

# 아동기 애착불안과 애착회피에 대한 지각이 성인진입기 우울에 영향을 미치는 기제: 우울경험양식의 매개효과\*

Received: January 09, 2021  
Revised: February 25, 2021  
Accepted: March 02, 2021

서지효<sup>1</sup>, 장혜인<sup>2</sup>  
성균관대학교 심리학과/ 석사과정 졸업생<sup>1</sup>, 성균관대학교 심리학과/ 교수<sup>2</sup>

교신저자: 장혜인  
성균관대학교 심리학과,  
서울특별시 종로구 성균관로  
25-2

## The Effects of Perceived Childhood Attachment Anxiety and Avoidance on Depression in Emerging Adulthood: Depressive Experience Style as a Mediator

E-MAIL:  
hichang@skku.edu

Jihyo Seo<sup>1</sup>, Hyein Chang<sup>2</sup>  
Department of Psychology, Sungkyunkwan University/ Graduate student<sup>1</sup>  
Department of Psychology, Sungkyunkwan University/ Associate Professor<sup>2</sup>

© Copyright 2021. The  
Korean Journal of  
Developmental Psychology.  
All Rights Reserved.



\* 본 연구는 제 1저자의  
석사학위 논문을 수정 보완한  
것임.

### ABSTRACT

어린 시절 형성되는 불안정한 애착은 우울의 중요한 위험요인으로 알려져 있으나 우울 발병에 취약한 성인진입기 우울에 미치는 영향에 대한 연구는 부족하다. 이에 본 연구는 지각된 아동기 애착불안과 애착회피가 각각 우울을 예측하는 기제에서 우울경험양식의 하위요인인 의존성과 자기비판의 매개효과를 검증했다. 이를 위해 성인진입기 남녀 200명(남 74명, 여 126명)을 대상으로 자기보고식 질문지로 애착불안, 애착회피, 의존성, 자기비판, 우울을 측정하여 경로분석을 하였다. 연구결과, 애착불안 및 애착회피는 우울을 정적으로 예측했으며, 이 관계는 자기비판에 의해 완전매개되었다. 반면, 애착불안 및 애착회피와 우울의 관계에서 의존성의 매개효과는 유의하지 않았다. 본 결과는 높은 애착불안과 애착회피가 성인진입기 우울에 취약하게 하며, 그 과정을 자기비판이 설명함을 의미한다. 본 연구는 지각된 아동기 애착이 우울경험양식을 통해 성인진입기 우울 발달에 기여하는 기제를 경험적으로 확인하고 개입표적을 제시하는 실제적 함의가 있다.

주요어 : 애착불안, 애착회피, 우울경험양식, 의존성, 자기비판, 우울

18-29세에 해당하는 성인진입기(Arnett, Žukauskienė, & Sugimura, 2014)는 개인의 정체성 확립과 함께 이전보다 독립적인 생활을 요구 받으나 실질적으로는 안정적인 직장 생활, 결혼 등 성인의 책임을 완전히 수행하지 않는 과도기이다(Arnett, 2000, 2005). 이 시기는 학업, 대인관계 등 다양한 영역에서 많은 변화와 스트레스를 경험하여 정신장애의 발병에 취약하고(Schulenberg et al. 2003) 주요우울장애의 발병률이 가장 높게 나타나는 시기이다(미국정신의학회, 2015). 성인진입기에 정신건강 문제를 겪는 사람들은 학업적, 직업적, 사회적 영역에서 적응하는 데 어려움이 있을 뿐만 아니라 성인기로의 발달적 이행을 성공적으로 완수하지 못할 가능성이 크므로(Viner & Tanner, 2009) 특별히 성인진입기 개인들을 대상으로 우울의 위험요인과 발병 기제를 확인하는 것이 중요하다. 이에 따라 다양한 심리적 요인과 우울 간 관계가 이 시기 개인들을 대상으로 조사되었으며, 자존감(Riggs & Han, 2009), 지각된 사회적 지지(Pettit, Roberts, Lewinsohn, Seeley, & Yaroslavsky, 2011), 지각된 차별(Miranda, Polanco-Roman, Tsypes, & Valderrama, 2013), 아동기와 청소년기의 가족 갈등(Roubinov & Luecken, 2013) 등이 우울을 예측하는 것으로 보고된다. 그러나 발달적 관점에서 어린 시절의 심리적 요인과 성인진입기 우울 간 연관성을 탐색한 연구는 아직 제한적이다.

우울의 대인관계적 위험요인인 애착은 어린 시절에 형성된 인지-정서적 요인이 개인이 성장함에 따라 정신건강에 영향을 미치는 과정을 발달적으로 설명하는 데 있어 중요한 개념이라고 할 수 있다. 애착(attachment)은 중요한 타인과 맺는 지속적이고 강력한 정서적 유대로 정의된다(Bowlby, 1988).

생애 초기 애착대상인 주양육자와의 상호작용에서 형성된 애착은 자신과 타인에 대한 정신적 표상인 내적작동모델을 통해(Bowlby, 1988; Main, Kaplan, & Cassidy, 1985) 우울을 비롯한 정신병리의 발병에 영향을 미친다. 어린 시절 주양육자와 친밀하고 긍정적인 관계를 맺음으로써 안정애착(secure attachment)을 형성한 영유아는 성장함에 따라 성인기에도 친밀하고 만족스러운 대인관계를 맺을 가능성이 높다(Simpson & Rholes, 2015).

반면에 주양육자가 비일관적이거나 비반응적으로 영유아에게 돌봄을 제공한 경우에는 불안정애착(insecure attachment)을 형성하게 된다(Bowlby, 1973). 불안정애착은 애착을 안정성에 따라 분류한 것으로, 애착은 이론에 따라 다양한 하위유형으로 분류된다. 예를 들어, 낯선 상황 실험절차를 사용한 연구에서는 분리와 재결합 상황에서 보이는 행동에 따라 영유아의 애착을 네 가지로 분류했다(Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978). 첫 번째 유형은 안정형으로, 이들은 애착대상과의 분리에 슬퍼하지만 재결합 후에는 애착대상에게 접근해 안전감을 획득하려 하였다. 두 번째로 회피형은 분리에 관한 분노나 슬픔의 표현 자체를 피하고 재결합한 양육자를 무시하였다. 다음으로 양가형은 애착대상과 떨어져 환경 탐색을 거의 하지 않고 재결합해도 쉽게 인락을 느끼지 못했다. 마지막 유형은 상충되는 전략들이 혼재된 영유아들로 분류되었다.

그런데 애착에 대한 유형적 접근(Ainsworth et al., 1978)은 영유아의 특성상 불가피하게 애착의 행동적 측면에 초점을 맞추어 영유아기 이후의 발달 시기에 중요한 인지적, 정서적 측면은 고려하지 않는다는 한계가 있다. 성인기에 나타나는 다양한 심리적 문제는 내적작동모델을 통해 설명되므로

(Blatt & Homann, 1992), 개인에게 내면화되어 친밀한 관계에서 활성화되는 인지적, 정서적 도식으로 애착을 개념화하는 차원적 접근이 더 유용할 것으로 보인다(Holmes, 2014). 차원적 접근에 따르면 애착에는 애착불안과 애착회피라는 두 차원이 있으며 각 차원이 높을수록 애착이 불안정한 것으로 본다(Bartholomew & Horowitz, 1991; Fraley, Waller, & Brennan, 2000). 애착불안은 부정적인 자기표상으로 인해 애착대상에게 버림받는 것을 걱정하는 차원이며, 애착회피는 부정적 타인표상으로 인해 애착대상에게 거리감을 두고 친밀감을 불편해하는 차원이다(Bowlby, 1988; Simpson & Rholes, 2015). 높은 애착불안과 연관된 스스로가 사랑받을 만하지 않다는 인지적, 정서적 도식은 스스로를 평가절하하게 하고, 과도한 재확인 추구 등 역기능적인 대인관계 행동을 빈번하게 만든다(Lee & Hankin, 2009). 이는 오히려 애착불안이 높은 사람들이 추구하는 사회적 지지를 잃게 하고, 결국 우울 위험을 높인다(Shaver, Schachner, & Mikulincer, 2005). 높은 애착회피와 연관된 부정적 타인표상 역시 거절에 대한 기대와 타인의 애정이 가치 없다는 신념을 형성하고 이를 입증하는 방향으로 행동하게 만든다(윤현수, 오경자, 2004; Carnelley, Pietromonaco, & Jaffe, 1994). 이는 사회적 갈등을 증가시키거나(권석만, 김지영, 2002) 긍정적 상호작용을 포함한 전체적인 대인관계 상호작용을 감소시켜(Lee & Hankin, 2009) 우울에 취약하게 만든다(Coyne, 1976). 이와 일치하게 성인진입기 표본에서 애착불안(정주리, 김은영, 2019; Hankin, Kassel, & Abela, 2005)과 애착회피(한유경, 신나나, 2019; Zhu, Wang, & Chong, 2016)는 각각 우울을 예측하는 것으로 나타났다.

그러나 이러한 선행연구들은 대부분이 낭만적 관계에서의 성인애착을 측정된 것으로(e.g. Cantazaro & Wei, 2010) 우울의 위험요인으로서 내적작동모델을 보다 명확하게 반영하기 위해서는 보다 어린 시절의 애착에 대한 개인의 지각을 측정할 필요가 있을 것으로 생각된다. 현재의 부모와의 관계나 또래 관계, 낭만적 관계에서의 불안정한 애착은 사실상 개인의 내적작동모델을 반영하기보다는 우울 발달에 있어 대인관계적 스트레스 사건을 반영할 가능성이 있을 것으로 생각되기 때문이다. 더하여, 성인애착 연구는 표집을 낭만적 관계 내력이 있는 참가자로 한정해야 하는데 이러한 표본은 다양한 성인진입기 개인들을 충분히 대표한다고 보기 어려운 한계가 있다.

한편, 불안정한 애착은 그 자체로 정신병리를 야기하는 것이 아니라 특정한 발달경로를 따름으로써 정신병리에 대한 취약성을 형성하므로(Besser & Priel, 2005) 애착과 우울의 관계를 설명하기 위해 매개요인을 살펴보는 것이 중요하다. 그러나 아직까지 애착불안과 애착회피가 각각 우울 발달에 영향을 미치는 경로를 포괄적으로 설명하는 요인은 충분히 탐색되지 않은 실정이다. 성인진입기는 성격 발달이 안정화되는 동시에(Stein, Newcomb, & Bentler, 1986) 대인관계 확장이 중요한 발달적 과업인 시기이므로(Arnett, 2005) 어린 시절 형성된 애착이 내적작동모델을 통해 대인관계에 영향을 미치는 성격특성으로 표현될 가능성이 높다. 따라서 본 연구는 애착불안 및 애착회피와 우울의 관계에서 성격요인의 매개효과를 각각 살펴보는 데 초점을 두었다.

이러한 성격요인 중 우울경험양식은 개인이 주관적으로 우울을 경험하는 심리적 태도이자 우울에 취약한 성격특성을 뜻한다(Blatt, 1974). 우울경험

양식은 개인의 우울 기분이 대인관계와 더 연관되는지 혹은 자율성이나 죄책감과 더 연관되는지에 따라 하위요인인 의존성과 자기비판으로 나뉜다(Blatt, 1974). 의존성은 관계에의 몰두, 돌봄과 사랑을 받지 못하는 것에 대한 과도한 걱정, 자율성의 희생과 타인에 대한 의존으로 개념화되며, 자기비판은 가혹한 자기검열, 중요한 타인에게 인정받지 못하거나 비판받는 것에 대한 만성적 공포로 정의된다(Blatt, D'Afflitti, & Quinlan, 1976). 성인 진입기가 정체성 및 가치관 확립이 중요한 문제로 대두되는 시기임(Wood, Crapnell, Lau, Bennett, Lotstein, Ferris, & Kuo, 2018)을 고려하면 개인이 어떤 것에 중요성을 두느냐에 따라 우울해지는지 구별하는 것은 중요한 의미를 지닐 수 있다. 특히 독립성 추구하고 대인관계에서의 변화 경험이라는 이행기적 특성(Arnett, 2005)은 의존성과 자기비판을 탐색하는 것이 시기적으로 적절함을 시사한다. 구체적으로 살펴보면 의존성은 과도한 재확신 추구하고 같은 역기능적 대인관계 행동으로 인해 우울 위험을 높이며(Cantazaro & Wei, 2010), 자기비판은 성취와 인정에 대한 집착으로 인한 대인관계에 대한 양가적 감정과 무가치감, 죄책감때문에 우울 위험을 높인다(Zuroff & Fitzpatrick, 1995). 이와 일치하게 성인진입기에서 의존성과 자기비판 모두 우울을 예측하였다(Mongrain & Leather, 2006).

의존성과 자기비판은 불안정애착과도 연관된다. 먼저, 애착불안이 높은 경우 버림받음에 대한 두려움 때문에 친밀한 관계에 몰두하고 과도하게 의존하는 전략을 취할 가능성이 높다(Cantazaro & Wei, 2010; Reis & Greyner, 2002). 또한 자기표상이 부정적이므로 성취목표를 달성하지 못한 것에 대해 자기비난을 하거나 중요한 타인의 기대에 맞추기 위해 스스로를 검열함으로써 자기비판이 높을

것으로 생각된다(Cantazaro & Wei, 2010; Gilbert & Procter, 2006). 다음으로 애착회피가 높은 경우 친밀한 관계를 불편해하므로 의존성이 낮을 것으로 보인다(Cantazaro & Wei, 2010; Reis & Greyner, 2002). 또한 부정적 타인표상 때문에 거절을 내면화하거나 혹은 기대되는 거절로부터 스스로를 보호하고자 가혹한 자기검열을 함으로써 자기비판이 높을 수 있다(Cantazaro & Wei, 2010; Gilbert & Procter, 2006). 종합하면 어린 시절 형성된 애착은 성격요인인 우울경험양식을 거쳐 성인 진입기 우울에 영향을 미칠 것으로 예상된다(Besser & Priel, 2005).

그러나 이와 같은 이론적 제안에도 불구하고 애착의 하위차원들과 우울의 관계에서 우울경험양식의 매개효과를 살펴본 연구가 적으며, 특히 아동기 애착에 대한 지각이 우울경험양식을 통해 우울에 미치는 영향을 검증한 연구는 거의 없다. 따라서 본 연구는 어린 시절 형성된 애착의 두 차원인 애착불안과 애착회피가 각각 우울경험양식의 하위요인인 의존성과 자기비판을 매개로 우울을 예측하는 변별적인 경로를 검증하고자 하였다. 구체적으로, 높은 애착불안으로 인한 높은 의존성과 높은 자기비판이 우울을 정적으로 예측할 것(Cantazaro & Wei, 2010)이라 기대하였다. 또, 높은 애착회피로 인한 낮은 의존성은 우울을 부적으로 예측하는 반면, 높은 애착회피로 인한 높은 자기비판은 우울을 정적으로 예측할 것(Cantazaro & Wei, 2010)으로 기대하였다. 이를 위하여 아동기 애착에 대한 현재의 지각을 회고적으로 측정하였다. 아동기 경험에 대한 성인기의 회고적 보고는 상당한 부정 오류와 측정 오차를 포함할 위험을 내포하고 있으며(Hardt & Rutter, 2004), 특히 사건 빈도와 날짜를 평가하는데 사용하는 것은 바람직하지 않은 것으로 권

고된다(Henry, B., Moffitt, Caspi, Langley, & Silva, 1994). 그러나 애착은 단순한 대인관계적 사건에 대한 보고라기보다는 보다 전반적인 인지적, 정서적 도식에 가까운 개념이기 때문에 결과 해석에 있어 회고적 측정이 지니는 제한점에 유의한다면 몇몇 선행연구와 마찬가지로 유의미한 정보를 제공해줄 수 있을 것으로 보인다. 예를 들어, 아동기 양육(Dalton III, Frick-Horbury, & Kitzmann, 2006; Kelley, Nair, Rawlings, Cash, Steer, & Fals-Stewart, 2005), 역할 반전 부모화(Katz, Petracca, & Rabinowitz, 2009), 부 애착(McCormick & Kennedy, 2000)을 회고적으로 측정하는 연구들이 존재한다.

또한 최근 스트레스 사건이 우울 증상 증가에 영향을 미칠 수 있다는 선행연구 결과(e.g. Burton, Stice, Seeley, 2004)를 고려하여, 본 연구는 일상 생활에서 경험하는 사건들 가운데서 개인에게 스트레스를 줄 수 있는 부정적인 생애사건만을 측정하여 통제하였다.

본 연구에서 설정한 연구 가설은 그림 1과 같다.

**연구 가설 1.** 애착불안과 우울의 관계는 우울경험양식에 의해 매개될 것이다. 구체적으로, 애착불안이 높을수록 의존성이 높고, 의존성이 높을수록 우울이 높을 것이다. 또, 애착불안이 높을수록 자

기비판이 높고, 자기비판이 높을수록 우울이 높을 것이다.

**연구 가설 2.** 애착회피와 우울의 관계는 우울경험양식에 의해 매개될 것이다. 구체적으로, 애착회피가 높을수록 의존성이 낮고, 의존성이 낮을수록 우울이 낮을 것이다. 또, 애착회피가 높을수록 자기비판이 높고, 자기비판이 높을수록 우울이 높을 것이다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구의 대상은 서울시 소재 대학교에서 심리학 교양수업을 수강하는 학부생 200명(남성 74명, 여성 126명)이었다. 평균 연령은 21.34세( $SD=2.1$ )였으며, 범위는 18-36세로 한 명을 제외한 모든 연구대상의 연령대가 10대 후반에서 20대였다. 학년의 평균은 1.69( $SD=1.09$ )였다. 또한 모든 연구대상의 결혼 상태가 미혼으로 보고되어, 한 명을 제외하고 모두 성인진입기에 해당하는 것으로 간주되었다.

### 측정도구

#### 애착불안 및 애착회피

애착의 두 차원인 애착불안과 애착회피를 측정하기 위해 이현숙(2009)이 개발하고 이현숙과 홍상황(2010)이 초등학교 4-6학년 대상으로 타당화한 아동용 부모애착 검사를 사용하였다. 본 연구에서는 '어린 시절에 부모님이나 부모님처럼 돌봐 주신 분

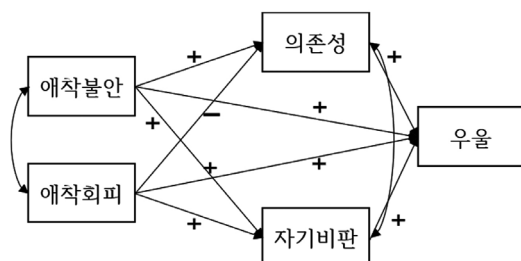


그림 1. 연구모형

에 대해 가졌던 생각이나 느낌을 가장 잘 나타내 주는 것'을 고름으로써 회고적으로 응답하게 하였다. 아동용 부모애착 검사는 총 44 문항으로, 애착 불안과 애착회피의 두 하위척도로 구성된다. 애착 불안척도(23 문항)는 자기가치에 대한 걱정, 자신이 부모에게 받아들여질 수 있을지 불안해하는 경향성을 측정한다. 애착회피척도(21 문항)는 부모를 신뢰하며 부모와 친밀한 관계를 맺는 것을 편안하게 느끼고 의사소통 과정에서 자신이 이해받는다고 느끼는 정도를 측정하며, 역채점하게 되어있다. 각 문항에 0점(전혀 그렇지 않다)부터 3점(매우 그렇다)의 4점 리커트 척도로 응답하며, 점수가 높을수록 해당 차원의 특성이 높음을 의미한다. 총점 범위는 0-132점이다. 이현숙과 홍상환(2010)의 연구에서 내적합치도는 불안에서 .85-.86, 회피에서 .94-.95였으며 본 연구에서 내적합치도는 .93(애착불안), .98(애착회피)이었다.

#### 우울경험양식

우울경험질문지(Depressive Experiences Questionnaire: DEQ)는 우울한 개인의 심리적 경험의 특성을 측정하기 위해 Blatt 등(1974)이 개발한 척도이다. 본 연구에서는 우울경험양식을 측정하기 위해 조재임(1996)이 번안한 것을 김현진(2002)이 재요인분석한 척도를 사용하였다. DEQ는 총 66 문항이며 의존성, 자기비판, 효능감의 세 하위요인으로 구성된다. 의존성(22 문항)은 외로움, 무력감, 타인과 친밀하고 의존하고 싶은 성향, 버림받음에 대한 공포, 공격성 처리의 어려움을 측정한다. 자기비판(22 문항)은 죄책감, 불만족, 기대에 맞추지 못함, 변화에 대한 공포 등을 측정하는 문항들로 구성된다. 마지막으로 효능감(22 문항)은 높은 개인적 기준, 책임감, 독립성, 만족감 등을 측정

하는 문항들로 구성된다. 본 연구에서는 우울에 취약한 성격특성으로 간주되는(Zuroff, Igeja, & Mongrain, 1990) 의존성과 자기비판만을 사용하였다. 1점(전혀 아니다)부터 7점(완전히 그렇다)의 7점 리커트 척도로 점수가 높을수록 의존성이나 자기비판이 높음을 뜻한다. 총점의 범위는 66-462점이다. DEQ의 내적 합치도는 .97(의존성), .94(자기비판), .92(효능감)였으며(Zuroff, Quinlan, & Blatt, 1990), 국내에서는 .87(의존성), .85(자기비판), .75(효능감)이었다(김현진, 2002). 본 연구에서 내적 합치도는 .90(의존성), .89(자기비판)이었다.

#### 우울

우울을 측정하기 위해 벡 우울척도 2판(Beck Depression Inventory-II; BDI-II)을 사용하였다. BDI-II는 정신장애의 진단 및 통계편람 4판(Diagnostic and statistical manual of mental disorders: DSM-IV, 4th Edition)의 우울장애의 증상을 고루 측정하는 척도로서 널리 사용된다. Beck 등(1996)이 제작한 것을 국내에서 번안한 척도를 사용하였다(성형모 등, 2008). 최근 2주간의 기분을 잘 기술하는 정도를 각 문항에 0-3점의 4점 리커트 척도로 응답하며, 전체 21 문항의 총점 범위는 0-63점으로 높을수록 우울이 심하다고 본다. BDI-II의 검사-재검사 신뢰도는 .93이었다. 국내에서 내적합치도는 정상군 .834, 임상군 .880으로 보고된다(성형모 등, 2008). 본 연구에서 벡 우울척도 2판의 내적 합치도는 .86이었다.

#### 부정적 생애사건

부정적 생애사건은 대학생들이 겪는 일상적인 부정적 생애사건을 측정하고자 개발된 개정판 대학생 생활스트레스 척도(Life Stress Scale-Revised:



LSS-R)로 측정되었다(전경구, 김교현, 이준석, 2000). 총 50 문항이며, 경제문제(7 문항), 이성관계(6 문항), 교수와의 관계(6 문항), 가족관계(6 문항), 장래문제(8 문항), 가치관문제(5 문항), 학업문제(7 문항), 친구관계(5 문항)의 8개 하위요인으로 구성된다. 각 문항에 경험빈도와 중요도를 각 0점(전혀)에서 3점(자주/매우)의 4점 척도로 평정한다. 총점 범위는 0-300점으로 높을수록 부정적 생애사건으로 인한 스트레스가 심함을 뜻한다. 본 연구는 선행연구(전경구, 김교현, 이준석, 2000)를 참고해 경험빈도와 중요도의 합산점수를 부정적 생애사건의 측정치로 사용하였다. 선행연구에서 총점의 내적합치도는 .90으로 보고되었으며(이은희, 2004), 본 연구에서 내적합치도는 .93이었다.

## 연구절차

본 연구에서는 2020년 9월 21일부터 2020년 10월 13일까지 온라인으로 수집한 자료를 사용하였다. 먼저 참가자들에게 연구참가에 대한 동의서를 받은 후에 불안정애착이나 우울경험양식에 대한 응답이 우울에 대한 응답에 영향을 미치지 않도록 우울, 불안정애착, 우울경험양식, 부정적 생애사건의 순서로 자기보고 질문지를 온라인 설문 사이트에 제시하여 작성하게 하였다. 또, 연령, 성별, 학년, 결혼 상태를 포함하는 인구통계학적 정보를 수집하였다. 응답을 완료한 참가자들에게 연구 목적을 설명하는 해명문을 제시한 후 연구를 종료하였다.

## 자료분석

자료분석에는 SPSS를 사용해 측정변인의 기술통계치 확인과 측정도구들의 신뢰도분석, 전체 변인

간 상관분석을 실시하였고 이후 Mplus를 사용해 경로분석을 실시하였다. 본 연구에서는 애착불안과 애착회피를 독립변수, 의존성과 자기비판을 매개변수, 우울을 종속변수로 하는 구조적 경로를 설정하였다. 이때, 부정적 생애사건과 우울의 관계에 대한 선행문헌(Burton, Stice, & Seeley, 2004)을 참고하여 부정적 생애사건이 우울을 예측하는 경로를 추가해 그 효과를 통제하였다. 한편, 성별에 따라 다른 결과가 나타나는지 보고자  $t$ 검증을 실시하였으나 모든 변인에서 성차가 통계적으로 유의하지 않아 이후 분석에서는 성별을 통제변인으로 투입하지 않았다. 그리고 애착불안과 애착회피 간 유의한 상관이 보고되는 선행연구(e.g. 곽영희, 정현희, 2014; Lee & Hankin, 2009)를 근거로 두 변인 간 공분산을 설정하였다. 또한 본 연구에서 의존성과 자기비판 사이에 상관이 유의함을 고려하여 두 변인 간에도 공분산을 설정하였다. 이에 연구모형이 자유도가 0인 포화모형이 되어( $df=0$ ) 모형의 적합도지수는 따로 보고하지 않았다. 마지막으로 개별 모수들의 간접효과 검증 위해 부스트래핑(Bootstrapping)을 실시했다. 부스트래핑 사용 시에는 재추출한 표본이 적어도 5,000개 이상이어야 한다는 제안(Hayes, 2013)을 근거로 본 연구에서는 부스트래핑 표본 수를 10,000개로 설정하였다.

## 결 과

### 기술통계 및 상관분석 결과

주요 변인의 기술통계치와 상관분석 결과는 표 1에 제시하였다. 측정변인의 왜도 범위는 -.30~1.68이었고 첨도 범위는 -.57~3.10으로 정규성 가정을

표 1. 측정변인의 기술통계 및 상관분석 결과(N=200)

변인	1	2	3	4	5	6
1 애착불안	-					
2 애착회피	.77**	-				
3 의존성	.10	.01	-			
4 자기비판	.54**	.49**	.39**	-		
5 우울	.53**	.46**	.18**	.72**	-	
6 부정적 생애사건	.41**	.38**	.10	.56**	.63**	-
평균	33.5	18.79	101.57	85.73	13.15	73.28
표준편차	10.18	15.78	21.72	20.88	7.25	43

\*\* $p < .01$ .

위반하지 않는 것으로 간주되었다. 또, 모든 변수의 공차가 .1보다 컸으며 VIF<10으로 공선성 문제는 없거나 미미한 수준일 것으로 생각되었다.

우울은 애착불안( $r=.53, p<.01$ ), 애착회피( $r=.46, p<.01$ ), 의존성( $r=.18, p<.01$ ), 자기비판( $r=.72, p<.01$ )과 정적인 상관이 있었다. 다음으로 애착불안은 애착회피( $r=.77, p<.01$ ), 자기비판( $r=.54, p<.01$ )과 유의한 정적 상관을 나타냈으며, 애착회피는 자기비판( $r=.49, p<.01$ )과도 유의한 정적 상관이 있었으나 의존성과는 유의한 상관을 보이지 않았다. 매개변수인 의존성은 자기비판과 유의한 정적 상관을 나타냈다( $r=.39, p<.01$ ). 한편, 통제변수인 부정적 생애사건은 우울( $r=.63, p<.01$ ), 애착불안( $r=.41, p<.01$ ), 애착회피( $r=.38, p<.01$ ), 자기비판( $r=.56, p<.01$ )과 유의한 상관이 있었으나 의존성과는 유의한 상관을 보이지 않았다. 우울을 비롯한 주요 변수들과의 상관이 유의함을 고려하여 추후 분석에서 부정적 생애사건을 통제하였다.

### 경로분석 결과

애착불안과 애착회피가 우울경험양식의 두 하위 요인인 의존성과 자기비판을 거쳐 우울을 예측하는 경로모형의 분석결과를 그림 2에 제시하였다. 먼저, 애착불안은 자기비판을 유의하게 예측하였으나 ( $\beta=.41, p<.001$ ) 의존성에는 유의한 영향을 미치지 않았다. 애착불안이 우울에 직접 미치는 영향도 유의하지 않았다. 다음으로 애착회피는 자기비판을

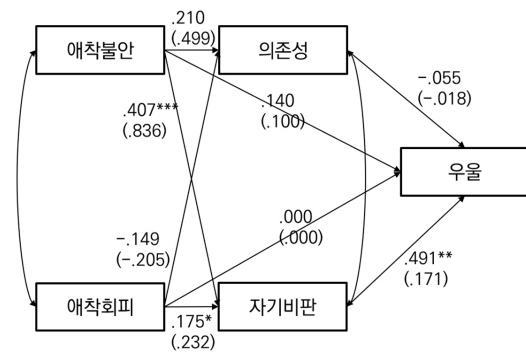


그림 2. 연구모형의 경로계수 (괄호 안은 비표준화 계수)



표 2. 표준화된 간접효과

경로	부트스트랩 추정치		95% 신뢰구간	
	추정치( $\beta$ )	표준오차	하한 5%	상한 5%
애착불안 → 의존성 → 우울	-.01	.01	-.03	.01
애착불안 → 자기비판 → 우울	.20	.05	.12	.29
애착회피 → 의존성 → 우울	.01	.01	-.01	.03
애착회피 → 자기비판 → 우울	.09	.04	.01	.16

부트스트랩 표본은 10,000번 추출

유의하게 예측하였으나( $\beta=.18, p<.05$ ) 의존성에 대한 경로와 우울에 대한 직접 경로는 유의하지 않았다. 또한 자기비판은 우울을 유의하게 예측하였다( $\beta=.49, p<.001$ ). 그러나 의존성이 우울을 예측하는 경로는 유의하지 않았다.

각 매개효과의 유의도를 검증한 결과는 표 2에 제시하였다. 부트스트래핑으로 간접효과를 검증한 결과, 애착불안이 자기비판을 거쳐 우울을 예측하는 경로( $\beta=0.20, 95\% \text{ CI}[0.115, 0.285]$ )와 애착회피가 자기비판을 거쳐 우울을 예측하는 경로( $\beta=0.09, 95\% \text{ CI}[0.013, 0.159]$ )가 신뢰구간에 0을 포함하지 않아 95% 신뢰구간에서 유의한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 애착불안이나 애착회피가 높을수록 자기비판이 높아지고, 높은 자기비판은 높은 우울을 예측함을 의미한다.

## 논 의

본 연구는 우울 발병에 취약한 성인진입기 남녀를 대상으로 지각된 아동기 애착이 우울경험양식을 통해 우울 발달에 영향을 미치는 기제를 검증하였다. 이때 애착과 우울경험양식이 우울로 이어지는 경로들을 보다 구체적으로 살펴보기 위해 애착의

두 하위차원인 애착불안과 애착회피가 우울경험양식의 두 하위요인인 의존성과 자기비판을 거쳐 우울을 예측하는 매개경로들을 검증하였다. 본 연구의 주요 결과와 그에 따른 논의는 다음과 같다.

애착불안 및 애착회피와 우울경험양식의 두 하위요인, 우울 간 관계를 알아보기 위해 경로모형의 검증을 실시한 결과, 애착불안에서 자기비판을 거쳐 우울을 예측하는 경로와 애착회피에서 자기비판을 거쳐 우울을 예측하는 경로만이 유의하였다. 애착불안의 직접경로와 애착회피의 직접경로는 둘 다 유의하지 않았다. 이는 애착불안 및 애착회피와 우울의 관계가 자기비판에 의해 완전매개됨을 의미하며, 어린 시절 형성된 애착이 우울에 직접 영향을 미치기보다는 특정 발달경로를 따르기 쉬운 것으로만으로써 우울에 대한 취약성을 형성한다는 선행 연구의 제안(Besser & Priel, 2005)과 합치한다. 성인애착을 측정된 연구(Cantazaro & Wei, 2010)와 마찬가지로 본 연구에서 자기비판의 매개효과가 유의한 것은 낭만적 관계에서의 성인애착만이 아니라 주양육자와의 관계에서 형성된 아동기 애착이 우울 발달에 영향을 미치는 경로에서도 자기비판이 중요하게 작용함을 시사한다. 즉, 성격특성인 자기비판을 통해 특정한 대인관계에서만 아니라, 보다 일반적인 대인관계에서의 행동 전략들이 어린

시절부터 형성되어 굳어짐으로써 우울 발달에 이르는 과정이 설명될 수 있다.

구체적으로 자기비판의 형성은 먼저, 애착불안이 내포하는 부정적 자기표상에 기인하는 것으로 생각된다. 애착불안이 높은 경우 자신이 사랑받을 만하지 않다는 인지적, 정서적 도식을 발달시키므로 스스로의 가치를 평가절하하고 중요한 타인과의 관계에서 버림받지 않고자 자울성을 희생한다(Holmes, 2014). 따라서 어린 시절 부정적인 자기표상을 형성하면 스스로를 자주 비난하게 되고, 또한 친밀한 타인의 지지와 애정을 계속 유지하기 위해 자신을 지속적으로 검열하기 때문에 우울에 취약해지는 것으로 생각된다.

또, 애착회피와 우울의 관계를 자기비판이 유의하게 매개한 것은 애착회피가 내포하는 부정적 타인표상의 핵심이 타인불신인 것과 관련된다. 애착회피가 높은 경우 필요한 시기에 중요한 타인에 대한 접근이 가능하지 않을 것이며 자신이 부족한 모습이나 결점을 보이면 중요한 타인이 그것을 받아 들여 주지 않을 것이라는 믿음을 갖는데, 실제로 선행연구에서 회피애착 집단은 대인관계에서 타인의 불친절과 불편하고 고통스러운 관계 경험을 예상하였고(조현재, 김정미, 2011) 대인관계 불신, 자기비판, 자기파괴적 행동을 하는 경향이 있었다(Collins & Read, 1990). 뿐만 아니라 애착회피가 높은 이들은 자기표상이 부정적이지는 않지만 안정 애착을 지닌 사람들의 진정한 긍정적 자기표상과는 다른 방어적인 긍정적 자기표상을 지닌다고 간주된다(Collins & Read, 1990). 따라서 자기강화 능력과는 오히려 부적으로 연관되며 자신의 부정적인 특성에 잘 접근하지 않아(Mikulincer, 1998) 자기비판 및 우울에 취약할 수 있다(Wei, Malinckrodt, Larson, & Zakalik, 2005). 그러므

로 부정적 타인표상을 형성하면 타인에 대해 부정적인 기대를 갖게 되고, 그에 따라 거의 완벽한 자울성을 통해 타인에 기대지 않기 위해 성취에 집착하고 스스로를 가혹하게 비판 및 검열함으로써 우울에 취약하게 되는 것으로 해석할 수 있다.

그러나 가설과 달리 불안정애착의 하위차원들과 우울의 관계에서 의존성의 매개효과는 유의하지 않았다. 먼저, 애착불안 및 애착회피와 의존성 간 경로가 유의하지 않았다. 애착회피와 의존성 간 연관성이 유의하지 않은 것으로 나타난 연구(Dagnino, Pérez, Gómez, Gloger, & Krause, 2017)를 제외하고 현재의 성인애착을 측정된 연구들(e.g. Cantazaro & Wei, 2010; Reis & Greyner, 2002; Zuroff & Fitzpatrick, 1995)은 두 차원 모두와 의존성이 유의하다고 보고하였으나, 양육에 대한 회고 변인들이 의존성을 유의하게 예측하지 않았다는 연구결과(Whiffen & Sasseville, 1991)는 본 연구의 결과와 합치한다. 이는 아동기 불안정애착에 대한 지각은 의존성의 형성에 영향을 미치지 않을 가능성이 있음을 시사한다.

두 번째로, 의존성과 관련된 관계적 맥락을 고려할 필요가 있다. 서로 다른 관계적 맥락에서 서로 다른 내적작동모델이 작용할 수 있다는 연구 결과(Fraley, Heffernan, Vicary, & Brumbaugh, 2011)에 근거하면 관계적 맥락에 따라 불안정애착과 의존성 간 연관성이 다르게 나타날 수 있기 때문이다. 예를 들어, 또래 관계나 낭만적 관계에서는 애착불안이 높지만 부모와의 관계에서는 애착불안이 낮을 수 있는데, 성인진입기에는 또래 관계나 낭만적 관계가 상대적으로 중요해지므로 의존성을 낮게 보고하게 될 수 있다. 이에 더하여 본 연구에서는 애착을 회고적으로 측정하였기에 현재의 관계적 맥락이 응답에 영향을 미칠 수 있음에도 유의해

야 한다.

또한 본 연구에서는 의존성과 우울 간 경로가 유의하지 않았다. 의존성과 우울의 상관성이 자기비판과 우울의 상관에 비해 낮게 나타난 점은 자기비판과는 달리 의존성은 독자적으로 우울을 예측하지 못할 가능성을 시사한다. 의존성과 우울 간 경로가 유의했던 연구(Cantazaro & Wei, 2010)에서는 의존성과 자기비판 간 상관성이 유의하지 않았으나, 본 연구에서는 의존성과 자기비판의 상관성이 유의하며 비교적 높았다. 이는 의존성과 우울의 관계가 자기비판과 우울의 관계와 중첩되었을 가능성을 시사한다. 중요한 타인과의 관계에 지나치게 몰두하는 경우 사랑받기 위해 끊임없이 자기 행동을 검열해야 하고, 이로 인해 우울할 가능성이 높기 때문이다. 또한 자기비판이 높을 때는 지나친 재확인 추구, 버림받는 것에 대한 걱정 등 높은 의존성으로 인한 부적응적 행동과 그에 따른 대인관계 문제 및 부정 정서를 경험하기 쉽고, 따라서 우울 역시 높을 것으로 보인다. 그러나 자기비판이 높지 않을 때는 의존성이 높아도 부적응적 행동을 할 필요성이 적기 때문에 그러한 행동의 정도가 약하거나 오히려 적응에 도움이 되는 사회적 연결성으로 나타날 수 있어 우울에 큰 영향을 미치지 않을 것이라 추론할 수 있다. 즉, 의존성은 우울에 취약한 측면과 그렇지 않은 측면을 지니며, 우울에 취약한 측면은 자기비판과 중첩되는 것으로 보인다. 사회적 의존성(sociotropy)이 우울의 기저 수준과는 연관되었으나 불안을 통제할 수 있는 우울의 증가를 전향적으로 예측하지는 않았다는 종단연구 결과(Alford & Gerrity, 1995)를 고려하면 의존성은 불안과의 공변량을 통해 우울에 영향을 미치는 반면, 자기비판은 보다 우울 특정한 매개요인일 가능성이 제기된다.

더하여, 성인진입기의 개인들은 학위 취득, 취직,

결혼 등 다양한 영역에서의 성취를 통해 능력의 증명을 요구받기 때문에(Arnett, 2005) 성취 실패로 인한 자기비판을 빈번히 경험할 가능성이 높지만, 불안정한 사회적 지위로 인해 이전의 학교 환경과 같이 안정적인 사회적 지지 체계가 존재하지 않기 때문에 이러한 스트레스 사건을 직면했을 때 대인관계에서 의존적인 특징은 오히려 적극적인 사회적 지지 추구의 기능으로서 우울에 대한 보호요인(Cohen & Wills, 1985)이 될 수도 있을 것으로 생각된다.

마지막으로 본 연구의 의존성 평균이 선행연구(Cantazaro & Wei, 2010)에 비해 높지 않은 점은 정신병리와 밀접한 연관성을 지닌 의존성이 잘 포착되지 않았을 가능성을 시사한다. 이는 우울경험 질문지의 의존성 하위척도가 단일요인이 아니라 긍정적, 관계지향적 측면인 연결성(connectedness)과 역기능적 측면인 요구성(neediness)이라는 두 요인으로 이루어져 있다는 연구들(e.g. McBride, Zuroff, Bacchioni, & Bagby, 2006; Whiffen, Aube, Thompson, & Campbell, 2000)의 제안에 근거한다. 즉 애착불안 및 애착회피와 의존성 간 관계가 유의하지 않은 것은 본 연구에서 측정된 의존성의 요구성 요인이 차지하는 변량이 작음에 기인할 수 있다.

본 연구는 우울에 영향을 미치는 대인관계적 위험요인으로서 애착의 중요성에 대한 이해를 높이는 데 있어 몇 가지 의의를 지닌다. 먼저, 본 연구는 자기표상 및 타인표상이 성격요인을 통해 우울로 이어지는 관계를 직접 검증함으로써 Bowlby의 애착 이론을 경험적으로 확인한 연구라고 할 수 있다. 이를 위해 지각된 아동기 애착의 각 차원을 자기보고식 질문지를 통해 측정하였는데, 이는 어린 시절의 애착이 이후의 성장 과정에서 다양한 기대,

신념, 행동을 이끄는 인지적, 정서적 도식의 역할을 함을 강조함으로써 애착과 정신병리 간 연관성에 대한 발달적 이해에 기여할 것으로 기대된다.

둘째로 본 연구는 애착의 하위차원을 나누어 살펴봄으로써 우울 발달의 가능한 경로들을 구체적으로 확인하였다는 의의를 지니고 있다. 비록 우울과의 관계에서 애착불안과 애착회피 모두 자기비판의 매개효과만이 유의하여 두 차원이 우울에 영향을 미치는 기제가 성격요인과의 변별적인 관계로 설명되지는 않았지만, 본 연구의 결과는 성인진입기에 취약할 수 있는 우울의 발병 기제와 그에 따른 개입 전략을 시사하는 데 의의가 있다고 할 수 있다. 애착불안 및 애착회피와 우울의 관계에서 자기비판의 매개효과가 공통적으로 유의하게 나타난 점은 어린 시절 주양육자와의 관계에서 애착불안이나 애착회피가 높은 수준으로 형성될 경우 성취와 인정에 집착하고 자기를 비난하는 성격특성으로 이어지기 쉬우며, 이러한 성격특성이 우울 발달에 핵심적인 역할을 함을 의미한다. 이는 선행연구에서 인지치료에 대한 반응이 치료 전 측정된 자기비판 수준 및 치료 동안 변화한 자기비판 수준의 정도와 연관된다고 보고된 것(Rector, Bagby, Segal, Joffe, & Levitt, 2000)과 합치하며, 이에 대한 이론적 근거를 제시하는 데 기여할 수 있다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 먼저, 본 연구는 성인진입기의 대학생 표본을 사용하여 결과를 임상군에 일반화하기 어려울 수 있다. 본 연구에서 벡 우울척도 2판으로 측정한 우울 점수의 평균은 해당 척도의 심각도 절단점에서 경미한 우울로 분류되는 14점보다 낮은 13.15점이었다. 또, 점수들이 정적 편포를 이루고 있으므로 본 연구의 표본이 우울장애의 준임상군을 대표한다고 보기는 어려울 것으로 생각된다. 그러므로 추후 연구에서는 임상

면접 등의 도구를 사용하여 참가자를 선별하고, 다양한 집단을 모두 포함하여 일반화 가능성을 더욱 높이는 것이 필요할 것으로 생각된다.

다음으로 아동기 애착을 회고적으로 측정하고 자기보고식 질문지를 사용한 점 역시 본 연구가 지닌 제한점이다. 본 연구에서 회고적으로 측정한 애착불안과 애착회피는 참가자가 과거 기억을 재구성하여 응답한, 아동기 애착에 대한 현재의 지각이라고 볼 수 있다(Blatt & Homann, 1992). 이에 어린 시절보다 현재인 성인진입기의 참가자 특성을 더 많이 반영할 가능성이 있다. 더하여 자기보고식 질문지는 응답의 편향이나 왜곡에 취약하다는 단점을 지닌다(Hebert, Clemow, Pbert, Ockene, & Ockene, 1995). 애착 행동에서 자동적 처리가 중요한 역할을 하며(Mikulincer, Dolev, & Shaver, 2004) 애착 지각에 대한 명시적 측정치보다 암묵적인 측정치가 정신병리(e.g. Serra, Chatard, Tello, Harika-Germaneau, Noël, & Jaafari, 2019) 및 심리치료 결과(e.g. A-Tjak, Morina, Boendermaker, Topper, & Emmelkamp, 2020; Gunlicks-Stoessel, Westervelt, Reigstad, Mufson, & Lee, 2019) 더 일관적으로 연관되는 것으로 보고되는 점을 고려하면 추후 연구에서는 암묵적 연합 검사(Implicit Association Test: IAT)와 같이 암묵적인 측정도구를 사용하여 아동기 애착에 대한 지각과 우울의 관계를 실험적으로 검증할 필요가 있을 것으로 생각된다.

마지막으로 본 연구는 횡단적 설계를 사용하여 이론적으로 가정하고 있는 변인들 간 선후관계를 검증하지 못했다는 한계를 지닌다. 추후 연구에서는 아동기부터 성인진입기까지 여러 시점에서 애착을 측정하는 전향적 연구 설계를 통해 이를 보완할 수 있을 것이다.

본 연구는 지각된 아동기 애착과 우울의 관계에서 자기비판의 매개효과를 검증함으로써 우울 발달 경로에서 개입 표적을 제시하였다. 이에 따라 본 연구의 결과를 활용하는 데 있어 몇 가지 제언을 하자면 다음과 같다. 우선, 매개요인으로서 성격특성인 우울경험양식의 역할은 선행연구에서 검증된 성인애착과 우울 간의 관계보다 본 연구에서 검증한 아동기 애착과 우울 간의 관계에서 예방적 개입에 대한 시사점을 더욱 강화 및 보완한다고 할 수 있다. 즉, 주양육자와의 상호작용에서 불안정애착과 관련된 특징을 보이는 아동은 우울에 취약한 위험군으로 조기 선별될 수 있으며, 이에 따라 자기비판이 강화되지 않도록 하는 데 초점을 맞춤으로써 성인기 우울 발병을 예방할 수 있을 것으로 기대된다.

둘째로 불안정애착이 우울의 중요한 위험요인인기는 하지만 어린 시절에 형성되어 내면화된 애착을 성인진입기에 변화시키는 것은 어려울 수밖에 없다. 이에 매개요인인 자기비판에 초점을 맞춘 치료적 개입의 중요성이 강조된다. 자기비판을 표적으로 하는 연민중심치료(compassion-focused therapy; CFT)의 효과를 검증한 연구들의 결과(Gilbert & Bailey, 2014; Kelly, Zuroff, & Shapira, 2009)는 불안정애착보다 가변적인 취약성인 자기비판을 효과적으로 변화시킬 수 있음을 뒷받침한다. 연민중심치료는 다중 모듈 개입법으로서 다른 개입과 함께 활용될 수 있다(Leaviss & Uttley, 2015). 따라서 개인의 특성에 따라 다양한 기존의 우울치료와 함께 사용되는 것이 효과적일 것으로 생각된다. 더하여, 불안정애착이 수반하는 인지적, 정서적 도식에 따라 치료 목표와 기법을 달리 사용할 필요가 있다. 예를 들어, 애착불안의 부정적 자기표상에 대해서는 자기연민을 증진시키는 데 초점을 두고, 애착회피의 부정적 타인표상에

대해서는 타인에 대한 연민을 느끼는 훈련에 집중할 수 있을 것이다.

## Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

## 참고문헌

- 곽영희, 정현희 (2014). 초기 청소년의 불안정 애착, 역기능적 태도, 사회적 지지와 우울 간의 구조적 관계. **상담학연구**, 15(5), 1887-1909.
- 김현진 (2002). **대학생의 우울 취약성과 자의식이 대인관계에 미치는 영향**. 연세대학교 일반대학원 석사학위 청구논문. 연세대학교, 서울.
- 미국정신의학회 (2015). **정신질환의 진단 및 통계 편람**(권준수, 김재진, 남궁기, 박원명, 신민섭, 유범희, ... , 임효덕, 역). 서울: 학지사. (원서 발행년 2013).
- 성형모, 김정범, 박영남, 배대석, 이선희, 안현의 (2008). 한국어판 백 우울 설문지 2판의 신뢰도 및 타당도 연구. **생물치료정신의학**, 14(2), 201-212.
- 윤현수, 오경자 (2004). 우울의 유형에 따른 대인표상과 대인관계 문제의 특성: 성취지향적 우울 집단과 관계지향적 우울집단의 비교. **한국심리학회지: 임상**, 23(3), 577-594.
- 이현숙 (2009). **아동용 부모애착척도의 구성과 타당화**. 진주교육대학교 대학원 석사학위 청구논문. 진주교육대학교, 진주.

- 이현숙, 홍상환 (2010). 초등학생용 부모애착척도의 구성. **초등상담연구**, 9(2), 143-162.
- 정주리, 김은영 (2019). 불안정 애착과 우울 및 삶의 만족도 간의 관계에서 자기용서와 타인용서의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 31(4), 1187-1204.
- 조현재, 김정미 (2011). 대학생의 애착안정성과 대인불안의 관계: 자기표상 및 타인표상의 매개효과. **청소년학연구**, 18(1), 201-222.
- 한유경, 신나나 (2019). 대학생의 성인애착과 우울: 반추와 정서표현억제의 매개효과. **인간발달연구**, 26(1), 91-110.
- Ainsworth, M. D., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Oxford: Lawrence Erlbaum.
- Alford, B. A., & Gerrity, D. M. (1995). The specificity of sociotropy autonomy personality dimensions to depression vs. anxiety. *Journal of Clinical Psychology*, 51(2), 190-195.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.
- Arnett, J. J. (2005). The development context of substance use in emerging adulthood. *Journal of Drug Use*, 35(2), 235-253.
- Arnett, J. J., Žukauskienė, R., & Sugimura, K. (2014). The new life stage of emerging adulthood at ages 18-29 years: Implications for mental health. *The Lancet Psychiatry*, 1(7), 569-576.
- A-Tjak, J. G., Morina, N., Boendermaker, W. J., Topper, M., & Emmelkamp, P. M. (2020). Explicit and implicit attachment and the outcomes of acceptance and commitment therapy and cognitive behavioral therapy for depression. *BMC Psychiatry*, 20, 1-11.
- 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.
- Beck, A. T., Steer, R. A., & Brown, G. K. (1996). *Beck depression inventory (2nd manual)*. San Antonio: The Psychological Corporation.
- Besser, A., & Priel, B. (2005). The apple does not fall far from the tree: Attachment styles and personality vulnerabilities to depression in three generations of women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(8), 1052-1073.
- Blatt, S. J. (1974). Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. *The Psychoanalytic Study of The Child*, 29(1), 107-157.
- Blatt, S. J., D'Afflitti, J. P., & Quinlan, D. M. (1976). Experiences of depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 85(4), 383-389.
- Blatt, S. J. & Homann, E. (1992). Parent-child interaction in the etiology of dependent



- and self-critical depression. *Clinical Psychology Review*, 12(1), 47-91.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Volume II: Separation, anxiety and anger*. London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Burton, E., Stice, E., & Seeley, J. R. (2004). A prospective test of the stress-buffering model of depression in adolescent girls: no support once again. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 72(4), 689-697.
- Cantazaro, A., & Wei, M. (2010). Adult attachment, dependence, self-criticism, and depressive symptoms: A test of a mediational model. *Journal of Personality*, 78(4), 1135-1162.
- Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R., & Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66(1), 127-140.
- Cohen, S., & Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- 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), 644-663.
- Dagnino, P., Pérez, C., Gómez, A., Gloger, S., & Krause, M. (2017). Depression and attachment: How do personality styles and social support influence this relation?. *Research in Psychotherapy: Psychopathology, Process, and Outcome*, 20(1), 53-62.
- Dalton III, W. T., Frick-Horbury, D., & Kitzmann, K. M. (2006). Young adults' retrospective reports of parenting by mothers and fathers: Associations with current relationship quality. *The Journal of General Psychology*, 133(1), 5-18.
- Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M., & Brumbaugh, C. C. (2011). The experiences in close relationships-Relationship Structures Questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment*, 23(3), 615-625.
- 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), 350-365.
- Gilbert, P. & Bailey, K. G. (Eds.). (2014). *Genes on the couch: Explorations in evolutionary psychotherapy*. London; New York: Routledge.
- Gilbert, P. & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self criticism:

- Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology & Psychotherapy: An International Journal of Theory & Practice*, 13(6), 353-379.
- Gunlicks-Stoessel, M., Westervelt, A., Reigstad, K., Mufson, L., & Lee, S. (2019). The role of attachment style in interpersonal psychotherapy for depressed adolescents. *Psychotherapy Research*, 29(1), 78-85.
- Hankin, B. L., Kassel, J. D., & Abela, J. R. (2005). Adult attachment dimensions and specificity of emotional distress symptoms: Prospective investigations of cognitive risk and interpersonal stress generation as mediating mechanisms. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(1), 136-151.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation: A regression-based approach*. New York: Guilford press.
- Hebert, J. R., Clemow, L., Pbert, L., Ockene, I. S., & Ockene, J. K. (1995). Social desirability bias in dietary self-report may compromise the validity of dietary intake measures. *International Journal of Epidemiology*, 24(2), 389-398.
- Holmes, J. (2014). *John Bowlby and attachment theory*. London: Routledge.
- Katz, J., Petracca, M., & Rabinowitz, J. (2009). A retrospective study of daughters' emotional role reversal with parents, attachment anxiety, excessive reassurance-seeking, and depressive symptoms. *The American Journal of Family Therapy*, 37(3), 185-195.
- Kelley, M. L., Nair, V., Rawlings, T., Cash, T. F., Steer, K., & Fals-Stewart, W. (2005). Retrospective reports of parenting received in their families of origin: Relationships to adult attachment in adult children of alcoholics. *Addictive Behaviors*, 30(8), 1479-1495.
- Kelly, A. C., Zuroff, D. C., & Shapira, L. B. (2009). Soothing oneself and resisting self-attacks: The treatment of two intrapersonal deficits in depression vulnerability. *Cognitive Therapy and Research*, 33(3), 301-313.
- Leaviss, J., & Uttley, L. (2015). Psychotherapeutic benefits of compassion-focused therapy: An early systematic review. *Psychological Medicine*, 45(5), 927-945.
- Lee, A., & Hankin, B. L. (2009). Insecure attachment, dysfunctional attitudes, and low self-esteem predicting prospective symptoms of depression and anxiety during adolescence. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 38(2), 219-231.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of The Society for Research in Child*

- Development*, 50(1/2), 66-104.
- McBride, C., Zuroff, D. C., Bacchioni, J., & Bagby, R. M. (2006). Depressive Experiences Questionnaire: Does it measure maladaptive and adaptive forms of dependency?. *Social Behavior and Personality: An International Journal*, 34(1), 1-16.
- McCormick, C. B., & Kennedy, J. H. (2000). Father-child separation, retrospective and current views of attachment relationship with father, and self-esteem in late adolescence. *Psychological Reports*, 86(3), 827-834.
- Mikulincer, M. (1998). Adult attachment style and affect regulation: Strategic variations in self-appraisals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(2), 420-435.
- Mikulincer, M., Dolev, T., & Shaver, P. R. (2004). Attachment-related strategies during thought suppression: ironic rebounds and vulnerable self-representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(6), 940-956.
- Miranda, R., Polanco-Roman, L., Tsydes, A., & Valderrama, J. (2013). Perceived discrimination, ruminative subtypes, and risk for depressive symptoms in emerging adulthood. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 19(4), 395-403.
- Mongrain, M. & Leather, F. (2006). Immature dependence and self criticism predict the recurrence of major depression. *Journal of Clinical Psychology*, 62(6), 705-713.
- Pettit, J. W., Roberts, R. E., Lewinsohn, P. M., Seeley, J. R., & Yaroslavsky, I. (2011). Developmental relations between perceived social support and depressive symptoms through emerging adulthood: Blood is thicker than water. *Journal of Family Psychology*, 25(1), 127-136.
- Rector, N. A., Bagby, R. M., Segal, Z. V., Joffe, R. T., & Levitt, A. (2000). Self-criticism and dependency in depressed patients treated with cognitive therapy or pharmacotherapy. *Cognitive Therapy and Research*, 24(5), 571-584.
- Reis, S. & Grenyer, B. F. (2002). Pathways to anaclitic and introjective depression. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 75(4), 445-459.
- Riggs, S. A., & Han, G. (2009). Predictors of anxiety and depression in emerging adulthood. *Journal of Adult Development*, 16(1), 39-52.
- Schulenberg, J. E., Sameroff, A. J., & Cicchetti, D. (2004). The transition to adulthood as a critical juncture in the course of psychopathology and mental health. *Development and Psychopathology*, 16(4), 799-806.
- Serra, W., Chatard, A., Tello, N., Harika-Germaneau, G., Noël, X., & Jaafari, N. (2019). Mummy, daddy, and

- addiction: Implicit insecure attachment is associated with substance use in college students. *Experimental and Clinical Psychopharmacology*, 27(6), 522-529.
- Shaver, P. R., Schachner, D. A., & Mikulincer, M. (2005). Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(3), 343-359.
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (Eds.). (2015). *Attachment theory and research: New directions and emerging themes*. New York: Guilford Publications.
- Stein, J. A., Newcomb, M. D., & Bentler, P. M. (1986). Stability and change in personality: A longitudinal study from early adolescence to young adulthood. *Journal of Research in Personality*, 20(3), 276-291.
- Viner, J. & Tanner, J. L. (2009). Psychiatric disorders in emerging adulthood. *Yellowbrick Journal of Emerging Adulthood*, 1(1), 6-7.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Larson, L. M., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, depressive symptoms, and validation from self versus others. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 368-377.
- Whiffen, V. E., Aube, J. A., Thompson, J. M., & Campbell, T. L. (2000). Attachment beliefs and interpersonal contexts associated with dependency and self-criticism. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 19(2), 184-205.
- Wood, D., Crapnell, T., Lau, L., Bennett, A., Lotstein, D., Ferris, M., & Kuo, A. (2018). Emerging adulthood as a critical stage in the life course. in Halfon, Neal; Forrest, Christopher B.; Lerner, Richard M.; Faustman, Elaine M. (Eds.) *Handbook of Life Course Health Development*, (pp. 123-143). Cham: Springer International Publishing.
- Zhu, W., Wang, C. D., & Chong, C. C. (2016). Adult attachment, perceived social support, cultural orientation, and depressive symptoms: A moderated mediation model. *Journal of Counseling Psychology*, 63(6), 645-655.
- Zuroff, D. C. & Fitzpatrick, D. K. (1995). Depressive personality styles: Implications for adult attachment. *Personality and Individual Differences*, 18(2), 253-265.
- Zuroff, D. C., Igreja, I., & Mongrain, M. (1990). Dysfunctional attitudes, dependency, and self-criticism as predictors of depressive mood states: A 12-month longitudinal study. *Cognitive Therapy and Research*, 14(3), 315-326.
- Zuroff, D. C., Quinlan, D. M., & Blatt, S. J. (1990). Psychometric properties of the Depressive Experiences Questionnaire in a college population. *Journal of Personality Assessment*, 55(1-2), 65-72.

## The Effects of Perceived Childhood Attachment Anxiety and Avoidance on Depression in Emerging Adulthood: Depressive Experience Style as a Mediator

Jihyo Seo<sup>1</sup>

Hyein Chang<sup>2</sup>

Department of Psychology, Sungkyunkwan University/ M.A.<sup>1</sup>

Department of Psychology, Sungkyunkwan University/ Associate Professor<sup>2</sup>

Although insecure attachment has been recognized as a major risk factor for depression, its mechanisms predicting depression in emerging adulthood have been relatively underexplored. Therefore, this study examined how the dimensions of perceived childhood attachment(i.e., attachment anxiety, attachment avoidance) affected depression levels in a sample of college students, focusing on the role of depressive experience style as a mediator. A total of 200 participants (74 men, 126 women) completed self-report questionnaires assessing attachment anxiety, attachment avoidance, dependency, self-criticism, and depression. The results of a path analysis indicated that attachment anxiety and attachment avoidance positively predicted depression and that these associations were fully mediated by the self-criticism factor of depressive experience style. Conversely, the dependency factor of depressive experience style did not significantly mediate the relationship between the dimensions of attachment and depression. This study empirically investigated the mechanisms by which perceived childhood attachment may contribute to the development of depression in emerging adulthood through the depressive experience style. Our findings offer practical implications that may assist in providing promising targets for preventive interventions and treatments for depression.

*Keywords* : attachment anxiety, attachment avoidance, depressive experience style, dependence, self-criticism, depression