

## 성인애착 특성과 상담 관계

문 형 춘<sup>†</sup>

가톨릭대학교

내담자 및 상담자의 성인애착 특성은 상담관계에 영향을 주는 중요한 개인차 변인으로 알려져 있다. 본고에서는 내담자의 성인애착 특성이 상담관계 속의 내담자 행동, 상담자 행동 및 역전이, 그리고 작업동맹 등의 주요 상담관계 측면들과 어떤 관계성을 갖는지 알아보기 위해 관련 연구들을 개관하였다. 이와 함께 상대적으로 연구가 적은 상담자 성인애착 특성과 상담관계 측면들의 관계, 그리고 내담자 및 상담자 성인애착 특성의 가능한 조합에 따른 상담관계 측면에 대한 차별적 영향에 관한 연구들을 살펴보았다. 그 결과 개관된 연구들에서는 몇몇 예외적 연구결과를 제외하고는 대체로 애착이론의 기대와 일치하는 결과들을 보여주었다. 마지막으로 개관된 연구들에 대한 간략한 요약과 함께 후속 연구들에 대한 시사점을 논의하였다.

주요어 : 성인애착, 상담관계, 내담자 행동, 상담자 행동, 역전이, 작업동맹

---

<sup>†</sup> 교신저자 : 문형춘, 가톨릭대학교 심리학과, (420-743) 경기도 부천시 원미구 역곡2동 산 43-1  
E-mail : moon3911@naver.com

애착이론의 창시자인 John Bowlby는 그의 후기 저서인 ‘안전기지(A Secure Base, 1988)’의 서문에서, 원래 애착이론은 임상가들이 정서장애 환자와 그 가족을 위한 진단 및 치료를 위해 만들어졌으며, 당시까지의 애착 연구들이 주로 발달심리학 분야에서 활발히 이루어지고 있는 현상에 대해서는 스스로도 기대하지 못했던 일이라고 하였다. 그는 발달심리학에서의 애착 연구가 성격발달과 정신병리에 대한 우리의 이해를 확장시켜주고 많은 임상적 관련성을 가진다는 점에서 그러한 현상이 환영할 만한 일이긴 하지만, 임상가들이 애착이론의 활용을 활발하게 검증해보지 않고 있다는 점에 대해 실망을 표현하였다. 그러나 심리치료 과정을 이해하는 데에 애착 이론을 적용하려는 시도가 1990년대 이후 등장하기 시작하였다. 애착의 개인차 개념은 성인애착패턴에 관한 문헌들이 증가하면서 확장되어왔고, 최근에는 상담 및 임상심리학자들의 관심을 끌면서 많은 연구자들이 애착이론을 성인 심리치료 분야에 적용하기 시작하였다(예, Dozier, 1990; Dozier, Cue, & Barnett, 1994; Slade, 1999; Hardy, Aldridge, Davidson, Rowe, Reilly, & Shapiro, 1999; Eames & Roth, 2000; Kanninen, Salo, & Punamäki, 2000; Rubino, Barker, Roth, & Fearon, 2000; Parish & Eagle, 2003; Mohr, Gelso, & Hill, 2005). 국내에서도 많은 상담 및 임상심리학자들이 성인애착과 관련한 경험적 연구들을 발표하고 있다. 90년대 이후 국내에서 이루어지고 있는 애착관련 연구들을 대략 몇 개의 주제로 분류해보면 다음과 같다. 즉 애착과 스트레스 및 정서조절과의 관련성을 살펴 본 연구들(김광은, 2004; 김수진, 2001; 이귀선, 2002; 이명선, 2004; 정민현, 2003), 애착특성과 다른 성격특성 혹은

성격관련 심리적 변인 간의 관계를 살펴 본 연구들(강차연, 박경, 2001; 김은미, 2000; 김정연, 2003; 박고운, 이기학, 2007; 박정녀, 최해림, 2005; 장휘숙, 2001; 조영주, 최해림 2001; 정미나, 2003; 허정선, 현명호, 2005), 애착과 부적응 혹은 정신병리와의 관계성을 살펴 본 연구들(고은정, 1996; 김은정, 권정혜, 1998; 김재희, 주은성, 2001; 배성희, 1995; 오윤희, 정현옥, 옥정, 2001; 유희정, 이훈진, 강연옥, 2004; 이훈진, 2004; 장휘숙, 1998), 애착의 안정성 혹은 이론적 측면에 대한 연구들(김광은, 2005; 김동직, 한성열, 1997; 원호택, 이용승, 1997; 이경숙, 박진아, 2004; 이재창, 이시은, 2004; 장휘숙, 1997; 한수정, 신민섭, 김중술, 권석만, 2002), 그리고 마지막으로 본 연구에서 관심 갖고 있는 애착특성과 상담관계, 혹은 상담관련 변인들과의 관계(구정은, 1999; 김수정, 2005; 김순영, 1998; 박해송, 1999; 유영란, 이지연, 2006; 이수현, 김동민, 서영석, 2006; 이정화, 1999; 지승희, 이혜성, 2001; 황옥경, 2002) 등의 연구들이 이루어졌다. 이처럼 최근 국내외적으로 상담 과정 및 성과에 대한 경험적 연구들에서 성인애착의 개념의 사용이 점차 증가되고 있다.

애착이론에서는 정서적으로 친밀한 관계에 대한 욕구가 인간에게 고유한 것으로 본다. 이 욕구는 신생아부터 노년에 이르기까지 지속되며, 생존을 위한 기본요소로 기능한다. 애착이론이 주로 아동과 부모의 초기 관계에 초점을 두긴 했지만, 애착이론은 일생에 걸친 친밀관계 발달에 대한 이론이다. 아동기의 의존성이 초기 성인기에는 정서적 독립성으로 변화되는 것이 이상적이라는 생각과는 반대로, Bowlby(1988)는 건강한 사람의 경우 위험, 취약성, 혹은 질환에 부딪혔을 때마다 지속적으로

애착인물에게 의존한다고 주장한다. 애착은 다른 사람이 대신할 수 없는 어떤 한 사람에 대한 애정을 가진 유대(affectional bond)가 그 특징이다. 즉 애착관계의 특징은 계속해서 가까이 있으려는 욕구, 헤어질 때의 고통, 재결합시의 기쁨, 그리고 상실했을 때의 슬픔으로 표현될 수 있다. 다른 친밀한 관계들과 비교하였을 때 애착관계만의 특별한 특징은 애착인물을 그 사람으로부터 출발해서 세상을 탐색해 나갈 수 있는 안전기지(secure base)로, 그리고 고통스러울 때 그 사람에게 피할 수 있는 안식처(safe haven)로 사용하는 것이다(Ainsworth, 1989; Bowlby, 1969/1997; Daniel, 2006에서 재인용).

애착이론은 상담과 심리치료 분야에서 유용하게 활용될 수 있다. 내담자와 상담자가 만나는 상담 관계 속에서 두 사람은 각자 자신에게 익숙한 나름의 애착관련 기대와 행동을 나타내게 된다. 특히 내담자들은 대체로 과거에 어려웠던 관계 경험을 가진 경우가 많기 때문에, 상담에서도 내담자는 그러한 어려움을 반영하는 자신과 타인에 대한 내적작동모형(internal working model)을 가지고 상담에 들어오게 된다. 상담자와의 관계에서도 내담자는 역시 자신의 주된 애착 특성을 재경험하게 되고 결국 자신에게 익숙한 특징적인 불만족스러운 관계를 부분적으로 재현하게 된다. 상담자는 상담 관계 속에서 재현되는 내담자의 애착 특성을 토대로 내담자의 특징적 작동모형을 인식하게 된다. 상담자와 내담자가 상담 관계 안팎에서 내담자의 반복되는 관계 특징들을 탐색해감에 따라 내담자의 특징적 작동모형은 점차 의식화되고 도전받게 되며 변화의 실마리를 찾게 된다. 상담자가 내담자의 심정을 공감적으로 만나주고 이해하는 가운데,

내담자는 타인과의 관계에서 반복되는 자신의 만성적이고 역기능적인 관계 측면들을 새로 인식할 수 있게 된다. 이때 내담자가 상담자와의 관계에서 점차 안정된 애착관계를 형성해나갈 수 있고, 상담자를 자신이 힘들 때 의지할 수 있는 안전기지로 활용할 수 있게 될 때, 내담자는 자신의 문제와 한계를 직면하고 받아들이는 고통을 견뎌낼 수 있게 되고 문제와 관련된 교정적 정서체험을 통해 비로소 자신에 대한 새롭고 전체적인 조망을 갖게 된다.

본고에서는 이러한 내담자 및 상담자의 성인애착 특성을 이해하는 것이 상담 관계와 과정에서 어떻게 활용될 수 있는지를 알아보기 위해, 관련 경험연구들을 개관해보았다.

### 성인애착 연구의 두 가지 계열과 그 측정방법

성인애착의 개념을 정확히 이해하기 위해서는 성인애착 분야에서 진행되어온 연구들의 두 가지 계열을 이해하는 것이 중요하다. 유아애착 연구에서는 ‘낮선 상황’ 절차가 전형적이지만, 성인애착 분야에서는 1980년대 이후 성인애착의 개인차에 대한 다소 다른 개념화와 평가방법에 기초한 두 가지 계열의 연구들이 동시에 발전하여왔다. 두 계열의 연구들은 애착이론의 중심 개념을 공유하며 서로 관련되어 있긴 하지만, 그 측정 내용과 방법에서 차이를 보이고 있다. 동시에 이 두 전통은 몇몇 동일한 개념을 사용하지만 서로 다른 방식으로 그리고 서로 다른 연구 분야에서 이들 개념을 사용하여왔다. 따라서 성인애착 연구들은 관심을 갖는 성인애착의 측면과 사용된 측정 방법에 따라 각 연구에서 논의하는 성인

애착의 개념 역시 차이가 있기 때문에, 연구 결과의 해석에서 이 점을 고려하는 것이 중요해 보인다. 본고에서 살펴 본 성인애착과 상담관계의 경험적 연구들 역시 이 두 계열의 연구들을 모두 포함하고 있다. 따라서 연구자는 본고에 인용된 성인애착 연구들의 결과와 그 의미에 대한 이해를 돕기 위해, 각 연구에서 관심을 가진 성인애착의 내용과 그 측정방법을 함께 제시하고자 하였다. 애착관련 경험 연구 결과들을 적절히 해석하기 위해서는 연구에 사용된 서로 다른 측정방법들과 그 분류체계를 정확히 구분하고 이해하는 것이 필요하기 때문에, 성인애착과 상담관계 관련 경험 연구들을 살펴보기 전에 먼저 성인애착의 측정과 분류의 문제부터 살펴보았다.

#### 초기 부모-자녀 애착관계 표상과 면접법

첫 번째 계열은 유아-부모 관계 연구에 관찰기법을 사용한 발달 심리학자들의 연구를 바탕으로 시작되었으며, 주로 애착특성의 세대간 전달과정에 관심을 갖는다. 이 연구 계열은 개인이 갖고 있는 초기 아이-부모 관계의 심리적 표상에 초점을 두며, 내적작동모형을 이해하는 것이 주된 목적이다. 이를 위해 이 계열에서는 개인이 얘기한 진술 내용보다는 그 이야기의 특성(예, 이야기의 일관성이나 신뢰성)을 중요시하는 이야기 접근법(narrative approach)을 사용한다. 이 계열의 첫 번째 측정법이 주된 연구방법은 George, Kaplan과 Main (1985, 1996; Phelps, Belsky, & Crnic, 1998에서 재인용)이 고안한 성인애착면접(Adult Attachment Interview; AAI, 이하 AAI)인데, 이 방법은 아동기 애착관계와 그 영향에 대한 1시간 정도의 반구조화된 면접이다. AAI의 채점은 아버지

및 어머니와의 초기경험 특징을 평가하는 5개의 연속평정 척도(예. 사랑하는, 거부하는, 무시하는)와, 그 경험에 대한 개인의 현재 마음 상태를 기술하는 12개 척도(예. 이상화, 지속되는 분노, 애착 손상, 이야기 일관성)에 기초를 두고 있다. AAI는 의식적으로 자각하기 어려운 마음 상태를 부분적으로 평가한다고 가정되며 (Hesse, 1999), 성인의 특징적 방어 방략을 나타내는 것으로 해석된다(Shaver & Mikulincer, 2002). 아이-어머니 애착에 관한 연구에서 Mary Main과 그 동료들은 이 면접법을 어머니들에게 실시하였는데, 어머니들의 면접시 나타난 이야기 특성과 그녀의 유아가 ‘낮선 상황’에서 보인 애착 특성 사이에서 놀라운 일치성을 발견하였다고 한다(Main, Goldwyn, & Hesse, 2002; Daniel, 2006에서 재인용). 즉 AAI의 분류체계에서 나타난 어머니들의 이야기 특징들은 유아들의 애착 패턴을 신뢰롭게 예측하였다.

AAI에서는 애착특성을 자율형(autonomous), 거부형(dismissing), 집착형(preoccupied), 그리고 미해결형(unresolved)의 4개 유형으로 분류하는데, 미해결형에는 항상 다른 유형들 중 가장 적합한 한 유형을 이차적으로 할당하도록 되어 있다. 각 유형별 특징을 간단히 살펴보면 다음과 같다. 우선 유아애착의 안전형에 해당하는 자율형(안전형)은 긍정적 관계들을 명료하고 설득력 있고 일관성 있게 기술하고, 부정적 관계들도 균형잡힌 적절한 조망을 가지고 일관성 있게 기술한다. 유아 애착의 불안전-회피형에 해당하는 거부형은 초기 애착관계의 중요성을 무시하거나 혹은 그 관계를 이상화하지만 자기가 기술한 특징과 일치하는 구체적 예를 제시하지 못한다. 유아 애착의 불안전-양가형에 해당하는 집착형은 초기 부

모-아동 관계를 얘기할 때 자신을 압도하는 분노나 심한 불안으로 인해 이야기의 일관성이 없다. 유아 애착의 불안전-비조직화형을 예언하는 미해결형은 상실이나 외상적 경험에 대한 감정을 해결하지 못한 채 면접에서 맥락에 맞지 않거나 부적절한 얘기를 하는 경우가 해당한다. 한편 AAI의 분류는 내용보다 형식에 의지하기 때문에, 아동기에 외상을 겪은 사람이라 할지라도 자신의 이야기를 일관성 있고 협조적으로 이야기한다면 안전형(획득된 안전형; earned secure)으로 분류될 수 있다. 그리고 이들은 세대를 넘어 반복되는 부정적 양육의 고리를 끊어냄으로써 힘든 스트레스 상황에서도 효과적이고 긍정적인 보살핌을 통해 자신의 아이가 안전애착을 형성할 수 있도록 해준다(Phelps, Belsky, & Crnic, 1998).

한편 AAI 계열의 다른 관련된 도구들이 개발되었는데, 예를 들면 Kobak, Cole, Ferenz-Gillies와 Flemming(1993)이 AAI의 대안적 채점체계로서 개발한 100문항짜리 Q-sort와, Fonagy, Target, Steele과 Steele(1998)가 AAI에 적용할 수 있도록 개발한 성찰기능척도(Reflective Functioning Scale)를 들 수 있다. 여기에서 성찰기능은 자기와 타인들을 심리상태에 의해 생각할 수 있는 능력을 가리키는데, Fonagy등에 따르면 부모의 높은 성찰기능은 AAI의 자율형보다 자녀의 안전애착에 대한 더 강한 예언변인으로 나타났다(Fonagy & Target, 1997; Daniel, 2006에서 재인용).

**낭만적 애착관계 특성과 자기보고법**

성인애착 연구의 두 번째 계열은 1980년대 중반 성격 및 사회심리학으로부터 나왔으며 Bowlby와 Ainsworth의 생각들을 성인들의 낭만

적 애착관계에 적용하였다. 이 연구계열에서는 실험과 조사 연구에 적합한 자기보고형 질문지를 사용한다. 자기보고형 질문지를 사용한 연구는 Ainsworth, Blehar, Waters와 Wall (1978)의 유아-양육자 애착연구에서 확인된 3가지 유형, 즉 안전형(secure), 불안-양가형(anxious-ambivalent), 회피형(avoidant)을 바탕으로, Hazan과 Shaver(1987)가 개발한 성인애착척도(Adult Attachment Scale; AAS, Hazan & Shaver, 1987)라는 단순한 측정법으로부터 시작되었다. 성인의 연인 관계에 초점을 두는 AAS는 서로 다른 관계 특징을 나타내는 안전형, 불안-양가형, 및 회피형의 3가지 유형을 기술한 질문지를 제시해주고서, 가장 의미있는 대상과의 관계에서 자기가 나타내는 특징을 가장 잘 기술하는 한 유형을 선택하게 되어있다. 그러나 Hazan과 Shaver(1987)의 측정법은 너무 단순하다는 심리측정상의 문제로 인해 비판을 받아왔으며, 그들 자신 역시 그러한 문제를 인정하였다.

이에 대한 반응으로, Collins와 Read(1990)는 18문항의 질문지인 성인애착척도(AAS)를 고안하였다. 이들은 요인분석을 통해 3요인을 산출하였는데, ‘친밀성에 대한 편안함(친밀)’, ‘타인에게 의지할 수 있는 능력(의존)’, ‘유기공포(불안)’이 그것이다. 이어 Bartholomew와 Horowitz (1991)는 자기가 사랑과 보호를 받을만한 가치가 있는지 혹은 그렇지 않은지를 구분하는 자기 모형(model of self)과 타인이 자기에게 사랑과 보호를 기꺼이 제공할 것 같은지 혹은 그렇지 않은지를 구분하는 타인모형(model of other)에 의해, 안전형(secure), 집착형(preoccupied), 거부형(dismissing), 및 두려움형(fearful)의 4가지 애착유형을 개념화하였다. 안전형은 자기 및 타인 둘 다에 대한 긍정적 모형을, 집착형은

부정적 자기 모형과 긍정적 타인 모형을, 거부형은 긍정적 자기 모형과 부정적 타인 모형을, 그리고 두려움형은 자기 및 타인 둘 다에 대한 부정적 모형을 갖는 것으로 가정되었다. Bartholomew와 Horowitz(1991)는 이들 유형을 측정하기 위해 Hazan과 Shaver(1987)의 측정법과 유사한 관계질문지(Relationship Questionnaire; RQ)를 개발하였고, 이것은 다시 30문항으로 구성된 관계척도질문지(Relationship Scale Questionnaire; RSQ, Griffin & Bartholomew, 1994)로 확장되었다.

이후 이 도구의 변형이나 확장판들이 꾸준히 쏟아져 나오므로써 유사한 측정도구들이 너무 많아지게 되었는데, 심지어 처음 이 분야를 연구하는 사람들은 어떤 도구를 사용해야 할지 혼란을 겪을 정도가 되었다. 결국 1998년에 Brennan, Clark와 Shaver가 당시까지 만들어진 모든 영어로 된 애착유형 측정도구의 문항들을 수집하여 요인분석을 실시함으로써, Bartholomew와 Horowitz(1991)가 제안한 두 차원 모형과 일치하는 두 차원(요인)을 발견하였다. 즉 모든 애착 측정도구들은 두 직교차원, 즉 불안(분리와 유기에 대한 두려움)과 회피(예, 친밀함과 의존성에 대한 두려움)로 환원시킬 수 있다는 것이다. Brennan과 그의 동료들은 이 결과를 토대로 친밀관계경험척도(Experiences in Close Relationship Scale; ECRS, 이하 ECRS) 질문지를 개발하였는데, 그것은 각각 '애착 불안'과 '애착 회피'를 측정하는 두 개의 18문항짜리 척도로 구성된다. 척도 문항들은 친밀관계에서의 행동과 감정에 초점을 두게 되며, Bartholomew와 Horowitz의 체계에서와 같이 두 차원을 교차시키면 4개의 유형이 산출된다. 즉 낮은 불안과 낮은 회피가 특징인 '안전형', 높은 불안과 낮은 회피가 특징인

'집착형', 낮은 (자기-보고된) 불안과 높은 회피가 특징인 '거부형', 그리고 높은 불안과 높은 회피를 보이는 '두려움형'이 그것이다. ECRS와 그 차원은 높은 신뢰도와 높은 구성타당도 및 예언타당도를 가진 것으로 밝혀졌으며(Shaver & Mikulincer, 2002), 현재 널리 사용되어 많은 연구들을 내놓고 있다(Mikulincer와 Shaver, 2005; Westen, Nakash, Thomas, & Bradley, 2006).

#### 두 접근법의 관계

발달심리학 배경의 이야기/담화 측정법(AAI 계열)과 사회심리학 배경의 자기보고형 측정법은 Bowlby의 애착이론이라는 동일한 뿌리를 갖고 있음에도 불구하고, 둘 사이에 오랫동안 논쟁과 긴장이 있었다. 두 접근이 어느 정도까지 동일한 구성개념을 측정하는지는 명확하지 않다. 몇몇 연구자는 자기보고형과 AAI 사이에서 유의미한 관계성을 발견하였지만(Bartholomew & Horowitz, 1991; Griffin & Bartholomew, 1994; Shaver, Belsky, & Brennan, 2000), 다른 연구자들은 두 접근법 사이에 별 관계성이 없음을 발견하기도 하였다(Crowell, Treboux, & Waters, 1999; Waters, Crowell, Elliott, Corcoran, & Treboux, 2002).

그간 두 계열의 연구자들은 서로 상대를 경시하는 경향을 보여 왔다. 발달 및 임상 심리학 연구자들은 자기보고형 도구에 대해, 의식적 심리과정만을 평가하고 AAI에서 드러나는 심리역동적 깊이를 측정할 수 없다고 비판하였으며, 반면에 사회 및 성격 심리학 연구자들은 AAI 연구자들에 대해 애착체계의 작용에 관한 인과적 가설을 검증하기 위해 엄격한 연구 절차와 도구를(예. 의미점화, 정동점화, 반

응시간, 생리적 기록) 사용하지 않는다는 점과 (Shaver & Mikulincer, 2002), AAI가 대부분의 연구자들에게 비실용적인 도구라는 점(Brennan, Clark, & Shaver, 1998)을 지적한다.

애착연구의 두 방향이 서로 분리된 채로 남아있게 된 이유는 서로 다른 측정도구(이야기 면접 대. 자기-보고)외에도, 서로 다른 연구 질문들(세대간 전이패턴의 전달 대. 친밀관계 특히 연애/결혼 관계에서 감정 및 행동에 영향을 주는 사회-인지적 역동), 연구대상(부모-자녀 관계 대. 성인-성인 관계), 그리고 분석의 초점(이야기의 구조적 속성 대. 친밀관계에서의 대인관계 패턴)에서 나타나는 AAI와 자기보고형 도구들 사이의 본질적 차이 때문이다.

면접법과 자기보고 전통은 둘 다 애착이론과 일치하는 흥미로운 결과들을 내놓기 때문에, 두 접근 모두 고유한 이점을 갖는 것으로 보인다. AAI와 자기보고 질문지는 서로 다른 것과 상관을 보이며 서로 다른 것을 예측한다는 증거가 있다. 자기보고 질문지는 연애관계와 관련해서 개인의 의식적 불안감과 친밀성에 대한 편안함 정도를 알려줄 수 있으며, 반면에 AAI는 초기 애착 경험이 개인의 마음속에서 어떻게 조직화되어 왔는지를 말해줄 수 있다. Westen, Nakash, Thomas와 Bradley(2006)가 관찰한 바와 같이, AAI와 자기보고 질문지는 애착 특성의 서로 다른 측면을 측정하는 것으로 보인다. Waters와 그의 동료들(2002)에 따르면, AAI는 부모-아동 상호작용의 측정결과를 예언하였으며, 반면에 ECRS는 자기보고형으로 측정된 결혼생활 만족도, 관여, 열정, 그리고 친밀성을 예언하는 것으로 나타났다. Crowell과 Waters(2005)는 AAI 일관성이 유아-어머니 관계와 성인관계 모두에서 안전기지 행동에 대한 좋은 측정법이지만, 성인의 관계 갈등 및

감정에 대해서는 불충분한 측정법이라고 보았다. 그리고 ECRS 자기보고 질문지는 성인의 관계 갈등 및 감정에 대해서는 좋은 측정법이지만, 성인 및 초기 양육 관계에서의 안전기지 행동에 대해서는 빈약한 측정법으로 보인다(Eagle, 2006).

### 성인애착 특성과 상담 관계

내담자의 애착 특성과 애착 역사는 상담자에 대한 내담자의 감정뿐만 아니라 의식적 및 무의식적 기대에도 상당한 영향을 준다. 내담자의 애착 역동은 또한 내담자에 대한 상담자의 감정과 반응에도 영향을 주는데, 이러한 영향은 보다 미묘하지만 이미 인정되고 있다. 애착 이론의 조망에서 보면, 성공적 상담에는 상담과 상담자를 ‘안전하게’ 활용할 수 있는 내담자 능력이 포함된다. 즉 상담자와 함께 자기 삶의 역사를 성찰하고 새로운 이해와 의미를 공유함으로써 이를 일상생활에서 변화된 치유적 방식으로 적용할 수 있는 능력을 포함한다. 내담자의 이러한 애착특성은 상담관계 속에서 내담자 행동으로 연결되고, 이는 다시 관련된 상담자 반응을 유발하며, 내담자와 상담자의 이러한 상호작용은 작업동맹과 상담 성과로 이어진다. 여기에서는 최근의 경험연구들을 중심으로 내담자 성인애착 특성이 상담 관계에 미치는 영향에 대해 내담자 및 상담자 행동과 작업동맹을 중심으로 살펴보고, 이어서 상담자 성인애착 특성에 따른 상담 관계에 대해, 그리고 마지막으로 내담자 및 상담자 애착특성의 상호역동과 상담 관계 사이의 관계성을 살펴보았다.

## 내담자 성인애착 특성과 상담 관계에서의 내담자 행동

내담자 성인애착 특성과 상담 중 내담자 행동에 관한 경험적 연구들은 아직 많지 않지만, 몇몇 연구결과들은 대체로 애착이론에서 예측하는 방향과 일치하게 내담자의 성인애착 특성이 상담관계에서의 내담자 행동에 반영되고 있음을 보여준다. 우선 내담자들은 자신의 애착 특성에 따라 상담에 임하는 태도에서 분명한 차이를 나타내는 것으로 나타났다. 42명의 정신과 환자들을 대상으로 AAI를 사용하여 치료에 대한 관여(invovement)를 살펴 본 Dozier(1990)에 따르면, 안전형 내담자는 다른 유형과 비교해서 치료에 대해 보다 순응적인 것으로 나타났다. Korfmacher, Adam, Ogawa와 Egeland(1997: Daniel, 2006에서 재인용)는 역시 AAI를 사용하여 위기에 처한 55명의 어머니가 예방적 개입 프로그램을 이용하는 방식을 연구하였는데, 안전형 내담자가 치료에 정서적으로 더 관여하였고 자기 문제에 대해 보다 많은 도움을 받아들인 것으로 나타났다. 안전형 내담자와 비교하였을 때, 거부형 내담자와 미해결형 내담자는 치료에 정서적으로 덜 관여하였다. 특히 미해결형의 경우 다른 집단에 비해 치료기간 동안 위기개입을 요구할 가능성이 더 많은 것으로 나타났다.

Slade(1999)는 불안전애착의 역사를 가진 내담자들의 경우 전이에서 비롯된 기대로 인해 상담과정을 왜곡하고 변화시킬 수 있다고 보았다. 이러한 기대에는 상담자가 자신을 이해 주지 않을 것이라는, 가용하지 않을 것이라는, 혹은 어떤 식으로든 내담자의 안전감이나 안정감을 침해할 것이라는 기대들이 포함된다. 그는 상담에 대한 내담자 반응이 내담자 애착

유형에 따라 달라질 수 있다고 주장하면서, 거부형 및 집착형 내담자들이 보이는 관계 특징을 기술하였다. 우선 거부형(dismissing) 내담자의 경우 종종 침착하고 냉담해 보이지만, 감정이나 관계의 중요성을 거부하는 경향 때문에 상담과정을 정서적으로 도전적이고 어려운 것으로 지각하고 저항적인 태도를 보이는 것이 특징이다. 그들은 종종 치료를 거절하였으며, 도움을 요청하지 않거나 혹은 제공된 도움도 거부하였다. 이들은 정서적 문제들을 논의할 때 혼란스러워할 수 있는 것으로 보인다. Slade(1999) 자신도 임상경험을 통해 거부형 내담자들이 도움을 거부하면서 자신의 감정을 떠올려보게 하려는 상담자 노력을 침투적이거나 과도하게 감정적인 것으로 느끼는 경향이 있음을 발견하였다. 이들은 분리의 영향이나 고통을 거의 인정하지 않으며, 태연하게 약속을 변경하거나 잊어버리기도 한다. 이들은 상담자에 대한 의존성을 단지 매우 간접적으로만 인정할 수 있다. 한편 집착형(preoccupied) 내담자들은 상담 과정에 매우 다른 문제를 제기하는데, 무엇보다 이들은 상담 과정에서 지켜야 할 제한과 한계를 지키기 어려워한다. 이들은 돌보는 이의 보살핌과 가용성을 보장받기 위해서 애착 욕구와 감정 표현을 과장하고 극대화시키는 것으로 생각된다. 상담에서 이들은 자신을 매우 불쌍하고 의존적인 사람으로 표현하며 상담자에게 많은 것을 요구한다(Dozier, 1990). 이들은 상담자에게 심하게 의존하면서 치료시간 외에도 상담자에게 전화하고, 추가 약속을 요구하고, 충고와 지지를 요구하는 경향이 있다. 이들이 전이로 나타내는 것은 자기에게 상담자가 충분히 도움이 못되고 가용하지 않다는 느낌이다. 이것은 최초 관계의 분노와 혼란이 전이 속에서



유발되면서 상담자를 향한 심한 적대감으로 나타날 수 있다는 것을 보여준다. Fonagy 등(1996)은 심리치료에서 거부형 내담자가 집착형 내담자에 비해 훨씬 더 진전을 보이기 쉽다고 보고하였는데, 집착형 내담자의 경우 자기와 타인의 정서를 적절히 성찰할 수 있는 능력이 현저하게 결핍되어 있기 때문에 심리치료에서 효과를 보기 어렵다는 것이다.

Parish와 Eagle(2003)은 장기 정신분석 치료 내담자들을 대상으로 내담자 애착특성과 치료의 빈도 및 지속기간 사이의 관계를 살펴보았다. 치료자에 대한 전반적 애착은 치료 지속기간 및 빈도 모두와 정적 상관을 보였으며, 치료기간이 길수록, 그리고 치료 회기가 많을수록 치료자에 대한 내담자의 애착은 강하게 나타났다. 애착 유형의 안전성은 보다 긴 치료 지속기간과 관련되어 있었는데, 긴 지속기간은 안전형 애착과 강한 정적 상관을, 두려움형 및 거부형 애착과는 부적 상관을 보였다. 애착유형의 안전성은 또한 치료자에 대한 보다 강한 애착과도 관련 있었는데, 특히 ‘가용성’, ‘안전한 안식처’, ‘안전기지’ 등의 요인에서 그러하였다. 즉 안전형 애착은 힘들 때 치료자에게 의지하는 경향과 관련 있었으며, 반면에 두 가지 회피형, 즉 두려움형과 거부형은 낮은 ‘안전한 안식처’ 요인과 관련 있었다. 보다 안전한 애착유형을 가진 사람들은 치료 관계에 훨씬 더 쉽게 들어왔으며, 거부형 애착은 치료자에 대해 보다 약한 애착을 보였으며 치료관계에서도 특히 거부적이었다(Parish & Eagle, 2003).

한편 국내에서는 유영란과 이지연(2006)이 대학생 330명을 대상으로 친밀관계경험척도(ECRS)를 사용하여, 성인애착의 두 요인과 전문적 도움추구 의도 사이의 관계성을 살펴보

았다. 그 결과 상담 받고자 하는 의도를 측정하는 전문적 도움 추구 의도에서 애착 불안과 애착 회피는 유의미한 차이를 나타내었다. 즉 전문적 도움 추구 의도는 애착 불안과는 유의미한 정적 상관을 나타낸 반면에, 애착 회피와는 그러한 관계가 나타나지 않았다. 이는 애착 불안이 높은 사람들은 타인의 도움을 얻기 위해 자기 어려움을 더 크게 경험한다는 애착이론과 일치하는 결과로 보인다. 이해정(2005) 역시 대학생 785명을 대상으로 애착특성에 따른 상담에 대한 기대를 살펴본 연구에서 유사한 결과를 보고하였다. 이해정은 친밀관계경험척도 개정판을 사용하여 애착 차원/유형과 상담에 대한 기대를 살펴보았는데, 애착 회피 수준은 상담에 대한 기대와 부적 상관을, 반면에 애착 불안 수준은 내담자 책임성을 제외한 모든 상담에 대한 기대 요소들과 정적 상관을 보였다. 애착유형별 비교에서도 불안 수준이 높은 집착형이 내담자 책임성을 제외한 상담에 대한 모든 기대 요소들에서 가장 높은 기대 수준을 보였고, 반면에 애착 회피 수준이 높은 거부형이 모든 상담에 대한 기대 요소들에서 낮은 기대를 나타냈다.

박해송(1999)은 상담 조기종결과 관련하여 내담자 애착 특성이 초기 조기종결에 미치는 영향을 살펴보았다. 박해송은 대학상담기관의 상담자와 내담자들을 대상으로 Collins와 Read(1990) 성인애착척도(AAS)를 사용하여 그 결과 AAS로 측정된 성인애착의 3요인(의존, 친밀, 불안) 중에서 유기공포를 나타내는 불안요인이 조기종결에 유의미한 영향을 주는 것으로 나타났다. 즉 불안 수준이 낮은 내담자들이 상담 초기에 더 많은 조기 종결을 보였다. 이 결과에 대해 박해송(1999)은 상담초기 불안 수준이 낮은 내담자가 상담과정에 더 몰

입하지 못할 수 있으며, 특히 불안(유기공포)이 낮은 회피애착 성향의 내담자는 타인과의 긴밀한 관계를 꺼리는 것이 특징이기 때문에 이런 결과가 나올 수 있다고 보았다.

#### 내담자 성인애착 특성과 역전이 및 상담자 행동

내담자들이 자신의 애착패턴에 따라 상담에 참여하는 태도가 다르다면, 또한 내담자는 자신의 애착패턴에 따라 상담자에게서 서로 다른 행동을 유발할 것이라고 기대할 수 있다. 우선 내담자는 자신의 애착 특성에 따라 상담자로부터 서로 다른 역전이 반응을 유발할 수 있다. 초기 관계의 상처들로 고통 받아 온 불안정 애착 성인은 자신의 불안정 표상 모형을 생생하게 치료관계 속으로 가져오며, 이것은 상담자의 다양한 역전이 반응의 기초가 된다. 거부형 내담자는 자신의 경직된 표상 속에서 상담자에게 매우 거부적이고 상처를 줄 수 있다. 상담자는 이러한 거부에 대한 무의식적 반응으로서 내담자가 어떤 것에 주의를 기울이도록 돕는 것을 잊어버리거나 중요한 전이 문제를 다루지 않는 방식으로 철수(withdrawal)하거나, 혹은 내담자에게 그를 불안하게 만드는 감정을 인정하도록 강요하는 가학적 역전이 반응을 보일 수 있다. 철수와 마찬가지로 가학적 역전이 반응은 내담자로부터 배제당한 좌절에서 기인하며, 상담자를 향한 내담자의 소화되지 않은 분노의 투사로부터 기인되기도 한다. 한편 집착형 내담자의 상담자는 상당히 다른 감정을 경험한다. 집착형 내담자는 상담자가 자신의 혼란을 완화시켜주고 자신을 돌봐주도록 하기 위해 열심히 애쓰지만, 문제는 상담자와의 협력이 거의 불가능한 것으로 보인다. 이들에 대한 상담자의 역전이 반응은

삼켜지고 압도되고 성가시고 혼란스러운 느낌을 매우 강하게 느낄 수 있다. 상담자는 이런 감정에 대한 당연한 반응으로 집착형 내담자를 조직화하고 구조를 만들려고 애쓰게 될 것이다. 그러나 이들 노력은 때로 도움이 되지 않거나 오히려 내담자의 혼란감을 증가시킬 수 있다. 이 경우, 치료의 진전은 말이나 해석으로부터 나오는 것이 아니라, 치료의 진전은 상담자가 내담자의 불안하고 혼란스러운 심정을 충분히 알아주면서 오랫동안 견뎌줄 수 있는 상담자의 장기적인 정서적 가용성과 그러한 혼란을 버텨낼 수 있는 상담자의 유연성 및 내성으로부터 나온다. 상담자의 그러한 유연성과 정서적 가용성은 내담자의 진정한 성격 변화를 이끌어낼 수 있는 구조를 제공한다 (Slade, 1999).

한편 내담자 애착특성에 따라 상담자 개입 반응 역시 달라지는 것으로 보인다. Hardy, Aldridge, Davidson, Rowe, Reilly와 Shapiro(1999)는 내담자의 회기내 이야기에 대해 AAI와 비슷한 분석을 통해 내담자 애착패턴을 평가하고, 내담자가 얘기한 관계 에피소드에 대한 치료자 반응을 함께 살펴보았다. 그들은 내담자가 자신에게 특히 도움이 되었다고 선정한 정신역동-대인관계 치료의 10개 에피소드에서 내담자 의사소통 스타일을 안전형, 거부형, 그리고 집착형으로 구분하였다. 그 결과, 치료자가 거부형 내담자에게는 ‘해석’으로 반응하는 경향이 있으며, 집착형 내담자에게는 ‘감정에 대한 성찰’ 반응을 하는 경향을 발견하였다. 이 결과는 이 연구자들의 이전 연구결과를 확증해주는데, 이전에 Hardy, Stiles, Barkham과 Startup(1998: Hardy 등, 1999에서 재인용)은 낮은 관여를 보이는 내담자에게는 치료자가 보다 인지적으로 개입하는 경향이 있으며, 반면

에 과도한 관여를 보이는 내담자에게는 보다 정동적 개입으로 반응하는 경향이 있음을 발견한 바 있다.

Rubino, Barker, Roth와 Fearon(2000)는 내담자 애착유형에 따른 상담자 공감 수준과 개입 깊이를 평가하였다. 상담자가 Bartholomew의 4개 애착유형 각각의 내담자와의 관계에서 경험할 수 있는 모의 결렬(simulated rupture) 에피소드에 대한 훈련 상담자들의 가상반응을 조사하였다. 그 결과, 상담자는 안전형 및 거부형 내담자와 비교하여, 두려움형 및 집착형 내담자에게 더 공감적이고 더 깊이있는 반응을 하는 것으로 나타났다. 서로 다른 방법을 사용하였음에도 불구하고, 이 결과는 Hardy 등(1999)의 결과와 어떤 유사성을 보여준다. 애착 불안이 높은 두려움형 및 집착형 내담자에게 더 공감반응을 보이는 것은, Hardy 등의 연구에서 집착형 내담자에게 ‘감정에 대한 성찰’ 반응을 더 많이 사용하는 것과 일치할 수 있다.

일반적으로 애착이론에서는 사람들이 자신의 애착 작동모형을 확장하는 타인 반응을 유발할 것으로 기대하지만, 그러나 상담자는 내담자가 가진 최악의 기대를 확장해주기 보다는 거기에 대해 정서적으로 교정적인 방식으로 반응해주도록 훈련받았기 때문에, 그 결과는 달라질 수 있다. 내담자 애착특성에 따른 상담자 개입반응을 살펴본 앞의 두 연구, 즉 Hardy, Aldridge, Davidson, Rowe, Reilly와 Shapiro(1999)와 Rubino, Barker, Roth와 Fearon(2000)의 연구는 모두 치료자 행동에 미치는 내담자 애착특성의 유의미한 효과를 발견하였는데, 이것은 치료자가 불안하거나 집착하는 내담자에게는 더 감정에 초점을 두고 공감적 반응을 하지만, 회피적이거나 거부적인 내담자에게는

더 인지적이거나 초연해진다는 점에서 대체로 내담자 기대와 일치하는 것처럼 보인다. 이론적으로 보면, 라포를 촉진하기 위해서는 기대와 일치하는 치료자 반응에 동의할 수 있지만, 그러나 내담자의 불안전 애착패턴을 교정하거나 도전하기 위해서는 기대와 다른 치료자 반응을 할 수도 있으며, 그리고 아마도 치료의 서로 다른 단계에 따라 반응양식을 변화시키는 것도 필요할 것으로 보인다(Dolan, Arnkoff, & Glass, 1993).

#### 내담자 성인애착 특성과 작업동맹

서로 다른 애착특성을 가진 내담자들이 대인관계에 서로 다른 방식으로 접근한다면, 이들의 애착특성은 이들이 상담자와 형성하는 작업동맹의 특성에 대해, 그리고 시간의 흐름에 따른 작업동맹의 발달에 대해 서로 다른 영향을 줄 것으로 기대할 수 있다. 내담자의 성인애착 요인들은 대체로 작업동맹과 예측가능한 관계성을 보인다. 동맹과 애착패턴에 관한 첫 연구들 중 몇몇은 AAS(Collins & Read, 1990)를 사용하였다(Mallincrodt, Coble, & Gantt, 1995; Kivlighan, Patton, & Foote, 1998; Satterfield & Lyddon, 1995). Mallincrodt, Coble과 Gantt(1995)는 76명의 대학 및 지역사회 상담센터 내담자를 대상으로, 애착의 ‘친밀(친밀성에 대한 편안함)’ 요인이 작업동맹과 정적 상관, 반면에 ‘불안(유기공포)’ 요인은 작업동맹과 부적 상관을 나타냈음을 발견하였다. Kivlighan, Patton과 Foote(1998)는 역시 대학 상담센터 내담자를 대상으로 한 연구에서 ‘친밀’ 요인과 ‘의존(타인에게 의지할 수 있는 능력)’ 요인이 보다 나은 작업동맹을 예언하였음을 발견하였다. Satterfield와 Lyddon(1995) 역시 ‘의존’ 요인

과 긍정적 동맹 사이의 유의미한 관계성만을 발견하였다. 그밖에 다른 연구들에서는 애착 불안정성 특히 애착 회피 요인과 내담자-평정 작업동맹 사이의 부적 관계성을 보여주고 있다(Eames & Roth, 2000; Kivlighan, Patton, & Foote, 1998; Mallinrodt, Coble, & Gantt, 1995; Satterfield & Lyddon, 1995). 따라서 이들 연구는 이론에 근거해서 기대했던 것처럼 전반적으로 안전애착 내담자가 불안정 애착 내담자에 비해 보다 긍정적인 작업동맹을 형성한다는 것을 시사한다.

Parish와 Eagle(2003)은 치료사용 애착요소질문지(CAQ-T, Parish, 2000)라는 다른 도구를 사용한 연구에서 장기 정신분석 치료 내담자들을 대상으로 애착특성과 작업동맹 간의 관계를 살펴보았다. 치료자에 대한 내담자의 전반적 애착은 작업동맹과 높은 상관을 보였는데, 애착유형별로 살펴보면, 거부형 애착은 치료자에 대한 전반적 애착 및 여러 애착 요인들과 부적 상관을 보인 반면, 안전형 애착은 반대로 이들 모두와 정적 상관을 보였다.

한편 Kanninen, Salo와 Punamäki(2000)는 단일 시점에서의 작업동맹을 평정하는 대신에, 시간흐름에 따른 내담자 애착패턴별 작업동맹의 변화를 비교하였다. 지필형 AAI를 사용한 Kanninen 등(2000)에 따르면, 작업동맹의 첫 번째 평정에서는 세 집단 간에 어떤 차이도 나타나지 않았지만, 치료의 시작, 중기, 그리고 종결 무렵에 걸쳐 동맹 평정의 변화를 살펴보자 집단간 차이가 나타났다. 작업동맹의 평정은 종종 고-저-고의 패턴을 보이는데(Kivlighan & Shaughnessy, 2000; Daniel, 2006에서 재인용), 안전형 및 집착형 집단에서는 이와 동일한 패턴으로 나타났다. 그러나 집착형 집단에서는 중기로 가면서 작업동맹이 저하되는 경사도와

종결로 갈 때 작업동맹이 상승하는 경사도가 안전형 집단에 비해, 더 가파른 양상을 보였다. 거부형 집단은 동맹 발달의 다른 패턴을 나타냈는데, 이 경우 작업동맹은 치료 초기부터 중기까지는 안정된 양상을 보이다가 종결이 가까워질수록 감소되었다. 연구자들은 이 결과를 집착형 내담자가 치료에서 극단적으로 긍정적 혹은 부정적 반응을 보이면서 정서적으로 강하게 몰두하는 경향으로 설명하였다. 그리고 거부형 내담자의 경우는 치료종결이 가까워지면서 작업동맹이 가파르게 하락하는 것은 이별이 가까워지는 것을 보면서 치료관계의 중요성을 부인하는 것으로 보았다.

Eames와 Roth(2000)는 외래환자 30명의 애착패턴이 작업동맹 및 동맹결렬과 어떤 관계를 보이는지 알아보기 위해 치료 초기단계의 4개 시점에서 이들 관계를 살펴보았다. 그 결과 관계척도질문지(RSQ, Griffin & Bartholomew, 1994) 상의 두려움형 애착이 작업동맹과 부적 관계를, 그리고 안전형 애착은 작업동맹과 정적 관계를 갖고 있음을 발견하였다. 그러나 이들 관계성은 몇몇 회기에서만, 그리고 동맹 평정치의 일부에서만 유의미수준에 도달하였다. 이 연구의 가장 분명한 결과는 동맹결렬과 관련하여 나타났다. 치료자들은 집착형 내담자와의 관계에서 유의미하게 많은 동맹결렬을 보고하였고, 반면에 거부형 내담자와의 관계에서 유의미하게 적은 결렬을 보고하였다.

국내에서도 내담자 애착특성과 작업동맹간의 관계는 몇몇 연구자들에 의해 연구되었다. 구정은(1999)은 성인애착 요인과 작업동맹간의 관계를 살펴보았는데, 불안(유기공포) 요인의 수준이 높을수록 작업동맹은 더 낮아졌음을 발견함으로써 Mallinrodt, Coble와 Gantt(1995)의 결과와 일치하는 결과를 보였다. 특히 구정은

(1999)은 내담자 불안 요인의 수준이 높은 경우에는 상담자 발달수준에 따라 작업동맹 수준이 달라지는 결과를 보고함으로써 내담자가 버림받는 것에 대한 불안이 높을 경우에는 상담자의 능숙한 개입이 작업동맹 형성에 중요할 수 있음을 보여주었다. 유사하게 김순영(1998) 역시 내담자 애착요인과 작업동맹간의 관계를 살펴보았는데, 그녀는 특히 불안(유기공포) 요인이 내담자 및 상담자 평정 작업동맹의 유대 요인과 유의미한 부적 상관이 있음을 보여주었다. 한편 내담자 성인애착의 4개 유형과 작업동맹간의 관계를 살펴본 이정화(1999), 황옥경(2002)의 연구에서는 안전형 내담자들이 불안전형 내담자들에 비해 상대적으로 작업동맹을 더 높게 평정한 것으로 보고하였다.

몇몇 연구(예, Sauer et al., 2003)를 예외로 한다면, 이처럼 대부분의 연구들은 내담자의 안전애착이 불안전애착에 비해 보다 긍정적인 작업동맹과 관련되어 있다는 기대했던 결론을 보여주고 있다. 나아가 연구들은 어떤 한 시점에서의 동맹수준보다는, 시간의 흐름에 따른 동맹의 발달과 변화라는 측면에서 애착패턴을 연구하는 것이 적절해 보인다는 점을 나타낸다. 이러한 애착패턴별 작업동맹의 연구에서 한 가지 문제는 애착유형에 따른 작업동맹 보고의 차별적 신뢰성(differential reliability)의 문제이다. Eames와 Roth(2000)가 이 문제를 제기하였는데, 예를 들어 안전형 내담자들의 경우 작업동맹에 대한 그들의 보고를 대체로 신뢰할 수 있지만, 거부형 내담자의 경우에는 AAI에서 부모를 이상화하듯이 치료에 대한 정서적 참여의 어려움과 내키지 않음을 부인하면서 오히려 좋은 작업동맹을 보고할 수 있다는 것이다. 분명히 이러한 차이는 문제를 복

잡하게 만든다. 앞으로의 연구에서는 서로 다른 애착집단의 동맹 평정이 상담자나 관찰자 입장의 평정과 불일치하는 정도에 의해 구분되는지의 여부를 적절하게 살펴보아야 할 것이다(Daniel, 2006).

#### 상담자 성인애착 특성과 상담 관계

내담자 성인애착에 대한 많은 관심과는 달리 상담자 성인애착 유형은 상대적으로 별 관심을 받지 못했지만, 최근의 애착 이론 및 연구들에 의하면 상담자 애착특성이 내담자들에 대한 그의 치료 행동에 영향을 주며, 동시에 서로 다른 애착특성을 가진 내담자에 대한 상담자의 차별적 감수성에 영향을 준다는 것을 시사한다(예, Rubino, Barker, Roth, & Fearon, 2000). 이러한 가능성의 함의는 상담자 애착이 상담 회기들에서 내담자 애착의 효과를 중재할 수 있다는 것이다(Mohr, Gelso, & Hill, 2005). 부모의 애착특성이 그 부모가 자기 아이에게 안전기지 역할을 할 수 있는 능력을 예측하는 것과 마찬가지로, 상담자의 애착특성은 내담자와 안전한 상담관계를 수립할 수 있는 상담자 능력을 예측할 것으로 기대된다(Daniel, 2006). Bowlby(1988)는 상담의 성공이 상담자의 정서적 가용성에 달려있으며, 이러한 가용성은 상담자가 자신의 애착 관계에서 보살핌을 받았던 과거력과 관련된다고 주장하였다. 심리치료에서 ‘보살핌(care)’이란 안전기지를 제공하는 것, 내담자 경험을 성찰하고 그 경험 속으로 들어가는 것 등과 같이 여러 가지로 정의될 수 있다. 어떤 경우이든, 그것은 상담자로부터 내담자에게로 연결되는, 그리고 내담자로부터 상담자에게로 연결되는 정서적 유대를 의미한다. 안전형 상담자에게 있

어서 보살핌은 안전과 연결의 분위기를 만들어낸다. 내담자와 연결되어 있다는 상담자 느낌과 내담자를 보살필 수 있는 상담자 능력은 상담자의 공감 능력과 치료 성공에 기여할 수 있다.

상담자의 애착특성은 상담회기 중 상담자 자신의 행동이나 개입에 영향을 줄 수 있다. 특히 상담자의 애착특성은 상담자의 부정적 행동에 대한 자제성과 관련되어 있는 것으로 나타났다. 앞에서 언급된 Ligiero와 Gelso(2002)는 상담자 애착특성과 지도감독자(수퍼바이저)가 평정한 상담자 역전이 행동 사이의 관계성을 연구하였다. 평가된 역전이 행동에는 치료 회기 속에서 '내담자를 거부하기' 혹은 '너무 많이 얘기하기' 등과 같은 많은 반치료적 상담자 행동들이 포함되었다. 그 결과, 불안전 애착특성의 점수는 역전이 행동의 차이를 예측하지 못하였지만, 상담자 안전애착 수준은 부정적 역전이 행동과 유의미한 부적 관계성을 나타내었다. 안전애착 상담자들이 부정적 역전이 행동의 표현을 더 자제하기 쉽다는 결과는 애착이론과 일치하는 부분으로 보인다. 최근 Mohr, Gelso와 Hill(2005)의 연구에서도 거부형 상담자가 다른 유형의 상담자에 비해 내담자에게 더 적대적 역전이 행동을 보일 가능성이 많다는 것을 밝힌 바 있다.

애착이론에 따르면, 안전형 상담자는 내담자에게 보다 많은 감수성을 보일 것이고, 반면에 불안전 애착패턴 상담자는 자신의 애착 관련 문제에서 비롯된 다양한 수준의 역전이 행동을 나타낼 것으로 기대할 수 있다. 앞에 언급한 Rubino 등(2000)의 연구에서 훈련 상담자 개입의 공감 수준 및 깊이가 애착특성과 어떤 관계를 갖는지 살펴보았다. 애착 점수는 애착 회피와 애착 불안의 두 요인(Brennan et

al., 1998)에 의해 분석되었는데, 상담자의 애착 불안 수준은 결렬 에피소드에 대한 반응에서 공감 수준과 부적 관계성을 보였다. 이것은 보다 불안한 상담자가 결렬로 인해 더 위협받는 느낌을 받을 수 있고, 결과적으로 내담자를 공감하는 데에 실패할 수 있다는 점에서 이해할 수 있다. 그러나 상담자의 애착 회피 수준이 반응양식에 미치는 효과는 확인되지 않았다. Dozier, Cue와 Barnett(1994) 역시 치료자 애착특성과 치료중 치료자 행동 사이의 관계성을 연구하였다. 이들은 Kobak의 Q-sort를 사용해 채점한 AAI를 사용하여, 27명의 정신과 환자들을 치료중인 치료자 18명의 애착패턴을 평가하였다. 치료자는 환자에 대한 자신의 개입을 기술하고, 관찰자는 이러한 기술된 내용을 보고 치료적 개입의 깊이와, 환자의 의존성 욕구에 주의를 기울이는 정도를 평정하였다. 그 결과 애착체계를 보다 탈활성화하는(회피적) 치료자는 덜 깊이 있는 개입을 하고 환자의 의존성 욕구를 덜 지각하는 것으로 나타났으며, 보다 과잉활성화하는(불안한) 치료자는 더 깊이 있는 개입을 하고 환자의 의존성 욕구를 더 크게 지각하는 것으로 나타났다. 따라서 애착의 탈활성화나 과잉활성화에서 높은 점수를 받은 치료자들은 자신의 그러한 특성에 따라 행동하기 쉬운 것으로 보인다. 이러한 결과는 불안전 애착특성이나 그런 경향성을 가진 치료자들의 역전이 반응에 대한 생각들을 지지해주는 것으로 보인다(Daniel, 2006).

한편 국내 연구에서 이수현, 김동민, 서영석(2006)은 상담자 153명을 대상으로 친밀관계경험척도(ECRS)를 사용하여 상담자 애착유형과 경험수준이 그의 공감 능력에 미치는 영향을 살펴보았다. 그 결과 상담자 발달 수준이나

훈련수준과 상관없이, 상담자의 애착 회피 수준은 공감적 성향에 부적 영향을, 그리고 애착 불안 수준은 공감적 성향에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이수현 등은 이 결과에 대해 상담자의 애착 불안이 내담자 경험의 공감을 방해하는 요인이 아니라는 주장(Miller et al., 2000; Wolgien et al., 1997; Searle et al., 1999; Trusty et al., 2005; 이수현 등, 2006에서 재인용)을 지지하는 결과로 보고, 애착 불안이 높은 상담자는 자신의 애착 형성 과정에서 경험한 심리적 고통을 오히려 치료적 도구로 활용하여 내담자의 문제나 경험을 더 민감하게 공감할 수 있음을 시사하는 것으로 해석하였다.

상담자의 애착특성은 또한 작업동맹에도 영향을 주는 것으로 보인다. Dunkle과 Friedlander(1996)는 대학 상담기관에서 일하는 73명의 상담자를 대상으로 AAS(Collins & Read, 1990)로 측정된 상담자 애착특성과 작업동맹 사이의 관계성을 연구하였다. 이들은 상담자의 ‘친밀성에 대한 편안함’이라는 상담자 애착특성이 내담자가 평정한 ‘상담자에 대한 정서적 유대’라는 작업동맹 요인과 정적 관련성을 갖고 있음을 발견하였다. 국내에서는 김수정(2005)이 관계질문지(RQ, Bartholomew & Horowitz, 1991)를 사용하여 상담자 애착유형에 따라 내담자가 평정한 작업동맹에서 유의미한 차이가 있음을 발견하였는데, 안전형 상담자에게 상담을 받는 내담자들이 불안전형 상담자의 내담자들에 비해 작업동맹을 더 높게 지각하는 것으로 나타났다. 그러나 Sauer, Lopez와 Gormley(2003)는 Simpson의 성인애착질문지를 사용한 연구에서 기대와 달리 치료초기 상담자의 애착 불안 수준이 내담자가 평정한 작업동맹과 정적으로 관련되어 있음을 보여주었다. 이러

한 결과에 대해 Sauer 등은 치료 초기에 애착 불안이 높은 상담자와의 동맹에 대해 내담자들이 더 긍정적으로 평정한 것은 불안한 상담자들이 내담자로 하여금 관계에 대해 좋은 느낌을 갖도록 하기 위해 더 열심히 치료에 임했기 때문일 수 있다고 보았다. Ligiero와 Gelso(2002) 역시 장기 정신분석적 심리치료자 50명을 대상으로, 치료자 및 지도감독자가 평정한 작업동맹과 관계질문지(RQ)로 측정된 치료자 애착특성 사이에 관계성이 없음을 발견하였다. 한편 Daniel(2006)에 따르면, 치료자의 높은 애착 불안은 시간의 흐름에 따라 내담자-평정 동맹에 부정적 영향을 주는 것으로 밝혀졌다.

상담자 애착과 상담자 공감반응 사이의 관계에 대한 Rubino 등(2000)의 연구와 이수현 등(2006)의 연구 결과의 차이, 그리고 상담자 애착과 작업동맹 간의 관계에 대한 Dunkle과 Friedlander(1996), 김수정(2005), Sauer 등(2003), 그리고 Ligiero와 Gelso(2002)의 연구 결과의 차이처럼 동일한 주제에 대한 서로 다른 결과들을 함께 살펴보면, 상담자 애착특성과 작업동맹 혹은 상담자 공감 사이의 관계성은 내담자 애착특성과 작업동맹 사이의 관계성에 비해 훨씬 더 복잡할 수 있음을 시사한다. 여기에서 한 가지 주의할 점은 이들 작업동맹 관련 연구의 경우, 우선 연구에 사용된 애착의 측정도구들이 서로 다르다는 점(Collins와 Read의 AAS, Simpson의 성인애착질문지, 그리고 Bartholomew 등의 RQ)을 고려해야 할 것으로 보인다. 연구도구의 차이를 제외한다면, 이러한 결과는 상담자와 내담자의 불균형적인 역할로 인해 상담자 성격 특성이 내담자 특성과 같은 정도로 영향을 미치지 않는다는 점, 혹은 애착특성이란 점에서 내담자들에 비해 상담자들의 애착패턴이 더 유사하다는 점 때문일 수도 있으

며, 이로 인해 상담자 애착패턴의 효과를 찾아내기가 더 어려워진 결과일 수도 있다. 이러한 상담자 애착 특성과 상담자 개입(예, 공감 반응), 상담자 애착 특성과 상담과정 및 성과변인(예, 작업동맹) 사이의 관계성에 대한 서로 모순되는 결과들은 이들 관계성의 보다 분화되고 구체적인 특성을 규명하기 위해서 이 관계에 영향을 미칠 수 있는 다양한 변인들을 함께 고려하거나 연구 대상 변인들을 엄격하게 조작정의한 후속연구들의 필요성을 제기하는 것으로 보인다.

#### 내담자 및 상담자 성인애착 특성의 상호 역동

상담 과정의 여러 측면은 상담 관계에서 상담자 및 내담자 애착특성의 독특한 조합의 결과로 변화할 수 있다. 이러한 견해는 몇몇 정신역동 이론가들이 이자(two-person) 심리학이라 불렀던 것과 일치한다. 이자 심리학이란 상담 관계에서 상담자는 그의 개인적 특성이 내담자 경험에 어떤 영향도 주고받지 않는 관찰자가 아니라, 그 관계의 적극적 참여자라는 점을 강조하는 입장을 가리킨다(Gelso & Hayes, 1998; Mohr, Gelso, & Hill, 2005). 내담자 및 상담자 애착패턴 모두 상담 과정의 어떤 측면들을 예측하는 것으로 보이기 때문에, 두 사람의 애착패턴이 어떻게 상호작용하여 상담 관계에 결합된 영향을 미치는지를 질문하는 것은 자연스러운 일이다. 그러한 효과를 연구하고 증명하는 것은 내담자 혹은 상담자 애착패턴의 단순 효과만을 보는 것에 비해 분명히 더 어려운 일이다(Daniel, 2006).

내담자 및 상담자 애착패턴 사이의 상호작용 효과에 대한 가장 상세한 증거는 Dozier와 그 동료들에 의한 두 연구에서 찾아볼 수 있

다. 앞에서 언급한 Dozier, Cue와 Barnett(1994)의 결과에 따르면, 정신과 치료자 18명의 애착특성에서 안전-불안(secure-anxious) 차원은 다른 애착패턴을 가진 환자들에 대한 그들의 반응을 예언한 것으로 나타났다. 불안전 애착 치료자들은 탈활성화하는(회피적인) 환자들보다는, 과잉활성화하는(불안한) 환자들에게 더 깊이 있는 개입을 하였고 의존성 욕구를 더 크게 지각하였다. 안전 애착 치료자들의 경우에는 그와는 반대의 결과를 나타냈다. 이러한 결과는 치료에서의 상보성(complementarity)과 관련된 흥미 있는 함의를 나타낸다. 일반적으로 과잉활성화 환자는 탈활성화 환자에 비해 자신을 더 의존적으로 나타내며 보다 깊은 개입을 유발할 것으로 기대된다. 불안전 애착 치료자일수록 내담자의 이러한 즉각적 표현과 일치하는 반응을 보이기 쉬우며, 반면에 안전 애착 치료자는 내담자의 불안전 애착패턴을 교정하는 방식으로 반응하는 경향이 있는 것으로 보인다(Bernier & Dozier, 2002).

Dozier 등(1994)의 연구는 치료자의 애착특성과 내담자의 애착특성이 서로 상호작용하여 치료 성과에 영향을 줄 수 있다는 생각을 지지한다. Dozier와 그녀의 동료들은 안전 애착 치료자가 불안전 애착 치료자에 비해 거부형 내담자의 의존 욕구를 더 잘 경청하고 거기에 반응할 수 있으며, 따라서 거부형 내담자에 대한 강렬한 역전이 반응에 덜 취약하였다고 보고하였다. 안전형 치료자는 집착형 내담자가 보이는 명백한 요구와 명시적 의존욕구 역시 보다 잘 다루는 것으로 나타났다. 불안전 애착 치료자는 종종 그러한 내담자들에게 말려들기 쉬우며 그들이 가진 기저의 욕구보다는 명시적으로 드러나는 욕구에만 반응하기 쉽다. 이에 반해, 안전형 치료자는 보다 간접



적이고 미묘한 욕구 및 의존성의 표현에 잘 반응할 수 있다. 이러한 결과는 치료자를 향한 내담자 애착을 고려하는 데에 어떤 흥미있는 차원을 추가시켜 준다. 치료자의 안전성(security)은 내담자의 경험뿐만 아니라 치료자 자신의 경험에 대해서도 개방적 태도를 유지할 수 있는 능력으로 나타나는데, 치료자의 안전성은 건강하고 성공적인 심리치료를 가장 잘 예측하는 것 같다(Slade, 1999).

Rubino 등(2000)은 애착관련 불안수준이 더 높은 치료자들이 거부형 및 집착형 내담자에 비해, 두려움형 및 안전형 내담자에게 특히 비공감적인 경향이 있음을 발견하였다. 두려움형 내담자의 경우 불안수준이 높은 치료자들이 자신과 유사한 애착관련 불안을 가진 내담자를 다루는 데에 어려움을 가질 수 있다는 점에서 이해가 되지만, 왜 불안한 치료자가 안전형 내담자들을 공감하는데 더 실패하기 쉬운 것인지에 대해서는 이유가 분명하지 않다.

Tyrrell, Dozier, Teague와 Fallot(1999)은 54명의 내담자와 그들의 치료자 21명의 애착패턴이 작업동맹에 미치는 영향을 살펴봄으로서, 이들 결과를 확장하였다. 애착패턴은 AAI를 Kobak의 Q-sort로 채점하여 측정하였다. 대부분의 내담자는 불안전 애착으로 평정되는데 반해, 거의 모든 치료자들은 안전 애착으로 평정되었다. 따라서 결과는 유형보다는 탈활성화(회피)-과잉활성화(불안) 차원에서의 차이에 의해 분석되었다. 그 결과 탈활성화 수준이 낮은 치료자는 탈활성화 수준이 더 높은 내담자와 더 강한 동맹을 형성하는 것으로 나타났다. 그러나 탈활성화 수준이 높은 치료자의 경우 탈활성화 수준이 높은 내담자와 더 약한 동맹을 형성하는 경향은 유의미하지 않았다.

Dozier 등(1994)의 연구는 안전 애착 치료자가 자연스럽게 비상보적으로 즉 교정적으로 개입하는 경향을 보여줬으며, Tyrrell 등(1999)의 연구는 내담자 및 치료자 애착패턴이 비상보적 방식으로 결합될 때 작업동맹이 높아진다는 것을 보여준다. 따라서 보다 탈활성화하는 혹은 과잉활성화하는 방식으로 반응하는 경향을 가진 치료자는 반대 성향을 가진 내담자를 치료할 때 특별한 이점을 가질 수 있는데, 이것은 아마도 내담자의 애착패턴에 도전하고 균형을 잡아주는 능력 때문인 것으로 보인다. 그러나 Dozier와 그 동료들의 연구들은 지금까지 이런 종류의 결합 효과를 발견한 유일한 연구들이며, 그러한 효과를 살펴본 다른 연구들은 같은 결과를 발견하는데 실패하였다. Dozier와 그 동료들의 연구에서 사용된 정신과 사례 표본이외의 다른 집단들에서 추가적인 실제 상황 연구를 통해 이 문제를 더 깊이 연구하는 것이 유용할 것이다(Daniel, 2006).

한편 최근 Mohr, Gelso와 Hill(2005)은 내담자 및 훈련상담자의 애착특성이 역전이를 예언하는가에 대해 살펴보았다. 유의미한 내담자-상담자 상호작용 효과가 적대적 및 거리두기 역전이 행동에서 발견되었는데, 이것은 역전이가 치료관계에서 내담자 및 상담자 애착패턴의 독특한 형태에 따라 달라진다는 것을 의미한다. 특히 내담자와 상담자의 불안전 애착패턴이 다를 때 역전이가 나타날 가능성이 더 큰 것으로 나타났다. 예를 들면, 거부형 상담자들은 집착형 내담자에 대해 매우 자주 부적절하게 적대적이고 비판적이고 거부적인 것으로 나타났으며, 반면에 집착형 상담자들은 거부형 내담자에 대해 역시 그러한 종류의 역전이 행동을 대단히 자주 보여주었다. 이와 유사하게 집착형 내담자들은 회피 차원이 높은

상담자(즉 거부형 및 두려움형 상담자)에게서 부적절한 거리두기 행동을 유발하는 것으로 보인다. 그러나 회피 차원이 낮은 상담자(즉 안전형 및 집착형 상담자)에게는 그렇지 않았다. 가장 높은 수준의 거리두기와 적대적 역전이 행동은 집착형 내담자와 회피적 상담자의 이자관계 속에서 발견되었다. 순수하게 이론적으로 생각해보자면, 이 역전이 역동은 내담자가 상담자 자신의 정서조절 방략에 도전하는 관계 스타일을 보이는 이자관계로부터 기인된다. 예를 들면, 관계에서 정서적 강도와 상호의존성을 최소화시킴으로써 안전감을 추구할 것으로 기대되는 회피적 상담자는 다른 상담자들에 비해, 집착형 내담자에서 기대되는 과장된 정동에 의해 압도되는 느낌을 받기 쉬울 수 있다는 것이다(Slade, 1999).

### 요약 및 논의

지금까지 살펴본 내용들을 각 주제에 따라 요약하고 후속 연구에 대한 시사점을 논의하면 다음과 같다. 우선 성인애착 분야에서 논란이 많았던 측정 내용과 도구 문제의 경우, 일단은 면접법과 자기보고법 모두 고유한 이점과 한계를 갖고 있으며, 애착 특성의 서로 다른 측면을 측정하는 것으로 생각해볼 수 있다. 예를 들면, 자기보고형 도구를 사용한 연구들은 의식적 심리과정만을 평가하고 심리역동적 깊이를 측정할 수 없다고 비판을 받지만 성인의 관계 갈등 및 감정에 대한 좋은 측정법이며(Eagle, 2006), AAI와 같은 면접법을 사용한 연구들은 인과적 가설 검증을 위한 엄격한 연구절차와 도구를(예. 의미점화, 정동점화, 반응시간, 생리적 기록) 사용하지 않는 점

(Shaver & Mikulincer, 2002)과 비실용성으로 비판을 받지만 동시에 유아-어머니 관계 및 성인들 간 관계 모두에서 애착인물을 안전기지로 활용할 수 있는 능력에 대한 좋은 측정법이기도 하다(Crowell & Waters, 2005). 지금까지의 연구결과들을 바탕으로, 앞으로의 연구들에서는 애착관련 연구목적에 따라, 성인애착 면접(AAI)이나 이 계열에서 개발된 성찰기능(RF)척도(Fonagy 등, 1998; Daniel, 2006에서 재인용), 혹은 자기보고형 계열에서 개발된 친밀관계경험척도(ECRS: Brennan 등, 1998)를 유용하게 사용할 수 있을 것으로 보인다. 이와 함께 상담자에 대한 내담자의 애착을 측정할 수 있는 치료자에 대한 내담자 애착 척도(Client Attachment to Therapist Scale; CATS, Mallinrodt 등, 1995)나, 치료자에 대한 애착 요소 질문지(Component of Attachment Questionnaire to Therapist; CAQ-T, Parish, 2000; Parish & Eagle, 2003에서 재인용)도 사용해 볼 수 있을 것이다.

내담자 및 상담자 성인애착 특성과 상담 관계와의 관련성에서는 몇몇 예외적 연구결과를 제외한다면 대체로 애착이론과 일치하는 결과들을 보여주었다. 첫째, 내담자 애착특성과 내담자 행동의 관계 연구들에서는 상담에 대한 태도에서 일반적으로 안전 애착 내담자가 불안 애착 내담자에 비해 상담을 더 잘 활용하고 협조적인 것으로 나타났다. 특히 거부형 내담자는 상담관계에 관여하고 도움받는 것을 어려워하는 것으로 보이며, 반면에 집착형 내담자는 안전형 내담자에 비해 과도하게 요구적이고 상담의 규칙과 제한에 덜 순응적인 것으로 보인다. 상담의 지속기간 및 조기종결에서도 애착유형의 안전성에 따라 차이가 있는 것으로 나타났다. 앞으로의 연구에서는 이러

한 내담자 애착 특성의 차이가 상담관계 속의 보다 구체적이고 제한된 내담자 행동, 예를 들면 상담에 대한 저항, 혹은 상담자에 대한 지각, 감정, 소망에서 어떤 양상으로 나타나고 전개되는지도 살펴볼 수 있을 것이다.

둘째, 내담자 성인애착 특성과 상담자 행동 및 역전이의 경우, 대부분의 경험연구들이 대체로 애착이론의 기대와 일치하는 결과를 보여 주었다. 즉 내담자들은 자신의 애착특성에 따라 상담자로부터 서로 다른 감정과 역전이, 그리고 개입반응을 유발하는 것으로 나타났다. 그런데 상담자는 라포를 촉진하기 위해 내담자 애착 특성에 따른 내담자 기대와 일치하는 반응을 보일 수도 있지만, 다른 한편으로 내담자의 불안전 애착패턴을 교정하거나 도전하기 위해 내담자 기대와 다른 개입을 할 필요도 있다. 대체로 상담자는 진행 중인 상담과정의 국면에 따라(Dolan 등, 1991) 그리고 내담자 상태에 따라 유연하게 치유적 개입을 변화시킬 수 있을 것으로 보인다.

셋째, 내담자 애착특성과 작업동맹의 관계에서는 일부(Sauer 등, 2003)를 예외로 한다면, 대부분의 연구에서 내담자의 안전애착이 불안전애착에 비해 보다 긍정적인 작업동맹과 관련되어 있음을 보여주고 있다. 아울러 어떠한 시점에서의 동맹수준보다는 시간의 흐름에 따른 동맹의 발달과 변화라는 측면에서 애착패턴을 연구하는 것이 적절해 보인다는 점을 시사하고 있다. 그런데 애착특성과 작업동맹의 연구에서 한 가지 문제는 애착유형에 따라 작업동맹 보고를 신뢰하기 어려운 문제가 있다는 점이다(예, 거부형). 앞으로의 연구에서는 애착 유형에 따른 내담자의 자기보고형 작업동맹 수준이 상담자나 관찰자의 평정과의 일치도에 의해 구분될 수 있는지 살펴보는 것도

중요해 보인다(Daniel, 2006).

넷째, 상담자 애착특성과 상담관계에 관한 경험연구들에서는 대체적으로 상담자 애착특성이 상담회기 중 상담자 행동 및 개입, 상담자의 부정적 행동에 대한 자제력, 작업동맹 등에 대해 애착이론의 기대와 일치하는 방향으로 영향을 미치긴 했지만, 앞으로 후속 연구와 논의가 필요한 예외적 연구결과들 역시 중요해 보인다. 작업동맹과 관련해서, 애착이론의 기대와 일치하게 상담자의 ‘친밀성에 대한 편안함’이라는 애착요인이 작업동맹의 유대 차원과 정적 상관을 보였다는 Dunkle과 Friedlander(1996)의 결과, 안전형 상담자의 내담자들이 작업동맹을 더 높게 지각하였음을 보고한 김수정(2005)의 결과, 그리고 이와 달리 치료초기 상담자의 애착 불안 수준이 내담자 작업동맹과 정적 관련성을 보인다는 Sauer 등(2003)의 결과 사이의 차이, 그리고 상담자의 공감과 관련해서, 상담자의 불안 수준이 결렬 에피소드에 대한 반응에서 공감 수준과 부적 관련성을 보인 Rubino 등(2000)의 연구와 상담자 애착 회피 수준은 공감에 부적 영향을, 애착 불안 수준은 공감에 정적 영향을 미친 것으로 나타난 이수현 등(2006)의 결과의 차이가 그것이다. 이러한 결과를 볼 때, 상담자 애착특성과 작업동맹 혹은 공감 사이의 관계성은 보다 복잡한 성격을 띠는 것으로 보이며, 후속 연구들에서 이 관계성에 영향을 미칠 수 있는 다른 변인들의 가능성을 고려해보아야 할 필요성이 제기된다.

마지막으로 내담자 및 상담자 애착특성의 상호역동에서는 두 당사자의 애착특성 조합에 따라 상담자의 개입 반응, 치료성과, 작업동맹, 상담자 역전이 반응 등에서 의미있는 차이를 보였다. 이러한 내담자 및 상담자 애착특성의

조합에 따른 상담 관계는 보다 복잡적이며 여러 가지 측면에서 조명해볼 필요가 있다. 예를 들어, 치료에서의 상보성(complementarity)이나 시의성(timing) 문제를 들 수 있다. 일부 연구들은 안전 애착 상담자가 자연스럽게 비상보적으로(즉 교정적으로) 개입하는 경향을 보여줬으며(Dozier 등, 1994), 안전 애착 상담자가 내담자의 불안전 애착패턴을 교정하는 방식으로 반응하는 경향을 보고하였다(Bernier & Dozier, 2002). 그리고 Tyrrell 등(1999)의 연구는 내담자 및 상담자 애착패턴이 비상보적 방식으로 결합될 때 작업동맹이 높아진다는 것을 보여주었다. 그러나 이러한 관계성은 작업동맹의 경우와 마찬가지로 상담의 진행 단계나 자주 변화하는 내담자 상태에 따라 달라질 수 있으며, Mohr, Gelso와 Hill(2005)의 연구결과에서 나온 바와 같이 내담자 및 상담자가 서로 다른 불안전 애착 유형을 가진 경우 그에 따른 부정적 역전이 및 반응이 나타날 수도 있는 것이다. 앞으로의 연구에서는 이러한 복잡한 상호역동에 영향을 미칠 수 있는 전술한 관계 변인들을 고려해보아야 할 것이다.

애착 이론과 연구는 상담자들로 하여금 내담자의 애착 및 관계 특성을 민감하게 이해할 수 있게 해주며, 기존의 심리학적 진단체계를 보완할 수 있는 내담자의 관계 특성의 이해 및 분류를 위한 틀을 제공한다. 예를 들어, 내담자의 애착특성은 치료에서 내담자의 도움-추구 행동에 영향을 줄 수 있는데, 이때 상담자가 내담자의 불안전 애착 역동을 잘 알고 있으면 내담자들이 보이는 서로 다른 행동을 더 잘 이해할 수 있게 되고, 치료적 개입 방향의 선택에서 하나의 지침으로 활용할 수 있는 것이다. 지금까지 살펴 본 바와 같이, 상담 및 심리치료 분야에서 그간의 성인애착 연구

는 서로 다른 측정 내용과 그 방법으로 인해 같은 선상에서 모든 연구들을 비교하고 그 결과의 핵심을 도출해내기가 쉽지 않은 게 사실이지만, 이러한 방법상의 문제에도 불구하고 이들 경험적 연구들은 어떤 일치되는 경향성을 보여준다. 본고에서 필자는 성인애착 관련 기존의 경험연구들을 내담자 및 상담자 애착 특성 각각에 따른 내담자 행동, 상담자 행동 및 역전이, 작업동맹, 그리고 내담자 애착 및 상담자 애착의 상호역동으로 구분하여 살펴보았다. 그 결과 몇몇의 예외를 제외한다면, 이 연구들은 대체로 내담자 및 상담자의 성인애착 특성과 심리치료 관계 및 과정 사이의 관계성을 대체로 지지해주고 있는 것으로 보인다. 앞으로 이들 애착 연구로부터 상담 및 심리치료에 대한 보다 실제적인 도움을 얻기 위해서는 위에서 언급한 여러 가지 질문들을 바탕으로 신뢰도와 타당도를 갖춘 적절한 도구를 사용한 후속연구들이 절실히 보인다.

## 참고문헌

- 강차연, 박경 (2001). 대학생들의 애착과 진로 발달과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(2), 51-69.
- 고은정 (1996). 애착유형에 따른 자아 탄력성과 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 구정은 (1999). 내담자의 애착유형과 상담자의 발달수준이 작업동맹에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김광은 (2004). 성인애착 유형과 요인에 따른 성격특성 및 스트레스 대처양식. 한국상담심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(1),

- 53-69.
- 김광은 (2005). 성인애착의 안정성 및 초기 생도생활 적응과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(2), 485-501.
- 김동직, 한성열 (1997). 한국 대학생의 애착유형 분포와 대인관계 특성. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 11(2), 91-109.
- 김수정 (2005). 상담자, 내담자 애착유형이 작업동맹에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김수진 (2001). 애착수준에 따른 사회적지지, 스트레스 대처유형에 관한 연구. 서울여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김순영 (1998). 내담자의 부모 유대 및 성인 애착 능력이 상담 작업동맹에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김은미 (2000). 성인 애착과 자아방어기제 간의 관계 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김은정, 권정혜 (1998). 우울증상과 관련된 대인관계 특성: 성인기 애착 관계 형성을 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 17, 139-153.
- 김재희, 주은성 (2001). 부적응 청소년 집단의 애착유형 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(3), 107-125.
- 김정연 (2003). 성인 애착과 사회적지지 요청, 지지받기 및 문제의 심각도 지각. 한양대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박고운, 이기학 (2007). 성인애착 유형에 따른 자아수용 및 친구에 대한 긍정적, 부정적 감정. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(1), 71-85.
- 박정녀, 최해림 (2005). 청소년의 부모애착과 자동적 사고 및 공격성. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(1), 249-264.
- 박혜송 (1999). 내담자의 성인애착 특성과 상담자에 대한 신뢰감이 초기 조기종결에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 배성희 (1995). 지각된 부모의 양육태도와 애착 및 대인불안 간의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 오윤희, 정현옥, 옥정 (2001). 청소년기 애착유형과 지각된 부모양육 행동-재소중인 비행집단, 위험집단, 정상집단의 비교. 한국심리학회지: 임상, 20(2), 259-270.
- 원호택, 이용승 (1997). 성인애착 양상에 관하여. 심리학의 연구문제, 4, 85-116.
- 유영란, 이지연 (2006). 성인애착과 전문적 도움추구 의도: 심리적 불편감, 지각된 사회적 지지, 자기은혜의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(2), 441-460.
- 유희정, 이훈진, 강연옥 (2004). 아동의 장애유형과 어머니 애착유형이 양육태도와 양육스트레스에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 23(1), 77-89.
- 이경숙, 박진아 (2004). 학령후기 아동의 성과 애착 안정성에 따른 사회적 유능감. 한국심리학회지: 여성, 9(1), 63-81.
- 이귀선 (2002). 성인애착 유형에 따른 정서조절 양식과 효과성의 차이. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이명선 (2004). 인간관계 스트레스와 공부 스트레스가 애착체계 활성화에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 이수현, 김동민, 서영석 (2006). 상담자의 애착유형과 상담경험이 공감능력에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료,

- 18(2), 303-317.
- 이재창, 이시은 (2004). 청소년기 애착에 관한 질적 분석 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(2), 207-226.
- 이정화 (1999). 내담자의 애착유형과 작업동맹에 관한 연구. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이혜정 (2005). 대학생 애착유형과 상담에 대한 기대. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이훈진 (2004). 피해망상 집단과 우울증 집단의 지각된 부모양육 행동과 애착유형. 한국심리학회지: 임상, 23(2), 381-395.
- 장휘숙 (1997). 성인애착의 3범주 모델과 4범주 모델의 비교. 한국심리학회지 발달, 10, 123-136.
- 장휘숙 (1998). 애착과 정신증의 관계에서 자기관련적 변인의 중재역할. 한국심리학회지: 발달, 11, 110-121.
- 장휘숙 (2000). 애착과 대학생의 정체감 발달 (II): 대처방식의 중재역할을 중심으로. 한국심리학회지: 발달, 13(3).
- 장휘숙 (2001). 애착과 다섯 가지 성격특성들의 관계. 한국심리학회지: 발달, 14(2), 105-119.
- 정미나 (2003). 성인 애착과 자기 효능감 및 심리적 적응간의 관계. 한양대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 정민현 (2003). 애착유형, 스트레스 대처방식과 대인불안의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 조영주, 최해림 (2001). 부모와의 애착 및 심리적 독립과 성인 애착의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(2), 71-91.
- 한수정, 신민섭, 김중술, 권석만 (2002). 성인기 애착 양식 원형과 내적 작동모델 요소 간 관련성에 대한 탐색적 연구. 한국심리학회지: 임상, 21(1), 93-124.
- 황옥경 (2002). 내담자의 애착유형 및 지각된 사회적 지지와 작업동맹과의 관계. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 허정선, 현명호(2005). 가족의 애착, 귀인양식 및 자아탄력성과 표출정서의 관계. 한국심리학회지: 임상, 24(1), 37-51.
- Ainsworth, M. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- 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), 226-244.
- Bernier, A., & Dozier, M. (2002). The client-counselor match and the corrective emotional experience: Evidence from interpersonal and attachment research. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 39(1), 32-43.
- 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, US: Guilford Press.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- 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.
- Crowell, J. A., & Waters, E. (2005). Attachment representations, secure base behavior, and the evolution of adult relationships: The Stony Brook Adult Relationship Project. In K. E. Grossman & E. Waters (Eds.), *Attachment from infancy to maturity: The major longitudinal studies* (pp. 223-244). New York: Guilford Press.
- Daniel, S. I. (2006). Adult attachment patterns and individual psychotherapy: A review. *Clinical Psychology Review*, 26, 968-984.
- Dolan, R. T., Arnkoff, D. B., & Glass, C. R. (1993). Client attachment style and the psychotherapist's interpersonal stance. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 30(3), 408-412.
- Dozier, M. (1990). Attachment organization and treatment use for adults with serious psychopathological disorders. *Development and Psychopathology*, 2(1), 47-60.
- Dozier, M., Cue, K. L., & Barnett, L. (1994). Clinicians as caregivers: Role of attachment organization in treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(4), 793-800.
- Dunkle, J. H., & Friedlander, M. L. (1996). Contribution of therapist experience and personal characteristics to the working alliance. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 456-460.
- Eagle, M. N. (2006). Attachment, Psychotherapy, and Assessment: A Commentary. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74, 1086-1097.
- Eames, V., & Roth, A. (2000). Patient attachment orientation and the early working alliance: A study of patient and therapist reports of alliance quality and ruptures. *Psychotherapy Research*, 10(4), 421-434.
- Fonagy, P., Leigh, T., Steele, M., Kennedy, R., Mattoon, G., et al. (1996). The relation of attachment status, psychiatric classification, and response to psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(1), 22-31.
- Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9(4), 679-700.
- Gelso, C. J., & Hayes, J. A. (1998). *The psychotherapy relationship: Theory, research, and practice*. New York: Wiley.
- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445.
- Hardy, G. E., Aldridge, J., Davidson, C., Rowe, C., Reilly, S., & Shapiro, D. A. (1999). Therapist responsiveness to client attachment style and issues observed in client-identified significant events in psychodynamic-interpersonal psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 9(1), 36-53.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*,

- 52(3), 511-524.
- Hesse, E. (1999). Discourse, memory, and the Adult Attachment Interview: A note with emphasis on the emerging cannot classify category. *Infant Mental Health Journal*, 17(1), 4-11.
- Kanninen, K., Salo, J., & Punamäki, R. L. (2000). Attachment patterns and working alliance in trauma therapy for victims of political violence. *Psychotherapy Research*, 10(4), 435-449.
- Kivlighan Jr., D. M., Patton, M. J., & Foote, D. (1998). Moderating effects of client attachment on the counselor experience-working alliance relationship. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 274-278.
- Kobak, R. R., Cole, H. E., Ferenz-Gillies, R., & Flemming, W. S. (1993). Attachment and emotion regulation during mother-teen problem solving: A control theory analysis. *Child Development*, 64(1), 231-245.
- Leiper, R., & Casares, P. (2000). An investigation of the attachment organization of clinical psychologists and its relationship to clinical practice. *British Journal of Medical Psychology*, 73(4), 449-464.
- Ligiero, D. P., & Gelso, C. J. (2002). Countertransference, attachment, and the working alliance: The therapist's contribution. *Psychotherapy: Theory, Research, Practice, Training*, 39(1), 3-11.
- Mallinckrodt, B., Gantt, D. L., & Coble, H. M. (1995). Attachment patterns in the psychotherapy relationship: Development of the client attachment to therapist scale. *Journal of Counseling Psychology*, 42(3), 307-317.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2005). Attachment theory and emotions in close relationships: Exploring the attachment-related dynamics of emotional reactions to relational events. *Personal Relationships*, 12, 149-168.
- Mohr, J. J., Gelso, C. J., & Hill, C. E. (2005). Client and Counselor Trainee Attachment as Predictors of Session Evaluation and Countertransference Behavior in First Counseling Sessions. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 298-309.
- Parish, M., & Eagle, M. N. (2003). Attachment to the therapist. *Psychoanalytic Psychology*, 20(2), 271-286.
- Phelps, J. L., Belsky, J., & Crnic, K. (1998). Earned security, daily stress, and parenting: A comparison of five alternative models. *Development and Psychopathology*, 10(1), 21-38.
- Rubino, G., Barker, C., Roth, T., & Fearon, P. (2000). Therapist empathy and depth of interpretation in response to potential alliance ruptures: The role of therapist and patient attachment styles. *Psychotherapy Research*, 10(4), 408-420.
- Satterfield, W. A., & Lyddon, W. J. (1995). Client attachment and perceptions of the working alliance with counselor trainees. *Journal of Counseling Psychology*, 42(2), 187-189.
- Sauer, E. M., Lopez, F. G., & Gormley, B. (2003). Respective contributions of therapist and client adult attachment orientations to the



- development of the early working alliance: A preliminary growth modeling study. *Psychotherapy Research*, 13(3), 371-382.
- Shaver, P. R., Belsky, J., & Brennan, K. A. (2000). The Adult Attachment Interview and self-reports of romantic attachment: Association across domains and methods. *Personal Relationships*, 7(1), 25-43
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4, 133-161.
- Slade, A. (1999). Attachment theory and research: Implications for the theory and practice of individual psychotherapy with adults. In J. Cassidy & P. R. Shaver (Eds.), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 575-594). New York: Guilford Press.
- Tyrrell, C. L., Dozier, M., Teague, G. B., & Falot, R. D. (1999). Effective treatment relationships for persons with serious psychiatric disorders: The importance of attachment states of mind, *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 67(5), 725-733.
- Waters, E., Crowell, J., Elliott, M., Corcoran, D., & Treboux, D. (2002). Bowlby's secure base theory and the social/personality psychology of attachment styles: Work(s) in progress. *Attachment & Human Development*, 4, 230-42.
- Westen, D., Nakash, O., Thomas, C., & Bradley, R., (2006). Clinical Assessment of Attachment Patterns and Personality Disorder in Adolescents and Adults. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 74(6), 1065-85
- 원 고 접 수 일 : 2007. 3. 28  
수정원고접수일 : 2007. 7. 5  
게 재 결 정 일 : 2007. 7. 15

## Styles of Adult Attachment and the Counseling Relationship

**Hyung-Choon Moon**

The Catholic University of Korea

Client and counselor adult attachment styles have been recognized as important individual difference variables in counseling relationship. This article provides a review of the research on how client attachment styles are related to some aspects of counseling relationships, such as client and counselor behavior, countertransference, and development of working alliance. The article also examines research about the relationship between the counselor's adult attachment styles and the counseling relationship, and research about differences in the counseling relationship that may result from combinations of client and counselor attachment styles. With the exception of some controversial research, most of the empirical research supports expectations from attachment theory. Finally, the brief summary and discussion are presented.

*Key words : adult attachment, counseling relationship, client and counselor behavior, working alliance*