

상담자의 성인애착유형과 자아탄력성 및 심리적 소진과의 관계

박 현 주[†]

김 봉 환

숙명여자대학교

본 연구는 상담자의 성인애착유형과 자아탄력성 및 심리적소진의 관계를 통해 상담자의 심리적 소진에 영향을 미치는 개인적 요인들을 알아보는데 그 목적이 있다. 연구를 위해 서울, 경기 지역에서 주 8시간 이상 근무하고 있는 상담자 101명을 대상으로 성인애착 검사, 자아탄력성 검사, 심리적 소진 검사를 실시하고, SPSS 12.0을 사용하여 상관분석과 회귀분석을 실시하였다. 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 성인애착유형을 편상관 분석한 결과 상담자의 성인애착유형과 자아탄력성과의 상관관계는 애착불안차원만 자아탄력성과 유의미한 부적상관($p < .001$)을 나타내었다. 둘째, 상담자의 성인애착유형과 심리적 소진과의 상관관계는 성인애착유형을 편상관 분석한 결과 애착불안차원($p < .001$)만 유의미한 정적상관을 나타내었다. 셋째, 상담자의 자아탄력성과 심리적 소진과의 상관관계는 유의미한 부적상관($P < .001$)을 나타내었다. 넷째, 상담자의 성인애착유형 중 애착불안차원이 자아탄력성과 심리적 소진을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다. 다섯째, 상담자의 자아탄력성은 심리적 소진을 유의미하게 예측하는 요인으로 나타났다. 마지막으로 이러한 연구결과들의 함의와 연구의 한계 및 추후연구를 위한 제안 등에 대해 논의 하였다.

주요어 : 상담자, 성인애착유형, 자아탄력성, 심리적 소진

[†] 교신저자 : 박현주, 서울시청소년상담지원센터, (152-050) 서울시 구로구 구로동 98-5
Tel : 02-2285-1318, E-mail : benign-33@hanmail.net

상담에서 상담자와 내담자의 관계는 상담의 성과를 결정하는 중요한 변인이며, 상담의 효과적 진행과 내담자의 변화에 가장 강력한 영향을 미치는 요인은 상담이론이나 기법이 아니라 상담자 자신이다. Skovholt(2001)는 치료적인 상담관계를 형성하는데 가장 중요한 영향을 주는 주체는 바로 상담자 자신이라고 강조하였고, Corey와 Corey(2002)도 상담자의 역할 및 자질과 관련하여 상담에서의 가장 중요한 도구는 상담자 자신이며, 가장 강력한 기법은 활기있게 살아가는 모습과 현실을 직시하는 상담자의 능력이라고 하였다. 그러나 아무리 유능한 상담자일지라도 자신의 정신건강에 소홀하고 자기관리가 없이 내담자에게 정신적 에너지를 투입한다면 효율적인 상담자의 역할을 수행하지 못할뿐더러 심리적 소진을 경험할 확률이 높다(Maslach & Jackson, 1981; Raquepaw & Miler, 1989; Delia & Patrick, 1996).

Dozier, Cue와 Barnett(1994)는 안정 애착형의 상담자는 불안정 애착형의 내담자의 요구를 잘 듣고 반응하며 내담자로 하여금 자신의 세계관에 도전하게 하는 반면, 불안정 애착형 상담자는 깊은 수준의 도전 보다는 명백하게 드러난 수준에서 피드백을 주고받았다고 하였다. 또 Dunkle과 Friedlander(1996)의 연구에서는 친밀감을 편안해하는 상담자가 초기에 내담자와 강한 정서적인 유대를 맺는 것으로 나타났다. Bowlby(1973)는 애착유형이 성인기의 인지나 행동에도 지속적으로 영향을 주며 일생에 걸쳐 안정적으로 영향을 준다고 주장했다. 그러나 최근 애착유형은 초기애착유형에 고정된 것이 아니라 성장하면서 중요한 관계들을 통해 변화할 수도 있다는 주장이 나오고 있다(Kobak, 1994; Lewis, 1994). 그리고 성인애착유형의 안정성에 대한 논란과 함께 성인애착에

대한 지속적인 연구들은 어린 시절에 형성된 애착유형이 하나의 특성으로 통합되어 여러 측면에서 중요한 연관을 갖고 있다는 견해를 가지고 있으며 성인애착의 중요성을 강조하고 있다(Zhang & Labouvie-vief, 2004; Park, Crocker, & Mickelson, 2004).

성인애착유형에 근거한 이전의 연구들에 기초하여 Bartholomew와 Horowitz(1991)는 성인애착유형에 차원개념을 추가하였다. 이들은 Bowlby(1973)의 이론에 따라 애착인물이 지지와 보호를 제공해주는 사람인가로 대변되는 타인에 대한 표상과 자기가 애착인물로부터 지지와 도움을 받을 수 있는 사람인가로 대변되는 자기에 대한 표상이 긍정적이거나 혹은 부정적이거나 라는 두 차원에 기초하여 애착유형이 나뉠 수 있다고 주장하였다. 이후 Brennan, Clark과 Shaver(1998)는 자료에 대한 요인분석을 통해 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 4범주 척도를 타당화시켰고 애착유형의 분류기준이 되는 2차원을 자신과 타인에 대한 내적 지각이 아닌 애착회피와 애착불안의 애착행동전략으로 바꾸어 성인애착유형을 설명하였다. 애착회피는 친밀감과 의존성으로 인한 독립성 침해에 대한 공포를 반영하는 정도로 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 타인표상과 일치한다. 또한 애착불안은 거부와 버려짐에 대한 공포를 반영하는 정도로 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 자기표상과 일치한다. 애착회피는 개인이 타인을 반응하는 존재로 지각하는 정도, 친밀함에 대한 두려움과 타인에게 의지하고 친밀한 관계를 맺는 것에 대해 편안해 하는 정도를 나타내며, 애착불안은 자기가 사랑을 받을 가치가 있다고 지각되는 정도, 타인의 거절과 버려짐에 대해 불안해하는 정도를 나타낸다. 애착회피와 애착불안 모두에

서 점수가 낮다는 것은 애착이 안정되어 있다는 것을 나타내며, 계속된 연구들은 일관적으로 성인애착이 회피와 불안의 2개의 차원 개념에 의해 더 정확히 반영될 수 있다고 한다 (Fraley, Waller & Brennan, 2000).

애착회피와 애착불안 모두 낮은 사람은 안정애착으로, 하나의 차원이나 두 가지 차원 모두 높은 수준을 보이는 사람은 불안정애착으로 나누어진다. 안정적으로 애착된 사람들은 유연하고 복잡한 인지체계를 갖고 있어 대인관계 및 정서 경험에서 적응적이다. (Bartholomew & Shaver, 1998; Cassidy & Berlin, 1994; Collins & Read, 1990; Coopers, Shaver, & Collins, 1998). 또한 이들은 영역에 따른 효능감이 높아서 적응적인 대처양식을 보인다 (Kirkpatrick & Davis, 1994; Mikulincer, 1995). 이에 반해 불안정적으로 애착이 형성된 사람들은 불안과 걱정으로 그들의 자원이 온전하게 사용되지 못하기 때문에 정서경험 및 대인관계에 투입되는 인지자원이 부족하다. 따라서 애착유형에 따른 정서경험 및 대인관계양상, 혹은 갈등상황과 스트레스에 대처하는 방식 등에 차이가 있다(Bartholomew & Shaver, 1998; Cassidy & Berlin, 1994).

애착유형과 스트레스 대처방식의 관계를 살펴보면 안정유형은 스트레스 사건과 관련하여 고통감을 인정하고 그것을 경감시키기 위한 건설적 행동을 하는 높은 자아탄력성을 지닌 대처양식을 사용하는 경향이 있었다. 반면 불안정유형인 불안형은 높은 수준의 불안과 낮은 자아탄력성으로 인해 스트레스 사건에 대처하는데 어려움이 있었으며 회피형은 내적 고통감을 부정하거나 회피하는 전략을 주로 사용하는 것으로 나타났다(Kobak & Sceery, 1988) 안정애착을 형성한 개인은 높은 자아탄

력성으로 스트레스에 대한 대처능력이 높지만, 불안정애착을 형성한 개인은 낮은 자아탄력성으로 인해 어려움을 감당하는 능력이 부족하기 때문에 불안정 애착은 스트레스에 부적응적으로 반응하게 하는 위험요인으로 작용하게 된다. 이처럼 애착유형은 자아탄력성과도 밀접한 관련이 있다.

자아탄력성이란 변화하는 상황적 요구들에 좌절을 느끼지 않으며 스트레스적인 상황에 처했을 때 경직되지 않고 유연하게 반응하는 경향성을 일컫는다. 결국 포괄적으로 자아 탄력성은 ‘외적, 내적 스트레스에 맞서 유연하고 풍부하게 적응할 수 있는 일반적 능력’이라 할 수 있다 (Block & Block, 1980). 서지영(2002)은 자아탄력성의 특성을 세 가지로 요약하여 소개하고 있다. 첫째, 사회적 유능감으로 타인들과의 관계에서 협력과 의사소통을 잘하고 타인의 감정을 잘 공감해주며, 자신을 둘러싼 문제 상황들을 잘 해결해 나가는 것이다. 둘째, 자신에 대한 높은 자각력인데 이는 자신에 대해 확신을 가질 수 있고 자신을 잘 이해하고 인식하는 것을 의미한다. 그리고 목표의식을 갖고 미래에 대해 설계할 수 있는 능력이 세 번째 특성에 속한다. 이러한 자아탄력성의 특성은 Corey와 Corey(2002)가 말하고 있는 상담자의 능력과 유사하다.

성인애착과 자아탄력성의 관계에 대한 연구에 의하면 성인의 애착유형에 따라 자아탄력성이 차이를 보여 안정애착 유형일수록 자아탄력성이 높고(고은정, 1997; Kobak & Sceery, 1988), 안정애착 유형의 성인은 부정적 감정이 낮고 이를 조절할 수 있는 적응력 및 유능감을 보다 많이 나타냈다(Kobak & Sceery, 1988). 이처럼 성인의 경우에도 애착이 적응에 긍정적 요소로 기능하고 안정적 애착 유형이 개인

의 자아탄력성과 긍정적으로 관련되고 있음을 볼 수 있다. 더불어 부모 및 가족관련 변인과 자아탄력성의 관계를 탐색한 연구들도 성인애착과 자아탄력성간의 관계를 간접적으로 시사해준다. 이영미, 민하영, 이윤주(2004)의 연구에서도 성인애착과 자아탄력성과의 상관은 친밀한 애착을 형성할수록 자아탄력성이 높으며 대인관계상의 의존가능성에 대한 기대가 높을수록 자아탄력성이 높음을 보여주었다. 구체적으로 친밀한 애착관계를 형성하고 의지할만한 대인관계가 있다고 기대할 때 자신감, 대인관계 효율감 및 낙관적 태도가 높았다. 성인애착은 자아탄력성을 예언하는 주요한 변인이며 성인애착 중 의존은 자아탄력성을 예언하는 가장 중요한 변인으로 나타났다. Creasey와 Hesson-McInnis(2001)의 연구에서도 갈등상황시 성인애착의 불안과 회피가 높은 사람은 갈등해결에 대한 자신감이 낮은 것을 확인하였다.

Griffin과 Bartholomew(1994)는 성인애착유형에 따른 자기표상과 타인표상의 특성을 연구하였는데 이 연구에서 긍정적 자기표상과 가장 상관이 높은 변인은 자아존중감과 자아수용 그리고 주관적으로 느끼는 심리적 고통으로 나타났다. 심리적 고통을 느끼는 것은 객관적인 문제 상황 자체보다는 그 사건에 대한 개인의 주관적인 관점에 따라 달라진다(Lazarus & Folkman, 1984). 똑같은 상황이라도 개인이 지각하는 수준과 범위에 따라 심리적인 고통을 강하게 느낄 수도 있고 아닐 수도 있는 것이다. 성인애착유형은 스트레스에 대처하거나 부정적인 정서에 직면했을 때 대처하는 능력과 관련 있음을 보고하고 있다. Brennan과 Shaver(1995)의 연구에서 안정된 사람들은 스트레스에 직면했을 때 사회적 지지를 추구하는

반면 회피적이거나 불안한 사람들은 음식이나 친밀감이 동반되지 않는 관계, 술을 찾는 비율이 높게 나타났다.

Pistole(1999)은 상담과정과 상담관계에서의 상담자 역할을 애착이론의 돌봄으로 보았으며, 양육자로서의 상담자는 내담자의 욕구에 민감하게 반응하고 내담자에게 정서적으로 접근할 수 있다고 보았다. 그러나 이러한 관계에서 상담자는 심리적 고통을 경험하고 소진을 경험할 수 있다. 소진은 사전적으로 에너지, 힘 또는 자원에 대한 과도한 요구로 인해 실패하거나 다 써버리거나, 또는 고갈하는 것을 의미한다. 이러한 소진은 직업적인 영역에서 나타나는 심리적 과정으로 스트레스와는 구분된다. 스트레스는 '과부하'와 관련되지만, 소진은 '고갈'과 관련되어 있다. Maslach와 Jackson(1981)은 심리적 소진이 세 가지 주요한 요소로 이루어진다고 하였는데 첫 번째 요소는 정서적 고갈로서, 이는 싫증남, 에너지의 상실, 피로 등을 느끼거나 느낌, 관심, 확신, 흥미 등이 상실되는 것을 의미한다. 두 번째 요소는 비인간화로 다른 사람들에 대한 반응이 부정적이고 부적절한 태도로 변하고 이상주의의 상실, 신경과민 등을 느끼는 것을 말한다. 세 번째 요소는 개인적성취감감소로 자신과 자신의 개인적 성취에 대한 부정적인 반응으로서 낮은 사기, 이탈, 생산성의 감소, 무능력한 대응 등의 느낌으로 설명할 수 있다.

Pistole(1999)의 제안과 애착이론의 견해는 서로 일치한다. 즉 애착회피와 애착불안은 정서적 공감에 대해 부정적 영향을 끼칠 것이고 특히 애착회피는 더욱 부정적 영향을 끼친다는 것이다.

성인애착의 불안차원이 높으면 상담자 스스로 내담자가 자발적으로 자기에게 자원을 제

공해주지 않는다고 생각하기 때문에 내담자의 주의를 끌기위해 과도하게 노력해야 한다고 느낀다. 회피차원이 높은 상담자는 내담자가 아무것도 자신에게 해줄 수 없다고 생각하여 내담자에 대한 신뢰도가 낮다. 때문에 상담에 불만과 절망을 느껴 자신의 정서를 억제하게 되어 점차적으로 관계가 소원해지고 결국 서로에 대한 흥미나 만족이 적어지게 된다(Cobb, Davila, & Bradbury, 2001). 이러한 부정적 정서경험은 정서적 고갈로 이어져 심리적 소진을 경험하게 될 것으로 예측될 수 있다. Mikulincer와 Shaver, Pereg(2003)의 연구에서도 애착불안형은 낮은 자기가치감을 보상받기 위해 타인에게 과도하게 밀착된 관계를 맺고자 하는데 이들은 애착대상과의 접근 불가능성에 민감하며, 자신에 대한 위협에 대해서도 민감하고 스트레스 상황에서 강렬한 고통으로 반응하고 위협과 관련된 염려를 반추하는 경향이 있다고 하였다. 반면 애착회피형은 친밀한 관계에 대한 욕구를 부인하고 강박적으로 자기의존을 하고자하기 때문에 지지요청을 억제하고 혼자서 고통을 다루며 고통스러운 생각을 억제한다고 하였다. 이러한 결과는 불안정한 애착유형이 심리적 소진을 더 경험하게 할 것이라는 것을 간접적으로 시사한다. Pines(2004)도 심리적 소진과 애착유형과의 관계연구에서 안정적인 애착유형은 심리적 소진과 부적상관을, 불안정한 애착유형은 심리적 소진과 정적상관을 보인다고 보고하였다.

심리적 소진은 상담자가 자신의 직업적 수행을 하는데 있어서 부정적인 영향을 끼치며 종종 자신의 능력을 비효율적으로 발휘하게 하고 내담자로부터 정서적으로 멀어지게 하려는 경향을 낳는다(Sears, Urizar & Evans, 2000). 결국 상담자는 인간적이며 전문적인 상담자의

역할을 효과적으로 수행하지 못하게 되고, 그러한 자각은 상담자를 더욱 소진하게 만드는 악순환을 경험하게 한다(최혜윤, 2002). 자아탄력적인 사람들은 자아 경직적인 사람들에 비해 불안이나 우울에 덜 취약할 뿐아니라 세계에 대해 적극적으로 동참하고 긍정적 정서를 보이며(고은정, 1997), 어떤 상황을 스트레스로 지각하는 경우가 적지만 일단 어떤 상황이 스트레스로 지각되더라도 이로 인해 예기불안이나 우울을 경험하는 경향은 낮다(Tellegen, 1985). 이는 자신을 잘 보살피고, 활력을 시키거나 무력감을 느끼게 할 위협에 있는 요인들에 대해서 미리 잘 다루어 처리해야 할 심리적 소진과 관련된 개념이라고 할 수 있다. Maslach, Schaufeli와 Leiter(2001)는 소심하거나, 통제소재가 외부에 있거나, 스트레스 상황에서 방어적이고 수동적으로 대처하는 경우, 그리고 자존감이 낮은 경우에 소진을 더 많이 경험한다고 한다. 여선영(2005)은 아동상담자의 자아탄력성의 하위변인 중 자신감이 심리적 소진의 모든 하위변인에 영향을 주고 있다고 보고한다. 이는 자아탄력성 중 자신감이 낮으면 심리적 소진을 더 경험한다는 것을 시사하고 있다.

심리적 소진에 영향을 미치는 요인은 상담자 요인, 내담자 요인, 환경적 요인으로 나누어 볼 수 있는데 Arricale(2001)의 연구에서는 환경적 요인보다는 개인의 성격이 심리적 소진에 더 영향을 미쳤으며, 박희현(2006)의 연구에서는 상담자의 심리적 소진을 예측하는데 심리내적 변인이 48%로 가장 높은 설명력을 나타내었다. Maslach(1982)는 심리적 소진에 영향을 미치는 요인으로 개인의 심리적 요소를 강조하였는데 자신감이 적고 충동적이고, 참을성이 적고, 인정과 애정에 대해 다른 사람

들에게 의존적이며, 현실과 맞지 않는 목표와 포부를 가진 사람일수록 소진될 가능성이 높다고 하였다. 이러한 연구결과들은 상담자의 심리적 소진이 상담자의 개인적 요인에서 기인한다는 것을 말해주고 있다.

이상과 같은 논의를 바탕으로 본 연구는 상담효과에 큰 영향을 미치게 되는 상담자의 심리적 소진에 관심을 두고 관계형성에 바탕이 되는 상담자의 성인애착유형과 상담자의 능력이라고도 볼 수 있는 자아탄력성간의 관계를 알아보고자 한다. 이에 본 연구에서 설정한 구체적인 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 상담자의 애착유형과 자아탄력성 및 심리적 소진은 어떠한 상관이 있는가? 둘째, 상담자의 애착유형 중 어떤 유형이 자아탄력성과 심리적 소진에 영향을 미치는가? 셋째, 상담자의 자아탄력성이 심리적 소진에 영향을 미치는가?

방 법

연구대상

본 연구의 대상은 서울, 경기권 소재의 상담관련기관(대학부설 상담소, 청소년 상담실, 복지관, 사설상담소, 병원 등)에서 주 8시간 이상 상담자로 근무하는 101명의 상담자들이었다. 본 연구에서 표집된 응답자의 성별은 여성이 90%였고, 연령은 27세에서 55세까지였다($M=35.83$ $SD=8.44$). 학력은 석사졸업자가 77%였으며 상담경력은 1년 이상 25년 이하로 범위가 넓었다($M=5.66$ $SD=4.36$). 상담한 총회기 수는 300회기 이상-1000회기 미만(45%)이 가장 많았고, 슈퍼비전 경험이 90%였으며 분석경험이 89%였다.

연구도구

성인애착 척도

Brennan, Clark와 Shaver(1998)은 기존의 60여 가지 애착척도(총 323 문항)를 대상으로 메타분석을 실시하였다. 이를 통해 애착 회피와 애착 불안이라는 2가지의 하위척도를 사용하여 성인애착유형을 질적으로 구분하고자 하는 친밀관계 경험 검사(Experience of Close Relationship: ECR)를 제작하였다. 본 연구에서는 김성현(2004)이 번안하여 확장적 요인분석과 문항반응을 통하여 타당화한 친밀관계 경험 검사를 사용하였다.

각 문항은 7점 평정척도로 1점(전혀 동의하지 않는다)에서 7점(매우 동의한다)까지 주어지며 점수가 높을수록 해당영역의 특성을 많이 보이는 것으로 해석할 수 있다. 총 36개의 문항으로 18문항은 애착 회피 즉 의존성 또는 다른 사람과 가까워지는 것에 대한 불편감과 친밀성에 대한 두려움을 측정하고, 18문항은 애착 불안 즉 거절과 포기, 몰입에 대한 두려움을 측정한다. 전체점수 범위는 애착 회피와 애착 불안 각각에서 18-126점이다. 김성현(2000)의 연구에서 애착 회피, 애착 불안 각각의 신뢰도는 Cronbach's α .85, .89의 내적 합치도를 보였다. 본 연구에서는 애착회피, 애착불안 각각의 신뢰도가 Cronbach's α .78과 .73을 나타냈다.

자아탄력성 척도

자아탄력성 척도는 Block에 의해 개념화되고 고안된 척도로서, 그동안 관찰자에 의해 100개의 목록을 사용한 Q-sort(CAQ)를 통해 평정되었으나, 실제로 시간과 경비가 많이 들고 다수의 평정자를 요하는 어려움이 있었다. 이

에 Klohnen이 CPI(California Personality Inventory)에서 CAQ의 자아탄력성문항과 .20 이상의 상관을 보이는 48개의 문항을 뽑아 CPI의 다른 하위 척도와 상관이 있는 문항을 제외하고 최종적으로 29개의 항목으로 추려 자기보고식 자아탄력성을 개발 타당화하였다. 이 척도는 5점 척도로 평가하며, 자신감 9문항, 대인관계 효율성 8문항, 낙관적 태도 10문항, 분노조절 2문항 등 4개의 요인으로 구분되어 있다. 본 연구에서는 박현진(1996)이 번안한 것을 사용하였으며 그의 연구에서 문항의 내적 일치도에 의한 신뢰도는 Cronbach's α =.88로 나타났다. 본 연구에서는 Cronbach's α 가 자신감은 .71, 대인관계효율성은 .78, 낙관적태도는 .79, 분노조절은 .63, 자아탄력성 전체가 .88로 나타났다.

심리적 소진 척도

상담자의 심리적 소진을 측정하기 위해 Maslach와 Jackson(1981)이 개발한 Maslach Burnout Inventory(MBI)를 최혜운(2002)이 번안한 것을 사용하였다.

MBI는 정서적 고갈, 내담자의 비인간화, 개인적 성취감 감소의 3개의 하위요인으로 구성되어 있으며, 문항구성은 총 22문항으로 정서적 고갈 9문항, 비인간화 5문항, 개인적 성취감 감소 8문항이다. 척도구성은 7점 척도로 0=전혀 없다 에서 6=매일로 구성되어 있다. 심리적 소진의 총 범위는 0점에서 132점이며 하위척도별로는 정서적 고갈이 0점에서 54점, 비인간화가 0점에서 30점, 개인적 성취감 감소가 0점에서 48점으로 되어있다. 긍정적인 진술문으로 되어있는 개인적 성취감 감소에 대한 문항은 역점수로 환산된다. 따라서 점수가 높을수록 심리적 소진 정도가 높음을 의미한다. 신뢰도(Cronbach's α)는 최혜운(2002)의 연

구에서 .83이었다. 본 연구에서는 Cronbach's α 가 정서적 고갈은 .82, 비인간화는 .72, 성취감 감소는 .88 심리적 소진전체가 .87으로 나타났다.

연구절차 및 분석

서울, 경기 지역에서 주 8시간 이상 상담자로 근무하고 있는 상담자 110명 중 불성실하게 응답한 문항이 있는 자료 9부를 제외한 101부를 분석 자료로 사용하였다.

본 연구 자료의 통계처리는 SPSS 12.0을 사용했으며, 그 구체적인 방법 및 절차는 다음과 같다. 첫째, 성인애착유형, 자아탄력성, 심리적 소진의 상관관계를 알기위해 Pearson상관 분석을 실시하였다. 둘째, 성인애착유형이 자아탄력성에 미치는 영향력을 알아보기 위해 성인애착유형을 예언변인으로 하고 자아탄력성을 준거변인으로 하여 회귀분석을 실시하였다. 셋째, 성인애착유형이 심리적 소진에 미치는 영향력을 알아보기 위해 성인애착유형을 예언변인으로 하고 심리적 소진을 준거변인으로 하여 회귀분석을 실시하였다. 넷째, 자아탄력성이 심리적 소진에 미치는 영향력을 알아보기 위해 자아탄력성을 예언변인으로 하고 심리적 소진을 준거변인으로 하여 회귀분석을 실시하였다.

결 과

성인애착유형, 자아탄력성, 심리적 소진간의 상관관계

성인애착유형, 자아탄력성, 심리적 소진 간

의 상관관계를 요약하여 표 1로 제시하였다. 성인애착유형과 자아탄력성과의 상관관계를 살펴보면 애착회피차원과 애착불안차원 모두 자아탄력성과 유의미한 부적상관을 나타내었고 심리적 소진과는 유의미한 정적상관을 나타내었다. 그러나 애착회피차원과 애착불안차원 점수의 단순상관이 매우 높으므로 서로간의 상호상관을 배제하는 편상관분석을 하였다. 그 결과 상담자의 성인애착유형과 자아탄력성 및 심리적 소진과의 상관관계는 성인애착유형

중 애착불안차원만 자아탄력성과 유의미한 부적상관을 심리적 소진과 유의미한 정적상관을 나타내었다. 자아탄력성과 심리적소진간에도 유의미한 부적상관을 나타내었다. 결과는 표 2와 표 3에 제시하였다.

표 2에 제시된 바와 같이 애착회피차원 통제시에 애착불안차원, 자아탄력성, 심리적소진간의 상관관계는 애착불안차원이 자아탄력성과 유의미한 부적상관($p < .001$)을 나타내었고, 심리적 소진과는 유의미한 정적상관($p < .001$)을

표 1. 성인애착유형, 자아탄력성, 심리적 소진간의 상관관계

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1 애착회피											
2 애착불안	.56 ***										
3 자아탄력성	-.30 **	-.47 ***									
4 자신감	-.29 **	-.51 ***	.82 ***								
5 대인관계효율성	-.33 ***	-.46 ***	.81 ***	.57 ***							
6 낙관적태도	-.11	-.25 *	.82 ***	.54 ***	.44 ***						
7 분노조절	-.16	-.12	.51 ***	.28 **	.31 **	.37 ***					
8 심리적소진	.27 **	.46 ***	-.59 ***	-.44 ***	-.47 ***	-.45 ***	-.38 ***				
9 정서적 고갈	.32 ***	.45 ***	-.50 ***	-.40 ***	-.40 ***	-.39 ***	-.38 ***	.81 ***			
10 비인간화	.13	.35 ***	-.43 ***	-.39 ***	-.32 ***	-.36 ***	-.22 *	.77 ***	.61 ***		
11 성취감감소	-.12	-.24 *	-.38 ***	-.33 ***	-.32 ***	-.28 **	-.22 *	.68 ***	.19	.27 **	

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

표 2. 애착회피차원 통제시의 편상관분석

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1 애착불안										
2 자아탄력성	-.39 ***									
3 자신감	-.45 ***	.81 ***								
4 대인관계효율성	-.35 ***	.79 ***	.53 ***							
5 낙관적태도	-.22 *	.82 ***	.53 ***	.43 ***						
6 분노조절	-.03	.49 ***	.24 *	.27 **	.36 ***					
7 심리적소진	.39 ***	-.55 ***	-.45 ***	-.42 ***	-.44 ***	-.35 ***				
8 정서적고갈	.34 **	-.45 ***	-.34 **	-.33 **	-.37 ***	-.35 ***	.79 ***			
9 비인간화	.34 **	-.42 ***	-.37 ***	-.30 **	-.35 ***	-.20 *	.77 ***	.61 ***		
10 성취감감소	.21 *	-.37 ***	-.31 **	-.30 **	-.27 **	-.21 *	.68 ***	.16	.26 **	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

나타내었다. 애착불안과 자아탄력성의 상관관계를 하위요인별로 살펴보면 애착불안차원은 자신감, 대인관계효율성, 낙관적태도와는 유의미한 부적상관을 나타냈으나 분노조절과는 유의미한 상관을 나타내지 않았다. 애착불안차원과 심리적소진의 상관관계를 하위요인별로 살펴보면 정서적고갈, 비인간화, 성취감감소와 유의미한 정적상관을 나타내었다. 자아탄력성과 심리적소진간의 상관관계는 유의미한 부적상관을 나타내었고 하위요인별로도 모두 유의미한 부적상관을 나타내었다.

표 3을 살펴보면 애착불안차원 통제 시 애착회피차원, 자아탄력성, 심리적소진간의 상관관계는 애착회피차원이 자아탄력성, 심리적소진 모두와 유의미한 상관을 나타내지 않았다. 애착회피차원은 자아탄력성, 심리적소진의 하위요인들과도 유의미한 상관을 나타내지 않았다. 자아탄력성과 심리적 소진과의 상관관계는 유의미한 부적상관을 나타내었고 각각의 하위요인별로 상관관계를 살펴보면 대인관계효율성과 비인간화, 분노조절과 비인간화를 제외한 모두에서 유의미한 부적상관을 나타내

표 3. 애착불안차원 통제시의 편상관분석

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1 애착회피										
2 자아탄력성	-.05									
3 자신감	-.00	.77 ***								
4 대인관계효율성	-.10	.75 ***	.44 ***							
5 낙관적태도	.03	.82 ***	.50 ***	.38 ***						
6 분노조절	-.12	.52 ***	.25 *	.29 **	.36 ***					
7 심리적소진	.01	-.47 ***	-.34 **	-.32 **	-.40 ***	-.37 ***				
8 정서적 고갈	.10	-.37 ***	-.22 *	-.24 *	-.32 **	-.36 ***	.76 ***			
9 비인간화	-.09	-.33 **	-.26 **	-.19	-.30 **	-.19	.73 ***	.55 ***		
10 성취감감소	-.02	-.32 **	-.25 *	-.24 *	-.24 *	-.20 *	.66 ***	.09	.21 *	

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

었다.

성인애착유형이 자아탄력성에 미치는 영향

성인애착유형이 자아탄력성과 자아탄력성의 하위요인들에 대해 갖는 설명량을 요약하여 표 4로 제시하였다. 표 4에서 보는 바와 같이 자아탄력성을 예측하는데 있어서 성인애착유형 중 애착불안차원($\beta = -.45, p < .001$)이 유의미한 유형으로 나타났으며, 애착불안차원이 자아탄력성을 예측해주는 설명력은 22%로 나타났다. 자아탄력성의 하위요인인 자신감을 예

측하는 데 있어서는 성인애착유형 중 애착불안차원($\beta = -.51, p < .001$)이 통계적으로 의미있는 유형으로 나타났으며, 애착불안차원이 자신감을 예측해주는 설명력은 27%로 나타났다. 자아탄력성의 하위요인인 대인관계효율성을 예측하는 데 있어서는 성인애착유형 중 애착불안차원($\beta = -.40, p < .001$)이 통계적으로 의미있는 유형으로 나타났으며, 애착불안차원이 대인관계효율성을 예측해주는 설명력은 22%로 나타났다. 자아탄력성의 하위요인인 낙관적 태도를 예측하는 데 있어서는 성인애착유형 중 애착불안차원($\beta = -.27, p < .05$)이 통계적

표 4. 자아탄력성과 성인애착유형 예측변인에 대한 회귀분석

	예측변인	β 계수	F	R ²
자아탄력성	애착회피차원	-.05	14.17***	.22
	애착불안차원	-.45***		
자신감	애착회피차원	-.00	17.63***	.27
	애착불안차원	-.51***		
대인관계효율성	애착회피차원	-.11	13.87***	.22
	애착불안차원	-.40***		
낙관적태도	애착회피차원	.04	3.20*	.06
	애착불안차원	-.27*		
분노조절	애착회피차원	-.14	1.40	.03
	애착불안차원	-.04		

*p<.05 ***p<.001

으로 의미있게 나타났으며, 애착불안차원이 낙관적 태도를 예측해주는 설명력은 6%로 나타났다.

성인애착유형이 자아탄력성을 어느 정도 설명해 줄 수 있는지 그 영향력을 검증하기 위하여 단계적 회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 표 5에 제시하였다. 자아탄력성을 유의미하게 예측하는 요인은 애착불안차원인 것으로 나타났다. 성인애착유형 중 애착불안차원은 자아탄력성을 설명하는 중요한 요인으로 자아탄력성의 22%(F=28.36 p<.001)를 설명하고 있

다. 애착불안차원은 자아탄력성의 하위변인인 자신감을 27%(F=17.63 p<.001) 설명하고, 대인관계효율성은 21% (F=13.87 p<.001)를 설명하며, 낙관적 태도는 6%(F=3.20 p<.05)를 설명하고 있다.

성인애착유형이 심리적소진에 미치는 영향

성인애착유형이 심리적 소진과 심리적소진의 하위요인들에 대해 갖는 설명량을 요약하여 표 6으로 제시하였다. 표 6에서 보는 바와

표 5. 자아탄력성과 성인애착유형 예측변인에 대한 단계회귀분석

	예측변인	β 계수	F	R ²
자아탄력성	애착불안차원	-.47***	28.36***	.22
자신감	애착불안차원	-.51***	35.62***	.27
대인관계효율성	애착불안차원	-.46***	26.75***	.21
낙관적태도	애착불안차원	-.25**	6.37*	.06

*p<.05 ***p<.001

표 6. 심리적 소진과 성인애착유형 예측변인에 대한 회귀분석

	예측변인	β계수	F	R ²
심리적 소진	애착회피차원	.02	13.37***	.21
	애착불안차원	.45***		
정서적 고갈	애착회피차원	.10	12.77***	.21
	애착불안차원	.39***		
비인간화	애착회피차원	-.10	7.07***	.13
	애착불안차원	.40***		
개인적성취감감소	애착회피차원	-.02	3.10*	.06
	애착불안차원	.26*		

*p<.05 ***p<.001

같이 심리적 소진 전체를 예측하는데 있어서 통계적으로 의미있는 성인애착유형은 애착불안차원($\beta=.45$ $p<.001$)으로 나타났으며 심리적 소진을 예측해주는 설명력은 21%로 나타났다. 심리적 소진의 하위요인인 정서적 고갈을 예측하는 데 있어서도 성인애착유형 중 애착불안차원($\beta=.39$ $p<.001$)이 통계적으로 의미있는 유형으로 나타났으며 정서적 고갈을 예측해주는 설명력은 21%로 나타났다. 심리적 소진의 하위요인인 비인간화를 예측하는 데 있어서도 성인애착유형 중 애착불안차원($\beta=.40$ $p<.001$)이 통계적으로 의미있는 유형으로 나타났으며 비인간화를 예측해주는 설명력은 13%로 나타

났다. 심리적 소진의 하위요인인 개인적성취감감소를 예측하는 데 있어서도 성인애착유형 중 애착불안차원($\beta=.26$ $p<.05$)이 통계적으로 의미있는 유형으로 나타났으며 개인적성취감감소를 예측해주는 설명력은 6%로 나타났다.

성인애착유형이 심리적 소진을 어느 정도 설명해 줄 수 있는지 그 영향력을 검증하기 위하여 단계적 회귀분석을 실시하였으며 그 결과는 표 7과 같다. 심리적 소진을 유의미하게 예측하는 요인은 성인애착유형 중 애착불안차원인 것으로 나타났다. 성인애착유형 중 애착불안차원은 심리적 소진을 설명하는 요인으로 심리적 소진을 21%($F=26.99$ $p<.001$) 설명하고

표 7. 심리적 소진과 성인애착유형 예측변인에 대한 단계회귀분석

	예측변인	β계수	F	R ²
심리적 소진	애착불안차원	.46***	26.99***	.21
정서적 고갈	애착불안차원	.45***	24.63***	.20
비인간화	애착불안차원	.35***	13.46***	.12
개인적성취감감소	애착불안차원	.24*	6.24*	.06

*p<.05 ***p<.001

있다. 성인애착유형 중 애착불안차원은 심리적 소진의 하위변인인 정서적 고갈을 20% ($F=24.63$ $p<.001$) 설명하고, 비인간화를 12% ($F=13.46$ $p<.001$) 설명하며, 개인적성취감감을 6% ($F=6.24$ $p<.05$) 설명하고 있다.

자아탄력성이 심리적소진에 미치는 영향

자아탄력성이 심리적 소진과 심리적소진의

하위요인들에 대해 갖는 설명량을 요약하여 표 6으로 제시하였다. 표 8에서 보는 바와 같이 심리적 소진을 예측하는데 있어서 자아탄력성($\beta=-.59$ $p<.001$)이 유의미한 변인으로 나타났다으며 심리적 소진을 예측해주는 자아탄력성의 설명력은 35%로 나타났다. 자아탄력성의 하위요인 들 중에서는 자신감($\beta=-.24$ $p<.05$), 대인관계효율성($\beta=-.20$ $p<.05$), 분노조절($\beta=-.19$ $p<.05$)이 심리적 소진을 예측하는 변인

표 8. 심리적 소진과 자아탄력성 예측변인에 대한 회귀분석

	예측변인	β 계수	F	R ²
심리적 소진	자아탄력성	-.59***	13.31***	.35
	자신감	-.24*		
	대인관계효율성	-.20*		
	낙관적태도	-.17		
	분노조절	-.19*		
정서적 고갈	자아탄력성	-.50***	8.98***	.27
	자신감	-.17		
	대인관계효율성	-.17		
	낙관적태도	-.13		
	분노조절	-.23*		
비인간화	자아탄력성	-.43***	5.67***	.19
	자신감	-.22		
	대인관계효율성	-.10		
	낙관적태도	-.17		
	분노조절	-.06		
개인적성취감감소	자아탄력성	-.38***	4.28**	.15
	자신감	-.16		
	대인관계효율성	-.16		
	낙관적태도	-.09		
	분노조절	-.10		

** $p<.01$ *** $p<.001$

으로 유의미하게 나타났으며 설명력은 36%로 나타났다. 심리적 소진의 하위요인인 정서적 고갈을 예측하는 데 있어서는 자아탄력성($\beta = -.50$ $p < .001$)이 유의미한 변인으로 나타났으며 설명력은 25%로 나타났다. 그리고 자아탄력성 하위요인 중에서는 분노조절($\beta = -.23$ $p < .05$)이 유의미한 변인으로 나타났으며 설명력은 27%로 나타났다. 심리적 소진의 하위요인 중 비인간화를 예측하는 변인으로는 자아탄력성($\beta = -.43$ $p < .001$)이 유의미하게 나타났으며 설명력은 19%로 나타났다. 심리적 소진의 하위요인 중 개인적 성취감소를 예측하는 변인은 자아탄력성 ($\beta = -.38$ $p < .001$)이 유의미하게 나타났으며 설명력은 15%로 나타났다.

논 의

본 연구는 우리나라 상담자들이 상담과정이나 상담관계에서 오는 개인적인 어려움을 이해하는데 도움이 되는 정보를 제공하고자 하는 목적을 갖고 상담자의 성인애착과 자아탄력성 및 심리적 소진의 관계를 분석하고 탐색하였다. 연구의 결과를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 성인애착유형을 편상관 분석한 결과 상담자의 성인애착유형과 자아탄력성과의 상관관계는 애착불안차원만 자아탄력성과 유의미한 부적상관($p < .001$)을 나타내었다. 이는 성인애착 중 의존이 자아탄력성을 예언하는 중요한 변인이라는 이영미, 민하영, 이윤주(2004)의 연구결과와 같은 결과이며, 안정애착유형이 자아탄력성이 높고 불안감이나 적개심이 낮고 대인관계가 좋다는 연구결과(Kobak & Screey, 1988)와도 유사한 결과이다. 애착불안차원과 자아탄력성의 상관관계를 하위요인별로

살펴보면 애착불안차원은 자신감, 대인관계효율성, 낙관적태도와는 유의미한 부적상관을 나타냈으나 분노조절과는 유의미한 상관을 나타내지 않았다. 즉 친밀함에 대해 불편해하고 독립성과 자기개방이 높은 상담자보다 친밀한 대상과 가까워지는 것, 수용, 지지, 확신 받는 것에 대한 욕구가 높은 상담자일수록 자신감, 대인관계효율성, 낙관적 태도가 낮아진다는 것이다. 이는 애착유형이 불안정할수록 대인관계의 어려움을 경험한다는 보고(Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005)와도 유사한 결과이다. 반면 분노조절은 애착유형과는 상관이 없는 것으로 나타났는데 이는 분노조절을 측정하는 문항수가 적고 내적 일치도가 낮은 것과 연관이 있을 것으로 추측된다.

둘째, 상담자의 성인애착유형과 심리적 소진과의 상관관계는 성인애착유형을 편상관 분석한 결과 애착불안차원($p < .001$)만 유의미한 정적상관을 나타내었다. 애착불안차원과 심리적소진의 상관관계를 하위요인별로 살펴보면 정서적고갈, 비인간화, 성취감감소 모두와 유의미한 정적상관을 나타내었다. 즉 의존성 또는 친밀성의 두려움이 큰 상담자는 심리적 소진을 경험할 확률이 적으나 거절, 포기, 몰입의 두려움이 큰 상담자는 정서적 고갈, 비인간화, 성취감감소를 크게 지각하며 심리적 소진을 경험한다는 것이다. 애착불안차원의 상담자는 내담자로부터 끊임없이 자신이 수용되고 확신받기를 원하므로 이러한 욕구가 충족되지 않을 경우 심리적 소진을 더 경험하는 것으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 Mikulincer 등(2003)이 보고한 애착불안형의 특성과 일치하는 것이다. 그리고 친밀성에 대한 욕구를 부인하고 억제하며 자기의존을 하는 애착회피형의 특성을 고려해볼 때 애착회피차원의 상

담자는 억압과 부인으로 인한 자기통제로 인해 심리적 소진을 적게 인식할 가능성을 생각해 볼 수 있다. 이는 Kobak 등(1988)의 애착불안형은 스트레스 대처 어려움이 있으며 애착 회피형은 스트레스 시 내적 고통감을 부정하거나 회피하는 전략을 쓴다는 것과도 연관이 있다.

셋째, 자아탄력성과 심리적 소진과의 상관관계를 살펴보면 자아탄력성은 심리적 소진과 유의미한 부적상관을 나타내었다. 자아탄력성과 심리적 소진의 하위요인들 간의 상관관계를 살펴보면 하위요인별로도 유의미한 부적상관을 나타내었다. 이는 Maslach 등(2001)의 연구에서 소심하거나, 통제소재가 외부에 있거나, 자존감이 낮은 경우에 심리적 소진을 더 많이 경험한다는 결과와 일치하는 결과이다. 여선영(2005)도 아동상담자의 자아탄력성의 하위변인 중 자신감이 심리적 소진의 모든 하위변인에 영향을 주고 있다고 보고하는데 이와도 유사한 결과이다.

넷째, 자아탄력성을 유의미하게 예측하는 성인애착유형은 애착불안차원인 것으로 나타났다. 애착불안차원일수록 자아탄력성이 낮으며 자신감, 대인관계효율성, 낙관적 태도가 낮다는 것이다. 이는 자기가 사랑을 받을 가치가 있다고 지각되는 정도가 낮고 타인의 거절과 버려짐에 대해 불안해하는 상담자일수록 자신감이나 대인관계효율성, 낙관적 태도에 크게 영향을 받는다는 것을 의미한다. 반면 친밀감과 의존성으로 인한 독립성 침해에 대한 공포를 가진 상담자는 자신감이나 대인관계효율성, 낙관적 태도에 크게 영향을 받지 않음을 의미한다. 이 같은 결과는 Griffin과 Bartholomew(1994)가 자기표상(애착불안차원과 같은 개념)은 자기개념과 자기존중감 변인과

강한 상관이 있었다고 보고한 것과 일치하는 것이다. 즉 애착불안차원은 자기상에 대한 긍정성 즉 자기 가치감을 내재화하는 정도, 자아탄력성과 관련되어 있다.

다섯째, 심리적 소진을 유의미하게 예측하는 성인애착유형은 애착불안차원으로 나타났다. 이는 완벽주의, 승인욕구, 자기의심 등이 심리적 소진을 더 경험할 수 있게 하는 개인적 특성이라고 보는 Kottler(1993)와 소진이 신경증과 연관이 있다는 Maslach 등(2001)의 연구 결과와도 비슷한 맥락이다. 애착불안차원은 자신을 사랑과 지원을 받을만한 가치가 있는 사람이거나 없는 사람으로 인식하기 때문에 관계에서 오는 정서적 고갈과 비인간화를 더욱 지각하는 것으로 사료된다.

여섯째, 자아탄력성은 심리적 소진을 유의미하게 예측하는 요인으로 나타났다. 그리고 심리적 소진의 하위변인인 정서적 고갈, 비인간화, 성취감감소를 설명하는 주요변인도 자아탄력성인 것으로 나타났다. 즉 자아탄력성이 높을수록 심리적 소진을 덜 지각하고 경험하는 것으로 나타났다. 이는 심리적 소진의 설명력이 상담자의 심리내적변인이 가장 높다는 연구결과(박희현, 2006)와 환경적 요인보다 개인의 성격이 심리적 소진에 더 영향을 미친다는 연구결과(Arricale, 2001)와도 맥락을 같이 하고 있다.

이상과 같이 상담자의 성인애착유형중 애착불안차원, 자아탄력성, 심리적 소진은 모두 유의미한 상관관계를 가지고 있으며 성인애착유형 중 애착불안차원은 자아탄력성과 심리적 소진을 유의미하게 예측하고 자아탄력성도 심리적 소진을 유의미하게 예측하고 있다. 성인애착에 대한 연구들(Fraley & Shaver, 1997; Kobak & Sceery, 1988)은 개인들이 생애전반에

결친 관계들 속에서 특유한 애착양식을 지니고 있을지도 모른다는 것을 시사한다. 그러나 Kirkpatrick과 Hazan(1994)에 의해 177명의 성인을 4년 동안 추적한 연구에서는 원래는 안정 유형이었지만, 관계의 종결을 경험한 후 50%의 사람들이 회피유형으로 바뀌었다고 보고하고 있다. Shaver와 Mikulincer(2002)도 개인들은 타인들에 의해 다양한 정신적인 표상을 획득하는데 그들이 살아가는 동안 접촉하는 다양하고 중요한 사람들이 토대가 되며, 상이한 사람들은 상이한 애착표상을 활성화시킬 수 있다고 하였다. 본 연구의 결과들과 이러한 관점을 통합해 보면 상담자의 성인애착유형을 포함한 상담자의 개인 변인들은 상담과정이나 상담관계에서 내담자에게 중요한 영향을 미칠 수 있다는 것을 시사한다.

이에 본 연구는 치료적인 상담관계를 형성하는데 중요한 영향을 미치는 상담자 변인으로 성인애착유형과 자아탄력성, 심리적 소진의 관계를 살펴봄으로써 상담과정에서 상담자를 이해하는데 도움을 주었다는데 의의가 있다. 이 연구의 제한점과 추후연구를 위한 제안을 하면 다음과 같다. 첫째, 자기보고식 질문지 조사방법을 사용함으로써 보고자의 주관 이 개입되었을 가능성이 있으므로 추후연구는 질적 연구방법을 함께 실시할 필요가 있다. 둘째, 연구대상이 특정지역의 상담자이고 남성보다 여성이 너무 많아 일반화하는데 어려움이 있으므로 추후연구는 다양한 지역을 대상으로 성별의 비율을 맞추어 연구결과를 반복검증 해볼 필요가 있다. 셋째, 본 연구의 경우 상담과정에 영향을 주는 상담자 변인으로 성인애착유형, 자아탄력성, 심리적 소진의 세 영역만을 살펴보았지만 추후연구에서는 상담과정에 영향을 미치는 다양한 상담자변인을

함께 고찰할 필요가 있다.

참고문헌

- 고은정 (1997). 애착유형에 따른 자아탄력성과 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 김성현 (2004). 친밀관계경험검사 개정판 타당화 연구: 확장적 요인분석과 문항반응이론을 중심으로. 서울대학교대학원 석사학위논문.
- 박현진 (1996). 자아탄력성에 따른 지각된 스트레스 대처 방식과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 박희현 (2006). 아동상담자 의욕상실 요인 연구. 숙명여자대학교 대학원 박사학위 논문.
- 서지영 (2002). 부모이혼이 자녀의 적응에 미치는 영향에 관한 연구: 유연성(Resilience) 효과를 중심으로. 연세대학교대학원 석사학위논문.
- 여선영 (2005). 아동상담자의 자아탄력성 및 사회적 지지와 심리적 소진과의 관계. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이영미, 민하영, 이윤주 (2004). 부모간의 갈등 및 성인애착에 따른 대학생의 자아탄력성. 한국가정관리학회지, 22(4), 63-72
- 최혜윤 (2002). 상담자의 완벽주의 성향, 사회적 지지와 심리적 소진. 가톨릭대학교대학원 석사학위논문.
- Arricale, F. (2001). *A study of burnout of counselors in college counseling centers*. Doctoral Dissertation. The State University of New Jersey.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of four-category model. *Journal of personality*

- and social psychology* 61, 226-224.
- Bartholomew, K. & Shaver, P. R. (1998). Methods of assessing adult attachment: Do they converge In J. A. Simpson & W. S. Rholes. *Attachment theory and close relationships*. pp.25-45. New York: Guilford Press.
- Block, J. H. & Block, J. (1980). The role of ego-control and ego-resiliency in the organization of behavior. In W. A. Collins (Ed.) *Development of cognition, affect, and social relations: The Minnesota symposia on child psychology*, 13, 39-101, Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss, Vol. 2. Separation, anxiety, and anger*. New York: Basic Books.
- Brennan, K. A. & Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation and relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 267-283
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrated interview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes. *Attachment theory and close relationships*. pp.46-76. New York: Guilford Press.
- Cassidy, J. & Berlin, L. J. (1994). The insecure ambivalent pattern of attachment: Theory and research. *Child Development*, 65, 971-991.
- Cobb, R. J., Davila, J., & Bradbury, T. N. (2001). Attachment security and marital satisfaction: The role of positive perceptions and social support. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(90), 1131-1143
- 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
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 28, 474-484
- Corey, M. S. & Corey, G. (2002). *Becoming a helper*, Pacific Grove, CA: Brooks/Cole
- Creasey, G. & Hesson-McInnis, M. (2001). Affective responses, cognitive appraisals, and conflict tactics in late adolescent romantic relationships: Associations with attachment orientations. *Journal of Consulting Psychology*, 48(1), 85-96
- Delia, C. & Patrick, T. (1996). Stress in clinical psychologist. *The International Journal of Social Psychiatry*, 42, 141-149.
- 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
- Fraley, R. C. & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment and the suppression of unwanted thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1080-1091.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory Analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78,

- 350-365
- Griffin, D. & Bartholomew, K. (1994). Models of self and other: Fundamental dimensions underlying models of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445
- Kirkpatrick, L. A. & Hazan, C. (1994) Attachment styles and close relationships: A four year prospective study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 1, 123-142.
- Kobak, R. (1994). Adult attachment: A personality or relationship construct. *Psychological Inquiry*, 5, 42-44
- Kobak, R. R. & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59, 135-146
- Kottler, J. A. (1993). *On being a therapist*(rev, ed.). San Francisco, Co: Jossey-Bass.
- Lazarus, R. S. & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York: McGraw-Hill
- Lewis, M. (1994). Does attachment imply a relationship or multiple relationships? *Psychological Inquiry*, 5, 47-51
- Maslach, C. (1982). *Burnout the cost of caring*. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Maslach, C. & Jackson, S. E. (1981). *The Maslach Burnout Inventory*. Palo Alto California: Counseling Psychology Press.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B., & Leiter, M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Mikulincer, M. (1995). Appraisal of and coping with a real-life stressful: The contribution of attachment styles. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 406-414
- Mikulincer, M., Shaver, P. R. & Perge, D. (2003). Attachment Theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27(2), 77-102
- Park, L. E., Crocker, J., & Mickelson, K. D. (2004). Attachment styles and contingencies of self-worth. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 30(10), 1243-1254
- Pines, A. M. (2004). Adult attachment styles and their relationship to burnout: A preliminary, cross-cultural investigation. *Work & Stress*, 18, 66-80
- Pistole, M. C. (1999). Caregiving in attachment relationships: perspective for counselors. *Journal of Counseling and Development*, 77, 437-446.
- Raquepaw, J. M. & Miller, R. S. (1989). Psychotherapist burnout: A componential analysis. *Professional Psychology: Research & Practice*, 20, 32-36
- Sears, S. F. Jr., Urizar, G. G. Jr., & Evans, G. D. (2000). Examining a stress-coping model of burnout and depression in extension agents. *Journal of Occupational Health Psychology*, 5, 56-62
- Shaver, P. R. & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development*, 4, 133-161.
- Skovholt, T. M. (2001). *The Resilient practitioner*. MA: Allyn & Bacon.
- Tellegen, A. (1985). Structures of mood personality and their relevance to assessing anxiety with an emphasis on self-report. In A. H. Tuma & J. D. Maser(Eds.), *Anxiety disorders*, 681-706. Hillsdale, NJ: Erlbaum.

Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T. Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problem: The mediation roles of emotional reactivity and emotion cutoff. *Journal of Counseling Psychology, 52*(1), 14-24.

원 고 접 수 일 : 2009. 09. 10

수정원고접수일 : 2009. 11. 24

게 재 결 정 일 : 2009. 12. 27

The Relationship Between Adult attachment styles, Resilient and Burnout of Counselors

Hyun Joo Park

Bong Whan Kim

Sookmyung Women's University

The purpose of this study was to investigate the influence of adult attachment styles and self-resilience on burnout of counselors. For the study, 101 counselors in Seoul and Kyonggi province were recruited and answered scales including ECR (Experience of Close Relationship), CPI (California Personality Inventory) and MBI (Maslach Burnout Inventory). SPSS 12.0 was used for implementing a correlation and regression analysis. Findings in this study were as follows.; First, the attachment anxiety dimension of the adult attachment styles was negatively related with self-resilience.; Second, the attachment anxiety dimension of the adult attachment styles was positively correlated with counselor's burnout.; Third, significant negative correlation between the self-resilient and burnout was found.; Fourth, the attachment anxiety dimension was a significant predictor of the self-resilience and burnout.; Fifth, the self-resilience significantly predicted the burnout. I implications and limitations of this study are discussed.

Key words : counselor, adult attachment style, resilient, burnout