

## 성인 애착유형에 따른 자아수용 및 친구에 대한 긍정적, 부정적 감정\*

박 고 윤 이 기 학†

연세대학교

본 연구에서는 대학생 468명을 대상으로 친구와 형성한 애착관계 및 자아수용 수준을 살펴 보았다. 애착 유형은 안정형, 무시형, 몰입형, 공포형의 4유형으로 나누어 살펴보았으며, 각 애착유형에 따라 자아수용, 친구에 대한 긍정적 감정, 친구에 대한 부정적 감정의 수준 차 이를 분석하였다. 연구 결과 안정형과 무시형 애착은 몰입형과 공포형 애착보다 자아수용 수준이 유의미하게 높았다. 안정형과 무시형 애착 사이의 자아수용 차이는 유의미하지 않 았다. 또한 안정형 애착은 불안정형(무시, 몰입, 공포형) 애착보다 친구에 대한 긍정적 감정이 유의미하게 컸으며, 안정형 애착은 몰입형과 공포형보다 친구에 대한 부정적 감정이 유 의미하게 작았다. 본 연구결과가 애착이론 및 심리치료에 주는 시사점을 논의하였다.

주요어 : 애착 유형, 자아 수용, 친구, 대인관계

---

박고윤은 연세대학교 심리학과 대학원에 재학중이고, 이기학은 연세대학교 심리학과에서 근무하고 있음.

\* 본 논문은 BK21 사업단의 지원을 받았음.

† 교신저자 : 이기학, 연세대학교 심리학과, (120-749) 서울시 서대문구 신촌동 134

Tel : 02-2123-2445, E-mail : khlee2445@yonsei.ac.kr

Bowlby(1977)가 아동들을 관찰한 자료를 토대로 형성한 애착이론은 점차 대인관계뿐 아니라 전반적인 적응을 설명하는 이론으로 발전해왔다. 국내에서도 애착과 다양한 변인간의 관계를 연구한 결과가 최근 10여 년 동안 축적되어왔다. 부모와 형성한 애착 관계는 아동기의 자아존중감이나 사회적 유능감 그리고 정신건강에 영향을 주는 것으로 나타났으며, 청소년기의 학교 부적응 행동 및 비행행동 그리고 성인기 초기의 심리적 독립이나 사회적 적응 및 정체감과도 관련이 있었다(유희정, 강연숙, 2004; 이경숙, 엄혜련, 정영윤, 2004; 이경숙, 박진아, 2004; 박영립, 최혜림, 2002; 장휘숙, 한건환, 전우정, 2002; 장휘숙, 2002; 조영주, 최혜림, 2001; 김재희, 주은선, 2001; 옥정, 오윤희, 정현옥, 2001; 장휘숙, 2000; 이경숙, 신의진, 김혜연, 1999). 뿐만 아니라 성인기에 형성하는 애착관계는 낭만적 사랑 관계의 양상과 관계만족에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(김광은, 이위갑, 2005; 이주일, 2004; 장휘숙, 2002; 강차연, 박경, 2001; 장휘숙, 2001; 정태연, 최상진, 장진경, 2000; 이희영, 1999). 또한 성인 애착 유형에 따라 대인불안 수준 및 자기개념 역시 다른 양상을 보였고, 특히 애착은 아동기와 성인기의 정신병리와 밀접한 관련성을 보였다(허정선, 현명호, 2005; 신노라, 안창일, 2004; 이훈진, 2004; 신의진, 이정숙, 정석진, 홍현주, 2003; 이훈진, 2002). 내담자의 애착유형은 상담을 경험하는 과정과도 관련이 있었으며, 스트레스 대처 양식 및 정서조절 양식과도 관련을 보였고, 대

인관계나 우울증상과 관련된 인지적 특성에서도 애착유형에 따른 차이가 나타났다(김광은, 2004; 이귀선, 정남운, 2003; 김선희, 오경자, 박중규, 이은정, 2001; 지승희, 이혜성, 2001; 김은정, 권정혜, 1998).

이러한 기존의 국내 연구 흐름을 살펴보면, 애착과 관련된 국내연구들 대부분이 적응이나 정신병리, 그리고 부모와의 관계에 초점을 맞추고 있음을 알 수 있다. 물론 아동기에는 대인관계의 영역 대부분이 부모와의 관계로 이루어져 있다고 볼 수 있겠으나, 성인기 이후의 대인관계에서는 연인 및 친구 관계의 중요성이 점차 증가하게 된다. 이러한 점에서 볼 때 친구와의 애착관계에 대한 국내 연구가 적다는 점은 매우 아쉬운 일이다(한수정, 신민섭, 김중술, 권석만, 2002). 따라서 본 연구에서는 초기 성인기에 해당하는 대학생들의 친구관계를 분석하여, 애착 유형에 따라 나타나는 친구에 대한 감정의 차이가 유의미한지를 살펴보고자 한다. 이와 함께 각 애착유형의 자아수용 수준을 통해 애착유형에 따른 자기모델의 긍정성과 부정성도 살펴보고자 한다.

초기 애착이론에서는 애착의 형태를 안정형과 양가형 그리고 회피형의 3유형으로 구분하였으며, 양가형 애착과 회피형 애착을 함께 일컬어 불안정 애착으로 파악하였다. Ainsworth(1985)의 영아 연구에서 관찰된 세 애착 유형의 특징은 다음과 같다. 안정형 애착을 보이는 영아들은 어머니와 분리된 상황에서 슬픔을 표현하였지만, 어머니가 돌아오면 어머니에게 접근하고 접촉하였고, 신체적 접촉이 이루어지면 곧 슬픔이 진정되었다. 회피형 애착을 형성한 영아들은 어머니와 분리되는 상황에서 슬픔이나 저항 행동을 나타내지 않았으며 어머니가 돌아오더라도 신체적 접촉을 요

구하지 않는 경향을 보였다. 양가형 애착은 어머니와의 분리 상황에서 가장 큰 슬픔을 나타내며 어머니가 돌아오더라도 쉽게 슬픔이 진정되지 않았고, 어머니와의 신체접촉을 원하는 동시에 어머니에게 공격적인 행동(때리기, 외면하기 등)을 보였다. 이러한 아동기의 애착 형태는 성인기의 애착 형태에서도 유사하게 나타난다.

최근의 애착이론에서 Hazan과 Shaver(1987)는 위와 같은 3유형 애착이론의 형태를 유지하고 있는 반면, Bartholomew와 Horowitz(1991)는 공포형이라는 새로운 유형을 추가한 4유형 애착이론을 제안한다. 기존의 3유형 애착이론이 관찰된 자료를 사후적으로 분류하는 방식에 기초한다면, 4유형 애착이론에서는 Bowlby의 내적작동모델 이론에 따라 자기모델의 긍정/부정성과 타인모델의 긍정/부정성이 상호 조합된 네 개 유형을 가설적으로 분류한 뒤 경험적 관찰을 통해 확인하는 방식을 취하는 차이가 있다. 4유형 애착이론에서 안정형 애착 유형은 자기모델과 타인모델이 모두 긍정적이다. 이들은 타인을 위협적이지 않은 존재로 지각하고 친밀한 관계에서 안정적이고 편안함을 느낀다. 몰입형 애착유형은 3유형 애착이론의 양가형에 상응하며, 타인모델이 긍정적인 반면 자기모델이 부정적인 경우이다. 이들은 타인과 과도하게 밀착된 관계를 추구하는 동시에 타인에 대한 양가적인 감정을 나타낸다. 무시형 애착유형은 3유형 애착이론의 회피형에 상응하며, 자기모델이 긍정적인 반면 타인모델은 부정적인 경우이다. 이들은 친밀한 관계 형성을 회피하려는 경향을 보인다. 공포형 애착이론은 기존의 3유형 애착이론의 회피형 애착에 포함되었던 유형이 따로 분류된 것인데, 자기모델과 타인모델이 모두 부정

적인 경우에 해당한다. 이들은 친밀한 관계에서 접근과 회피 경향을 모두 보이는 혼란을 나타낸다(Bartholomew & Horowitz, 1991).

실제로 대부분의 연구에서 몰입형 애착 유형은 안정형보다 일관되게 자기모델이 부정적으로 나타난다(Mikiluncer, 1995; Griffin & Bartholomew, 1994a; Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990). 그러나 무시형 애착유형에 대한 연구 결과는 일관적이지 않다. Griffin과 Bartholomew(1994a)에서는 무시형 애착이 안정형 애착보다 부정적인 자기상을 가지고 있다고 나타냈지만, Collins와 Read(1990)의 연구에서는 안정형 애착과 회피형 애착 사이에 차이가 나타나지 않았다. Feeney와 Noller(1990)의 연구에서는 회피형 애착을 형성한 사람들이 스스로를 부정적으로 지각하는 것으로 나타났다. 한편 Mikiluncer(1995, 1998)는 회피형의 자기모델이 안정형만큼 긍정적이기는 하지만, 회피형은 안정형보다 자신의 부정적인 특성에 대한 접근가능성이 낮다고 제안한다. 특히 이 연구에서 회피형의 자기구조는 긍정적이고 분화되어있기는 하지만 안정형보다는 통합성 수준이 낮은 것으로 나타났다. 이처럼 애착 유형에 따른 자기모델과 타인모델 연구 결과에서 나타나는 혼란에 대하여, Mikiluncer(1995)는 자아존중감이라는 총체적인 개념보다 자기구조(self-structure)의 다양한 측면을 구체적으로 연구할 필요가 있다고 논한다.

한편 사람은 하나가 아니라 여러 개의 독립적인 애착 모델을 가질 수 있으며, 특히 성인기에 이르면 애착 대상이 부모 이외에도 친구, 배우자 등으로 매우 다양해진다(Cozzarelli, Hoekstra, & Bylsma, 2000; Bartholomew & Horowitz, 1991). 그러나 최근의 국내 애착 연

구는 대부분 부모와의 애착이나 연인과의 애착을 중심으로 이루어진 경향이 있으며, 친구와의 애착관계에 초점을 맞춘 연구는 비교적 적은 편이다. 특히 ‘어떻게 성숙한 친구 관계를 유지하는가’에 대한 문제는 친구의 선택과 발생과정 그리고 관계의 종결에 관한 문제들과 함께 친구 관계 연구의 중요한 주제이다(이은혜, 고윤주, 1999). 따라서 친구 관계의 질적 측면을 애착 이론적 입장에서 조망해보는 것은 애착 연구 뿐 아니라 기존의 친구 관계 연구에 대해서도 의미가 있다. 특히 성인기에 형성하는 친구라는 대상의 표상이 성인기 대인관계에 매우 중요한 측면일 뿐 아니라, 친구와의 애착관계가 의식적, 자기보고적 방법으로 연구 가능한 관계로 나타났다는 점에서 친구와의 관계에 대한 경험적인 연구가 더 이루어질 필요가 있다(한수정, 신민섭, 김중술, 권석만, 2002).

따라서 본 연구에서는 친구와 형성한 애착 관계를 분석함으로써 애착유형에 따른 타인모델의 특성을 살펴보기로 한다. 이를 통하여 기존에 연구가 비교적 적게 이루어진 친구와의 애착 관계에 대한 시사점을 얻을 수 있을 것이다. 특히 본 연구에서는 친구에 대한 표상의 긍정성과 부정성을 측정하기 위해 친구에 대한 긍정적 감정과 부정적 감정을 개별적으로 측정하여 비교하였다. 친구에 대한 긍정적 감정은 McGill친구관계질문지-친구에 대한 애정(McGill Friendship Questionnaire-Respondent's Affection) 편에서 8문항을 사용하였고, 친구에 대한 부정적 감정은 McGill친구관계질문지-부정적 감정(McGill Friendship Questionnaire-Negative Feeling) 편에서 14문항을 사용하였다. 만일 애착유형에 따라 긍정적 감정과 부정적 감정의 차이 형태가 동일하지 않을 경우, 그러한 결

과가 어떠한 의미를 가지는지 역시 살펴볼 것이다.

또한 본 연구에서는 애착 유형에 따른 자기모델의 특성을 자아존중감보다 구체적인 변인을 통해 살펴보기로 한다. Griffin과 Bartholomew(1994a)는 애착유형에 따른 자기모델과 타인모델의 특성을 연구하였는데, 이 연구에서 긍정적 자기모델과 가장 상관성이 높은 변인은 자아존중감과 자아 수용(self-acceptance) 그리고 주관적으로 느끼는 심리적 고통(subjective distress)으로 나타났다. 따라서 본 연구에서는 애착유형에 따른 자기모델을 자아수용 수준을 통해 살펴보기로 한다. 그러나 Griffin과 Bartholomew(1994a) 연구에서는 자아수용 수준을 측정하기 위해 1955년에 개발된 Fey Self Acceptance Scale을 사용하였으므로, 본 연구에서는 보다 최근에 개발된 자아수용 척도인 심리적 안녕 척도(Psychological Well-Being Scales)의 하위 척도인 자아수용척도(Self-Acceptance Scale)를 사용할 것이다(Ryff, 1989).

자아수용(self-acceptance)이란 심리치료 뿐 아니라 개인의 안녕감(well-being) 혹은 행복과 관련한 많은 연구에서 최근 활발하게 연구되고 있는 변인이다. 자아수용이란 정신 건강 뿐 아니라 자아실현의 특성으로서, 자기 자신과 과거의 삶을 수용하는 것을 의미한다(Ryff, 1989) 국내의 김명소와 임지영(2003) 연구에서도 자아수용 요인은 대학생의 주관적 안녕감을 예측하는 가장 중요한 변인으로 나타났다. 실제로 최근 많은 심리치료 이론들이 자아수용의 중요성을 강조하고 있는데, 특히 인지행동치료의 최근 흐름이 그러하다. 문현미(2005)는 소위 수용중심치료라고 통칭되는 다양한 치료법들이 심리치료 현장에서 도입되고 적용되는 최근의 동향을 잘 보여주고 있다. 특히

이러한 수용중심치료들에서 도입한 ‘알아차림, 자기 초월적 의식, 인지적 탈 융합’과 같은 개념들은 다분히 동양사상, 특히 불교의 영향을 많이 받은 것으로 보인다. 이에 따라 기존의 서양 이론 중심의 상담을 우리 고유의 동양사상과 접목시키려는 시도도 이루어지고 있다(윤호균, 2001). 따라서 본 연구에서 애착 유형별로 자아수용 수준의 차이가 나타난다면 이와 같은 최근의 새로운 심리치료 움직임에도 유용한 자료가 될 수 있을 것이다.

본 연구의 목적을 정리하면 다음과 같다. 우선 각 애착유형의 자기모델을 살펴보기 위해 자아수용 수준을 살펴본다. 그리고 각 애착유형의 타인모델, 특히 친구라는 표상에 대한 타인모델을 살펴보기 위해 친구에 대한 긍정적 감정과 부정적 감정을 살펴본다. 이와 함께 각 애착유형의 성별에 따른 분포 차이가 유의미한지를 함께 살펴볼 것이다. 기존의 연구(김광은, 2004; Bartholomew&Horowitz, 1991)에서도 성별에 따라 애착유형의 차이가 유의미하게 나타났으므로 본 연구에서도 이를 살펴볼 필요가 있기 때문이다. 이러한 성별에 따른 애착유형의 차이는 해당 문화에서 요구되는 성역할에 의해 영향을 받는 것으로 짐작된다(김광은, 2004). 또한 본 연구에서 사용한 통계 방법인 다변량 분산분석(MANOVA)은 서로 상관관계가 있는 종속변수들의 조합에 대한 효과를 동시에 검증하는 방법이므로, 이를 위하여 종속변인간의 상관관계 역시 살펴보기로 한다.

본 연구의 연구문제를 정리하면 다음과 같다.

**연구문제 1.** 성별에 따른 애착유형 분포 차이와, 종속변인간의 상관관계는 유의미한가?

**연구문제 2.** 4개 애착유형에 따라 자아수용

수준은 유의미한 차이를 보이는가?

**연구문제 3.** 4개 애착유형에 따라 친구에 대한 긍정적 감정과 부정적 감정은 유의미한 차이를 보이는가?

## 방 법

### 연구대상 및 절차

본 연구에서는 서울에 위치한 Y대학 학생 468명이 참여하였다. 이중 남학생은 218명, 여학생은 236명이었으며 총 14명이 성별을 응답하지 않았다. 연구에 참여한 학생들의 연령 분포는 18세에서 29세이며 평균연령은 21.7세( $SD=2.33$ )였다. 설문은 심리학 관련 교양과목 수업 시간 내에 실시되었으며 약 15분 정도의 시간이 소요되었다.

### 측정도구

#### 애착유형 측정도구

애착 유형을 측정하기 위해 4유형 애착 척도인 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 성인애착유형 검사(Relationship Questionnaire, RQ)를 사용하였다. 김동직과 한성열(1997; 양혜선, 2004에서 재인용)이 번안한 내용을 수정 보완하여 사용하였다. 또한 본 연구의 주제에 따라 친구관계에 한정된 애착 형태를 질문하도록 척도의 질문 범위를 수정하였다(예를 들어 “다른 사람들”이라고 표현된 부분을 “친구들”이라고 각색하였다). RQ 척도는 안정형, 무시형, 몰입형, 공포형의 4개 유형 각각을 상세히 기술한 4문항과, 네 개의 유형 중 자신과 가장 유사한 유형을 선택하는 한 문항으로 구성되어 있

다. 본 연구에서는 5점 척도로 평가하였으며 (1=전혀 다르다, 5=매우 비슷하다) 4개의 유형 중 가장 높은 점수를 얻은 유형과 가장 유사하다고 직접 선택한 유형이 일치할 때 그것을 개인의 애착유형으로 판단하였다.

그러나 4개 유형에서 가장 유사하다고 평가한 유형과 본인이 직접 유사하다고 선택한 유형이 불일치할 경우에는 3유형 애착 척도를 사용하여 재평가하였다. RQ 척도에서 응답이 비일관적이었던 사례는 총 29명이었다. 이들의 애착유형은 Simpson, Rholes와 Nelligan(1992)이 개발한 3유형 성인애착 질문지(Adult Attachment Questionnaire, AAQ)를 통하여 다시 판단하였다. AAQ는 Griffin과 Bartholomew(1994)의 연구에서도 유용성이 입증된 바 있으며, 본 연구에서 AAQ는 29명의 애착유형 판단을 위하여 보조적으로만 사용하였다. 기존의 장휘숙(1997a)에서도 한국 대학생들을 대상으로 3유형과 4유형 애착이론의 적용가능성을 연구한 결과 4유형 애착이론이 더 적합하다고 판단한 바 있다. 3유형 범주의 애착 척도보다 4유형 범주의 애착척도가 개인의 내적 작동모델을 더 효과적으로 구분할 수 있는 것으로 나타났다. 총 17 문항 모두를 번역하여 사용하였으며, AAQ 역시 친구관계에 국한된 애착 형태만을 질문하도록 수정하였다. AAQ는 회피애착 경향을 판단하는 8문항과 불안애착 경향을 판단하는 9문항으로 구성되어 있는데, 회피애착 경향의 점수와 불안애착 경향의 점수가 모두 낮을 경우에는 안정애착으로 여겨진다. 본 연구에서는 5점 척도를 사용하였으며, 회피애착 경향의 총점과 불안애착 경향의 총점을 Z점수로 표준화하여 비교한 후 판단하였다.

### 자아수용 측정도구

본 연구에서는 자아수용 수준을 측정하기 위해 심리적 안녕 척도(Psychological Well-Being Scales)의 하위 척도인 자아수용척도(Self-Acceptance Scale)를 사용하였다(Ryff, 1989). 자아수용은 5점 척도로 평가하였으며, 본 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91 이었다. 자아수용척도는 “내가 살아온 인생을 돌이켜 볼 때 현재의 결과에 만족한다”, “나는 내 성격의 대부분을 좋아한다” 등의 14개 문항으로 구성되어 있다. 자아수용척도는 개인의 안녕감(well-being)과 매우 연관성이 강한 기준으로 여겨진다. 자기 자신에 대하여 긍정적인 자세를 유지하는 것은 심리적 기능이 원활하기 위한 핵심적인 특성이라고 할 수 있다(Ryff, 1989). 국내에서도 자아수용 요인은 대학생의 주관적 안녕감에 예측하는 가장 중요한 변인으로 나타났다(김명소, 임지영, 2003).

### 친구에 대한 긍정적 감정 측정도구

친구에 대한 긍정적 감정은 Mendelson과 Aboud(1999)가 제작하고 이은혜와 고윤주(1999)가 번안한 McGill친구관계질문지-친구에 대한 애정(McGill Friendship Questionnaire-Respondent's Affection) 편에서 8문항을 사용하였다. 친구에 대한 애정을 측정하는 4문항과, 친구와의 관계에 대한 만족감을 측정하는 4문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 는 .92 였다.

### 친구에 대한 부정적 감정 측정도구

친구에 대한 부정적 감정은 Mendelson(1995: 이은혜, 고윤주, 1999에서 재인용)이 제작하고 이은혜와 고윤주(1999)가 번안한 McGill 친구관계질문지-부정적 감정(McGill Friendship

Questionnaire-Negative Feeling) 편에서 18문항을 사용하였다. 그러나 이 중 4문항이 신뢰도를 낮추는 것으로 나타났기 때문에 14문항만을 사용하였으며 Cronbach's  $\alpha$ 는 .88이었다. 이은혜와 고윤주(1999)의 연구에서도 해당 4문항이 신뢰도를 낮추는 것으로 나타나 제외하였으며 14문항의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .90이었다.

**분석방법**

성별에 따른 애착유형 분포 차이와, 종속변인간의 상관관계가 유의미한지를 살펴보기 위해 상관분석과 범주형 자료분석(카이자승)을 실시한다(결과1). 종속변인간의 상관이 유의미할 경우, 자아수용 수준과 친구에 대한 긍정적 감정 및 부정적 감정 수준의 차이가 애착

집단(안정/무시/몰두/공포)에 따라 유의미한지를 검증하기 위해 SPSS 12.0을 사용하여 MANOVA 분석을 실시한다(결과 2와 결과 3).

**결 과**

**애착유형 분포, 성별에 따른 차이 검증, 종속변인 간의 상관관계**

본 연구에서 친밀한 친구와 맺고 있는 애착유형은 안정형의 비율이 과반수를 조금 넘는 수준으로(54.3%) 가장 높게 나타났으며 다음으로 몰두형(23.5%), 무시형(16.0%), 두려움형(6.2%)의 순서를 보였다(표 1). 또한 애착유형별 분포는 성별에 따라 의미 있는 차이를 보

표 1. 애착유형 및 성별에 따른 사례수(%)와 Chi-Square 검증

애착유형	안정형	무시형	몰두형	공포형	계
남	110(43.31)	46(61.33)	53(48.18)	9(31.03)	218(46.58)
여	139(54.72)	27(36.00)	51(46.36)	19(65.52)	236(50.43)
무응답	5(1.97)	2(2.67)	6(5.45)	2(6.9)	14(2.99)
계	254(54.3)	75(16.0)	110(23.5)	29(6.2)	468(100)
$\chi^2$	11.237*				

p\* <.05

표 2. 종속변인 사이의 상관관계

	자아수용	친구에게 느끼는 긍정적 감정	친구에게 느끼는 부정적 감정
자아수용	-	.279**	-.281**
친구에게 느끼는 긍정적 감정			-.574**
친구에게 느끼는 부정적 감정			-

\*\*p<.01

였다,  $\chi^2(3, N=468)=11.237, p= <.05$ . 여성은 남성보다 공포형 비율이 높았던 반면, 남성은 여성보다 무시형 비율이 높았다. Bartholomew와 Horowitz(1991)의 연구에서도 남성이 여성보다 무시형 비율이 높았고 여성은 남성보다 공포형 비율이 더 높았다.

또한 본 연구의 종속변인들 사이의 상관관계를 살펴보았다(표 2). 본 연구의 종속변인들은 자아수용, 친구에게 느끼는 긍정적 감정, 그리고 친구에게 느끼는 부정적 감정이었다. 자아수용과 친구에게 느끼는 긍정적 감정, 부정적 감정은 서로 유의미한 상관이 나타났다( $p < .01$ ). 뿐만 아니라 친구에게 느끼는 긍정적 감정도 친구에게 느끼는 부정적 감정과 상관이 나타났다( $p < .01$ ).

애착유형에 따른 자아수용 수준 차이검증

자아수용 수준이 애착유형에 따라 유의미한 차이가 나타나는지 살펴보았다(표 3). 분석 결과 애착유형에 따른 자아수용 수준은 유의미한 차이를 보였다,  $F(3, 468)=19.342, p < .001, \eta^2 = .846$ . 안정형과 무시형은 몰두형과 공포

형보다 자아수용 수준이 유의미하게 높았지만, 안정형과 무시형 사이의 자아수용 차이는 유의미하지 않았다.

애착유형에 따른 친구에 대한 긍정적 감정과 부정적 감정의 차이검증

친구에게 느끼는 긍정적 감정, 친구에게 느끼는 부정적 감정, 긍정적 감정과 부정적 감정의 차이 수준이 애착유형에 따라 유의미한 차이가 나타나는지 살펴보았다(표 3). 분석 결과 애착유형에 따라 친구에 대한 긍정적 감정( $F(3, 468)=9.846, p < .001$ )과 부정적 감정( $F(3, 468)=9.103, p < .001$ )은 유의미한 차이를 보였다. 안정형 애착은 불안정 애착 3유형(무시, 몰입, 공포형)에 비해 친구에 대한 긍정적인 감정 평균이 유의미하게 높았다. 불안정 애착 3유형 사이의 차이는 유의미하지 않았다. 또한 안정형 애착은 몰입형과 공포형 애착에 비해 친구에 대한 부정적 감정이 유의미하게 낮았다. 이러한 결과에 대한 더 자세한 분석은 논의 부분에서 다루기로 한다.

표 3. 애착유형에 따른 자아수용, 친구에 대한 긍정적 감정, 친구에 대한 부정적 감정 평균(표준편차) 및 F 검증

	애착유형				df	SS	MS	F	Scheffe
	1.안정형	2.무시형	3.몰두형	4.공포형					
자아수용	49.70 (7.76)	48.20 (8.95)	43.68 (9.26)	40.82 (7.97)	3	4035.037	1345.012	19.342****	1>3,4 2>3,4
친구에게 느끼는 긍정적 감정	36.92 (3.63)	34.97 (4.57)	35.32 (4.33)	33.75 (4.59)	3	478.762	159.587	9.846****	1>2,3,4
친구에게 느끼는 부정적 감정	21.99 (7.22)	24.55 (7.11)	25.67 (8.08)	27.21 (8.34)	3	1528.278	509.426	9.103****	1<3,4

\*\*\*\*p<.001



## 논 의

본 연구에서는 4유형 애착이론(Bartholomew & Horowitz, 1991)의 관점에서 각 애착유형에 따른 자기모델과 타인모델의 특성을 살펴보기 위해, 자아수용과 친구에 대한 긍정적 감정 및 부정적 감정을 살펴보았다. 연구 결과 안정형과 무시형 애착유형의 자아수용 수준이 몰입형과 공포형 애착유형보다 유의미하게 높게 나타났다. 그러나 안정형의 자아수용 평균이 무시형보다 높기는 했지만 그 차이는 유의미하지 않았다. 또한 안정형 애착은 불안정(무시, 몰입, 공포형) 애착보다 친구에게 느끼는 긍정적인 감정이 유의미하게 컸으며, 또한 안정형 애착은 몰입형과 공포형 애착보다 친구에게 느끼는 부정적 감정이 유의미하게 작게 나타났다.

4유형 애착이론에서 안정형과 무시형은 자기모델이 긍정적인 반면 몰입형과 공포형은 자기 모델이 부정적인 것으로 가정된다. 따라서 본 연구에서 안정형과 무시형의 자아수용 수준이 몰입형과 공포형보다 유의미하게 높게 나타난 것은 4유형 애착이론에서의 자기모델 가설을 지지하는 결과로 볼 수 있다. 한편 본 연구에서는 안정형이 무시형보다 자아수용의 평균 수준이 높기는 했지만 그 차이가 유의미하지는 않았다. 기존 연구에서도 무시형의 자기모델은 긍정적인 경향을 나타내기는 하지만 구체적인 측면들에 있어서는 다소 일관되지 못한 결과가 나타난다(Griffin & Bartholomew, 1994a; Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990; Mikiluncer, 1995, 1998).

이러한 무시형 애착의 자기모델에 대한 모호한 연구 결과들을 이해하기 위해 Kernis (2005)의 제안을 살펴볼 필요가 있다. Kernis

(2005)는 기존의 자아존중감 연구에서 자존감 수준(level)만을 고려했기 때문에 모호했던 부분들이, 자존감의 안정성(stability)이라는 새로운 차원을 추가함으로써 더 명확하게 설명된다고 제안한다. 특히 Kernis(2005)는 이와 같은 자아존중감의 안정성과 불안정성 차원이 대인관계에서의 불안정성과 깊은 관련이 있으며, 따라서 4유형 애착이론에서의 자기 모델 역시 특정 변인의 수준(level) 뿐 아니라 안정성(stability) 수준까지 고려해서 판단한다면 더 명확한 결과가 나타날 것임을 시사한다.

자아존중감이 높고 안정적인 집단과, 자아존중감이 높지만 불안정한 집단, 그리고 자아존중감이 낮지만 안정적인 집단과, 자아존중감이 낮지만 불안정한 집단을 서로 비교해본 결과, 자아존중감의 수준이 높으면서 불안정한 집단은 분노와 적개심 수준이 네 집단 가운데서 가장 높은 것으로 나타난다(Kernis, 2005). 이러한 불안정하고 높은 수준의 자아존중감을 가진 개인의 특성은 Mikiluncer(1998)가 주목했던 무시형 애착유형의 방어적이고 자기-과장적(self-aggrandizing)인 자아존중감 특성도 유사한 것으로 보인다. 따라서 후속 연구에서는 애착 유형에 따른 자기모델의 특성을 살펴봄에 있어서 특정 변인의 수준(level)과 함께 안정성(stability) 수준을 고려할 필요가 있겠다.

4유형 애착이론에서 무시형과 공포형은 타인모델이 부정적인 반면 안정형과 몰입형은 타인모델이 긍정적인 것으로 가정된다. 본 연구에서 일단 평균점수의 크기만을 비교하여 판단한다면(표 3) 안정형 애착의 경우 친구에 대한 긍정적 감정이 애착 유형 중에서 가장 높았고 부정적 감정이 가장 낮았으므로 긍정적 친구모델의 가정을 지지하는 결과를 보인다.

다. 공포형 애착의 경우에도 친구에게 느끼는 긍정적 감정이 애착 유형 중에서 가장 낮았고 부정적 감정이 가장 높았으므로 부정적 친구 모델의 가정을 지지하는 결과를 보인다. 몰입형 애착은 친구에 대한 긍정적 감정이 안정형 다음으로 높은 동시에, 부정적 감정 역시 공포형 다음으로 두 번째로 높았는데 이 결과는 몰입형 애착유형에서 나타나는 강한 양가감과 혼란을 잘 보여주는 것이라고 할 수 있다. 반면에 무시형 애착의 경우에는 친구에게 느끼는 긍정적 감정이 안정형, 몰입형보다는 낮고 공포형보다는 높은 수준이었지만, 부정적 감정은 몰입형과 공포형보다도 낮은 수준이었다. 이 결과 상으로만 판단한다면 무시형 애착의 친구표상은 긍정적인 감정이 매우 적기는 하지만 그렇다고 부정적인 감정이 매우 큰 것도 아니라고 볼 수 있다. 각 애착유형에 따른 친구모델에 대한 이 결과들은 한수정, 신민섭, 김중술, 권석만(2002) 연구에서 살펴본 친구표상의 특성보다도 상당 부분 일관된다.

그러나 차이가 유의미하다고 판단된 결과만을 살펴보면, 친구모델에 있어서 안정형과 불안정형(무시, 몰입, 공포형) 애착 사이의 차이만이 유의미하게 나타났다고 볼 수 있다. 한 가지 특이한 점은 무시형의 경우 긍정적 감정은 안정형보다 유의미하게 적은 반면 부정적 감정은 안정형과 유의미한 차이를 보이지 않았다는 점이다. 이 결과로 보았을 때 무시형의 타인모델의 경우 부정적인 감정 보다는 긍정적인 감정을 중심으로 살펴보는 것이 자기보고식 연구에 있어서는 더 적합할 수도 있다는 결론을 조심스럽게 내려 볼 수 있겠다. Brisch(2003)는 회피적 애착장애의 경우 매우 방어적으로 억압되어있기 때문에 치료자는 조심해야 할 필요가 있다고 제안한다. 본 연구

에서는 자기보고식 설문을 사용했기 때문에 의식적인 차원에서 나타나는 감정만을 살펴볼 수 있었으므로, 무시형 애착 유형의 친구에 대한 부정적인 감정이 안정형과 유의미한 차이를 보이지 않은 것은 이러한 억압적 성향을 보여준 것일 가능성이 있다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 기존 연구들에서 소홀히 다루어진 친구와의 애착관계를 중심으로 구체적으로 살펴보았다. 최근의 많은 애착연구는 대부분 부모와의 애착이나 연인과의 애착관계에 대하여 이루어져왔으며, 친구관계를 중심으로 살펴본 애착연구는 매우 적다. 그러나 친구라는 대상의 표상은 성인이 애착에 있어서 매우 중요한 부분이라는 점에서(한수정, 신민섭, 김중술, 권석만, 2002) 본 연구의 결과가 유용할 것으로 기대된다.

둘째, 본 연구에서는 4유형 애착이론의 자기모델 가설을 검증하기 위해 자아수용이라는 변인을 통해 살펴보았는데, 이는 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 연구에서 긍정적 자기모델과 관련된 변인 중 하나가 자아수용이었다는 선행 연구 결과에 기초한 것이다. 특히 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 연구에서 사용한 자아수용 척도보다 최근에 개발된 자아수용척도(Ryff, 1989)를 사용하여 선행 연구 결과와 유사한 결과를 반복 검증하였다는 점은 본 연구의 두 번째 의의라고 할 수 있다.

셋째, 본 연구에서는 애착유형에 따른 타인모델의 긍정성/부정성을 살펴보기 위하여 친구에 대한 긍정적 감정과 부정적 감정을 각각 측정하였는데, 이러한 방식을 통해 친구에 대한 감정을 보다 입체적으로 살펴볼 수 있었다는 점에서 의의가 있다.

마지막으로 본 연구에서 각 애착유형의 자

기모델의 특성을 자아수용 수준을 통해 살펴본 결과는 심리치료와 관련된 의의를 제공할 수 있을 것이다. 최근 인지행동치료를 비롯한 많은 심리치료 영역에서는 개인의 자아수용 (self-acceptance) 수준이 성장과 치료 과정에서 매우 중요하다는 점에 주목하고 있다. 따라서 본 연구에서 애착 유형에 따라 나타난 자아수용 수준의 차이는 이와 같은 최근의 새로운 심리치료 움직임에도 유용한 자료가 될 수 있을 것이다.

한편 본 연구의 가장 큰 제한점은 무시형과 공포형의 숫자가 안정형이나 몰입형보다 적어서 상호 비교가 어려웠다는 점이다. 향후의 연구에서는 무시형과 공포형의 숫자가 더 확보되도록 광범위하게 표집하여 비교할 필요가 있다. 또한 본 연구에서 친구와의 애착관계를 집중적으로 살펴본 것은 장점인 동시에 단점일 수도 있는데, 부모나 연인과의 애착관계를 동시에 살펴보았더라면 성인 애착의 다양한 측면들을 보다 입체적으로 살펴볼 수 있었을 것이기 때문이다. 향후 연구에서는 이러한 점이 보완될 필요가 있겠다.

### 참고문헌

강차연, 박경 (2001). 대학생들의 애착과 진로 발달과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(2), 51-69.

김광은 (2004). 성인 애착 유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처 양식. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(1), 53-69.

김광은, 이위갑 (2005). 연애관계에서 성인 애착 유형 및 요인에 따른 관계 만족. 한

국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(1), 233-247.

김명소, 임지영 (2003). 대학생의 '바람직한 삶' 구성요인 및 주관적 안녕감과 의 관계 분석: 남녀 차이를 중심으로. 한국심리학회지: 여성, 8(1), 83-97.

김선희, 오경자, 박중규, 이은정 (2001). 애착유형에 따른 심리적 특성-인지적 변인을 중심으로-. 한국심리학회지: 임상, 20(1), 105-119.

김은정, 권정혜 (1998). 우울증상과 관련된 대인관계 특성: 성인기 애착관계형성을 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 17(1), 139-153.

김재희, 주은선 (2001). 부적응 청소년집단의 애착유형연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(3), 107-125.

문현미 (2005). 인지행동치료를 제3동향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(1), 15-33.

박영림, 최혜림 (2002). 아동의 자아존중감과 부모 애착, 부부갈등 지각 간의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 14(3), 741-755.

신노라, 안창일 (2004). 성인애착유형과 자기개념, 효능감, 대처양식, 사회적 지지 수준과 대인불안의 관계. 한국심리학회지: 임상, 23(4), 949-968.

신의진, 이정숙, 정석진, 홍현주 (2003). 한국 애착장애 아동의 발달 및 임상적 특징. 한국심리학회지: 발달, 16(4), 155-174.

양혜선 (2004). 애착유형과 스트레스 대처방식이 대학생 생활 적응에 미치는 효과. 연세대학교 대학원 석사학위 논문.

옥정, 오윤희, 정현옥 (2001). 청소년기 애착유

- 형과 지각된 부모양육행동. 한국심리학회지: 임상, 20(2), 259-270.
- 유희정, 강연옥, 이훈진 (2004). 아동의 장애 유형과 어머니 애착유형이 양육태도와 양육스트레스에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 23(1), 77-89.
- 윤호균 (2001). 공상, 집착 그리고 상담: 상담 접근의 한 모형. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(3), 1-18.
- 이경숙, 박진아 (2004). 학령후기 아동의 성과 애착안정성에 따른 사회적 유능감. 한국심리학회지: 여성, 9(1), 63-81.
- 이경숙, 신의진, 김혜연 (1999). 아동의 정신병리와 어머니의 성인애착표상 유형(AAI)에 관한 연구. 한국심리학회지: 발달, 12(1), 103-115.
- 이경숙, 엄혜련, 정영운 (2004). 잠재된 비행 청소년의 애착유형(AAI)에 따른 아동기 양육경험과 문제행동. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(3), 511-532.
- 이귀선, 정남운 (2003). 성인애착 유형에 따른 정서조절 양식과 효과성의 차이. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 15(4), 779-793.
- 이은혜, 고윤주 (1999). 대학생의 친구에 대한 만족감과 친구의 기능 및 친구관계망의 구조적 변인 간의 관계. 교육학연구, 37(3), 201-219.
- 이주일 (2004). 노인의 대인애착 경향과 심리적 안녕감, 사회적 활동 및 지지적 관계 추구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 18(2), 11-29.
- 이훈진 (2002). 편집증 집단의 애착유형과 가족 응집성 및 가족 의사소통. 한국심리학회지: 임상, 21(4), 791-807.
- 이훈진 (2004). 피해망상 집단과 우울증 집단의 지각된 부모양육행동과 애착유형, 한국심리학회지: 임상, 23(2), 381-395.
- 이희영 (1999). 고등학생의 진로성숙에 대한 부모-자녀간의 심리적 분리 및 애착 관계의 역할. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 11(2), 239-259.
- 장휘숙 (1997a). 성인애착의 3범주 모델과 4범주 모델의 비교. 한국심리학회: 발달, 10(2), 123-138.
- 장휘숙 (2000). 애착과 대학생의 정체감 발달 (I), 한국심리학회지: 발달, 13(2), 115-130.
- 장휘숙 (2000). 애착과 대학생의 정체감 발달 (II), 한국심리학회지: 발달, 13(3), 141-157.
- 장휘숙 (2002). 청년후기의 부모에 대한 애착, 분리-개별화 및 심리사회적 적응, 한국심리학회: 산업 및 조직, 15(1), 101-121.
- 장휘숙, 한건환, 전우정 (2002). 부모에 대한 애착과 성역할 정체감. 한국심리학회지: 발달, 15(3), 93-103.
- 장휘숙 (2002). 애착과 사랑양식 및 관련변인들의 관계. 한국심리학회지: 발달, 15(4), 93-111.
- 장휘숙 (2001). 애착과 다섯가지(Big Five) 성격 특성과의 관계. 한국심리학회지: 발달, 14(2), 105-119.
- 정태연, 최상진, 강진경 (2000). 성인기 애착특성과 낭만적 사랑 및 성격특성과의 관계: 성차를 중심으로. 한국심리학회지: 여성, 5(2), 85-102.
- 조영주, 최혜림 (2001). 부모와의 애착 및 심리적 독립과 성인애착의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(2), 71-91.

- 지승희, 이혜성 (2001). 회피형 내담자가 지각하는 상담 과정 및 변화 요인 연구: 애착이론적 조망에서. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 13(3), 55-73.
- 한수정, 신민섭, 김중술, 권석만 (2002). 성인기 애착 양식원형과 내적 작동 모델 요소 간 관련성에 대한 탐색적 연구. *한국심리학회: 임상*, 21(1), 93-124.
- 허정선, 현명호 (2005). 가족의 애착, 귀인양식 및 자아탄력성과 표출정서(Expressed Emotion)의 관계. *한국심리학회지: 임상*, 24(1), 37-51.
- Ainsworth, M. D. S. (1985). Patterns of infant-mother attachments: Antecedents and effects on development. *Bulletin of the New York Academy of Medicine*, 61, 771-791.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.
- Brisch, K. H. (2003). 애착장애의 치료: 이론에서 실재까지. (장휘숙 역). 서울: 시그마프레스.
- 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.
- Cozzarelli, C, Hoekstra, S. J., & Bylsma, W. H. (2000). General versus specific models of attachment: Are they associated with different outcomes? *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(5), 605-618.
- Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment styles as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.
- Griffin, D., & Bartholomey, K. (1994a). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measure of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Kernis, M. H. (2005). Measuring self-esteem in context: The importance of stability of self-esteem in psychological functioning. *Journal of Personality: (Special Issue: Personality in Daily Life)*
- Mendelson, M. J., & Aboud, F. E. (1999). Measuring friendship quality in late adolescents and young adults: McGill Friendship Questionnaires. *Canadian Journal of Behavioral Science*, 31, 130-132.
- Mendelson, M. J. (1995). *McGill Friendship Questionnaire-Negative Feelings*. Unpublished measure, McGill University, Montreal, Quebec.
- Mikiluncer, M. (1995). Attachment style and the mental representation of the self. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(6), 1203-1215.
- Mikiluncer, M. (1998) Adult attachment styles and affect regulation: Strategic variations in self-appraisal. *Journal of Personality and Social Psychology*

- Psychology*, 75(2), 420-435.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Simpson, J., Rholes, W., & Melligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving withing couples in and anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62, 434-446

원 고 접 수 일 : 2006. 6. 5

수정원고접수일 : 2006. 7. 15

게 재 결 정 일 : 2007. 2. 2

## **Self-Acceptance and Negative Feelings and Affection for Friends according to Adult Attachment Style**

**Gwoon Park**

**Ki Hak Lee**

**Yonsei University**

The purpose of this study was to examine the relationship between adult attachment style and self-acceptance and affection and negative feelings for friends. A total of 468 college students completed the 4-category Relationship Questionnaire, Self-Acceptance Scale from the Psychological Well-Being Scale, and the McGill Friendship Questionnaire-Respondent's Affection and Negative Feeling scales. The results were as follows: Participants with a secure attachment style scored higher in self-acceptance than those with preoccupied and fearful attachment styles. Participants with a secure attachment style scored higher in affection for friends than those with dismissing, preoccupied, and fearful attachment styles. Participants with a secure attachment style also obtained lower scores in negative feelings for friends than those with preoccupied and fearful attachment styles. The implications of these results for attachment theory and psychotherapy are discussed.

*Key words* : Attachment style, self-acceptance, friendship