안모형으로 설정하고, 구조방정식 모형분석을 통해 가장 적합한 모형을 확인한 후, 예측한 경로에서의 회귀계수가 유의미한지 검증하였다. 결과를 간략히 요약하고 이에 대해 논의한다.

첫째, 성인애착과 실연 스트레스의 관계에서, 애착불안이 실연 스트레스에 유의미한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타나, 애착불안 수준이 높을수록 더 심각한 실연 스트레스 증상을 갖게 됨을 보여주었다. 이는 선행연구에서 일관되게 나타난 결과로, 높은 애착불안을 가진 사람들의 특성인 지나치게 자신의 고통에 집착하고, 타인으로부터의 거부에 지나치게 민감하고, 자신이 사랑 받을 가치가 있는지 타인으로부터 지지를 받을 수 있을지에 대해 과도하게 염려하여 헤어진 파트너에 대한 감정적 정리와 회복에 어려움을 겪는 경향(Collins & Feeney, 2000; Kobak & Sceery, 1988)에서 비롯되는 것으로 생각된다. 한편 애착회피는 실연 스트레스에 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타나, Davis 등(2003), Saffrey와 Ehrenberg(2007) 등의 결과와 일치하였다. 이는 애착회피 수준이 높은 사람들이 갖는 특성, 즉 자신의 약점에 대한 어떠한 생각도 떠올리지 않으려고 생각을 억누르며(Mikulincer et al., 1999), 감정적 회피를 하여 심리적 고통을 잘 느끼지 못하고, 느낀다 해도 이를 부정하려 하는 방어경향성과 ‘헤어진 파트너를 다시는 보지 않기’, ‘과거의 관계를 생각나게 하는 모

든 물건 없애기' 등의 대처방식(Collins & Gillath, 2012; Vogel & wei, 2006)을 사용하는 것에 기인하는 것으로 생각된다.

둘째, 성인애착과 실연 후 성장의 관계에서, 애착회피만이 실연 후 성장에 유의미한 부적인 영향을 미치는 것으로 나타나, 애착회피 수준이 높을수록 실연 후 성장이 발생하기 어렵게 됨을 보여주었다. 이러한 결과는 애착의 두 차원과 외상 후 성장 간에 유의미한 관계를 보이지 않았던 상당수 연구들과는 일관되지 않는 것이나, 애착회피와 실연 후 성장 간 유의미한 부적 상관을 보였던 Marshall, Bejanyan와 Ferenczi(2013)와 애착회피와 외상 후 성장 간 유의미한 부적 상관을 보였던 김진수와 서수균(2011)과는 일치하는 것이다. Tedeschi와 Calhoun(1998)에 의하면, 외상을 경험한 후 개인은 자신이 살아왔던 방식과 자신의 삶이 흔들리는 충격을 겪게 된다. 외상을 경험한 개인은 '왜 나에게 이런 일이 일어났는가?'라는 생각을 지속적으로 반추하며, 남에게 일어나지 않은 일이 나에게 일어났다는 것은 불공정하다는 생각으로 인해 분노를 경험할 수 있다. 지속적으로 이러한 반추를 보이다가 어느 순간 '왜 나에게 이런 일이 일어났는가?'하는 질문에서 '왜 나에게 이런 일이 일어나면 안 되는가?'라는 질문으로 생각이 바뀌게 되며 이는 외상 후 성장의 시초가 된다고 보았다. 이 외상 사건이 나에게 일어날 만한 것이라면 이 사건을 어떻게 받아들여야 할 것인가에 더 초점을 맞추게 될 것이다(이유리, 2011). 그런데 애착회피 수준이 높은 사람은 외상 후 성장의 시초가 되는 '이 외상 사건이 나에게 일어날 만한 것' 이라는 생각의 전환이 일어나기 어려울 수 있다. 왜냐하면 애착회피가 높은 사람

들은 냉담하고 거절하는 양육자와의 경험을 통해, 타인들이 그들의 욕구를 충족시켜 줄 수 없고, 욕구를 표현하면 무시당하거나 처벌당할거라는 지속적인 믿음으로(Fraley, Davis, & Shaver, 1998) 타인과 세상에 대한 기본적인 불신이 깔려있어 자신에게 일어난 외상사건이 불공정하다는 생각에서 벗어나기 어렵기 때문이다. 이는 애착회피가 강고할수록 실연 후 성장이 적게 일어나게 됨을 의미하게 될 것이다.

셋째, 실연 스트레스와 실연 후 성장 간 관계에서, 실연 스트레스와 실연 후 성장은 상호 관련이 없게 나타났다. 이는 두 변인 간 매개변인의 존재 가능성 등 다양한 해석이 가능하나, 외상적 고통과 외상 후 성장 지각 사이에는 관련성이 없고, 외상 후 성장과 외상 스트레스는 분리된 구조를 표상한다는 연구(Cadell, Regehr, & emsworth, 2003; Tedeschi & Calhoun, 1996)와 일정 부분 상통하는 것으로 볼 수 있다. 따라서 상담 실제에서는 아픈 만큼 성장한다는 논리에 따라 실연 스트레스의 경감에 소극적이기보다, 적극적으로 실연 스트레스 증상 감소 노력과 함께 실연 후 성장을 촉진하는 개입이 필요하다고 생각된다.

본 연구의 두 번째 연구 관심은 첫 번째 연구 문제에서 확인된 가장 적합한 경로모형의 성인애착이 실연 스트레스에 영향을 미치는 경로와, 성인애착이 실연 후 성장에 영향을 미치는 경로에서, 자기가치감 수반성의 조절효과를 확인하는 것이었다. 즉 실연한 사람이 갖는 자기가치감 수반성의 특정영역은 실연 스트레스 또는 실연 후 성장에 영향을 미치는 성인애착 차원과 상호작용하여 조절효과를 나타낼 것으로 예상되었다. 위계적 회귀분석을 통해 확인된 결과, 애착불안과 자기가

치감 수반성의 타인승인이 상호작용하여 실연 스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉 실연한 사람의 애착불안 수준이 낮을 때는, 타인의 승인에 자기가치감을 두는 정도가 큰 사람들이 타인의 승인에 자기가치감을 두는 정도가 적은 사람들보다 실연 스트레스를 적게 경험하는 경향이 있었다. 그런데 애착불안이 낮을 때, 자기가치감 수반성 타인의 승인이 높은 집단과 낮은 집단 간 사후분석에서 실연 스트레스 평균값은 통계적으로 유의미하지 않아($t=-.932, p>.05$) 그 경향성만을 시사하였다. 한편 실연한 사람의 애착불안 수준이 높을 때는, 타인의 승인에 자기가치감을 두는 정도가 큰 사람들이 타인의 승인에 자기가치감을 두는 정도가 적은 사람들보다 실연 스트레스를 크게 경험했다. 이는 실연한 사람의 애착불안 수준이 높을 때는 애착불안과 자기가치감 수반성의 타인승인이 상승적으로 상호작용하여 실연 스트레스를 크게 경험하게 됨을 의미한다. 이러한 결과는 Park 등(2004)의 연구결과와 달리 본 연구에서는 애착불안과 자기가치감 수반성 타인승인이 유의미한 상관을 나타내지 않음을 감안할 때, 애착불안이 높은 실연한 사람의 자기가치감이 타인의 승인에 기반하는 것은 실연 스트레스를 크게 높이는 위험요인이 될 수 있음을 시사하는 것이다. 그러나 이러한 실연 스트레스에 대한 애착 불안과 자기가치감 수반성 타인승인 상호작용 효과에서 성차가 나타나는지 알아보기 위해서 남자와 여자를 각각 대상으로 하여 위계적 회귀분석을 실시하였을 때, 남자와 여자 모두에서 상호작용 효과가 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 이는 본 연구의 전체, 남자, 여자 세 표집의 특성 차이에서 비롯되지만, 애착 불안

과 자기가치감 수반성 타인승인의 상호작용 효과 설명량 증가분이 2.3 %로 그다지 크지 않은 것에 기인할 수도 있을 것이다.

본 연구는 대학생의 실연경험에 따른 스트레스와 성장을 애착과 관련하여 함께 이해해 보고자 하였고, 애착의 두 차원이 실연 스트레스 및 실연 후 성장에 변별적으로 영향을 미치고 있고 실연 스트레스와 실연 후 성장은 독립적인 변인임을 확인한 것에 의의가 있다. 나아가 성인애착과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계에서 자기가치감 수반성의 조절효과를 확인한 것에도 의의가 있을 것이다. 그럼에도 본 연구는 몇 가지 연구 제한점을 가지고 있다.

우선, 본 연구는 다수의 연구 참여자를 확보하기 어려워 이별 후 경과시간이 6개월 이내인 사람을 연구 대상으로 하였는데, 3개월 이내로 제한하는 것이 보다 정확한 결과를 산출하는 자료가 되었을 것으로 생각된다. 나아가 실연 스트레스와 실연 후 성장의 관계를 연구하는 보다 바람직한 방법은 종단적 설계를 적용해야 할 것으로 생각된다. 이는 외상 후 성장 연구 분야에서 상당한 정도 횡단적 설계의 연구들이 일치하지 않는 결과를 산출하여 왔고, 이에 대한 가장 적절한 해결방법으로 종단적 연구설계가 강력하게 권유되고 있기 때문이다. 또한 비록 본 연구에서는 전형적인 Crocker와 Wolfe(2001)의 자기가치감 수반성을 조절변인으로 탐구하였으나, 차후에는 보다 밀접한 관련을 보이는 관계적 자기가치감 수반성(Park, Sanchez, & Brynildsen, 2011)을 조절변인으로 하거나, 연구결과의 임상 및 상담실체에 적용을 위해 자기가치감 수반성보다 변화가 용이한 특성이나 조건을 조절변인으로 강구하는 것이 적

절해 보인다. 나아가 외상 후 성장에 대한 지각은 외상 스트레스를 완화하는 일종의 조절변인이이고 긍정적 행동을 촉진시키기 위한 의미과정 부여라는 관점(Calhoun, Cann, Tedeschi, & McMillan, 2000)에 따라, 실연 후 성장을 탄력성 개념으로 이해하여 연구하는 것이 심각한 실연 스트레스로부터 회복을 돕는 보다 유용한 도구를 발견할 수 있을 것으로 생각된다.

참 고 문 헌

- 김계수 (2006). AMOS 구조방정식 모형분석. 서울: 한나래.
- 김광은, 이위갑 (2005). 연애관계에서 성인 애착 유형 및 요인에 따른 관계 만족. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(1), 233-247.
- 김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식으로 논문 쓰기. 서울: 커뮤니케이션북스.
- 김진수, 서수균 (2011). 친밀한 관계경험과 성장적 반추가 외상 후 성장에 미치는 영향. *한국심리학회지: 일반*, 30(3), 793-809.
- 문형춘 (2007). 내담자 성인애착 특성에 따른 내담자 및 상담자의 내현적 대인반응과 회기성과. 가톨릭대학교 박사 학위 논문.
- 박광배 (2004). 변량분석과 회귀분석. 서울: 학지사.
- 송승훈, 이홍석, 박준호, 김교현 (2009). 한국판 외상후 성장 척도의 타당도 및 신뢰도 연구. *한국심리학회지: 건강*, 14(1), 193-214.
- 윤명숙, 최정민 (2011). 초기 청소년의 부모애착과 안녕감 간 관계에서 자아존중감의 조절효과. *청소년복지연구*, 13(2), 55-78.
- 은현정, 권태완, 이선미, 김태형, 최말레, 조수진 (2005). 한국판 사건충격척도 수정판의 신뢰도 및 타당도 연구. *신경정신의학*, 44(3), 303-310.
- 이수란, 이동귀 (2008). 자존감의 영역별 수반성과 자기평가 간 불일치가 정신건강에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(2), 313-335.
- 이시은 (2009). 성인애착과 정서조절 양식의 관계에 대한 자아존중감의 중재효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 21(4), 897-914.
- 이유리 (2011). 외상 후 성장의 애착-인지 모형 검증: 입양 미혼모를 대상으로. 고려대학교 박사 학위 논문.
- 조현, 최승미, 오현주, 권정혜 (2011). 한국판 부부적응 척도 단축형의 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(3), 655-670.
- 최윤정 (2008). 미혼여성의 이성 교제 종결 후 반응. 서울대학교 석사 학위 논문.
- 최승미 (2008). 외상 후 성장 관련 변인의 탐색. 고려대학교 박사 학위 논문.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준의 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.
- 홍세희 (2009). 고급연구방법론 워크샵 시리즈 6: 구조방정식 모형 초급. 서울: S & M 리서치 그룹.
- Aldwin, C. M., & Levenson, M. R. (1994). Vulnerability and resilience to combat exposure: Can stress have lifelong effects. *Psychology and Aging*, 9(1), 34-44.
- Anders, S., & Tucker, J. (2000). Adult attachment style, interpersonal communication competence, and social support. *Personal Relationships*, 7(4), 379-389.
- Battaglia, D. M., Richard, F. D., Datteri, D. L., & Lord, C. G. (1998). Breaking up is (relatively) easy to do: A script for the dissolution of close relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 15, 829-845.
- Baumeister, R. F. (1998). The self. In D. T. Gilbert, S. T. Fiske, & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of Social Psychology* (4th ed., Vol. 2, pp.680-740). New York: McGraw-Hill.

- Baumeister, R. F. (1999). Low self-esteem does not cause aggression. *APA Monitor, 30*(4), 3-22.
- Baumeister, R. F., Campbell, J. D., Krueger, J. I., & Vohs, K. D. (2003). Does high self-esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles? *Psychological Science in the Public Interest, 4*, 1-44.
- Best, M., Streisand, R., Catania, L., & Kazak, A. E. (2001). Parental distress during pediatric leukemia and posttraumatic stress symptoms after treatment ends. *Journal of Pediatric Psychology, 26*(5), 299-307.
- Braithwaite, S. R., Delevi, R., & Fincham, F. D. (2010). Romantic relationships and the physical and mental health of college students. *Personal Relationships, 17*, 1-12.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment. In A. Simpson & A. Roholes(Eds), *Attachment theory and close relationships*. NY: Guilford Press.
- Burwell, R., & Shirk, S. R. (2006). Self processes in adolescent depression: The role of self-worth contingencies. *Journal of Research on Adolescence, 16*(3), 479-490.
- Cadell, S., Regehr, D., Hemsworth, D. (2003). Factors contributing to posttraumatic growth: A proposed structural equation model. *American Journal of Orthopsychiatry, 73*(3), 279-287.
- Calhoun, L. G., Cann, A., Tedeschi, R. G., & McMillan, J. (2000). A correlational test of the relationship between posttraumatic growth, religion, and cognitive processing. *Journal of Traumatic Stress, 13*, 521-527.
- Choo, P., Levine, T., & Hatfield, E. (1996). Gender, love schemas, and reactions to romantic break-ups. *Journal of Social Behavior and Personality, 11*, 143-160.
- Chung, M. C., Farmer, S., Grant, K., Newton, R., Payne, S., Perry, M., Saunders, J., Smith, C., Stone, N. (2003). Coping with post-traumatic stress symptoms following relationship dissolution. *Stress and Health, 19*, 27-36.
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A safe haven: An attachment theory perspective on support seeking and caregiving in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(6), 1053-1073.
- Collins, T. J., & Gillath, O. (2012). Attachment, breakup strategies, and associated outcomes: The effects of security enhancement on the selection of breakup strategies. *Journal of Research in Personality, 46*, 210-222.
- Cordova, M. J., Cunningham, L. C., Carlson, C. R., & Andrykowski, M. A. (2001). Posttraumatic growth following breast cancer: A controlled comparison study. *Health Psychology, 20*, 176-185.
- Creasey, G., Kershaw, K., & Boston, A. (1999). Conflict management with friends and romantic partners: The role of attachment and negative mood regulation experiences. *Journal of Youth and Adolescence, 28*, 523-543.
- Crocker, J. (2002). Contingencies of self-worth: Implications for self-regulation and psychological vulnerability. *Self and Identity, 1*, 143-149.
- Crocker, J., & Knight, K. M. (2005). Contingencies of self-worth. *American Psychology Society, 14*, 200-203.
- Crocker, J., Luhtanen, R., Cooper, M. L., & Bouvrette, S. A. (2003). Contingencies of self-worth in college students: Measurement and theory. *Journal of Personal and Social Psychology, 84*, 126-140.

- 85, 894-908.
- Crocker, J., Luhtanen, R. K., & Sommers, S. R. (2004). Contingencies of self-worth: Progress and prospects. *European Review of Social Psychology, 15*, 133-181.
- Crocker, J., & Wolfe, C. T. (2001). Contingencies of self-worth. *Psychological Review, 108*, 593-623.
- Davis, D., Shaver, P. R., & Vernon, M. L. (2003). Physical, emotional, and behavioral reactions to breaking up: The roles of gender, age, environmental involvement, and attachment style. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*, 971-884.
- Dawes, R. M. (1994). *House of cards: Psychology and psychotherapy built on myth*. New York: Free Press.
- Dekel, R. (2007). Posttraumatic distress and growth among wives of prisoners of war: The contribution of husbands' posttraumatic stress disorder and wives' own attachment. *American Journal of Orthopsychiatry, 77*(3), 419-426.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: A meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological Bulletin, 124*(2), 197-229.
- Donald, M., Dower, J., Correa-Velez, I., & Jones, M. (2006). Risk and protective factors for medically serious suicide attempts: A comparison of hospital-based with population-based samples of young adults. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry 40*(1), 87-96.
- Diener, E., & Emmons, R. A. (1984). The independence of positive and negative affect. *Journal of Personality and Social Psychology, 47*, 1105-1117.
- Dutton, L. B., & Winstead, B. A. (2006). Predicting unwanted pursuit: Attachment, relationship satisfaction, relationship alternatives, and break-up distress. *Journal of Social and Personal Relationships, 23*, 565-586.
- Erickson, E. H. (1968). *Identity, youth, and crisis*. New York: Norton.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1992). Attachment style and romantic love: Relationship dissolution. *Australian Journal of Psychology, 44*, 69-74.
- Field, T., Diego, M., Pelaez, M., Deeds, O., & Delgado, J. (2010). Breakup effects on university student's perceived academic performance. *College Students Journal, 4*(3), 615-619.
- Field, T., Diego, M., Pelaez, M., Deeds, O., & Delgado, J. (2011). Breakup distress in university student: A review. *College Students Journal, 4*(3), 461-480.
- Field, T., Diego, M., Pelaez, M., Deeds, O., & Delgado, J. (2013). Negative emotions and behaviors are markers of breakup distress. *College Students Journal, 4*(3), 516-523.
- Fisher, H. (2004). *Why we love: The nature and chemistry of romantic love*. New York: Henry Holt.
- Fleming, J. S., & Courtney, J. S. (1984). The dimensionality of self-esteem II: Hierarchical facet model for revised measurement scales. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*(2), 404-421.
- Fraley, R. C., Davis, K. E., & Shaver, P. R. (1998). Dismissing-avoidance and the defensive organization of emotion, cognition, and behavior. In W. S. Rholes & J. A. Simpson (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 249-279). New York: Guilford.

- Frazier, P., & Berman, M. (2001). Perceived control and posttraumatic stress: A temporal model. *Applied & Preventive Psychology, 10*(3), 207-223.
- Frazier, P., & Cook, S. W. (1993). Correlates of distress following heterosexual relationship dissolution. *Journal of Social and Personal Relationships, 10*, 55-67.
- Gamino, L. A., Sewell, K. W., & Easterling, L. W. (2000). Scott and White Grief Study-Phase 2: Toward an adaptive model of grief. *Death Studies, 24*, 633-660.
- Hammen, C., Marks, T., & Mayol, A. (1985). Depressive self-schematas, life stress, and vulnerability to depression. *Journal of Abnormal Psychology, 94*, 308-319.
- Helgeson, V. S. (1994). The effects of self-beliefs and relationship beliefs on adjustment to a relationship stressor. *Personal Relationships, 1*(3), 241-258.
- Hooper, L. M., Marotta, S. A., & Lanthier, R. P. (2008). Predictors of growth and distress following childhood parentification: A retrospective exploratory study. *Journal of Child and Family Study, 17*, 693-705.
- Horowitz, M. (1979). Impact of Event Scale: Measure of subjective stress. *Psychosomatic Medicine, 41*(3), 209-218.
- Joseph, S., Yule, W., & Williams, R. (1993). Posttraumatic Stress: Attribution aspects. *Journal of Traumatic Stress, 6*(4), 501-513.
- Kamp Dush, C. M., & Amato, P. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships, 22*, 607-628.
- Kendler, K. S., Hettema, J. M., Butera, F., Gardner, C. O., & Prescott, C. A. (2003). Life event dimensions of loss, humiliation, entrapment, and danger in the prediction of onsets of major depression and generalized anxiety. *Archives of General Psychiatry, 60*, 789-796.
- Kim, J., & Williams, S. (2009). Linking childhood maltreatment to substance use in use in college students: The mediating role of self-worth contingencies. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 18*, 88-105.
- Knox, D., Zusman, M. E., Kaluzny, M., & Cooper, C. (2000). College student recovery from a broken heart. *College Student Journal, 34*, 322-324.
- Kobak, R. R., Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development, 59*(Feb88), 135-146.
- Madey, S. F., & Jilek, L. (2012). Attachment style and dissolution of romantic relationships: Breaking up is hard to do, or is it? *Individual Differences Research, 10*(2), 202-210.
- Marshall, T., Bejanyan, K., & Ferenczi, N. (2013). Attachment styles and personal growth following romantic breakups: The mediating roles of distress, rumination, and tendency to rebound. *PLoS ONE, 8*(9), 1-11.
- McMillen, C., Zuravin, S., & Rideout, G. (1995). Perceived benefit from child sexual abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 63*(6), 1037-1043.
- Mearns, J. (1991). Coping with a breakup: Negative mood regulation expectancies and depression following the end of a romantic relationship. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*, 327-334.

- Mikulincer, M., Ein-Dor, T., Solomon, Z., & Shaver, P. R. (2011). Trajectories of attachment insecurities over a 17-Year period: A latent growth curve analysis of the impact of war captivity and posttraumatic stress disorder. *Journal of Social & Clinical Psychology, 30*(9), 960-984.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1995). Appraisal and coping with a real-life stressful situation: The contribution of attachment styles. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21*, 406-414.
- Mikulincer, M., & Florian, V. (1998). The relationship between adult attachment styles and emotional and cognitive reactions to stressful events. In J. A. Simpson, & W. S. Rhodes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 143-165). New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., Horesh, N., Eilati, I., & Kotler, M. (1999). The association between adult attachment style and mental health in extreme life-endangering conditions. *Personality and Individual Differences, 27*, 831-842.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavioral system in adulthood: Activation psychodynamics, and interpersonal processes. In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology, 35*, 53-152. San Diego, CA: Academic Press.
- Mohr, D. C., Dick, L. P., Russo, D., Likosky, W., PInn, J., Boudewyn, A. C., & Goodlin, D. E. (1999). The psychosocial impact of multiple sclerosis: Exploring the patient's perspective. *Health Psychology, 18*(4), 376-382.
- Monroe, S. M., Rohde, P., Seeley, J. R., & Lewinsohn, P. M. (1999). Life events and depression in adolescence: Relationship loss as a prospective risk factor for first onset of major depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology, 108*, 606-614.
- Morris, B. A., Shakespeare-Finch, J., Rieck, M., & Newbery, J. (2005). Multidimensional nature of posttraumatic growth in an Australian population. *Journal of Traumatic Stress, 18*(5), 575-585.
- Oliveira, M. L., Dantas C. R., Azevedo, R. C., & Banzato, C. E. (2008). Demographics and complaints of university students who sought help at a campus mental health service between 1987 and 2004. *Sao Paulo Medicine Journal, 126*, 58-62.
- Overbeek, G., Vollebergh, W., Engels, R. C. M. E., & Meeus, W. (2003). Young adults' relationship transitions and the incidence of mental disorders. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 38*, 669 -676.
- Park, C. L., Cohen, L. H., & Murch, R. L. (1996). Assessment and prediction of stress-related growth. *Journal of Personality, 64*, 71-105.
- Park, L. E., & Crocker, J. (2008). Contingencies of self-worth and response to negative interpersonal feedback. *Self and Identity, 7*, 184-203.
- Park, L. E., Crocker, J., & Mickelson, K. D. (2004). Attachment styles contingencies of self-worth. *Personality and Social Psychology Bulletin, 30*(10), 1243-1254.
- Park, L. E., Sanchez, D. T., & Brynildsen, K. (2011). Maladaptive responses to relationship dissolution: The role of relationship contingent self-worth. *Journal of Applied Social Psychology, 41*(7), 1749-1773.
- Perilloux, C., & Buss, D. M. (2008). Breaking up romantic relationships: Costs experienced and

- coping strategies deployed. *Evolutionary Psychology*, 6(1), 164-181.
- Powell, S., Butollo, W., Tedeschi, R. G., Calhoun, L. G. (2003). Posttraumatic growth after war: A study with former refugees and displaced people in Sarajevo. *Journal of Clinical Psychology*, 59(1), 71-83.
- Rholes, W. S., & Simpson, J. A., & Friedman, M. (2006). Avoidant attachment and the experience of parenting. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(3), 275-285.
- Saffrey, C., & Ehrenberg, M. (2007). When thinking hurts: Attachment, rumination, and postrelationship adjustment. *Personal Relationships*, 14, 351-368.
- Sanchez, D. T., & Crocker, J. (2005). How investment in gender ideals affects well-being: The role of external contingencies of self-worth. *Psychology of Women Quarterly*, 29(1), 63-77.
- Sargent, J., Crocker, J., & Luhtanen, R. (2006). Contingencies of self-worth and depressive symptoms in college students. *Journal of Social & Clinical Psychology*, 25(6), 628-646.
- Sbarra, D. A. (2006). Predicting the onset of emotional recovery following nonmarital relationship dissolution: Survival analyses of sadness and anger. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32, 298 - 312.
- Sbarra, D. A., & Emery, R. E. (2005). The emotional sequence of nonmarital relationship dissolution: Analysis of change and intraindividual variability over time. *Personal Relationships*, 12, 213-232.
- Sheikh. A. I., (2003). *A model of posttraumatic growth: Personality, social support, and coping*. The George Washington University.
- Shlomo, S. B., Tauhman, O., Finaler, L., Sivan, E., & Dolizki, M. (2010). Becoming a grandmother: Maternal grandmothers' mental health, perceived costs, and personal growth. *Social Work Research*, 34(1), 45-57.
- Shulman, S., & Kippins, O. (2001). Adolescent romantic relationships: A look from the future. *Journal of Adolescence*, 24, 337-351.
- Silber, E., & Tippett, J. S. (1965). Self-Esteem: Clinical-assessment and measurement validation. *Psychological Reports*, 16(3), 1017-1071.
- Simon, R. W., & Barrett, A. E. (2010). Nonmarital romantic relationships and mental health in early adulthood: Does the association differ for women and men? *Journal of Health and Social Behavior*, 51, 168 - 182.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 971 - 980.
- Smelser, N. (1989). Self-esteem and social problems: An introduction. In A. M. Mecca, N. J. Smelser, & J. Vasoconcellos, J. (Eds.), *The social importance of self-esteem* (pp. 1-23). Berkeley: University of California Press.
- Smet, O. D., Loeys, T., & Buysse, A. (2012). Post-breakup unwanted pursuit: A refined analysis of the role of romantic relationship characteristics. *Journal of Family Violence*, 27, 437-452.
- Snape, M. C. (1997). Reactions to a traumatic event: The good, the bad and the ugly? *Psychology, Health & Medicine*, 2(3).
- Spanier, G. B. (1976). Measuring dyadic adjustment: New scales for assessing the quality of marriage and similar dyads. *Journal of Marriage and the Family*, 38(1), 15-28.
- Spielman, V., & Ben-Ari, O. T. (2009). Parental

- self-efficacy and stress-related growth in the transition to parenthood: A comparison between parents of pre- and full-term babies. *Health & Social Work, 4*(3), 201-212.
- Sprecher, S. (1994). Two sides to the breakup of dating relationships. *Personal Relationships, 1*, 199-222.
- Sprecher, S., Felmlee, D., Metts, S., Fehr, B., and Vanni, D. (1998). Factors associated with distress following the breakup of a close relationship. *Journal of Social and Personal Relationships, 15*, 791-809.
- Susan, S., Diane, F., Sandra, M., Beverley, F., & Debra, V. (1998). Factors associated with distress following the breakup of a close relationship. *Journal of Social and Personal Relationships, 15*(6), 791-809.
- Sweeper, S., & Halford, K. (2006). Assessing adult adjustment to relationship separation: The psychological adjustment to separation test(PAST). *Journal of Family Psychology, 20*, 632-640.
- Tashiro, T., & Frazier, P. (2003). I'll never be in a relationship like that again: Personal growth following romantic relationship breakups. *Personal Relationships, 10*, 113-128.
- Tashiro, T., Frazier, P., & Berman, M. (2006). Stress-related growth following divorce and relationship dissolution. In M. A. Fine & J. H. Harvey (Eds.), *Handbook of divorce and relationship dissolution* (pp. 361-384). Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum and Associates.
- Taubman, O., Findler, L., & Kuint, J. (2010). Personal growth in the wake of stress: The case of mothers of preterm twins. *The Journal of Psychology, 144*(2), 185-204.
- Taubman, O., Shlomo, S. B., Sivan, E., & Doizki, M. (2009). The transition to motherhood: A time for growth. *Journal of Social and Clinical Psychology, 28*(8), 943-970.
- Tedeschi, R. G., & Calhoun, L. G. (1996). The Post-Traumatic Growth Inventory: Measuring the positive legacy of trauma. *Journal of Traumatic Stress, 9*, 455-471.
- Tedeschi, R. G., Park, C. L., & Calhoun, L. G. (Eds.). (1998). Posttraumatic growth: Positive changes in the aftermath of crisis. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Vogel D. L. & Wei. M. (2006). The mediating roles of anticipated risks, anticipated benefits, and attitudes on the decision to seek professional help: An attachment perspective. *Journal of Counseling Psychology, 53*, 442-452.
- Vornbrock, J. K. (1993). Attachment theory as applied to wartime and job-related marital separation. *Psychological Bulletin, 114*, 122-144.
- Waller, K. L., MacDonald, T. K. (2010). Trait self-esteem moderates the effect of initiator status on emotional and cognitive responses to romantic relationship dissolution. *Journal of Personality, 78*(4), 1271-1300.
- Weiss, D. S., & Marmar, C. R. (1997). The Impact of Event Scale-Revised. In J. P. Wilson, & T. M. Keane(editors). *Assessing psychological trauma and PTSD*(pp. 399-411). New York: Guilford Press.

원고접수일: 2013년 12월 9일

논문심사일: 2013년 12월 27일

게재결정일: 2014년 1월 19일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2014. Vol. 19, No. 1, 321 - 351

The Relationships among Adult Attachment, Breakup Distress and Growth

Ji-Jun Lim

Bucheon St.Mary's Hospital

Seok-Man Kwon

Dept. of Psychology,
Seoul National University

The purpose of this study is to investigate the relationships among adult attachment according to two dimensions (attachment anxiety and attachment avoidance), breakup distress and growth following dissolutions of romantic relationship. For this purpose, the research model and alternative models with various paths among attachment dimensions, together with the breakup distress and growth was set and they were further tested on whether the research model was the best fit by using structural equation modeling. The second purpose of this study is to verify whether contingencies of self-worth (CSW) has moderating effects between adult attachment and breakup distress, upon the research model comparing adult attachment and growth. 1,524 university students responded to the survey and data of 233 students experienced breakups within 6 months were used for statistic analysis. The results were as follows: First, it was shown that attachment anxiety positively affects breakup distress, meaning that the higher the level of attachment anxiety, the higher the breakup distress. Second, it was shown that attachment avoidance negatively affects growth, indicating that attachment avoidance hinders growth. Third, the relationship between breakup distress and growth was identified to be independent. Fourth, others' approvals of CSW moderated the relationships between attachment anxiety and breakup distress. Theoretical and clinical implications as well as the limitations were discussed.

Keywords: Breakup Distress, Growth, Adult Attachment, Contingencies of Self-Worth