한국심리학회지 : 상담 및 심리치료
The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy
2005, Vol. 17, No. 1, 233-247

연애관계에서 성인 애착 유형 및 요인에 따른 관계 만족

김 광 은† 이 위 갑
공군사관학교 충북대학교

이 연구는 연애관계에서 성인 애착과 관계 만족이 어떠한 관련을 갖는지를 알아보기 위한 것이다. 이를 위해 성인 애착과 이성관계에 대한 문헌 연구와 대학생 157명을 대상으로 성인 애착, 이성관계 애착, 관계 만족에 관한 조사를 실시하였다. 연구 결과, 안정형은 이성관계 애착의 회피와 불안요인에서 가장 낮은 점수를 보였고, 두려움형은 회피요인에서, 그리고 몰두형은 불안 요인에서 안정형에 비해 유의미하게 높은 점수를 나타냈다. 성인 애착 유형과 이성관계 만족에서 몰두형과 두려움형은 안정형에 비해 전반적 불만족 점수가 유의미하게 높았으며, 몰두형은 정서적 의사소통에 대한 불만족 점수가 안정형에 비해 의미있게 높은 수준으로 나타났다. 이러한 결과들은 성인 애착의 개념 및 측정 방법상의 타당성과 상담 및 임상 장면에 주는 시사점을 중심으로 논의되었다.

주요어 : 성인 애착 유형, 이성관계 애착, 이성관계 만족

† 교신저자 : 김 광 은, 공군사관학교, (363-849) 충북 청원군 남일면 쌍수리 사서함 335-3호
전화 : 043-290-5043, E-Mail : kukim@afa.ac.kr

Hazan과 Shaver(1987)가 청소년기나 성인기에 경험하는 낭만적 연애의 특성을 성인 애착의 개념으로 설명한 이래, 성인 애착은 연인이나 부부와 같은 친밀한 관계에서 경험의 질을 설명하는 개념으로 활발하게 연구되고 있다. Hazan 등(1987)은 사랑과 관련된 배려, 친밀감, 신뢰 등의 긍정적 감정과 연애관계에서 겪는 질투, 감정의 기복, 친밀감에 대한 두려움 등의 부정적인 감정이 모두 애착의 관점에서 다루어질 수 있고, 애착의 상실과 분리의 개념은 사랑하는 과정에서 겪는 실연과 이별의 개념과도 매우 일치한다는 점을 지적하였다.

성인 애착과 낭만적 연애와의 관련성을 다룬 연구들은 성인 애착에 따른 이성간의 관계 경험 및 관계 만족에 초점을 둔 것(Brennan, Wu, & Loev, 1998b; Collins & Read, 1990; Hazan et al., 1987; Kobak & Sceery, 1988; Simpson, Rholes, & Nelligan, 1992)과 이성교제 시 발생하는 갈등 및 이에 대처하는 방식에 대한 것(김주연, 2001; 이복동, 2000; Shi, 2003), 그리고 상담 및 임상적 관점에서 상대방에 대한 강박적 집착(Hindy & Schwarz, 1994; Feeney & Noller, 1990)이나 데이트 중에 일어나는 폭력 및 강간을 포함한 공격성에 대한 것들(Bookwala & Zdaniuk, 1998, Roberts & Noller, 1998)을 주로 다루고 있다.

이러한 선행 연구들에 따르면 안정된 애착 패턴을 보이는 사람은 불안정한 애착 패턴을 보이는 사람보다 연애 관계에서 행복감, 신뢰감, 상호 헌신 등의 긍정적인 지표의 점수가 더 높은 반면에 강박적 집착이나 질투, 친밀해 지는 것을 두려워하는 등의 부정적 지표는 더 낮게 보고하는 것으로 나타나고 있다. 이성교제 시 일어나는 갈등 상황에 대해서도 안정된 애착 유형은 사회적 지지를 구하거나 문제해결적인 방법을 선호하는 데 비해 불안정한 패턴은 갈등 상황에서 물러서거나 외면하는 회피 전략을 주로 쓴다. 이러한 불안정한 애착 패턴의 부적절한 대응은 데이트 상황에서 상대방과 마찰이 있을 때 언어적이거나 신체적인 공격성을 더 많이 표출하는 것으로 보고되고 있다. 불안정한 애착 패턴 중에서도 회피나 거부로 분류되는 유형과 불안 양가형으로 분류되는 몰두형이나 두려움형의 반응은 많은 차이를 보인다. 즉 회피나 거부형은 기본적으로 상대방과 친밀해 지는 것에 대한 두려움을 공통적으로 보고하고 있다면, 몰두형이나 두려움형은 버림받는 것에 대한 두려움 때문에 상대방에게 지나치게 집착하거나 극단적인 반응으로 자신의 정서를 표현하는 특징을 보인다.

이렇게 성인 애착과 낭만적 연애경험과의 관련에서 나타난 결과는 발달적인 관점에서 청소년기나 성인기의 친밀한 관계 경험을 이해할 수 있는 틀로서, 그리고 이러한 관계에서 문제를 보이는 사람들을 돕는 상담이나 임상적인 관점에서 많은 시사점을 갖고 있음에도 아직까지 성인 애착의 경우 아동기 애착에서처럼 애착 유형을 구분할 수 있는 표준화된 절차나 측정 도구가 체계화되어 있지 못하다. Brennan과 그의 동료들(Brennan, Clark, & Shaver, 1998a)은 Hazan 등의 연구(Hazan et al., 1987) 이후에 쏟아지는 질문들, 즉 성인 애착의 구성 요인은 무엇이며, 이는 어떻게 측정할 수 있는가에 대한 답을 주고자 성인 애착과 관련된 기존의 연구들과 각 연구에서 쓰여진 도구들을 개관하였다.

그 결과 이들은 면접법보다는 자기보고형의 설문지가 성인 애착 유형이나 관련된 요인을 찾아내는 데에 좀더 효율적이라는 판단 하에 메타분석적인 관점에서 기존의 성인 애착을 측정하는 검사들 사이에 공통으로 존재하는 요인이 무엇인가를 찾아내고자 하였다. 이들은 성인 애착을 측정하는 60개의 검사를 개관하여 각 검사에

서 중복되는 문항을 제외하거나 통합하여 총 323문항으로 이루어진 새로운 성인 애착검사를 제작하였다. 그리고 이 검사를 1000명이 넘는 대규모 집단에 실시한 결과, 기존의 성인 애착 검사에서 공통적으로 존재하는 두 가지 요인을 발견하였다. 이 두 요인은 회피와 불안이다. 실제 이들은 후속 연구에서 기존의 성인 애착 검사들이 가정하는 요인과 두 요인간의 상관을 살펴보았는데, 회피 요인의 경우 친밀감 회피(Rothbard, Roberts, Leonards, & Eiden, 1993)와 친밀감 불편(Feeney & Noller, 1994)과는 .90이상의 상관을, 자기 의존(West & Sheldon-Keller, 1994), 불편감 노출(Carnelly, Pietromonaco, & Jaffe, 1994)과는 .85이상의 상관을 나타냈다. 불안 요인과 높은 관계를 가진 요인으로는 집착(Feeney et al., 1994), 질투와 버림받는 것에 대한 두려움(Brennan & Shaver, 1995), 거부에 대한 두려움(Rothbard et al., 1993) 등이 .80 이상의 상관을 갖고 있는 것으로 나타났다.

Brennan 등의 연구(1998a)의 공헌이라면 성인 애착의 전통적인 세 가지 유형-안정, 회피, 불안 양가-분류(Hazan et al., 1987)나 네 가지 유형-안정, 거부, 몰두, 두려움-분류(Barholomew & Horowitz, 1991)에 상관없이 이 유형 간에 공통적으로 기능하는 회피와 불안의 높고 낮음에 따라 성인 애착의 여러 유형을 연속적인 차원에서 개념화 할 수 있게 해주었다는 점이다. 실제 이들은 특별히 연애 관계에 초점을 두고 회피요인과 불안요인이 애착 유형에 따라 어떻게 나타나는지 살펴보았다. 그 결과 세 가지와 네 가지 유형 분류 모두에서 안정형은 회피와 불안 점수가 가장 낮게 나타났으며, 세 가지 유형 분류에서의 회피형와 네 가지 유형 분류에서의 거부형은 회피는 높으나 불안은 낮은 결과를 보였다. 회피와 불안점수가 가장 높은 유형은 세 가지 유형 분류에서는 불안 양가형으로, 네 가지 유형 분류에서는 두려움형으로 나타났다. 그러나 몰두형은 불안 수준이 높기는 하나 회피수준은 그리 높지 않은 결과를 보였다.

본 연구는 이와 같은 맥락에서 Brennan 등(1998a)이 제안한 모든 성인 애착에서 공통적으로 작용한다고 보여지는 회피와 불안이 성인 애착 유형이나 이성관계에서는 어떻게 나타나는지를 살펴보고자 한다. 이를 위해 본 연구에서는 여러 선행 연구들(김광은, 2004; 장휘숙, 1997; Bartholomew et al., 1991; Brennan et al., 1998a)들에서 좀더 변별력있게 애착 유형을 구별해 주는 것으로 알려진 Bartholomew 등(1991)의 네 가지 유형에 따라 성인 애착의 유형을 분류할 것이며, 회피와 불안 요인으로 이성관계에서의 애착을 측정할 수 있도록 고안된 Brennan 등(1998a)의 척도를 사용하여 애착 유형과 이성관계 애착의 상호 관련성을 볼 것이다. 또한 기능적인 측면에서 성인 애착 유형과 회피와 불안으로 구성된 이성관계 애착은 이성관계 만족과 관련된 하위 요인들과는 어떠한 관련이 있는지를 볼 것이다. 이를 위해 사전에 이성관계 애착이나 관계 만족도에 영향을 줄 수 있는 성별에 따른 차이나 이성교제 상황, 이성교제 빈도, 성경험 등 인구학적 요인과의 관계를 살펴보아 본 연구에 영향을 줄 수 있는 가외 변인들을 차단하고자 한다. 이러한 본 연구의 시도는 이론적인 측면에서 성인 애착에 관한 개념적 타당성 및 측정에 관한 논의를 제공할 수 있을 것이며 실제적인 응용 면에서도 상담이나 임상장면에서 연인이나 부부와 같은 친밀한 관계에서 어려움을 겪는 내담자의 문제를 초기에 개념화하는 데에 많은 도움을 줄 수 있으리라 생각한다.

방 법

대상

충북지역에 소재하고 있는 3개 대학의 학생 195명이 참여하였다. 본 연구에는 이들 중 연애 경험이 없는 38명의 자료를 제외한 157명의 반응을 연구 자료로 분석하였다. 연구 대상의 연령 분포는 18~33세이고 평균 연령은 21.7세(표준편차 2.52)였다. 성별로는 여성이 86명, 남성이 69명 참여하였다. 본 연구는 상담 및 심리학 관련 강좌 시간에 담당교수의 주관 하에 실시되었으며 검사시간은 대략 30분 정도가 소요되었다.

도구

성인 애착 유형 척도

Bartholomew 등(1991)의 자기 및 타인에 대한 작동모델을 근거로 하여 애착의 네 가지 유형을 알아보는 관계질문지를 김광은(2004)이 영문학자의 감수를 받아 번역한 것을 사용하였다. 이 검사는 안정형, 거부형, 몰두형, 그리고 두려움형의 애착 양식을 설명하는 네 개의 문장을 주고 이 문장 중에서 자신과 가장 일치한다고 생각하는 유형을 하나만 고르도록 되어 있다.

이성관계애착척도

이 척도는 Brennan 등(1998a)이 개발한 척도를 연구자가 일차 번역하여 영문학 박사학위를 갖고 있으며 영문과 교수로 재직하고 있는 두 명의 영문학자의 감수를 받아 제작한 것이다. 이 척도는 이성관계에서 경험하는 여러 측면을 7점 척도에 따라 표시하며 회피와 불안의 두 요인에 따라 각각 18문항씩 총 36문항으로 구성되어 있다. Brennan 등의 연구(1998a)에서 회피 요인의 문항내적합치도는 .94, 그리고 불안요인은 .91로 보고되었다. 본 조사에서 실시한 검사에 대한 요인분석 결과, 회피와 불안으로 명명할 수 있는 두 요인이 추출되었으며 이 두 요인들에 의해 설명되는 전체 변량은 46%였다. 회피와 불안 요인의 문항내적합치도는 각각 .84였고 두 요인간의 상관은 -.18로 나타났다. 회피와 불안 요인별 문항과 각 요인과 개별 문항간의 상관이 부록에 제시되어 있다.

이성관계만족도 질문지

이 질문지는 이복동(2000)이 권정혜, 채규만이 제작한 결혼만족도검사(권정혜, 채규만, 1999)에서 미혼 남녀에게 적합하다고 여겨지는 하위 요인 네 가지를 선별하여 제작한 검사이다. 이 네 가지 요인은 전반적 불만족, 문제해결 의사소통 불만족, 정서적 의사소통 불만족, 공유시간 불만족으로 각 척도에서 낮은 점수를 얻을수록 이성관계에서의 만족도는 높은 것으로 해석된다. 이복동의 연구에서 각 하위 요인의 내적 신뢰도는 .90, .85, .74, .74로 나타났으며, 본 연구에서는 .85, .72. .65. .64의 결과를 보였다.

결과 및 해석

인구학적 요인과 성인 애착 및 이성관계 요인과의 관계

표 1은 성별, 이성교제 상황, 이성교제 경험 빈도, 이성간의 성경험에 따른 애착 유형의 빈도와 이성관계 애착 요인 및 이성관계 만족 요인의 평균 및 표준 편차를 나타낸 것이다. 여기서 이성간의 성경험에 대해서는 명확한 조작적 정의를 제시하지 않아 반응자에 따라 다양하게 해

표 1. 인구학적 요인과 성인 애착 및 이성관계 만족 요인의 빈도 및 평균(표준편차)

	성 별		이성교제 상황		이성교제 경험빈도				성 경험	
	여	남	현재	과거	1-2	3-4	5-6	7회이상	유	무
애착유형										
안정형	49	38	53	34	45	25	6	11	28	59
거부형	9	11	11	9	11	6	1	2	8	1
몰두형	18	13	14	17	19	8	3	1	10	21
두려움형	12	7	6	13	11	5	2	1	5	14
이성관계 애착										
회 피	51.95	48.52	46.50	66.75	50.77	50.65	51.33	47.20	47.17	52.01
	(14.17)	(10.63)	(12.12)	(17.16)	(12.94)	(13.87)	(10.36)	(11.07)	(11.44)	(13.18)
불 안	63.21	69.23	66.75	64.79	65.00	65.12	71.22	68.23	70.70	63.38
	(15.79)	(16.41)	(17.16)	(15.28)	(10.80)	(16.66)	(10.94)	(16.28)	(16.19)	(15.88)
이성관계불만족										
전반적불만족	20.43	18.49	17.17	22.34	19.19	19.74	19.91	21.06	18.60	20.04
	(8.23)	(6.63)	(7.79)	(6.40)	(7.62)	(7.21)	(10.50)	(6.47)	(7.15)	(19.53)
문제의사소통불만족	6.34	6.26	5.60	7.10	5.97	6.93	7.33	5.53	6.43	6.24
	(3.66)	(3.12)	(3.47)	(3.20)	(3.27)	(3.64)	(3.68)	(3.29)	(3.43)	(3.43)
정서의사소통불만족	6.61	5.97	5.61	7.15	6.45	6.11	5.75	6.73	5.58	6.68
	(2.83)	(2.25)	(2.64)	(2.31)	(2.66)	(2.54)	(2.83)	(2.43)	(2.33)	(2.66)
공유시간불만족	4.33	3.71	3.65	4.52	4.16	4.04	3.58	3.86	3.72	4.21
	(2.23)	(1.81)	(2.10)	(1.95)	(2.03)	(2.09)	(2.15)	(2.45)	(1.88)	(2.15)

석될 수 있는 소지가 있으나 연구자의 의도는 단순한 신체적 접촉을 넘어 양자간의 성관계 까지의 경험을 지칭하는 것이었다.

먼저 애착 유형에 따른 인구학적 요인간의 빈도를 카이 자승한 결과 어떤 요인에서도 이에 따른 빈도상의 유의미한 차이는 나타나지 않았다. 따라서 인구학적 요인을 고려하지 않은 전체적인 애착유형의 빈도를 보면 안정형이 87명으로 이는 전체의 55%에 해당한다. 반면 거부형은 20명(13%). 몰두형은 31명(20%), 두려움형은 19명(12%)으로 나타났다. 이러한 애착 유형 분포는 대학생을 대상으로 한 김광은의 연구(2004)와 매우 유사한데, 이 연구에서 안정형은 전체 대상의 51%로 나타났으며 불안정한 애착 유형은 몰두형(27%), 두려움형(17%), 거부형(5%)의 순서로 나타났다.

이성관계 애착의 회피와 불안 요인과 인구학적 요인과의 관계를 보면 먼저 회피요인은 성별간의 평균 차이는 의미있게 나타나지 않았으나 이성교제 상황이나 성경험과의 관계는 유의미한 차이를 보였다. 즉 현재보다 과거 연애 경험이 있는 대상의 평균의 유의미하게 높았고 [$F(1, 155)=19.12, p<.001$], 이성간의 성경험이 있는 사람이 없는 사람보다 유의미하게 높은 점수를 나

타냈다 [$F(1, 155)=5.04, p<.05$]. 반면 불안 요인은 성별과 성경험에 따른 차이가 의미있게 나타났는데 남성의 불안점수가 여성보다 유의미하게 높았으며 [$F(1, 154)=5.38, p<.05$], 성경험이 있는 사람이 없는 사람보다 의미있게 높은 점수를 보였다 [$F(1, 154)=7.02\ p<.01$].

이성관계 만족도와 인구학적 요인과의 관계는 이성교제 상황과 성경험 요인 면에서 의미있는 반응을 나타냈다. 전체적으로 현재 이성교제 중인 사람보다 과거 경험이 있었던 사람들이 이성관계 만족의 네 가지 하위 요인에서 더 높은 불만족 점수를 나타냈고, 성경험 면에서는 정서적 의사소통 요인에서 성경험이 있는 사람이 없는 사람보다 불만족 점수가 유의미하게 낮게 나타났다 [$F(1, 155)=6.34, p<.05$].

이상과 같이 본 연구에서 살펴보고자 하는 주요 요인과 인구학적 특성과는 부분적으로 관련있는 것으로 나타났으나 현 자료만으로 그 원인을 추론하기는 어렵다고 생각한다. 따라서 이후 진행되는 분석에서는 이러한 인구학적 요인을 고려하지 않고 결과를 분석하고자 한다.

성인 애착과 이성관계 만족

성인 애착과 이성관계 만족간의 관계는 애착 유형별 그리고 이성관계 애착 요인에 따라 살펴보고자 한다. 이 두 요인간의 관계를 보기 앞서 성인 애착 유형과 이성관계 애착은 어떠한 관련성을 갖고 있는지를 먼저 분석하고자 한다.

성인 애착유형과 이성관계 애착요인과의 관계

표 2는 성인 애착 유형과 이성관계 애착 요인에 따른 평균과 변량분석한 결과를 나타낸 것이고, 그림 1은 회피와 불안 요인에 따른 네 가지 유형의 평균값의 위치를 표시한 것이다.

표 2에서 보면 성인 애착 유형에 따른 이성관계 애착의 회피와 불안 요인의 평균은 모두 의미있는 차이를 나타냈다. 이를 사후 검증한 결과, 회피 요인의 경우 안정형과 두려움형의 평균이

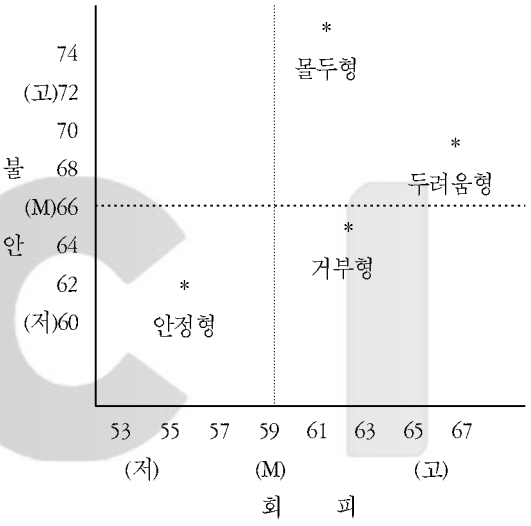

그림 1. 회피와 불안 요인에 따른 성인애착유형

표 2. 성인 애착 유형과 불안, 회피 요인별 평균(표준편차) 및 F검증

	애 착 유 형				F	Scheffe
이성관계 애착	1. 안정형	2. 거부형	3. 몰두형	4.두려움형		
회 피	55.65(1.50)	62.10(3.12)	61.86(2.54)	67.68(3.20)	4.84**	1<4
불 안	62.63(1.69)	63.80(3.51)	74.76(2.84)	69.21(3.60)	4.82**	1<3

**$p<.001$.

유의미한 차이를 보였고, 불안 요인에서는 안정형과 몰두형의 반응의 차이가 의미 있었다.

불안과 회피를 축으로 하여 네 가지 유형의 상대적 위치를 도식화한 그림1을 보면 애착의 네 가지 유형은 크게 세 집단으로 대별될 수 있다. 즉 회피와 불안이 모두 평균 이하인 집단과 회피는 높지만 불안은 낮은 집단, 그리고 회피와 불안 모두 평균이상으로 높은 집단이다. 이러한 결과는 회피와 불안이라는 측면에서 애착 유형이 네 개보다는 세 개로 구분될 수 있음을 보여주지만 세 번째 집단의 몰두와 두려움형은 분명한 반응 상의 차이가 있어 애착유형의 분류와 관련된 논의는 좀더 많은 표집을 통해 후속 연구에서 재검증될 필요가 있다고 생각한다.

이러한 결과에서 나타난 각 애착 유형의 특성을 추론해 보면 안정형은 이성관계에서 신체적으로나 심리적으로 회피하려는 경향이 낮고 버림받는 것에 대한 두려움이 가장 낮다. 반면 거부형은 이성관계에서 회피적인 경향은 있으나 상대적으로 불안은 높지 않은 편이며, 몰두나 거부형의 경우는 이성관계에서 회피와 불안을 평균 이상으로 경험하는데 몰두형은 상대적으로 불안을 더 많이 경험하고, 두려움형은 회피와 불안 모두를 상당히 경험하는 것으로 추론할 수 있다. 이 같은 성인 애착의 유형별 특성은 비단 이성관계에서 뿐 아니라 인지, 정서, 행동을 총괄하는 성격 특성과의 연관을 논의한 연구들(김광은, 2004; Berman & Sperling, 1994)에서도 일관성있게 나타나고 있다. 따라서 회피와 불안의 높고 낮음으로 성인 애착의 유형을 연속적인 차원에서 분류하려는 Brennan 등의 시도(Brennan et al., 1998a)는 기존의 성인 애착에 관한 세 가지나 네 가지의 분류와도 개념적으로 부합됨을 보여준다.

성인애착 유형과 이성관계 만족

성인 애착 유형과 이성관계 만족과는 어떠한 관계가 있을까? 표 2는 성인 애착 유형에 따른 이성관계 만족 요인의 평균 및 상호 관계를 검증한 자료이다. 표에서 볼 수 있듯이 애착유형과 이성관계 만족도 하위 요인들과는 문제해결적인 의사소통요인을 제외한 나머지 세 개의 하위 요인에서 모두 의미있는 평균의 차이를 보였다.

각 하위 요인별 반응을 보면 이성관계에 대한 전반적 불만족 요인에서 안정형은 가장 낮은 점수를 나타냈으며 이들의 반응은 몰두형과 두려움형의 반응과 유의미한 차이를 나타냈다. 문제해결적인 의사소통의 불만적 요인에서는 두려움형이 가장 높은 반응을 보였고 정서적 의사소통에서도 두려움형이 가장 높은 점수를 나타냈다. 공유시간 불만족에서는 몰두형이 안정형에 비해

표 3. 애착 유형과 이성관계 만족도 요인별 평균(표준편차) 및 F검증

	애착 유형				*F*	Scheffe
이성관계불만족	1. 안정형	2. 거부형	3. 몰두형	4. 두려움형		
전반적 불만족	17.67(6.83)	19.40(7.69)	22.48(8.39)	23.73(6.93)	5.56***	1<3, 4
문제의사소통 불만족	5.71(3.33)	6.95(3.12)	6.80(3.64)	7.52(3.13)	2.17	
정서의사소통 불만족	5.80(2.59)	6.80(2.06)	7.03(3.10)	7.10(2.28)	2.79*	
공유시간 불만족	3.60(1.91)	4.00(2.12)	5.03(2.38)	4.57(1.60)	4.28**	1<3`

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

의미있게 높은 반응을 보였다.

이러한 반응은 성인 애착의 유형별 특성을 잘 나타내 주는 것이면서 동시에 성인애착과 이성관계 만족과의 관계를 연구한 선행 연구들의 결과(이복동, 2000; Shi, 2003)와 상당히 부합된다. 이는 성인 애착의 유형별 특성과 스트레스 대처 방식을 다룬 연구들(김광은, 2004, Brennan et al., 1995; Florian, Miluliner, & Bucholtz, 1995)의 결과와도 관련성이 있는데, 이들 연구에서 안정형은 스트레스 상황에서 문제해결적이고 사회적 지지 전략을 효율적으로 사용하는 데 비해, 불안정한 애착 유형들은 문제해결이나 사회적 지지보다는 회피적인 전략들을 주로 사용하는 것으로 나타났다. 따라서 불안정한 애착 집단이 이성관계에서 더 많은 불만족을 호소하는 것은 당연한 결과이며, 불안정한 애착 유형간에도 관계에 대한 불안과 회피 수준의 높고 낮음에 따라 관계 만족도의 하위 요인의 반응이 다르게 나타난다. 이러한 측면은 불안정한 애착으로 인해 이성관계에서 어려움을 겪고 있는 사람들의 경우 이들의 특성에 따라 개입 전략이 다르게 설정되어야 효과적일 수 있음을 시사하는 것이기도 하다.

이성관계 애착과 이성관계 만족간의 관계

이성관계 애착 요인과 이성관계 만족도 요인간의 상관 관계를 나타낸 것이 표 4에 제시되어 있다. 표 4에서 볼 수 있는 것처럼 회피 요인은 전반적 불만족을 비롯한 모든 요인과 의미있는 상관을 나타냈다. 불안 요인도 전반적 불만족과 문제해결적인 의사소통에서의 불만족과 약간의 관련을 보였다. 이러한 결과로 볼 때 이성관계 애착 요인에서 친밀해 지는 것을 두려워하는 회피적 특성은 관계에서 버림받을 것을 두려워하는 불안 요인보다 이성관계에서의 불만족과 더 큰 관련을 보이는 것으로 추론된다.

아직 성인 애착의 관점에서 이성관계에 영향을 주는 요인들에 대한 인과적인 모델이 설정되어 있지 않으므로 이성관계에서의 불만족을 경험하는데 회피가 불안보다 더 큰 관련을 갖는 것의 원인은 분명하지 않다. 그러나 애착의 기본적인 속성중의 하나가 '근접성 추구'(proximity-seeking)라는 점(Weiss, 1982)과 연인간에 신체적, 심리적 접촉이 자연스럽게 이루어지는가의 여부가 두 사람의 관계 만족과 교제 지속 기간에 영향을 준다는 연구 결과(Brennan et al, 1998b)를 볼 때, 친밀한 관계 형성의 시작과 지속을 가로막는 회피 요인은 관계에서 버림받는 것을 두려워하는 불안보다 이성관계에서의 만족과 더 큰 관련이 있을 가능성이 있다. 따라서 이와 같은 가정은 좀더 정교한 설계 하에 이루어지는 후속 연구에서 검증될 필요가 있다고 생각한다.

표 4. 이성관계 애착 요인과 이성관계 만족도 요인간의 상관관계

	이 성 관 계 불 만 족			
이성관계 애착	전반적불만족	문제의사소통불만족	정서의사소통불만족	공유시간불만족
회 피	.46***	.14**	.53***	.45***
불 안	.17*	.17*	.03	.09

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

논 의

지금까지 성인 애착 유형과 이성관계 애착에서의 회피와 불안에 따른 상호 관계를 살펴보고 이러한 성인 애착이 이성관계 만족과는 어떠한 관련을 갖는지를 살펴보았다. 본 연구에서 나타난 주요 결과를 중심으로 몇 가지 논의사항을 정리해 보고자 한다.

먼저 Brennan 등(1998a)이 모든 성인 애착의 공통되는 요인이라고 가정한 회피와 불안은 전통적인 성인 애착의 유형 분류와 개념적인 측면에서 부합되는 결과를 보였다. 지금까지 성인 애착의 유형 분류는 각각의 성인 애착 유형의 특성을 기술한 세 가지나 네 가지로 기술된 서술문 중에 하나를 선택하는 것으로 이루어졌다. 이러한 분류는 단지 한가지 진술문에 의해 유형을 결정한다는 점에서 타당성의 문제를 제기할 수 있고, 어떤 사람이 특정 유형에 분류되었다 할지라도 각 유형의 전형성을 얼마나 갖고 있는지를 파악하기 어렵다는 한계가 있다. 이러한 면에서 성인 애착의 여러 측면을 회피와 불안이라는 관점에서 다양하게 물어보는 Brennan 등의 방식은 성인 애착의 유형을 연속선상에서 파악할 수 있어 각 유형에 따른 전형성을 알아볼 수 있을 뿐 더러 타당도나 신뢰도를 높일 수 있다. 비록 본 연구에서는 회피와 불안의 두 축을 기준으로 보았을 때 원래 가정했던 네 가지 유형보다는 세 가지로 좁혀지는 결과를 보였지만 좀더 다양하고 많은 표집을 통해 조사가 이루어졌더라면 예상되는 결과를 얻을 수도 있을 것이다. 따라서 앞으로 성인 애착의 유형을 분류할 때 세 가지나 네 가지의 유형 중 하나를 선택하는 방식과 병행하여 Brennan 등의 회피와 불안으로 이루어진 척도를 사용한다면 성인 애착의 유형 분류가 좀더 타당하게 이루어 질 수 있을 것이라고 기대한다.

성인 애착과 이성관계 만족과 관련된 하위 요인들과의 관계에서 보면 본 연구에서는 성인 애착의 유형별 특징이 이성관계에서도 그대로 반영되는 결과를 보였다. 즉 성인 애착의 안정형은 이성관계 애착에서 회피와 불안 수준이 가장 낮을 뿐 더러 이성관계의 전 영역에서 불만족의 정도가 가장 낮은 것으로 나타났다. 반면 친밀한 관계를 맺기를 회피하거나 두려워하는 거부형은 몰두나 두려움형에 비해 이성관계 만족도가 낮게 나타나지는 않았지만 이성관계 애착의 회피 요인의 점수는 높게 나타났다. 이는 회피 요인이 불안 요인보다 관계 만족도와의 부적인 상관이 더 높다는 점에서 이들은 실제 연애와 같은 친밀한 관계에서 어려움을 겪을 가능성이 많다. 관계에 집착하고 연연해하는 몰두형은 다른 유형에 비해 불안 수준이 높은 특징을 보였고 이성관계에서도 공유시간에 대한 불만족이 가장 높은 것으로 나타났다. 이러한 몰두형의 특징은 이성관계에서 곧잘 과도한 질투와 집착으로 표현되고 이로 인한 극단적인 정서경험은 상대방에 대한 공격적인 행동으로 이어진다는 결과들(Bookwala et al., 1998; Roberts et al., 1998)이 있어 이 유형 역시 연애관계에서 상당한 문제를 갖고 있을 가능성이 있다. 이성관계 애착에서 회피와 불안이 높을 뿐 아니라 이성관계 만족의 전 하위 요인에서 불만족 점수가 높게 나타난 유형은 두려움형이었다. 실제 두려움형 만을 대상으로 이성관계 경험 빈도나 내용을 분석한 경험적 연구들을 아직 보지 못했지만 실제 이들은 이성관계의 시작이나 지속 면에서 가장 어려움을 겪을 가능성이 많다.

이와 같은 성인 애착의 유형별 특성은 이들에 대한 실제 상담 장면에서 상담 목표나 초점이 다르게 설정될 필요가 있음을 시사한다. 예를 들

어 관계에 너무 집착하는 것이 문제인 몰두형에게는 '따로 또 같이 하는' 관계 형성에 좀더 초점을 두어 상담이 진행되어야 한다면, 기본적으로 친밀한 관계에 대한 두려움을 갖고 있는 거부형에게는 상담 장면에서라도 친밀한 관계 경험을 할 수 있도록 초점이 맞추어져야 할 것이다. 두려움형은 이성관계에서 뿐 아니라 총체적인 대인관계에서 어려움을 겪을 가능성이 많으므로 우선 자기 자신에 대한 수용이나 이해를 바탕으로 자신을 포함한 사람들과의 신뢰를 형성하는 데에 더 많은 비중을 두어야 할 것이다.

결과 및 해석 부분에서 언급했듯이 아직 성인 애착과 이성관계를 인과적으로 설명할 수 있을 만큼 의 충분한 이론 개발이나 경험적인 연구가 축적되어 있지 못하다. 따라서 본 연구에서 살펴본 성인 애착의 유형이나 이성관계 애착의 두 요인인 불안과 회피가 이성관계 만족에 어떻게 영향을 미치는 지에 대해서는 충분한 설명을 할 수 없었다. 또한 본 연구에서 다룬 주요 요인 이외에 성별 같은 인구학적인 변인이나 성 경험 같은 관계의 깊이를 나타내는 지표들이 서로 어떠한 관련성을 갖고 있는지에 대해서도 만족할 만한 설명을 하지 못하였다. 따라서 이러한 본 연구의 한계를 극복하기 위해서는 성인 애착의 개념적 타당성을 확보할 수 있는 이론 모델이나 이를 뒷받침할 경험적인 연구가 좀더 수행될 필요가 있다고 생각한다.

기본적으로 연애관계나 부부관계와 같이 이자 관계의 관심을 둔 연구에서는 개인 대상으로 표집이 이루어지기보다 상호 관련을 맺고 있는 커플들을 대상으로 자료 수집이 이루어져야 상호 역동성 및 관계의 특성에 대해 더 많은 설명을 할 수 있다고 생각한다. 이러한 점에서 개별 대상의 표집을 바탕으로 수행된 본 연구는 성인 애착과 관련된 연애관계의 특성을 설명하는 데에 상당한 한계가 있었다. 따라서 후속 연구들은 실제 연애중인 커플을 대상으로 성인 애착의 유형을 파악해 보고, 각각의 성인애착 유형의 조합이 빚어내는 관계의 특성 및 역동성을 파악할 수 있도록 설계되어야 할 것이다.

참고문헌

권정혜, 채규만 (1999). 한국판 결혼만족도검사의 표준화 및 타당도 연구 I. 한국심리학회지: 임상, 18(1), 123-139.

김광은 (2004). 성인 애착 유형 및 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처 방식. 한국심리학회지:상담과 심리치료, 16(1), 53-69.

김주연 (2001). 대학생의 애착 유형에 따른 사회적 지지수준 및 이성관계 만족도와의 관계. 서울여자대학교 석사학위논문.

이복동 (2000). 성인애착과 이성관계 만족: 거부민감성과 귀인 양식의 매개효과를 중심으로. 고려대학교 석사학위논문.

장휘숙 (1997). 성인 애착의 3범주 모델과 4범주 모델의 비교. 한국심리학회지: 발달, 10(2), 123-138.

Bartholomew, K. & Horowiz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology, 61(2),* 226-224.

Berman, W. H., Marcus, L. & Berman, E. L. (1994). Aattachment in marital relations. In M. B. Sperling & W. H. Berman(Eds.), *Attachment in adult(pp.204-231)*. NY: Guilford Press.

Berman, W. H. & Sperling, M. B. (1994). The structure and function of adult attachment. In M. B. Sperling & W. H.. Berman(Eds.),

Attachment in adult(pp.3-28). NY: Guilford Press.

Bookwala, J. & Zdaniuk, B. (1998). Adult attachment styles and aggressive behavior within dating relationship. *Journal of Social and Personal Relationship*, *15(2)*, 175-190.

Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21,* 267-283.

Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998a). Self-report measurment of adult attachment. In. A. Simpson & W. A. Roholes(Eds.), *Attachment theory and close relationships(pp.46-76)*. NY: Guilford Press.

Brennan, K. A., Wu, S., & Loev, J. (1998b). Adult romantic attachment and individual differences in attitudes towards physical contact in the context of adult romantic relationship. In. A. Simpson & W. A Roholes(Eds.), *Attachment theory and close relationships(pp.394-428)*. NY: Guilford Press.

Carnelly, K., Pietromonaco, P., & Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationship function. *Journal of Personality and Social Psychology, 66,* 127-140.

Collins, N. L. & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*, 644-663.

Crowell, J. & Treboux, D. (2001). Attachment security in adult partnership. In Christopher Clulow (Ed.), *Adult attachment and couple psychotherapy (pp.28-42)*. London: Brunner- Routledge.

Duggan, E. S. & Brennan, K. (1994). Social avoidance and its relation to Bartholomew's adult attachment Typology. *Journal of social and Personal Relationship,* 147-153.

Feeney, J. A. (1998). Adult attachment and relationship-centered anxiety. In J. A. Simpson & W. A. Roholes(Eds.), *Attachment theory and close relationships(pp.189-218)*. NY: Guilford Press.

Feeney, J. A., & Noller P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 58(2)*, 281-291.

Feeney, J. A., Noller P., & Hanrahan, M. (1994). Assessing adult attachment. In M. B. Sperling, & W. H. Berman(Eds), *Attachment in adults(pp. 128-154)*. NY: The Guilford Press.

Fisher, J. & Crandell, L. (2001). Patterns of relating in the couple. In ChristopherClulow(Ed.), *Adult attachment and couple psychotherapy(pp.15-27)*. London: Brunner-Routledge.

Florian, V., Milulincer, M., & Bucholtz, I. (1995). Effect of adult attachmnet style on the perception and search for social support. *The Journal of Psychology*, *52(3)*, 511-524.

Hazan, C. & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52(3)*, 511-524.

Hindy, C. G., Schwartz, J. C., & Brodsky, A.(1989). If this is love, why do I feel so insecure? NY:Atlantic Monthly Press.

Hindy, C. G., Schwartz, J. C., & Schwarz, J. C. (1994). Anxious romantic attachment in adult attachment. In M. B. Sperling, & W. H. Berman(Eds), *Attachment in adults(pp. 179-203)*. NY: The Guilford Press.

Kobak, R. & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models affect regulation, and representation of self and others. *Child Development, 59,* 135-146.

Roberts, N. & Noller, P. (1998). The associations between adult attachment and couple violence: The role of communication patterns and relationship satisfaction. In J. A. Simpson & W. A. Roholes(Eds.), *Attachment theory and close relationships(pp.317-352).* NY: Guilford Press.

Rothbards, J. C., Roberts, L. J., Leonard, K.E., & Eiden, R. D. (1993, August). Attachments styles and marital interaction behavior. paper presented at the annual meeting of the American Psychological Association, Toronto, Ontario.

Shaver, P., Hazan, C., & Bradshaw, D. (1988). Love as attachment: The integration of three behavioral system. In R. J. Sternberg & M. L. Barnes(Eds.), *The psychology of love(pp.68-99).* New Haven, CT: Yale University Press.

Shi, L. (2003). The association between adult attachment styles and conflict resolution in romantic relationships. *The American Journal of Family Therapy*, *31*, 143-157.

Simpson, J., 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)*, 434-446.

Sperling, M. B. & Berman, W. H. (1991). An attachment classification of desperate love. *Journal of Personality Assesment, 56*, 45-55.

Weiss, R. S. (1982). Attachment in adult life. In C. M. Parkers & J. Stevenson-Hinde(Eds.), *The place of attachment in human behavior (pp. 171-184).* NY: Basic Books.

West, M. & Sheldon- Keller, A. (1994). *Patterns of Relating: An adult attachment perspective*. NY: Guilford Press.

원 고 접 수 일 : 2004. 8. 30
수정원고접수일 : 2004. 11. 28
게 재 결 정 일 : 2005. 2. 3

한국심리학회지 : 상담 및 심리치료
The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy
2005, Vol. 17, No. 1, 233-247

Adult Attachment Styles and Factors Associated with Relation Satisfaction in Romantic Relationship

Kwang Un Kim
Korea Air Force Academy

We-Gab Lee
Chungbuk National University

The purpose of this study is to investigate how adult attachment styles and romantic attachment factors are related with the satisfaction of romantic relationships. For the purpose, literature review and the survey of 157 university students were carried out on their attachment styles, the romantic attachment factors, and the relationship satisfaction. The results of the research are as follows : The secure attachment style obtained the lowest scores in avoidance and anxiety factor of romantic attachment. The fearful style showed the highest level in avoidance and the preoccupied style revealed the significant high level in anxiety. In the relation of adult attachment styles and the relation satisfaction, the preoccupied style and the fearful style showed higher scores than that of the secure style in global distress. Specially, the preoccupied style revealed of themselves highly dissatisfied in affective communication. All these results were discussed in the context of validity in the concept and measurement of adult attachment and then the suggestions were made for the counseling and the clinical setting.

Key Words : Adult attachment styles, Romantic attachment, Satisfaction in Romantic relationship

부 록

회피, 불안 요인에 따른 이성관계 애착 척도

회피(α.84)

문항	문항과 요인간 상관	
1.	.54	나는 내가 마음 속 깊이 어떻게 느끼는지를 파트너에게 드러내지 않은 편이다.
3.	.63	파트너에게 가까이 있으면 편안함을 느낀다(R)
5.	.64	내 파트너가 나에게 오기 시작하면 나는 물러선다
7.	.72	파트너가 내게 아주 가까워지려고 하면 나는 불편해 진다.
9	.67	나는 파트너에게 마음을 여는 게 편하지 않다.
11.	.48	마음은 파트너에게 가고 싶은데, 실제로는 늘 뒤로 물러난다
13.	.58	나는 파트너가 너무 가까워 질 때 신경이 날카로워진다.
15.	.66.	나의 개인적인 생각과 느낌을 파트너와 나누는 것이 편하게 생각된다(R)
17.	.59	나는 파트너와 너무 가깝게 되는 것을 피하려 한다.
19.	.31	나는 비교적 쉽게 파트너와 가까워진다(R).
21.	.48	나는 파트너에게 의지하려고 해도 잘 되지 않는다.
23.	.51	나는 내 파트너에게 지나치게 가까워지지 않은 것을 더 좋아한다.
25.	.58	나는 파트너에게 온갖 이야기를 다 말한다(R).
27.	.67	나는 내 문제와 관심사에 대해 파트너와 의논한다(R).
29.	.58	나는 파트너에게 의지할 때 편하다(R).
31.	.57	나는 거리낌없이 파트너에게 위안과 충고와 도움을 청한다(R).
33.	.54	곤경에 처했을 때 파트너에게 의지하는 것은 도움이 된다(R).
35	.53	위안을 받고 확신을 받는 등 많은 일을 파트너에게 의지한다(R).

부 록

회피, 불안 요인에 따른 이성관계 애착 척도

불안(α=.84)

문항	문항과 요인간 상관	
2.	.54	나는 버림받는 것을 두려워한다.
4.	.49	나는 이성을 만나는 방식에 대해 걱정을 많이 한다.
6.	.66	내가 파트너를 생각하는 것만큼 그 사람이 나를 생각하지 않을까봐 걱정한다.
8.	.67	나는 파트너를 잃을까봐 상당히 걱정하는 편이다
10.	.69	내가 파트너에 대해 느끼는 만큼 파트너도 내게 강한 감정을 갖기를 바란다.
12.	.49	나는 파트너와 완전히 하나가 되기를 원할 때가 많은데, 그러면 상대방은 두려워하며 멀어지려고 한다.
14.	.46	나는 홀로 있는 것이 두렵다
16.	.38	아주 가까워지고 싶은 내 욕망이 사람들을 멀리하게 만든다.
18.	.59	나는 내 파트너가 나를 사랑하고 있다는 확인을 늘 필요로 한다.
20.	.60	나는 가끔 파트너에게 좀더 감정을 표현하고 우리 관계에 좀더 몰두하라고 강요한다는 생각이 든다.
22.	.51	나는 버림받는 것에 대해 별로 걱정하지 않는다(R).
24.	.61	내가 파트너의 관심을 끌지 못했을 때, 나는 화가 나고 짜증이 난다.
26.	.57	파트너들이 내가 원하는 만큼 내게 가까이 오고 싶어하지 않는다는 생각이 든다.
28.	.45	내가 만나는 이성이 없을 때, 나는 좀 걱정이 되고 불안하다.
30.	.58	나는 파트너가 내가 원하는 만큼 같이 있지 못할 때 실망한다.
32.	.48	내가 필요로 할 때 내 파트너가 없으면 좌절감을 느낀다.
34.	.63	파트너가 나를 인정하지 않을 때 나는 정말 내 자신이 한심하다고 느낀다.
36.	.59	나는 내 파트너가 나를 떼어놓고 시간을 보낼 때 분개한다.

*(R)표시 문항은 반대로 채점