

대학생의 성인애착과 역기능적 분노표현의 관계에서 사회적 지지와 자아탄력성의 매개효과[†]

최수정

서울시청소년상담복지센터
상담원

이동훈[‡]

성균관대학교 교육학과 부교수 및
외상심리건강연구소 소장

본 연구는 대학생의 성인애착(애착회피, 애착불안)과 역기능적 분노표현(분노억제, 분노표출)의 관계에서 사회적 지지와 자아탄력성의 매개효과를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 서울, 부산, 경남, 충청, 제주, 전라 지역에 있는 대학교에 재학 중인 대학생 272명을 대상으로 성인애착척도, 분노표현척도, 사회적 지지척도, 자아탄력성척도를 활용해 수집된 자료를 본 연구목적에 맞게 분석에 활용하였다. 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 애착불안 및 애착회피가 역기능적 분노표현에 미치는 영향을 살펴본 결과 애착불안은 역기능적 분노표현인 분노억제와 분노표출에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타난 반면, 애착회피는 분노억제와 분노표출에 모두 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 둘째, 애착불안과 분노억제 및 분노표출과의 관계에서 사회적 지지와 자아탄력성의 매개효과를 살펴본 결과, 본 연구에서는 사회적 지지와 자아탄력성의 매개효과가 나타나지 않았다. 셋째, 애착회피와 분노억제의 관계에서 사회적 지지가 완전 매개역할을 하는 것으로 나타났다. 넷째, 애착회피와 분노표출과의 관계에서 자아탄력성이 완전 매개역할을 하는 것으로 나타났다. 이러한 연구결과를 바탕으로 논의 및 시사점을 기술하였다.

주요어: 대학생, 성인애착, 역기능적 분노표현, 사회적 지지, 자아탄력성

[†] 이 논문은 최수정(2018)의 석사학위 청구논문을 수정 및 보완하여 정리한 것임.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 이동훈, (110-743) 서울시 종로구 성균관로 25-2 성균관대학교 교육학과 교수 및 외상심리건강연구소 소장, Tel: 02-740-1984, E-mail: dhlawrence05@gmail.com

최근 ‘분노 범죄’라는 말이 흔히 사용될 정도로 분노조절의 실패로 인한 문제는 심각한 사회문제로 이어지고 있다. 대표적으로 우리사회에서 발생한 층간소음으로 인한 살해(한영훈, 2013), 아파트에서 도색작업을 하던 작업자의 밧줄을 끊어 숨지게 한 사건(김정훈, 2017), 새로 산 침대가 맘에 들지 않는다면 침대를 부수고 아버지와 누나를 죽인 사건(전종선, 2018) 등은 분노가 바탕이 된 극단적 행동으로, 이에 따라 사회적으로 분노조절에 대한 관심이 대두되고 있으며 이와 관련된 치료에 대한 관심 또한 증가하고 있다(김해진, 신현균, 홍창희, 2008).

일반적으로 분노는 많은 이들에게 부정적으로 인식되는 정서지만, 대다수의 사람들이 일주일에 한 번 이상 경험할 정도로 인간이 느낄 수 있는 지극히 자연스럽고 정상적인 반응이다(전현숙, 손정락, 2011; Alschuler, 1984). 더욱이 분노는 개인의 권리를 침해당했거나, 마음의 상처를 입었거나, 소망이나 욕구가 충족되지 않았거나 혹은 목표를 향한 진행이 좌절되고 있다는 메시지로(Greenberg, 2003), 개인으로 하여금 위협에 적절하게 대응하도록 하여 발생가능한 해를 극복하게 하는 적응행위이기도 하다(Novaco, 2007). 이처럼 분노의 긍정적인 측면이 있음에도 많은 이들이 분노를 부정적인 정서로 인식하게 되는 것은 분노를 표현하는 방식에 있다고 볼 수 있다. 즉, 우리가 일상에서 자주 경험하는 분노는 잘 표현된다면 인간의 적응을 위해 매우 필요한 감정이지만(이훈구, 이수정, 이은정, 박수애, 2003; McCullough, Kuhn, Andrews, Kaplan, Wolf, & Hurley, 2003) 부정적인 언어나 거친 행동과 같이 적절하지 않은 방법으로 분노를 표현하게 되는 경우 개인 자신이나 타인의 신체 및

정서에 커다란 부정적인 영향을 미치는 요인이 될 수 있는 것이다(김혜란, 박경, 2006; 이정숙, 이현, 안윤영, 유정선, 2010; 전현숙, 손정락, 2011; Zaitsoff, Geller, & Srikameswaran, 2002).

분노를 표현하는 방식에 대해 Spielberg, Krasner와 Solomon(1988)은 분노조절(anger-control), 분노표출(anger-out), 분노억제(anger-in) 세 가지로 구분하였다. 분노조절(anger-control)은 자신의 분노상태를 지각함으로써 분노감정을 조절하고 이를 적절한 방식으로 표현하는 것으로, 분노상황에서 언어적으로 명확하게 자신의 의견과 상태를 설명하면서 상대방을 대하려고 노력하는 행동을 의미한다. 분노표출(anger-out)은 분노를 타인이나 어떤 대상에게 직접적으로 드러내는 것으로, 신체적 행위나 비난, 욕설, 언어적 폭력, 극단적 모욕의 방식으로 분노를 표현하는 것뿐만 아니라 자신의 발을 구르거나 화난 표정을 짓는 등의 비공격적인 행동까지 포함된다. 마지막으로 분노억제(anger-in)는 경험하는 분노감정을 억제하거나 그 방향을 내부로 돌리는 것으로, 분노의 원인을 제공한 상대방을 피하거나 화를 내색하지 않고 혼자 투덜거리거나 화를 꼭 참고 일부러 괜찮다는 식으로 말하는 등의 행동을 포함한다(Kerr & Schneider, 2008). 분노표출과 달리 분노억제는 당장의 공격 행동이 나타나지 않아 문제가 될 것 같지 않지만 반복될 경우 분노 수준의 증가로 이어지기 때문에 이 또한 바람직하지 못한 방식이 될 수 있다. 분노조절, 분노표출, 분노억제의 구분에서 분노조절은 화가 난 상태를 자각하고 화를 진정시키기 위한 다양한 건설적 전략들을 구사하는 것으로 순기능적인 분노표현으로 분류되는 반면, 지나친 공격 표출 및 감정의 억압과 관련된

분노표출과 분노억제는 역기능적 분노표현으로 분류되고 있다(Spielberger, Reheiser, & Sydeman, 1995). 이러한 역기능적 분노표현이 자주 사용될 경우 소화계 질환 및 심장혈관계 질환 경험할 가능성이 높으며, 높은 우울감과 절망감으로 인해 자살 위험성 또한 높다는 점에서(김교현, 2000; 이경순, 김교현, 2000), 분노를 보다 조절된 형태로 적절하게 표현하도록 돕는 것이 필요하다. 이를 위해 역기능적 분노표현에 영향을 주는 요인에 대한 탐구가 선행되어야 한다고 볼 수 있다.

최근 인지평가이론에서는 분노를 사건 자체에 의한 것이 아니라 개인의 신념체계에 따라 사건을 주관적으로 해석하고 의미를 부여하는데서 유발되는 것이라고 보고 있는데(Deffenbacher & Mckay, 2000), 이러한 개인의 신념체계를 형성하는데 있어서 애착은 결정적인 역할을 한다(Bowlby, 1980). 애착(attachment)은 특정한 타인과 지속적이고 강한 정서적 유대감을 갖는 경향성으로, 개인은 이러한 정서적 유대감을 통해 자기개념을 형성하고 사회 및 세상에 대한 관점을 발달시킨다. 유아는 양육자와의 상호작용을 통해 최초의 감정적 유대관계를 형성하게 되는데, 일반적으로 부모에게 신뢰롭고 안정적인 돌봄을 받은 유아는 안정적인 애착관계를 형성하게 되는 반면, 초기 부모의 반응이 일관적이지 않거나 안정적이지 못한 경우 유아는 부모와 불안정애착을 형성하게 된다.

애착연구의 초기에는 애착이 영아와 양육자 사이의 정서적 유대관계만을 의미하였으나, 영유아기에서 성인까지 확장되어 영유아기에 형성된 애착 특성이 전 생애동안 지속되며, 초기 양육자 외에도 어떤 사람과도 정서적 유대를 형성할 수 있

다고 보고 있다(Sroufe, Egeland, Carlson, & Collins, 2005). 이는 개인이 발달 초기의 애착을 토대로 부모뿐만 아니라 친구 동료, 선후배, 연인 등 다양한 타인과의 관계에서 접촉과 근접을 추구하고 유지하기 위해서 노력하며, 외부 세계 또는 타인에 대한 표상을 유지하게 되는 것을 의미한다(Shaver & Mikulincer, 2007). 나아가 Brennan, Clark와 Shaver(1998)는 성인애착을 두 개의 차원인 불안(anxiety)과 회피(avoidance)로 분류하였는데, 애착불안은 스스로를 사랑받을 가치가 없다고 지각하여 버림받거나 거절당하는 것에 대한 두려움을 보이면서 관계에 지나치게 몰입하는 것으로 정의되며, 애착회피는 타인을 신뢰하지 않고 타인에게 의지하는 것에 대한 두려움과 자기의존에 대한 과도한 욕구로 정의된다(Mikulincer & Shaver, 2016). 이러한 대인관계의 경험에서 비롯된 내적작동모델은 특히 스트레스 조건 하에서 매우 강하게 활성화되어 분노와 같은 부정적 정서를 경험하는데 결정적인 역할을 하며(Bowlby, 1980; Simpson, Rholes, & Nelligan, 1992), 스트레스 상황에서 정서조절까지 이끄는 것으로 보고되고 있다(Bretherton, Ridgeway, & Cassidy, 1990).

성인 애착과 분노경험과의 관계를 살펴본 선행 연구들은 일관적으로 안정적으로 애착이 형성된 사람의 경우 경험하는 분노감을 적절하고 효율적인 방식으로 통제하고 조절할 수 있으며, 분노를 표현한 이후에도 부정적인 정서를 적게 경험하여 분노가 효과적으로 회복되는 것으로 나타났다. 반면, 불안정하게 애착이 형성된 경우 안정형 애착 집단에 비해 분노와 적대감이 높을 뿐만 아니라(Meesters & Muris, 2002), 분노억제나 분노표출

과 같은 역기능적 분노표현을 더 자주 사용하는 것으로 보고되었다(김해진 등, 2008; 문소현, 박영주, 2008; 이지영, 손정락, 2009; Mikulincer, 1998). 이는 안정 애착의 사람들은 부정적인 정서를 적게 경험하면서도 타인의 선한 의도를 믿기 때문에 좀 더 통제된 방식으로 분노를 표현할 수 있는 반면, 불안정적으로 애착을 형성한 경우에는 분노 상황에 대한 편집증적인 인지 편향으로 인해 다른 사람에게 복수하거나 벌을 주려는 통제 불가능한 충동적 대처를 하게 되는 것이라고 볼 수 있다(Mikulincer, 1998). 나아가 다수의 연구에서 성인애착을 애착불안과 애착회피로 구분하여 역기능적 분노표현의 하위요인과의 관계를 살펴 보았는데, 그 결과 애착불안의 경우 분노를 적절히 표현하지 못하고 억누르는 분노억제와 분노를 겉으로 드러내고 과격한 태도를 취하는 분노표출의 특성을 모두 보이는 반면(김해진 등, 2008; 김현주, 이정윤, 2011; 이지영, 손정락, 2009; 전해경, 2014; Brassard, Darveau, Péloquin, Lussier, & Shaver, 2014; Greenberg, 2003), 애착회피는 분노에 대한 자각이 낮고, 분노정서에 대한 도피적이고 억압적인 반응을 보임으로써 분노억제에만 영향을 미칠 뿐 분노표출에는 영향을 미치지 않는다는 연구결과들이 제시되고 있다(김현주, 이정윤, 2011; 전해경, 2014; Brassard et al., 2014). 이렇듯 많은 연구에서 성인애착과 역기능적 분노표현 간의 관계를 제시하고 있지만, 개입에 있어 성격 변인인 성인애착을 통해 직접적으로 역기능적 분노표현을 기능적인 방식으로 표현하도록 변화시키는 것은 매우 어려울 수 있다. 따라서 성인애착과 역기능적 분노표현 간의 매개하는 중간 기제를 살펴보는 것이 필요한데, 이에 본 연구에서는

성인애착과 역기능적 분노표현의 관계를 매개할 가능성이 있는 변인으로서 사회적 변인으로는 사회적 지지를, 개인내적 변인으로는 자아탄력성에 주목하여 각 변인들 간의 관계를 좀 더 긴밀하게 살펴보고자 한다.

개인이 가진 사회적 자원으로서 사회적 지지(Social Support)는 개인이 속해있는 가족이나 친척, 친구, 이웃 등 지역사회 내에서 얻을 수 있는 자원을 의미하는 것으로(이경림, 박재국, 2007; Lent et al., 2003), 이는 스트레스로 인한 역기능적 영향을 어느 정도 예방 또는 완충시키는 기능을 한다(Dougall, Hyman, Hayward, McFeeley, & Baum, 2001; Musante & Treiber, 2000; Gardner & Parkinson, 2011; Wight, Aneshensel, Botticello, & Sepúlveda, 2005). 개인이 어려움에 처했을 때 수혜자가 제공된 사회적 지지에 대해 지각하는 정도는 사회적 지지를 실제로 받았는지 혹은 어느 정도의 사회적 지지가 있었는지 보다 개인에게 더 큰 영향을 미치는 것으로 나타났는데(Dunkel-Schetter & Bennett, 1990; Lakey & Heller, 1988; Wethington & Kessler, 1986), 이는 개인이 지각하는 사회적 지지가 개인이 실제로 받은 사회적 지지의 양이나 종류보다 개인의 적응에 보다 밀접하게 관련되어 있음을 시사한다.

이렇듯 개인의 사회적 지지에 대한 주관적인 지각이 적응에 중요한 요인이라는 연구 결과들을 기반으로 연구자들은 사회적 지지에 대한 지각을 형성하는데 영향을 미치는 개인적인 요인에 큰 관심을 가져왔다. 이와 관련해서 Bowlby(1980)는 개인이 초기 애착경험에서 형성된 내적작동모델에 따라 사회적 지지를 지각하는 태도에서 차이가 날 수 있다고 설명하였으며, Sarason 등(1991)

도 개인의 내적작동모델이 사회적 지지에 대한 기대 수준뿐만 아니라, 타인에 대한 지지와 근접성을 추구하는 행동에까지 영향을 미친다고 보았다. 실제로 안정된 애착유형을 가지고 있는 대학생들은 불안정한 애착유형을 가진 집단보다 타인과의 상호작용을 보다 호의적으로 해석하는 경향이 있었으며(박신영, 윤경희, 2017; 임수진, 노안영, 2003; Collins & Feeney, 2000, Collins & Feeney, 2004), 자신이 필요할 때 적절한 도움을 요청을 구할 수 있다고 보고하였다(신노라, 안창일, 2004). 이와 달리, 불안정 애착유형의 경우 사랑에 대해 질투, 파트너와의 강박적 관계, 친밀감에 대한 공포와 같이 보다 부정적인 경험으로 보고하였는데, 특히 불안정한 애착유형 중에서도 애착불안이 강한 사람은 낮은 자기 가치감을 보상받기 위해 타인에게 과도하게 밀착된 관계를 맺고자 하였으며(Mikulincer, Shaver, & Pereg, 2003) 자신에게 유용한 지지자원이 있더라도 이를 적절하게 이용하지 못하거나 부정적으로 지각하는 것으로 나타났다(임수진, 노안영, 2009). 애착회피 집단은 도움이 필요할 때 타인이 도와주지 않을 것이라는 내적 신념을 가지고 다른 사람의 도움에 의지하는 것을 피하기 위해 타인의 중요성을 평가 절하하는 경향성을 보였다(Cassidy, 2000; Lopez & Gormley 2002; Mikulincer, 2003).

나아가 개인이 지각한 사회적 지지는 분노표현과도 관련성이 있는 것으로 보고되고 있다(김진주, 조규관, 2010). 분노는 인간이 사회 속의 인간 관계나 환경으로 인해 경험하는 불만이나 좌절 혹은 자존감 상실 등이 표현되는 것으로, 주로 사회적 환경 속에서 상호작용하여 유발되기도 하나 다른 사람과의 관계를 통해 얻을 수 있는 지각된

사회적 지지는 개인의 스트레스로 인한 부정적 영향을 완화시킬 뿐 아니라 회복을 촉진시키는 기능을 한다(이은승, 2011; Kaplan, Seeman, Cohen, Knudsen, & Guralnik, 1987). 실제로 사회적 지지와 분노표현의 관계를 살펴본 대다수의 연구들은 사회적 지지가 분노표현을 결정하는 주요 원인 중 하나로 보았는데, 구체적으로 사회적 지지를 낮게 지각할수록 분노표출과 분노억제가 높은 것으로 나타난 반면, 사회적 지지를 높게 지각할수록 분노조절능력이 높은 것으로 나타났다(김종은, 이윤주, 2013). 사회적 지지와 역기능적 분노표현의 하위요인인 분노표출과 분노억제를 구분하여 살펴본 연구들 중 Palfai와 Hart(1997)의 연구에서는 사회적 지지를 낮게 지각할수록 분노를 억제하려는 경향이 있었으며, 김진주와 조규관(2010)의 연구에서는 사회적 지지가 분노억제와는 유의미한 부적 영향을, 분노표출과는 유의미하지 않은 결과를 보이기도 하였다. 이러한 연구 결과들은 타인으로부터 제공받은 사회적 지지가 분노표현을 예측하는 요인인 동시에 개인이 지각한 사회적 지지가 경험하게 되는 분노와 같은 정서를 잘 극복하도록 도와주는 변인이 될 수 있다는 것을 의미한다. 이렇듯, 애착은 개인이 사회적 지지를 지각하는 수준에 영향을 미치고, 사회적 지지는 분노를 표현하는 방식에 있어 지대한 영향을 미친다는 점을 고려해볼 때, 애착과 분노표현 간에 사회적 지지가 중요한 매개 역할임을 추측해볼 수 있다.

성인애착과 분노표현의 관계에 영향을 미칠 것으로 예상되는 자아탄력성(Ego-resilience)은 다양하게 변화하는 환경적 요구에 따른 스트레스 상황에 처했을 때 경직되지 않고 유연하게 반응하는

유연성을 일컫는 것으로 이는 개인이 갈등을 해결하는 능력과 관련이 있는 것으로 보고되고 있다 (Block & Block, 1980). 다수의 선행연구들은 자아탄력성에 영향을 미치는 주요 변인으로 애착을 제안하고 있으며, 부모와의 안정적인 유대와 애착 관계가 자아탄력성을 예측하는 중요요소라고 보았다(Bowlby, 1973; Klohnen, 1996). 관련 연구에 의하면 안정애착일수록 부정적 감정을 조절할 수 있는 적응력 및 유능감과 관련된 자아탄력성 수준이 높은 것으로 보고되었으며(이영미, 민하영, 이윤주, 2004; Campbell-Sills, Cohan, & Stein, 2006; Ong, Bergeman, Bisconti, & Wallace, 2006), 긍정적인 대인관계 형성 및 사회적 상황에서의 문제해결력 등과도 관련이 있다는 결과들이 제시된 바 있다(이정희, 심혜숙, 2007; Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005). 더욱이 자아탄력성이 발달 초기 애착에 의해 결정되는 것이 아니라 이후 지속적으로 변화 가능한 성향이라는 점(Wicks, 2005)은 발달 초기 이후의 다른 애착 대상과의 관계경험과 자아탄력성 간의 밀접한 관계를 더욱 지지한다. 나아가 애착과 자아탄력성의 하위요인별 관계를 살펴본 연구들에서는 애착불안 집단의 경우 자아탄력성의 하위요인인 자신감, 대인관계효율성, 낙관적 태도가 낮았으며(김현주, 함경애, 천성문, 주동범, 2012), 자신의 미래에 대한 낙관적 기대와 타인과의 갈등해결을 잘 해결할 것이라는 대인관계 효율성이 낮은 것으로 나타났다(Creasey & Hesson-McInnis, 2001). 애착회피의 경우 자신의 미래에 대한 낙관적 기대와 대인관계 효율성이 낮다고 보고되기도 하였으나(Creasey & Hesson-McInnis, 2001), 일부 연구에서는 자신감, 대인관계효율성, 낙관적 태도가 회피애착에 크게 영향을 받지 않거

나(박현주, 김봉환, 2010), 회피애착 집단이 자아탄력성에 정적으로 영향을 미치는 결과(Mikulincer & Shaver, 2016)가 나타나 다소 불일치한 결과들이 제시되고 있다.

또한 이러한 자아탄력성의 특성은 충동이나 억제 역동적으로 조절하여 평형을 유지하도록 함으로써 분노조절능력에 영향을 미치는 중요한 요인으로 제시되고 있다. 실제로 자아탄력성이 높은 사람의 경우 스트레스를 덜 경험할뿐더러(Pinquart, 2009; Soderstrom, Dolbier, Leiferman, & Steinhardt, 2000), 분노조절능력 또한 뛰어난 것으로 밝혀졌다(현은민, 박혜영, 2005; Block & Block, 1980). 반면, 자아탄력성이 낮은 경우 심리적 불균형에 대한 회복이 느려 불특정 다수를 향한 분노를 유지함으로써 분노를 촉발할 수 있는 대상이 나타났을 때 잠재되어 있던 분노까지 표출하게 되는 것으로 나타났다(Wilson, Pritchard, & Revalee, 2005). 이렇듯 자아탄력성은 좌절 상황이나 문제 상황에서도 비난, 폭언과 같은 폭력적인 행동들이 나타나는 분노표출을 낮추는 효과가 있으며, 강한 스트레스 상황과 갈등 상황에서도 부정적인 압력을 완화시키고 긍정적인 신념을 유지하도록 하는 요인임을 확인할 수 있었다. 아직까지 국내외 연구에서 성인애착, 자아탄력성, 분노표현의 관계를 살펴본 연구들은 충분하지 않으나, 타인과의 친밀한 애착을 형성할수록 자아탄력성이 높으며(이영미 외, 2004; Campbell-Sills et al., 2006; Ong et al., 2006), 탄력적인 사람들의 경우 자신의 정서를 적절하게 표현하는 등 분노조절 능력이 뛰어나다는 연구결과(장진아, 신희천, 2006; 현은민, 박혜영, 2005)를 통해 자아탄력성이 성인애착과 역기능적 분노표현의 관계를 연결 짓

는 주요한 요인임을 예측해볼 수 있다.

지금까지 살펴본 바와 같이, 역기능적 분노표현을 예측하는 변인으로서 성인애착, 사회적 지지, 자아탄력성이 제안되고 있으며, 이 변인들은 역기능적 분노표현에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라, 변인 간의 구조적 관계를 맺고 있음을 예상해볼 수 있었다. 특히 사회적 자원으로서 사회적 지지와 개인내적 자원인 자아탄력성의 경우 성인애착과 역기능적 분노표현의 관계를 연결 지을 것으로 예상되는 주요한 변인임에 따라, 이들 간의 관계를 주의 깊게 살펴볼 필요가 있다. 그러나 지금까지의 애착과 역기능적 분노표현의 관련성을 살펴본 국내 연구들은 매개변인으로서 자동적 사고, 포커싱적 태도와 같은 인지 변인이나(김명화, 박영자, 2013; 임여준, 주은선, 배성만, 2015) 내면화된 수치심과 같은 정서 변인(김현주, 이정윤, 2011)에 초점을 두고 있어 애착과 역기능적 분노표현 간의 관계를 연결 짓는 자아탄력성이나 사회적 지지에 대한 경험적 연구는 부족한 실정이다. 개입에 있어 개인이 지닌 자원을 활용하는 것이 중요하다는 점을 고려할 때, 성인애착과 역기능적 분노표현간의 관계에서 개인의 자아탄력성 및 사회적 지지가 어떠한 영향을 미치는지에 대한 추가적인 연구가 필요할 것으로 보인다.

나아가 본 연구는 특히 대학생을 중심으로 변인간의 관계를 규명하고자 한다. 성인이라는 책임을 갖 달게 된 대학생은 대학입학이라는 하나의 목표를 향해 달려오다 대학 입학 후 목표를 상실하고 진로 설정에 어려움을 겪을 뿐만 아니라, 발달단계상 의존적인 삶의 방식에서 벗어나 자율적인 삶의 방식을 접하게 되면서 여러 가지 크고 작은 스트레스 상황을 스스로 극복해야 하는 과

제가 주어진다. 그러나 이러한 발달과정상의 변화 속에서 발생하는 갈등이나 스트레스들이 제대로 표현되지 못하거나 지나칠 경우 타인을 향한 공격성이나 자신에게 육체적, 심리적 상해를 가하는 등의 반사회적 성향으로 표출될 가능성이 있기 때문에(이정숙 외, 2010), 대학생들이 분노를 적절히 다루기 위한 과정은 반드시 필요하다고 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 대학생을 중심으로 변인간의 관계를 탐색함으로써 대학생이 역기능적 분노표현으로 겪는 문제의 해결을 돕고 치료적 개입을 위한 기초자료를 제공하고자 한다. 보다 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

1. 성인애착(애착불안 및 애착회피)이 역기능적 분노표현(분노표출 및 분노억제)에 미치는 영향은 어떠한가?
2. 성인애착(애착불안 및 애착회피)과 역기능적 분노표현(분노표출 및 분노억제)의 관계에서 사회적 지지 및 자아탄력성의 매개효과는 어떠한가?

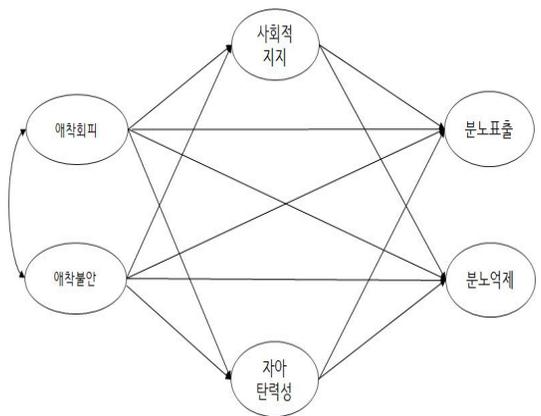


그림 1. 부분매개모형

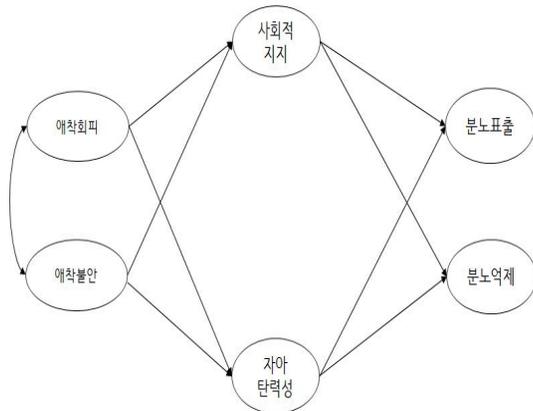


그림 2. 완전매개모형

방 법

연구대상 및 자료수집 방법

본 연구에서는 서울, 부산, 경남, 충청, 제주, 전라 지역에 재학 중인 390명의 대학생을 대상으로 실시된 설문자료를 *대학교 *연구소로부터 허락을 받아 본 연구목적에 맞게 분석에 활용하였다. 분석에 활용된 자료에 대한 자료수집 과정 및 절차는 아래와 같다. 본 설문자료는 자료수집과정 참여자들이 학생들에게 연구 목적 및 설문지에 대해 충분한 설명을 한 이후 학생들의 동의를 얻어 설문을 실시한 자료이며, 설문지당 작성시간은 평균 20~30분이 소요되었다. 본 연구는 390명을 대상으로 이루어졌으며, 불성실하게 응답한 50부와 본 연구 대상에는 포함되지 않는 대학원생의 설문 68부를 제외하여 데이터 클리닝 이후 분석에 최종적으로 사용된 설문지는 272부였다. 연구 참여자들의 성별은 남성이 114명(35.3%), 여성이 209명(64.7%)이었으며, 나이는 만 17세부터 27세까지였다. 본 연구에서 활용된 자료는 연구자 소

속기관으로부터 IRB 승인을 받아 연구윤리를 준수하였다.

측정도구

성인애착. 본 연구에서 성인애착을 측정하기 위해 Fraley, Waller, Brennan 등(2000)이 개발한 성인애착 검사 ECR-R(Experiences in Close Relationships-Revised)을 김성현(2004)이 번안 및 타당화한 척도를 사용하였다. 이 척도는 '애착불안'과 '애착회피'라는 두 개의 독립적인 하위척도로 이루어졌으며, 관계에서 거절당하는 것에 대한 두려움이나 유기에 대한 걱정을 의미하는 애착불안과 타인과 가까워지는 것에 대한 불편함과 의존함에 대한 두려움인 애착회피를 측정한다. 각 척도의 점수가 높을수록 성인애착의 불안/회피 정도가 심한 것을 의미하고, 각 척도의 점수가 낮을수록 안정된 애착이 형성됨을 말한다. 본 척도는 각 하위문항별 18문항씩 총 36개의 문항으로 구성되었으며, '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '매우 그렇다(5점)'까지의 5점 Likert식 척도를 사용하였다. 구체적인 문항으로는 '다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다', '다른 사람들의 사랑을 잃을까봐 두렵다', '내 문제나 걱정거리를 보통 다른 사람들과 의논한다' 등이 있다. 안하얀, 서영석(2010)의 연구에서 애착불안과 애착회피의 Cronbach's α 는 각각 .89과 .90으로 나타났으며, 본 연구에서는 애착불안의 Cronbach's α 는 .898, 애착회피의 Cronbach's α 는 .909 이었다.

사회적지지. 본 연구에서 지각된 사회적 지지의 정도를 측정하기 위해 Zimet, Dahlem, Zimet

와 Farley(1988)이 개발하고 신준섭과 이영분(1999)이 번안한 사회적 지지 다차원 척도(Multidimensional Scale Perceived Social Support: MSPSS)를 사용하였다. 사회적 지지 다차원 척도는 가족지지 4문항, 친구지지 4문항, 주요타인지지 4문항 총 3개의 하위로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 지각된 사회적 지지가 높다는 것을 의미한다. 본 척도는 7점 Likert척도(1점 : 전혀 그렇지 않다~7점 : 매우 그렇다)로 구성되었으며, 구체적인 문항의 예로는 ‘내 가족은 나를 돕기 위해 진심으로 애썼다.’, ‘내 친구들은 나를 돕기 위해 진심으로 애썼다.’, ‘내가 필요할 때 내 옆에 함께 있어주는 특별한 사람이 있었다.’ 등이 있다. Zimet 등(1988)의 연구에서 전체 Cronbach's α 는 .88로 나타났고, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .948이었다.

자아탄력성. 본 연구에서 자아탄력성을 측정하기 위해 Klohnen(1996)이 개발한 CPI(California Personality Inventory)의 29개 문항을 박현진(1996)이 번안하고 김인경(2012)이 수정한 척도를 사용하였으며, 본 연구 의도에 맞게 문항을 일부 선별 및 수정하였다. 본 자아탄력성 척도는 능숙한 자기 표현력을 측정하는 자신감, 대인관계에서의 통찰력과 따스함과 관련된 대인관계 효율성, 낙관주의인 낙관적 태도 총 3가지 하위요인으로 구성되어 있으며, 각 하위요인별 문항 수는 자신감 6문항, 대인관계 효율성 8문항, 낙관적 태도 7문항으로 총 21문항으로 구성되어 있다. 연구에 대한 문항은 Likert식 5점 척도(1: 전혀 아니다, 5: 항상 그렇다)로 응답하도록 구성된 자기보고식 척도이다. 부정적 진술문은 역점수로 환원하여 계산하였

으며, 점수가 높을수록 자아탄력성이 높은 것을 의미한다. 구체적 문항으로는 ‘나는 확실히 자신감이 부족하다고 느낀다(자신감)’, ‘낯선 사람에게 말을 거는 것이 어렵다(대인관계)’, ‘대체로 나는 행복하다고 느낀다(낙관적 태도)’ 등이 있다. 박현진(1996)의 연구에서의 Cronbach's α 는 .88이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .934이었다.

역기능적 분노표현. 본 연구에서는 역기능적 분노표현을 측정하기 위하여 Spielberger 등(1988)이 개발한 척도를 한덕용, 전경구와 이장호(1997)가 한국판으로 개발한 상태-특성분노표현척도(STAXI-K: State-Trait Anger Expression Inventory- Korean version) 중 상태분노를 제외하고 수정한 전성희(2007)의 것을 사용하였다. 본 분노표현 척도는 분노조절, 분노억제, 분노표출 등 3가지 하위요인으로 구성되었으며, 각 요인별로 8개 문항씩 총 24문항으로 구성되었으나, 본 연구에서는 연구목적에 따라 분노표현의 3개 하위영역 중 역기능적 분노표현인 분노표출과 분노억제만을 사용하였다. 각 하위요인을 구체적으로 살펴보면, 분노 표출은 다른 사람이나 물건에 분노를 표현하는 빈도를 나타내며, 분노억제는 분노를 참고 억압하는 빈도를 나타낸다. 구체적 문항으로는 ‘나는 사람을 피하였다(억제)’, ‘나는 욕을 하였다(표출)’ 등이 포함된다. 연구에 대한 문항은 Likert식 5점 척도(1: 전혀 그렇지 않다, 5: 매우 그렇다)로 응답하도록 구성된 자기보고식 척도이며, 각 하위영역별 점수가 높을수록 해당 분노표현을 많이 사용하는 것을 말한다. 구체적으로, 분노억제 점수가 높으면 분노를 경험하더라도 이를 언어나 행동으로 표현하기보다는 감정을 억압하는 경향

을 의미하며, 분노표출 점수가 높을 경우는 자신의 분노감정을 타인이나 물건을 통해 공격적인 행동으로 표출하는 것을 뜻한다. 전해경(2014)의 연구에서 분노표출과 분노억제의 Cronbach's α 는 각각 .78, .79였으며, 본 연구에서 분노표출의 Cronbach's α 는 .713, 분노억제의 Cronbach's α 는 .859이었다.

분석방법

본 연구에서는 SPSS 21.0과 AMOS 21.0을 사용하여 수집된 자료를 분석하였다. 첫째, 연구변인에 대한 정규성과 경향성을 확인하기 위해 기술통계를 실시하고 변인 간 관련성을 알아보기 위해 Pearson 이변량 상관분석을 실시하였다. 둘째, 척도의 신뢰도와 타당도를 확인하기 위해 AMOS 21.0을 사용하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 셋째, 부분매개모형과 완전매개모형의 모형 적합도가 수용가능한지 확인하고 최종 구조모형을 확정하기 위해 $\Delta\chi^2$ 분석을 실시하였으며, 확정된 연구모형으로 모형 적합도와 경로계수를 확인하기 위한 구조방정식 모형 분석을 실시하였다. 모형 적합도는 Kline(2005)의 제안에 따라 χ^2 , CFI, RMSEA, SRMR을 확인하였다. 넷째, 연구모형에서 유의한 경로계수를 토대로 Cheung(2007)이 제시한 팬텀변수를 생성한 후, Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트랩(bootstrap) 절차를 실시하여 매개효과의 통계적 유의성을 검증하였다.

결 과

주요 변인들의 기술통계 및 상관분석

본 연구의 주요 변인인 애착회피, 애착불안, 사회적 지지, 자아탄력성, 분노억제, 분노표출의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 확인하고 변인 간 Pearson 이변량 상관계수를 확인하기 위해 상관분석을 실시하였다. 분석결과, 왜도는 $-0.77\sim 0.24$ 로 2를 넘지 않고, 첨도는 $-0.45\sim 0.52$ 로 9를 넘지 않아 자료의 정규성은 문제가 없는 것으로 확인되었다(Kline, 2005). 상관분석 결과, 애착불안은 애착회피, $p<.01$, 분노표출, $p<.01$, 분노억제, $p<.01$ 와 정적상관을 보였고, 사회적지지, $p<.01$ 와 부적상관을 보였다. 반면, 자아탄력성과의 관계는 통계적으로 유의하지 않았다, $p>.05$. 애착회피는 분노억제, $p<.01$ 와 정적상관을 보였고, 사회적지지, $p<.01$ 와 부적상관을 보였다. 반면, 자아탄력성과 분노표출과의 관계는 통계적으로 유의하지 않았다, $p>.05$. 사회적 지지는 자아탄력성, $p<.05$, 분노억제, $p<.01$ 와 부적상관을 보였고, 분노표출과의 관계는 통계적으로 유의하지 않았다, $p>.05$. 자아탄력성은 분노 표출, $p<.05$ 과 부적상관을 보였고, 분노억제와의 관계는 통계적으로 유의하지 않았다, $p>.05$. 분노표출은 분노억제, $p<.01$ 와 정적상관을 보였다. 기술통계에 대한 구체적인 내용과 상관분석 결과는 표 1과 같다.

측정모형 검증

본 연구에서 사용된 변인들의 측정모형을 검증한 결과 모형 적합도는 CFI는 .90이상이면 수용

표 1. 연구 변인들의 기술 통계 및 상관 분석 결과

변인	1	2	3	4	5	6
1. 애착불안	-					
2. 애착회피	-.269**	-				
3. 사회적 지지	-.165**	-.449**	-			
4. 자아탄력성	-.009	.112	-.120*	-		
5. 분노표출	.173**	.045	-.069	-.120*	-	
6. 분노억제	.388**	.237**	-.282**	-.070	.625**	-
평균	46.83	49.05	61.32	61.22	20.00	21.50
표준편차	11.093	11.101	14.755	17.393	4.795	6.459
왜도	.067	.330	-.695	-.062	-.208	-.411
첨도	-.460	-.219	.647	-.167	.052	-.412

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

가능하다는 Kline(2005)의 기준과 SRMR과 RMSEA가 .10이하면 수용 가능한 적합도라고 해석한다는 Byrne(1998)과 MacCallum, Browne와 Sugawara(1996)의 견해에 따라 적합한 것으로 확인되었다. 또한, 잠재변인을 구성하는 각 요인들의 .40~.93의 범위를 가져 최소 .40은 넘어야 한다는 이순목(2000)의 제안에 따라 모형을 구성하는 요인들에 문제가 없는 것으로 확인되었다. 측정모형에 대한 결과는 표 2, 3과 같다.

구조모형 검증

본 연구에서는 애착불안과 애착회피, 사회적 지지, 자아탄력성, 분노억제 및 분노표출 간의 구조적 관계를 확인하기 이전에 부분매개모형과 완전매개모형 중 어떤 모형이 적합한지 확인한 결과, 연구모형은 수용 가능한 모형 적합도를 보였지만, 경쟁모형은 적합하지 않은 것으로 확인되었다. 또한, χ^2 차이검증에서도 연구모형이 채택되어 최종 구조모형은 부분매개모형으로 결정하였다. 부분매개모형과 완전매개모형의 적합도는

표 4와 같다.

본 연구에서 구조모형의 경로계수를 확인한 결과, 애착불안이 분노억제, $\beta = .404$, $p < .001$, 와 분노표출, $\beta = .190$, $p < .05$, 에 미치는 효과는 통계적으로 유의미하였으나 사회적지지, $\beta = .001$, $p > .05$, 자아탄력성, $\beta = -.052$, $p > .05$, 에 미치는 효과는 유의미하지 않았다. 또한, 애착회피가 사회적지지, $\beta = -.508$, $p < .001$, 자아탄력성, $\beta = .17$, $p < .05$, 에 미치는 효과는 통계적으로 유의미하였으나 분노억제, $\beta = .056$, $p < .05$ 와 분노표출, $\beta = .039$, $p < .05$, 에 미치는 효과는 유의미하지 않았다. 매개변인인 사회적 지지와 자아탄력성이 분노억제와 분노표출에 미치는 효과를 살펴본 결과, 사회적 지지가 분노억제, $\beta = -.228$, $p < .01$, 에 미치는 효과는 유의미하였으나, 분노표출, $\beta = -.114$, $p > .05$, 에 미치는 효과는 유의미하지 않았다. 반면, 자아탄력성은 분노표출, $\beta = -.146$, $p < .05$, 에 미치는 효과가 유의미하였으나, 분노억제, $\beta = -.095$, $p > .05$, 에 미치는 효과는 유의미하지 않았다. 결과는 표 5와 그림3과 같다.

표 2. 측정모형의 적합도

	χ^2	<i>df</i>	<i>p</i>	RMSEA(90% 신뢰구간)	CFI	SRMR
연구모형	238.603	120	.000	.060(.049-.072)	.959	.0542

표 3. 측정모형의 모수추정치

	()	<i>S.E.</i>	<i>t</i>
애착불안			
애착불안1	.851(1)		
애착불안2	.942(1.287)	0.067	19.284***
애착불안3	.815(0.901)	0.055	16.499***
애착회피			
애착회피1	.86(1)		
애착회피2	.889(1.081)	0.057	19.082***
애착회피3	.904(1.09)	0.056	19.501***
사회적 지지			
가족지지	.706(1)		
친구지지	.887(1.113)	0.085	13.151***
주요타인지지	.888(1.139)	0.087	13.156***
자아탄력성			
자신감	.977(1)		
대인관계효율성	.82(0.839)	0.047	17.936***
낙관적 태도	.79(0.681)	0.04	16.858***
분노표출			
분노표출1	.792(1)		
분노표출2	.782(0.808)	0.071	11.433***
분노표출3	.4(0.466)	0.079	5.91***
분노억제			
분노억제1	.745(1)		
분노억제2	.806(1.201)	0.095	12.61***
분노억제3	.814(1.215)	0.095	12.729***

****p*<.001.

표 4. 구조모형의 적합도

	χ^2	<i>df</i>	<i>p</i>	RMSEA (90% 신뢰구간)	CFI	SRMR	$\Delta\chi^2$
부분매개모형	363.350	122	.000	.085(.075-.096)	.917	.0985	
완전매개모형	412.680	126	.000	.092(.082-.102)	.902	.1267	49.33***

본 연구에서는 구조모형에서 유의한 매개경로를 바탕으로 각각의 매개효과 검증에 Cheung (2007)이 제시한 펜텀변수를 만들고 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트랩(bootstrap) 절차를 실시하여 매개효과의 통계적 유의성을 검증하였다. 분석결과, 애착회피와 분노억제의 관계에서 사회적 지지의 매개효과는 .124이었으며 95% 신뢰구간이 .047~.248으로 나타나

구간 사이에 0을 포함하지 않아 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다. 이는 성인애착의 회피 성향이 높은 사람일수록 사회적 지지를 적게 지각하고 이로 인해 분노를 억제하는 경향이 커진다는 것을 의미한다. 또한 애착회피와 분노표출의 관계에서 자아탄력성의 매개효과는 -.012이었으며 95% 신뢰구간이 -.003~-0.037으로 나타나 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 확

표 5. 구조모형의 경로계수

경로	표준화계수 (비표준화계수)	SE	t
애착불안 → 사회적지지	.001(.002)	0.586	0.004
애착불안 → 자아탄력성	-.052(-.067)	0.086	-0.781
애착불안 → 분노억제	.404(.526)	0.091	5.79***
애착불안 → 분노표출	.190(.111)	0.045	2.431*
애착회피 → 사회적지지	-.508(-.932)	0.509	-7.726***
애착회피 → 자아탄력성	.17(.179)	0.072	2.5*
애착회피 → 분노억제	.056(.06)	0.082	0.735
애착회피 → 분노표출	.039(.019)	0.04	0.469
사회적지지 → 분노억제	-.228(-.031)	0.01	-3.019**
사회적지지 → 분노표출	-.114(-.007)	0.005	-1.365
자아탄력성 → 분노억제	-.095(-.097)	0.062	-1.567
자아탄력성 → 분노표출	-.146(-.066)	0.032	-2.04*

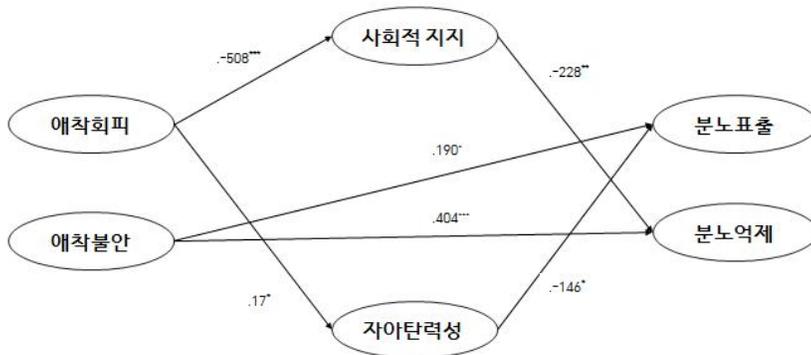


그림 3. 연구모형의 경로계수

표 6. 매개효과 검증

경로	매개효과	95% 신뢰구간	
		하한	상한
애착회피 → 사회적지지 → 분노억제	.124	.047	.248
애착회피 → 자아탄력성 → 분노표출	-.012	-.003	-.037

인되었다. 이는 성인애착의 회피 성향이 높을수록 자아탄력성 수준이 높으며 이로 인해 분노를 표출하는 경향이 낮아짐을 의미한다. 매개효과 검증에 대한 결과는 표 6과 같다.

논 의

본 연구는 대학생의 성인애착과 역기능적 분노 표현의 관계에서 사회적 지지와 자아탄력성의 매개효과를 알아보고자 하였다. 본 연구의 주요 결과와 그에 따른 논의는 다음과 같다.

첫째, 애착불안 및 애착회피가 역기능적 분노표현인 분노표출과 분노억제에 미치는 영향을 살펴본 결과, 애착불안은 분노억제와 분노표출에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타난 반면, 애착회피는 분노억제와 분노표출에 모두 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 먼저, 애착불안이 분노억제와 분노표출에 직접적으로 영향을 미친다는 연구 결과는 애착불안 수준이 높을수록 분노억제와 분노표출을 많이 한다는 것으로, 이는 애착불안 집단은 적절히 분노를 표현하지 못하고 억누르는 분노억제와 분노를 겉으로 드러내고 과격한 태도를 취하는 분노표출의 특성을 모두 보인다는 연구를 입증하는 결과이다(김혜진 외, 2008; 김현주, 이정윤, 2011; 이지영, 손정락, 2009; 전해경, 2014; Brassard et al., 2014; Greenberg, 2003; Mikulincer, 1998). 또한 이는 애착불안 집단의 경

우 거부에 대한 두려움과 인정받고 싶은 욕구가 강해 분노 유발 상황에서도 상대방에게 맞추고자 자신의 감정이나 욕구를 억제하는 동시에 타인에게 조금이라도 외면당하거나 거부당했다는 느낌이 들고 부정적인 감정이 가중될 경우 결국 폭발적이며 과장된 분노가 분출될 가능성이 있다는 Young과 Janet(1993)의 연구와도 맥을 같이 한다.

한편, 본 연구에서 애착회피는 역기능적 분노표현인 분노억제와 분노표출에 유의미한 영향을 미치지 않았다. 이러한 결과는 애착회피형 사람들이 주로 분노를 안으로 삭이거나, 문제 상황에서 거리를 두고 감정과의 접촉을 회피하려고 하고, 사건의 의미를 최소화함으로써 관련된 생각을 억압하는 경향이 있다는 기존의 연구결과들(전혜경, 2014; Bartholomew & Horowitz, 1991; Brassard et al., 2014; Lopez et al., 2002; Mikulincer, 1998)과 일치하지 않는 결과이다. 또한 앞선 결과는 회피애착과 유사한 거부형 애착이 내면의 감정 상태는 혼란스러우나 겉으로 표현을 적게 하는 면이 있어, 분노와 관련한 특성 분노를 많을지라도 주로 표출을 적게 하고 억압하는 경향이 있다는 연구 결과와도 일치하지 않는다(김현주, 이정윤, 2011). 그러나 일부 연구에서는 애착회피 집단이 분노에 대한 자각 수준이 낮은 경향이 있어 분노감정과 관련된 신체감각 및 정서체험에 대해 지각하는 수준에 따라 분노억제와 분노표출을 할 가능성이 높은 것으로 나타나(임여준 외, 2015), 애착회피가

분노억제 및 분노표출에 유의미한 영향을 미치지 않았다는 본 연구 결과를 일부 지지하는 바이다.

둘째, 애착불안과 분노억제 및 분노표출과의 관계에서 자아탄력성과 사회적 지지의 매개효과를 살펴본 결과, 본 연구에서는 사회적 지지와 자아탄력성의 매개효과가 나타나지 않았다. 이는 애착불안이 분노억제 및 분노표출로 가는 직접경로만 유의할 뿐, 자아탄력성과 사회적지지로 가는 경로는 유의미하지 않은 결과이다. 우선 애착불안과 자아탄력성과의 관계를 살펴보면, 본 연구 결과는 애착불안일수록 자아탄력성의 하위요인인 자신감, 대인관계효율성, 낙관적 태도가 낮다는 연구와(김현주 외, 2012) 자신이 사랑을 받은 가치가 있다고 지각하는 정도가 낮고 타인의 거절과 버려짐에 두려워하는 사람일수록 자아탄력성에 큰 영향을 받는다는 박현주, 김봉환(2010)의 연구와는 일치하지 않는다. 지금까지 국내외 연구에서 성인애착유형을 구분하여 자아탄력성과의 관계를 살펴본 연구가 많지 않아 관계를 일반화하기에는 어려움이 있으나, 본 연구에서 유의미한 영향을 보이지 않는 데는 연구대상자의 차이로 일부 추측 가능하다. 구체적으로, 앞서 제시된 두 연구들은 각각 중학교 교사(김현주 외, 2012), 상담사(박현주, 김봉환, 2010)와 같이 다소 특수한 대상으로 연구가 진행되었다. 교사와 상담사라는 직업은 특히 다른 직업에 비해 직장 내 동료 및 상사 외에도 학생 또는 내담자 등 다양한 사람들과 지속적인 관계를 맺어야 하는 과업을 지닌다. 따라서 관계를 형성하고 지속하는 과정에서 개인이 가진 대인관계에서의 불안함이 더욱 발현되고, 이러한 상황이 반복될 경우 스스로 대인관계 효율성이나 자신감 등이 낮다고 인식할 가능성이 있다. 반면,

대학생의 경우 중, 고등학생 때의 여러 규정에서 벗어나 상대적으로 스스로 자유롭게 선택할 수 환경에 놓이게 된다. 따라서 관계에서의 불안함을 경험하더라도 좀 더 자유롭게 다양한 대처를 할 수 있는 기회가 형성될 수 있기 때문에 개인의 탄력성에 크게 영향을 미치지 않았을 것으로 추측해볼 수 있다.

한편, 본 연구에서 애착불안이 사회적지지로 가는 영향이 유의미하지 않다는 결과는 애착불안 집단이 자신에게 제공되는 사회적 지지에 대해 부정적으로 지각한다는 연구결과(임수진, 노안영, 2003; 장미경, 2007; Larose, Bernier, Soucy, & Duchesene, 1999)와 일치하지 않으며, 애착불안이 사회적지지에 유의미한 영향을 미치지 않았다는 광영희와 정현희(2014)의 연구와는 일치하는 결과이다. 이러한 애착불안과 사회적지지의 관계에서의 불일치한 연구결과는 애착불안 집단의 타인과의 관계에 대한 모순적 태도와 관련될 수 있다. 일례로, 애착불안인 사람들은 대인관계에서 상대방에게 심리적 의존 욕구가 높으면서도 타인에게 거부되는 것에 대한 두려움을 보이는 경향이 있는데(Collins & Feeney, 2000; Kobak & Sceery, 1988), 이러한 애착불안 성향의 사람들이 보이는 불일치한 태도가 타인의 지지를 일관적으로 받아들이는데 어려움을 갖게 할 수 있다고 일부 추측해볼 수 있다. 더욱이 앞서 제시된 연구마다 사회적지지를 측정하는데 있어 개인이 지각하는 사회적지지의 양과 지지에 대한 만족감을 측정한 Sarason, Levine, Basham와 Sarason(1983)의 'SSQ'(Social Support Questionnaire), 사회적지지에 대한 조망을 측정한 Vaux, Burda와 Stewart (1986)의 'NOS'(Network Orientation Scale), 친구,

가족, 교사 등 대상에 따른 사회적지지 수준을 측정하는 Zimet 등(1988)의 'MSPSS'(Multidimensional Scale of Perceived Social Support) 등 사회적지지에 대한 다양한 척도를 사용한 것 또한 연구결과에 일부 영향을 미쳤을 것으로 예상해볼 수 있다.

셋째, 애착회피에서 분노억제로 가는 경로를 분석한 결과, 애착회피와 분노억제의 관계에서 사회적 지지가 완전매개하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 애착회피가 높을수록 사회적 지지를 낮게 지각하며, 사회적 지지를 낮게 지각할수록 분노를 억제하게 된다는 것을 의미하는 것으로, 이는 불안정한 애착유형의 사람들이 자신에게 제공되는 사회적 지지에 대해 부정적으로 지각한다는 연구결과(임수진, 노안영, 2003; Larose et al., 1999)와 지각된 사회적 지지가 낮을수록 역기능적 분노표현을 하는 경향이 있다는 연구결과(김중은, 이운주, 2013)와 유사하며, 특히, 사회적지지를 낮게 지각할수록 분노를 억제하려는 경향이 있다고 한 Palfai와 Hart(1997)의 연구와 맥을 같이 한다.

본 연구결과가 도출된 이유는 다수의 선행 연구에서 밝혀진 바와 같이, 애착회피형 사람들이 지각하는 낮은 사회적지지 수준이 분노억제로 이어지는 요인으로 작용하기 때문이라고 추측해볼 수 있다. 일반적으로 애착회피형 사람들은 성장하는 과정에서 타인에게 자신의 생각과 느낌 등이 무시되는 경험으로 인해 상대방이 자신의 감정과 경험을 이해하지 못할 것이라는 불신을 가지게 된다(Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990; Hazan & Shaver, 1987). 이러한 타인에 대한 불신은 타인에게 의존하는 것을 불편해하고 주변의 지지를

긍정적으로 받아들이지 못하는 것으로 이어지게 되는데(Brennan et al., 1998; Collins & Read, 1990), 이로 인해 애착회피 성향의 사람들은 분노 상황에서 필요한 자기주장을 못할뿐더러, 개인이 경험하는 감정이나 경험을 타인에게 드러내지 않고 혼자서 고통을 다루고 고통스러운 생각을 억제함으로써 분노를 억압할 가능성이 있다고 해석 가능하다. 특히나 애착회피가 분노억제에 직접적으로 미치는 영향력이 없다는 본 연구 결과는 애착회피 자체가 분노억제에 직접적으로 영향을 미치기보다는 애착회피형 사람들이 타인에 대한 사회적 지지를 낮게 지각함으로써 분노를 억제하게 된다는 것으로, 이는 애착회피형이 사회적지지를 높게 지각하게 될 경우 분노를 억제하지 않고 적절히 표현할 수 있음을 의미하기도 한다. 따라서 애착회피형 사람들이 분노 감정을 보다 잘 다루고 기능적인 방식으로 표현할 수 있도록 돕기 위해 타인의 따뜻한 지지와 격려를 제공받는 것이 필요하다고 볼 수 있다.

넷째, 애착회피와 분노표출의 관계에서 자아탄력성의 매개효과는 다소 미미하나 애착회피와 분노표출의 관계를 완전 매개하는 것으로 나타났다. 이는 성인애착의 회피 성향이 높을수록 자아탄력성 수준이 높으며 이로 인해 분노를 표출하는 경향이 낮아짐을 의미한다. 본 연구의 결과는 독립성에 침해를 받는 것을 두려워하는 애착회피 집단의 경우 자신의 미래에 대한 낙관적 기대와 대인관계 효율성이 낮다는 Creasey와 Hesson-McInnis(2001)의 연구와 회피애착이 자신감, 대인관계효율성, 낙관적 태도에 크게 영향을 받지 않는다는 박현주, 김봉환(2010)의 연구와는 일치하지 않는 반면, 회피애착 집단일수록 자아탄력성이 높

다는 연구(Mikulincer et al., 2003)와는 일치하는 결과이다. 본 연구의 결과는 애착회피형 사람들의 자기긍정/타인부정의 내적작동모델로 설명가능하다. 회피애착의 사람들은 관계에서의 부정적인 경험으로 타인에 대해 부정적인 이미지를 갖지만 자신을 보호하기 위해 자기에 대해서는 긍정적인 이미지를 갖는 것으로 보고되고 있는데(Hazan et al., 1987), 이와 관련해서 Mikulincer 등(2003)은 회피애착의 사람들이 자기긍정의 내적모델을 가지고 스트레스 사건에 대해 위협적으로 느끼기는 해도 스스로 스트레스에 잘 대처할 수 있다고 평가할 가능성이 있다고 보았다. 자아탄력성이 갈등을 해결하는 능력과 관련이 있다는 점을 고려할 때(Block & Block, 1980), 회피애착집단의 자기긍정 내적모델이 자아탄력성을 높이는 요인이 될 수 있다고 해석할 수 있다. 그러나 본 연구에서 자아탄력성의 매개효과 크기가 작은 부분에 대해서는 추가적으로 확인할 필요가 있다. 이러한 결과에 대해 추가적으로 추측해보자면, 애착회피 유형은 자기에 대해서는 긍정적인 시각을 가지고 있는 반면 타인 및 환경에 대해서는 부정적인 시각을 가지는 것이 특징이다(Pietromonaco & Barrett, 2000). 이러한 타인 및 환경에 대한 부정적 시각은 미래에 대한 낙관적 기대를 떨어뜨릴 뿐더러, 다른 사람과 가깝게 지내는 것을 회피하게 함으로써 대인관계에 대한 효율성을 떨어뜨릴 가능성이 있다(Creasey & Hesson-McInnis, 2001). 종합하면, 애착회피 집단의 자기긍정 및 타인부정의 내적작동모델이 자아탄력성의 각 하위 요인인 대인관계 효율성, 낙관적태도, 자신감에 어느 정도 영향을 미치는지에 따라 자아탄력성 수준이 높아질 수도, 낮아질 수 있다고 추측해볼 수

있다. 따라서 애착회피형 사람들이 분노 감정을 잘 다루고 적절하게 분노를 보다 기능적인 방식으로 표현할 수 있도록 돕기 위해서는 타인과의 대화 기술이나 태도를 증진시킴으로써 스트레스 상황에서 경직되지 않는 유연성을 키울 수 있도록 하는 것이 필요하다고 볼 수 있다.

이상의 내용들을 통해 성인애착인 애착불안과 애착회피 모두 역기능적 분노표현인 분노표출과 분노억제에 영향을 미치는 주요한 변인이며 특히 애착불안의 경우 분노표출과 분노억제에 직접적으로 영향을 미치는 반면, 애착회피는 자아탄력성과 사회적 지지를 통해서만 분노표출과 분노억제에 영향을 미친다는 것을 알 수 있었다. 이러한 결과를 통한 구체적인 본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 기존의 이론적 배경과 선행 연구를 바탕으로 성인애착, 역기능적 분노표현, 사회적 지지, 자아탄력성 간의 관련성을 확인하였다는 점이다. 기존의 연구들은 성인애착과 자아탄력성 및 사회적 지지와의 관계, 성인애착과 역기능적 분노표현의 관계, 자아탄력성 및 사회적 지지와 역기능적 분노표현의 관계와 같이 각 변인들 간의 단편적인 관계를 규명한 연구들이 대부분이었다. 그러나 본 연구에서는 이 변인들 간의 관련성을 동시에 살펴보았다는 점에서 의의가 있다.

둘째, 본 연구는 성인애착이 역기능적 분노표현에 이르는 심리적 기제를 보다 구체적으로 설명할 수 있는 새로운 중간 변인을 확인하였다는데 의의가 있다. 기존의 연구에서는 애착과 분노표현의 관계에서 주로 자동적 사고나 포커싱적 태도와 같은 인지 변인이나(김명화, 박영자, 2013; 임여준 등, 2015) 내면화된 수치심과 같은 정서 변

인(김현주, 이정운, 2011)에 초점을 맞춰 연구하였으나, 본 연구는 개인의 사회적 자원인 사회적 지지와, 개인적 자원으로서 자아탄력성을 새롭게 살펴봄으로써 성인애착과 역기능적 분노표현의 관계를 설명하는 새로운 틀을 제공하였다. 이는 관련 연구에 대한 유용한 자료가 될 것이며 추후 연구의 토대가 될 것으로 기대한다.

셋째, 본 연구는 대학생의 역기능적인 분노표현으로 인한 문제의 해결을 돕고 개입을 위한 정보를 제공한다는 점에 의의가 있다. 이는 변화시키기 어려운 특성인 성인애착을 직접 다루지 않고서도 역기능적 분노표현을 완화시킬 수 있는 개입 방향을 검증했다는 것에 의의를 둘 수 있다. 특히 본 연구는 애착회피가 자아탄력성과 사회적 지지를 통해서 분노표출과 분노억제에 영향을 미친다는 것을 밝혀냈는데, 이러한 결과는 회피 애착 유형의 대학생들이 사회적 지지를 더 높게 지각하고 자아탄력성 수준을 높일 수 있도록 돕는다면 분노를 부적절하게 억제하거나 표출하는 태도를 변화시킬 수 있음을 시사한다. 이는 회피애착 대학생의 역기능적 분노표현을 감소시키는데 초점을 둔 프로그램 개발 및 개입의 근거로 유용하게 사용될 수 있을 것으로 사료된다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 성별의 비율을 고려할 필요가 있다. 본 연구에서 성별을 가외변인으로서 통제하고자 하였으나, 모든 변인에 유의한 효과 없이 모형 적합도만 낮아지는 결과를 보여 제거하였다. 하지만 본 연구 대상자의 성별 비율이 남성에 비해 여성이 2배 정도 많고 분노표현에 있어서 성차가 있다는 점을 고려할 때(Harbin, 2000), 추후 연구에서는 성비를 균등하게 모집하여 연구를 진

행하는 등 성차를 고려한 연구가 요구된다. 둘째, 본 연구는 연구대상자가 대학생에 제한되어 있어 일반화하기에 어려움이 있다. 따라서 후속연구에서는 다양한 연령을 고려한 자료수집이 필요하다. 셋째, 본 연구에서는 자기보고식 설문지를 사용하여 자료를 수집하여 응답자들의 주관적 판단에 의존하였다는 한계와 함께 연구 대상자들의 방어성향과 사회적 바람직성의 추구 경향이 결과에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. 특히 분노표현은 응답자가 자신의 분노표현 방식을 자각하지 못할 경우 실제와는 다르게 측정될 가능성이 있다. 따라서 이후 연구에서는 자기보고식 검사의 한계를 극복하기 위해 타인의 평가나 행동 관찰, 혹은 면담 등 다양한 방식을 포함한 연구를 실시하는 것이 필요하다. 넷째, 본 연구는 자아탄력성과 사회적 지지의 하위변인들을 묶어서 살펴보았으나, 일부 연구에서는 각 변인의 하위변인에 따라 변인간의 관계가 달라지는 것으로 확인되었다. 예를 들어 애착회피와 애착불안에 따라 자아탄력성의 하위요인인 자신감, 대인관계 효율성, 낙관적 태도에서 상이한 결과를 보였으며(김현주 외, 2012), 사회적지지 또한 어떤 대상의 지지를 받느냐에 따라 분노표현에 미치는 영향이 달라질 수 있는 것으로 나타나(김종은, 이운주, 2013), 후속연구에서는 사회적 지지를 가족의지지, 친구의지지, 주요 타인의지지 등 하위변인별로 구분하여 변인간의 관계를 살펴볼 필요가 있을 것으로 사료된다. 다섯째, 본 연구는 성인애착이 분노표출, 분노억제에 미치는 영향에서 사회적 지지와 자아탄력성의 매개효과를 확인하였으나, 관련 변인들의 관계를 밝히는 연구는 초기단계일뿐더러, 본 연구에서는 애착회피와 역기능적 분노표현간의 관계에서의 매

개효과만 확인되어, 추후 연구들에서 변인들 간의 관계를 좀 더 세부적으로 검증할 필요가 있다. 마지막으로 본 연구는 역기능적 분노표현인 분노표출과 분노억제를 개별적인 요인으로 두고 변인 간의 관계를 탐색했으나, 기존 연구에서 분노억제가 높을수록 분노표출을 한다는 점을 고려해볼 때(신미영, 김재환, 2001; 황지연, 연규진, 2018), 분노억제나 분노표출이 서로 독립적인 다른 차원이라기보다는 하나의 연속적인 특성을 보인다고 예상해볼 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 분노억제와 분노표출 간의 관계를 추가적으로 탐색할 필요가 있을 것으로 보인다.

참 고 문 헌

- 곽영희, 정현희 (2014). 초기 청소년의 불안정 애착, 역기능적 태도, 사회적 지지와 우울 간의 구조적 관계. *상담학연구*, 15(5), 1887-1909.
- 김교현 (2000). 분노 억제와 고혈압. *한국심리학회지: 건강*, 5(2), 181-192.
- 김명화, 박영자 (2013). 부모 및 또래애착이 분노표현에 미치는 영향. *가족과 상담*, 3, 33-59.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확장적 요인분석과 문항 반응 이론을 중심으로. 서울대학교 석사학위 청구논문.
- 김인경 (2012). 음악치료사의 자아탄력성 및 사회적 지지와 심리적 소진의 관계. *한국음악치료학회지*, 14(1), 41-61.
- 김중은, 이윤주 (2013). 중학생의 비합리적 신념과 사회적 지지가 분노표현양식에 미치는 영향. *상담학연구*, 14(3), 1551-1567.
- 김진주, 조규관 (2010). 대학상담: 대학생이 지각한 사회적 지지와 귀인성향이 분노표현양식에 미치는 영향. *상담학연구*, 11(2), 891-902.
- 김해진, 신현균, 홍창희 (2008). 성인애착, 특성분노 및 음주문제의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 27(3), 729-748.
- 김혜란, 박경 (2006). 생활스트레스와 분노가 여성의 신체화에 미치는 영향. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 2006(1), 246-247.
- 김현주, 이정윤 (2011). 청소년의 애착과 분노표현의 관계: 내면화된 수치심의 매개 효과. *상담학연구*, 12(3), 965-981.
- 김현주, 함경애, 천성문, 주동범 (2012). 중학교 교사의 성인애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 자아탄력성의 매개효과. *한국교육원교육연구*, 29(4), 445-466.
- 문소현, 박영주 (2008). 청소년기 여성의 분노표현 유형. *한국심리학회지: 간호*, 38(4), 522-532.
- 박신영, 윤경희 (2017). 대학생의 성인애착과 스마트폰 중독 관계. *학습자중심교과교육연구*, 17, 405-434.
- 박현주, 김봉환 (2010). 상담자의 성인애착과 자아탄력성 및 심리적 소진과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(1), 33-52.
- 박현진 (1996). 자아탄력성에 따른 지각된 스트레스, 대처 및 우울. 고려대학교 석사학위 청구논문.
- 한영훈 (2013. 02. 10). 층간소음 문제로 다투다 이웃 2명 살해 후 도주. *세계파이낸스*. <http://www.segyefn.com/newsView/20130210020525>에서 2018, 03, 07 자료 얻음.
- 전종선 (2018, 03, 10). “새 침대 맘에 안 든다” 행패... 아버지·누나 살해한 20대 남성. *서울경제*. <https://www.sedaily.com/NewsView/1RWXDJ6HQ0>에서 2019, 03, 08 자료 얻음.
- 신노라, 안창일 (2004). *Korean Journal of Clinical Psychology*, 23(4), 949-968.
- 신미영, 김재환 (2001). 내원 청소년의 분노 표현양식에 따른 MMPI 반응특징. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 20(2), 299-309.
- 신준섭, 이영분 (1999). 사회적 지지가 실직자의 심리사회적 안녕감에 미치는 영향에 관한 연구. *한국사회복지학*, 37, 241-269.
- 안하얀, 서영석 (2010). 성인애착, 심리적 디스트레스,

- 대인관계문제. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 575-603.
- 이경림, 박재국 (2007). 장애대학생의 대학생활적응 실태 및 사회적 지지에 대한 인식. 특수아동교육연구, 9(1), 289-308.
- 이정순, 김교현 (2000). 분노억제경향과 문제해결이 분노 정서 경험과 혈압에 미치는 효과. 한국심리학회지: 건강, 5(1), 60-72.
- 이순목. (2000). 요인분석의 기초. 서울: 교육과학사.
- 이영미, 민하영, 이윤주 (2004). 부모간의 갈등 및 성인 애착에 따른 대학생의 자아탄력성. 한국가정관리학회지, 22(4), 63-72.
- 이은승 (2011). 청소년이 지각한 사회적 지지와 분노경험 및 분노 표현 간의 관계. 홀리스틱융합교육연구, 15, 67-86.
- 이정숙, 이현, 안윤영, 유정선, 권선주 (2010). 국내 분노 조절 프로그램 연구 동향: 국내 학술논문 중심으로 (1996~ 2008). 한국아동심리치료학회지, 5, 1-22.
- 이정희, 심혜숙 (2007). 성인애착이 대인관계에 미치는 영향에 관한 공변량 구조분석. 상담학연구, 8(3), 899-915.
- 이지영, 손정락 (2009). 대학생의 아동기 정서적 외상경험, 성인애착 및 역기능적 분노표현과의 관계. 스토레스연구, 17(1), 81-89.
- 이훈구, 이수정, 이은정, 박수에 (2003). 정서심리학. 서울: 법문사.
- 임수진, 노안영 (2003). 성인애착과 이성교제, 자존감, 사회적 지지와의 관계. 전남대학교카운슬링센터 학생생활 연구, 35, 99-115.
- 임수진, 노안영 (2009). 상담일반: 성인애착이 도움추구 의도에 미치는 영향-자기노출, 사회적 지지, 자기은폐 매개변인을 중심으로. 상담학연구, 10(3), 1383-1396.
- 임여준, 주은선, 배성만 (2015). 애착유형이 분노표현에 미치는 영향에서 포커싱적 태도의 조절효과. 청소년학연구, 22(10), 261-287.
- 장미경 (2007). 대학생의 애착유형과 지각된 사회적 지지와의 관계에서 사회 망 지향의 매개효과 연구. 상담학연구, 8(4), 1263-1276.
- 장진아, 신희천 (2006). 부부갈등이 청소년 자녀의 부적응에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(3), 569-592.
- 전성희 (2007). 아동기 자녀를 둔 부모의 분노사고와 분노표현 방식. 숙명여자대학교 석사학위 청구논문.
- 전현숙, 손정락 (2011). 역기능적 분노표현 및 비합리적 신념과 마음챙김의 관계. 한국심리학회지: 일반, 30(2), 377-396.
- 전혜경 (2014). 대학생의 애착과 우울 간 관계에서 분노표현의 매개효과. 청소년상담연구, 22(1), 173-199.
- 김정훈 (2017. 06. 12). "음악 시끄럽다" 아파트 12층 외벽작업자 밧줄 절단해 살해. 경향신문. http://news.khan.co.kr/kh_news/khan_art_view.html?artid=201706121753001&code=940202에서 2019, 03, 08 자료 얻음.
- 한덕웅, 전경구, 이장호 (1997). 한국판 STAXI 척도 개발. 한국심리학회지: 건강, 2(1), 60-78.
- 현은민, 박혜영 (2005). 시설보호아동·청소년의 자아탄력성과 사회적 적응에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 23(1), 19-29.
- 황지연, 연구진 (2018). 내면화된 수치심과 전위 공격성의 관계. 한국심리학회지: 건강, 23(1), 147-166.
- Alschuler, A. W. (1984). "Close Enough for Government Work": The Exclusionary Rule after Leon. *The Supreme Court Review*, 1984, 309-358.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226.
- Block, J. H., & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins(Ed.), *The Minnesota Symposia on Child Psychology: Vol.13. Development of cognition, affect, and social relations(pp. 39-101)*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation: Anxiety and anger* (vol. 2). New York, NY:

- Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: loss, sadness and depression* (vol. 3). New York, NY: Basic Books.
- Brassard, A., Darveau, V., Péloquin, K., Lussier, Y., & Shaver, P. R. (2014). Childhood sexual abuse and intimate partner violence in a clinical sample of men: The mediating roles of adult attachment and anger management. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 23*(7), 683-704.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes(Eds.), *Attachment theory and close relationships*(pp. 46-76). New York, NY: Guilford Press.
- Bretherton, I., Ridgeway, D., & Cassidy, J. (1990). Assessing internal working models of the attachment relationship. *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 273-308). Chicago, IL: The University of Chicago Press.
- Byrne, B.M. (1998). *Structural Equation Modeling with LISREL, PRELIS and SIMPLIS: Basic Concepts, Applications and Programming*. Mahwah, New Jersey: Lawrence Erlbaum Associates.
- Campbell-Sills, L., Cohan, S. L., & Stein, M. B. (2006). Relationship of resilience to personality, coping, and psychiatric symptoms in young adults. *Behaviour Research and Therapy, 44*(4), 585-599.
- Cassidy, J. (2000). Adult romantic attachments: A developmental perspective on individual differences. *Review of General Psychology, 4*(2), 111.
- Cheung, M. W. (2007). Comparison of approaches to constructing confidence intervals for mediating effects using structural equation models. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal, 14*(2), 227-246.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(4), 644.
- 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.
- Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2004). Working models of attachment shape perceptions of social support: evidence from experimental and observational studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 87*(3), 363.
- Creasey, G., & Hesson-McInnis, M. (2001). Affective responses, cognitive appraisals, and conflict tactics in late adolescent romantic relationships: Associations with attachment orientations. *Journal of Counseling Psychology, 48*(1), 85.
- Deffenbacher, J. L., & McKay, M. (2000). *Overcoming situational and general anger: A protocol for the treatment of anger based on relaxation, cognitive restructuring, and coping skills training*. Therapist protocol. Oakland, CA: New Harbinger.
- Dougall, A. L., Hyman, K. B., Hayward, M. C., McFeeley, S., & Baum, A. (2001). Optimism and Traumatic Stress: The Importance of Social Support and Coping 1. *Journal of Applied Social Psychology, 31*(2), 223-245.
- Dunkel-Schetter, C., & Bennett, T. L. (1990). Differentiating the cognitive and behavioral aspects of social support. In B. R. Sarason, I. G. Sarason, & G. R. Pierce (Eds.), *Social support: An interactional view* (pp. 267-296). New York:

- Wiley.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of personality and Social Psychology*, 58(2), 281.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350.
- Gardner, D. H., & Parkinson, T. J. (2011). Optimism, self-esteem, and social support as mediators of the relationships among workload, stress, and well-being in veterinary students. *Journal of Veterinary Medical Education*, 38(1), 60-66.
- Greenberg, K. R. (2003). *Group counseling in K-12 schools: A handbook for school counselors*. Boston, MA: Allyn & Bacon.
- Harbin, T. (2000). *Beyond anger: A guide for men: How to free yourself from the grip of anger and get more out of life*. New York, NY: Marlowe & Company.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(3), 511.
- Kaplan, G. A., Seeman, T. E., Cohen, R. D., Knudsen, L. P., & Guralnik, J. (1987). Mortality among the elderly in the Alameda County Study: behavioral and demographic risk factors. *American Journal of Public Health*, 77(3), 307-312.
- Kerr, M. A., & Schneider, B. H. (2008). Anger expression in children and adolescents: A review of the empirical literature. *Clinical Psychology Review*, 28(4), 559-577.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and practice of structural equation modeling (2nd ed)*. New York, NY: Guilford Press. *Methodology in the social sciences*. New York: Guilford Press.
- Klohnen, E. C. (1996). Conceptual analysis and measurement of the construct of ego-resiliency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(5), 1067.
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child development*, 59, 135-146.
- Lakey, B., & Heller, K. (1988). Social support from a friend, perceived support, and social problem solving. *American Journal of Community Psychology*, 16(6), 811-824.
- Larose, S., Bernier, A., Soucy, N., & Duchesne, S. (1999). Attachment style dimensions, network orientation and the process of seeking help from college teachers. *Journal of Social and Personal Relationships*, 16(2), 225-247.
- Lent, R. W., Brown, S. D., Schmidt, J., Brenner, B., Lyons, H., & Treistman, D. (2003). Relation of contextual supports and barriers to choice behavior in engineering majors: Test of alternative social cognitive models. *Journal of Counseling Psychology*, 50(4), 458.
- Lopez, F. G., & Gormley, B. (2002). Stability and change in adult attachment style over the first-year college transition: Relations to self-confidence, coping, and distress patterns. *Journal of Counseling Psychology*, 49(3), 355.
- MacCallum, R.C., Browne, M.W., & Sugawara, H., M. (1996). "Power Analysis and Determination of Sample Size for Covariance Structure Modeling," *Psychological Methods*, 1(2), 130-49.
- McCullough, L., Kuhn, N., Andrews, S., Kaplan, A., Wolf, J., & Hurley, C. L. (2003). *Treating affect phobia. A manual for short-term dynamic psychotherapy*; New York, NY: Guilford Press.
- Meesters, C., & Muris, P. (2002). Attachment style and self-reported aggression. *Psychological Reports*, 90(1), 231-235.

- Mikulincer, M. (1998). Attachment working models and the sense of trust: An exploration of interaction goals and affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*(5), 1209.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion, 27*(2), 77-102.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2016). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Musante, L., & Treiber, F. A. (2000). The relationship between anger-coping styles and lifestyle behaviors in teenagers. *Journal of Adolescent Health, 27*(1), 63-68.
- Novaco, R. W. (2007). Anger dysregulation. In T. A. Cavell & K. T. Malcolm (Eds.), *Anger, aggression and interventions for interpersonal violence*. (pp. 3-54). Mahwah NJ: Erlbaum.
- Ong, A. D., Bergeman, C. S., Bisconti, T. L., & Wallace, K. A. (2006). Psychological resilience, positive emotions, and successful adaptation to stress in later life. *Journal of Personality and Social Psychology, 91*(4), 730.
- Palfai, T. P., & Hart, K. E. (1997). Anger coping styles and perceived social support. *The Journal of Social Psychology, 137*(4), 405-411.
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others?. *Review of General Psychology, 4*(2), 155.
- Pinquart, M. (2009). Moderating effects of dispositional resilience on associations between hassles and psychological distress. *Journal of Applied Developmental Psychology, 30*(1), 53-60.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B., & Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: The social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology, 44*(1), 127.
- Sarason, B. R., Pierce, G. R., Shearin, E. N., Sarason, I. G., Waltz, J. A., & Poppe, L. (1991). Perceived social support and working models of self and actual others. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(2), 273.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2007). *Adult attachment strategies and the regulation of emotion. Handbook of emotion regulation*. In J. J. Gross (Ed.). Handbook of emotion regulation (pp. 446-465). New York: Guilford press.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*(4), 422-445.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*(3), 434.
- Soderstrom, M., Dolbier, C., Leiferman, J., & Steinhardt, M. (2000). The relationship of hardiness, coping strategies, and perceived stress to symptoms of illness. *Journal of Behavioral Medicine, 23*(3), 311-328.
- Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression, and control of anger. In *Individual differences, stress, and health psychology* (pp. 89-108). New York: Springer Verlag Publishers.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C., & Sydeman, S. J. (1995). Measuring the experience, expression, and control of anger. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing, 18*(3), 207-232.
- Sroufe, L. A., Egeland, B., Carlson, E., & Collins, W.A (2005). Placing early attachment experiences in developmental context. Attachment from

- infancy to adulthood: The major longitudinal studies. In K. E. Grossmann, K. Grossman, & E. Waters (Eds.) *Attachment from infancy to adulthood: The major longitudinal studies* (pp. 48-70). New York: Guilford Publications.
- Vaux, A., Burda, P., & Stewart, D. (1986). Orientation toward utilization of support resources. *Journal of Community Psychology, 14*(2), 159-170.
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T. Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult Attachment, Affect Regulation, Negative Mood, and Interpersonal Problems: The Mediating Roles of Emotional Reactivity and Emotional Cutoff. *Journal of Counseling Psychology, 52*(1), 14.
- Wethington, E., & Kessler, R. C. (1986). Perceived support, received support, and adjustment to stressful life events. *Journal of Health and Social Behavior, 78*-89.
- Wicks, R. J. (2005). *Overcoming secondary stress in medical and nursing practice: A guide to professional resilience and personal well-being*. Oxford University Press, USA.
- Wight, R. G., Aneshensel, C. S., Botticello, A. L., & Sepúlveda, J. E. (2005). A multilevel analysis of ethnic variation in depressive symptoms among adolescents in the United States. *Social Science & Medicine, 60*(9), 2073-2084.
- Wilson, G. S., Pritchard, M. E., & Revalee, B. (2005). Individual differences in adolescent health symptoms: The effects of gender and coping. *Journal of Adolescence, 28*(3), 369-379.
- Young, J. & Janet, S. (1993). *Reinventing your life*. New York: Plenum.
- Zaitsoff, S. L., Geller, J., & Srikameswaran, S. (2002). Silencing the self and suppressed anger: Relationship to eating disorder symptoms in adolescent females. *European Eating Disorders Review, 10*(1), 51-60.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment, 52*(1), 30-41.

원고접수일: 2018년 6월 8일

논문심사일: 2018년 6월 21일

게재결정일: 2019년 2월 11일

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2019. Vol. 24, No. 1, 69 - 93

The Mediating Effects of Social Support and Ego-resiliency on the Relationship between Adult Attachment and Dysfunctional Anger Expression

Sujung Choi Dong Hun Lee
Sungkyunkwan University

The objective of this study was designed to explore the mediating effects of social support and self-resiliency on the relationship between adult attachment (anxiety, avoidance) and dysfunctional anger expression (anger-in, anger-out). A sample of 272 undergraduate students were asked to complete the Adult Attachment Scale, Dysfunctional Anger Expression Scale, Social Support Scale, and Self-resiliency Scale. The results were as follows. First, attachment anxiety significantly influenced dysfunctional anger expression including anger-in and anger-out, whereas attachment avoidance had no significant effect both of all. Secondly, the mediating effect of social support and ego-resiliency on the relationship attachment anxiety and dysfunctional anger expression was not significant. Thirdly, full mediating effect of social support on the relationship between attachment avoidance and anger-in was significant. Lastly, full mediating effect of ego-resiliency on the relationship between attachment avoidance and anger-out was significant. Based on these findings, implications for counseling and study limitations were discussed.

Keywords: undergraduate students, adult attachment, dysfunctional anger expression, social support, ego-resiliency