

지난 수십 년간 애착 이론가 및 연구자들은 애착 패턴 또는 애착 차원이 어떤 기제를 통해 심리적 디스트레스(우울, 불안 등)에 영향을 미치는지를 규명해왔다. 애착이론은 성격 및 발달에 대한 관계 중심적 관점으로서(Lopez & Brennan, 2000), 유아기 때 주요 양육자와 맺은 정서적 유대의 본질이 자신과 타인 그리고 관계에 대한 인식에 영향을 미친다고 가정한다(Bowlby, 1980). 즉, 아동은 주요 양육자와의 상호작용을 통해 자신과 타인에 대한 심리적 표상(내적작동모델)을 발달시키고, 이후 작동모델은 대인관계 양식과 자기가치감 등에 영향을 미치는 성격특성으로 자리 잡게 된다(Ainsworth, 1989; Bartholomew & Horowitz, 1991).

한편, 애착 이론가들은 성인의 대인관계 패턴을 이해하기 위해서는 발달 초기 형성된 부모에 대한 애착유형을 확인하기 보다는, 현재의 이성 친구 또는 친밀한 타인에 대한 전반적인 애착 수준 및 패턴을 이해하는 것이 더 적절하다고 주장한다(예, Bartholomew & Horowitz, 1991; Cook, 2000; Overbeek, Vollebergh, Engels, & Meeus., 2003). 왜냐하면, 성인기 애착대상은 친구, 애인, 배우자, 자녀 등으로 확대되고 애착양상 또한 복잡해지기 때문에 발달 초기와는 다른 애착표상을 지니기 때문이다. 따라서 성인기 대인관계 패턴을 이해하고 이것이 어떻게 심리적 디스트레스에 영향을 미치는지를 규명하기 위해서는 초기애착이 아닌 성인애착을 살펴볼 필요가 있다. 본 연구에서는 성인애착을 정의함에 있어서 Brennan, Clark와 Shaver (1998)가 기존의 14개 성인애착 척도들을 통합하여 새롭게 개념화한 성인애착의 두 차원(애착불안, 애착회피)을 사용하였다. 애착불안(attachment anxiety)은 상대방으로부터 거절

당하고 버림받아 혼자되는 것을 두려워하기 때문에 관계에 더 몰입하고, 사랑받고 있다는 것을 확인하기 위해 상대방으로부터 더 많은 관심과 사랑을 요구하는 특성으로 정의할 수 있다(Brennan et al., 1998). 반면, 애착회피(attachment avoidance)는 타인과 가까워지는 것을 불편해하고, 힘들 때 타인에게 의지하기 보다는 오히려 멀리하는 특징으로 정의할 수 있다(Brennan et al., 1998).

성인애착 이론을 토대로 수행된 많은 연구에서 대학생들의 애착이 안정적일수록 우울, 불안 등 심리적 디스트레스가 적은 것으로 나타났다(예, 김광은, 2004; 김민선, 서영석, 2010; 장휘숙, 2002; 조화진, 서영석, 2010; Overbeek et al., 2003; Wei, Shaffer, Young, & Zakalik, 2005). 또한 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계를 매개하는 변인들에 관한 연구도 진행되어 왔는데, 역기능적 태도와 낮은 자존감(Robert, Gotlib, & Kassel, 1996), 비효율적 대처방식(Lopez, Mauricio, Gormley, Simko, & Berger, 2001; Wei, Heppner, Russell, & Young, 2006), 자기분열과 자기은폐(Lopez, Mitchell, & Gormley, 2002), 부적응적 완벽주의(Enn & Cox, 2002; Randolph & Dykman, 1998; Wei, Mallinckrodt, Russell, & Abraham, 2004; Wei et al., 2006), 정서적 과민반응과 정서적 단절(안하얀, 서영석, 2010; Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005) 등이 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 한편, 이러한 연구들은 부적응적인 전략들을 매개변인으로 설정하여 그 효과를 검증했다는 측면에서 일종의 병리적 접근(pathology-based approach)으로 간주할 수 있다. 상담 연구에서 매개효과를 검증하는 주된 이유는, 하나의 특성으로 자리 잡아 수정하기가 쉽지 않은 변인들(예, 애착의 질)에

개입의 초점을 두기 보다는 상대적으로 개입이 수월하고 수정하기 용이한 변인들(매개변인)을 탐색하기 위함이다. 특히, 역기능적 대처전략을 매개변인으로 설정하고 그 효과를 확인하는 것은, 상담과정에서 내담자의 역기능적 측면들을 확인하고 이를 개선하려는 전통적인 상담 전략과도 부합된다고 볼 수 있다.

그러나 내담자의 역기능적 성향 또는 대처방식(예, 부적응적 완벽주의)을 수정하는 상담개입이 과연 모든 상황에서 효율적인지, 더욱이 이를 통해 내담자가 기능적인 상태를 회복할 수 있을지는 재고할 여지가 있다. 왜냐하면, 어떤 역기능적 대처방식들에는 적응적인 측면이 있기 때문이다. 예를 들어, 어떤 사람들에게는 부적응적 완벽주의가 심리적 디스트레스를 감소시키는 유용한 전략이 될 수 있다(Flett, 2002). 발달 초기 양육자가 아동의 기본적인 욕구(관심, 사랑, 인정 등)에 반응하지 않거나 일관되게 반응하지 않을 경우, 아동은 심리적 디스트레스를 경험하게 된다. 이 때 아동은 자신이 완벽해지면 이전에는 받을 수 없었던 양육자의 관심과 사랑을 받을 수 있고, 결국 심리적 디스트레스로부터 벗어날 것이라고 생각할 수 있다. 비록 간헐적으로라도 완벽해지려는 아동의 노력이 양육자의 관심과 인정을 이끌어 낼 경우, 아동은 자신의 완벽주의 성향이 심리적 디스트레스를 줄일 수 있는 효과적인 대처기제라고 인식하게 된다. 완벽해지려는 열망 때문에 오히려 실수할 것을 걱정하고 자신의 수행을 의심하는 등 심리적 디스트레스를 경험하게 되지만(Wei et al., 2004), 완벽주의 성향이 가져다 준 긍정적 결과(간헐적 인정과 사랑) 때문에 사람들은 아동기 이후에도 완벽주의 성향을 포기하지 못하게 된다. 따라서 하나의 성향으로 자리 잡은

완벽주의를 수정하는 것은 매우 어려운 일이 된다.

더욱이, 한 가지 부적응적 전략을 수정하더라도 사람들은 계속해서 비효율적인 전략들을 사용해서 자신의 욕구를 충족시키려는 성향이 있다(Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000). 따라서 좌절된 심리적 욕구를 보상하기 위해 내담자가 개발하고 발전시킨 부적응적 전략들을 확인하고 수정하는 것에만 개입의 초점을 둘 경우 상담은 기대만큼 효과적이지 못할 가능성이 있다. 대신, 상담자는 내담자로 하여금 좌절된 심리적 욕구의 내용과 욕구 충족의 정당성을 확인하도록 조력하고, 좌절된 심리적 욕구를 상담관계 안에서 충족시킬 뿐 아니라 궁극적으로는 일상생활에서 욕구를 충족시킬 수 있도록 상담개입의 초점을 재조정할 필요가 있다. 더 나아가 이러한 논의는 애착과 심리적 디스트레스의 관계, 특히 두 변인의 관계를 매개하는 변인들을 탐색하는 실증적인 연구에도 적용되어야 한다. 이제까지의 선행 연구들이 주로 좌절된 심리적 욕구를 보상하기 위해 개발된 부적응적 전략들을 매개변인으로 설정하여 그 효과를 검증해 왔다면, 이제는 심리적 욕구충족 그 자체의 역할을 탐색할 필요가 있다. 즉, 심리적 욕구 충족이 애착과 심리적 디스트레스의 관계를 어떻게 설명하는지, 그리고 욕구좌절로 인해 발생한 부적응적 전략들과는 어떤 식으로 영향을 주고받으면서 애착과 심리적 디스트레스의 관계에 영향을 미치는지를 살펴볼 필요가 있다. Wei 등(2005)도 애착과 심리적 디스트레스의 관계를 탐색함에 있어서 역기능적 행동을 추구하게 하는 좌절된 내적 동기(예, 기본 심리적 욕구 만족)를 함께 살펴볼 필요가 있다고 주장하였다. 따라서 본 연구에서는 성인애착과 심

리적 디스트레스의 관계를 설명하는 변인으로 역기능적 변인(부적응적 완벽주의)과 기본 심리적 욕구 만족(예, Deci, & Ryan, 2000)을 설정하고, 인과적 구조모형에서 두 매개변인의 역할 및 영향력을 확인하고자 하였다.

부적응적 완벽주의는 비현실적인 높은 기준, 실수에 대한 강렬하면서도 반추적인(ruminative) 염려, 완벽해야 된다는 타인으로부터의 압력, 실제 수행과 개인이 설정한 기준 간 격차, 부정적인 결과를 피하고자 하는 동기 등을 포함하는 심리적 특성이다(Enns & Cox, 2002). 앞서 언급한 것처럼, 초기 이론가들은 부모로부터 사랑과 승인을 받지 못할 경우 부적응적 완벽주의가 초래될 수 있다고 주장하였다(예, Barrow & Moore, 1983; Hamachek, 1978). 이후 많은 경험적 연구에서 완벽주의 성향은 부모와의 불안정한 애착관계와 관련이 있는 것으로 나타났다(예, 유미숙, 하은혜, 김혜진, 2004; Flett, Hewitt, & Singer, 1995; Rice & Mirzadeh, 2000; Wintre & Sugar, 2000). 성인들의 애착 또한 부적응적 완벽주의와 관련이 있는 것으로 나타났다. Anderson과 Perris(2000)의 연구에서 완벽주의는 불안정한 성인애착 패턴과 정적 상관이 있는 것으로 나타났고, Wei 등(2004)의 연구에서는 부적응적 완벽주의가 성인애착(애착불안, 애착회피)과 우울의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 특히, Wei 등(2006)은 2개월 간격으로 대학생들의 성인애착, 부적응적 완벽주의, 우울 등을 측정하고 변인들의 인과적 관련성을 확인하였는데, 첫 번째 시점의 성인애착과 두 번째 시점의 우울의 관계를 두 번째 시점의 부적응적 완벽주의가 매개하는 것으로 나타났다. 이는 성인애착에서 부적응적 완벽주의로 향하는 인과적 경로가 타당함을 시사한다.

본 연구에서 또 하나의 매개변인으로 설정한 기본 심리적 욕구만족은 '자기결정이론'(Deci & Ryan, 2000)에 바탕을 둔 개념이다. 자기결정은 스스로 자신의 행동을 선택한다는 것을 의미한다(이민희, 정태연, 2008). 자기결정이론에서는 행동의 동기를 크게 다섯 가지(내재적 동기, 동일시 조절, 내사조절, 외적조절, 무동기)로 구분하는데, 내재적 동기로 갈수록 자기결정이 커지는 반면 무동기로 갈수록 자기결정은 작아진다. 이 때 자율성, 유능성, 관계성 등 기본 심리적 욕구가 충족될수록 자기결정이 증가한다고 가정한다. 자율성(autonomy)은 자기 방향감(sense of self-direction), 의지, 생명력, 주도성 등을 의미하고, 유능성(competence)은 호기심 또는 효율성 추구를 의미하며, 관계성(relatedness)은 타인과 가까워지려는 성향 또는 타인과 관계 맺고 싶은 욕구를 의미한다(Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000). 즉, 자기결정이론에서는 이 세 가지 기본 욕구가 충족될수록 자기결정이 증가하고 내재적 동기가 유발된다고 가정한다(Ryan & Deci, 2000).

연구자들은 자기결정 발달에 영향을 미치는 사회 맥락적 조건으로 애착에 주목해왔다(예, 김은주, 2007; La Guardia, Ryan, Couchman, & Deci, 2000; Ryan & Lynch 1989; Wei et al., 2005). 애착 이론에 따르면, 양육자가 아동의 정서적 욕구에 민감하게 반응할 때 아동은 심리적 안정감을 경험하고, 아동은 이러한 심리적 안정감을 바탕으로 자신을 둘러싼 환경을 탐색하고 자율성과 자기유능감을 발달시키며 타인과 정서적으로 가깝다고 느끼게 된다(Bowlby, 1980; Pietromonaco & Feldman Barrett, 2000; Sroufe & Waters, 1977). 따라서 주요 양육자와 안정된 애착관계를 형성한 아동의 경

우 자율성, 유능성, 관계성 등 기본적인 심리적 욕구가 충족되고 결국 자기결정성이 발달한다고 추론할 수 있다. 경험적인 연구에서도 부모를 수용적이고 따뜻하며 자신의 자율성을 격려한다고 지각하는 자녀일수록 부모를 가깝게 느끼고 부모에게 의지하려는 성향이 높은 것으로 나타났다(Ryan & Lynch, 1989). 우리나라 대학생들의 경우에도 부모-자녀 관계를 긍정적으로 지각할수록 자율성이 높은 것으로 나타났다(김은주, 2007).

이에 비해 성인애착과 심리적 욕구만족의 관계를 검증한 연구들은 상대적으로 적은 편이다. 우선, La Guardia 등(2000)은 대학생들의 안정 애착이 기본 욕구충족과 관련이 있음을 보고하였다. 또한 이들의 연구에서는 애착과 심리적 안녕(well-being)의 관계를 기본 심리적 욕구충족이 매개하는 것으로 나타났는데, 이러한 결과는 안정된 애착을 지닌 사람들이 왜 심리적 안녕감을 경험하는지를 설명해준다. 즉, 주요 타인들과 안정된 애착관계를 형성하고 있는 사람들의 경우 안정된 관계 맥락 안에서 심리적 욕구가 충족되고, 이로 말미암아 심리적 안녕감을 경험하는 것으로 해석할 수 있다. 한편, Wei 등(2005)의 연구에서는 성인애착이 기본 심리적 욕구만족을 매개로 수치심과 우울, 외로움 등 심리적 디스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 애착이 불안정한 사람들이 왜 심리적 디스트레스를 경험하는지를 설명해준다. 즉, 불안정한 애착패턴을 소유하고 있는 사람들은 관계 내에서 자신의 기본적인 심리적 욕구를 충족시킬 가능성이 적고, 결국 심리적 디스트레스를 경험할 가능성이 그만큼 더 커진다고 해석할 수 있다. 국내에는 성인애착과 심리적 디스트레스(또는 심리적 안녕감)의 관계에서 기

본 심리적 욕구만족의 매개효과를 검증한 연구가 전무하다. 그러나 외국의 선행연구와 애착 이론을 고려했을 때, 우리나라 대학생들 또한 애착이 불안정할수록 기본 심리적 욕구가 충족될 가능성이 낮고, 결국 심리적 디스트레스를 경험할 가능성이 클 것으로 예상할 수 있다.

지금까지 살펴본 선행연구 결과를 종합하면, 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계를 설명하는 두 가지 메커니즘을 확인할 수 있다: 1) 성인애착→부적응적 완벽주의→심리적 디스트레스, 2) 성인애착→기본 심리적 욕구만족→심리적 디스트레스. 한편, 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구만족 간 인과적 관련성을 실증적으로 확인한 연구는 찾아보기 어렵다. 다만 학자들의 이론적 주장과 가설을 통해 두 변인의 관계를 추론해볼 수 있다. 우선 Deci와 Ryan(2000)에 따르면, 부모와의 관계에서 기본 심리적 욕구를 충족하지 못했거나 충족하지 못할 것으로 예상되는 상황에서 아동은 자신의 욕구를 보상하기 위해 또는 심리적 상처로부터 자신을 보호하기 위해 대체행동 특히 부적응적인 행동을 하게 된다. 이 때 부적응적인 행동이 반복되고 고착화되면, 결핍된 욕구와 욕구좌절로 인해 발생하는 내적 감정 상태를 인식하지 못할 뿐 아니라 이를 다룰 수 있는 기회를 갖지 못하게 되어 결국 심리적 욕구를 충족시키는 것이 더욱 어렵게 된다. 이를 요약하면, ‘좌절된 심리적 욕구만족 → 부적응적 행동 → 심리적 욕구만족의 결핍’이라는 순환적 관계를 추론할 수 있다. 발달 초기 기본 심리적 욕구가 충족되지 않아 완벽주의와 같은 부적응적 행동패턴이 발달하고 이후 성격특성으로 고착되었다면, 성인기에는 고착화된 완벽주의 특성이 다시 기본 심

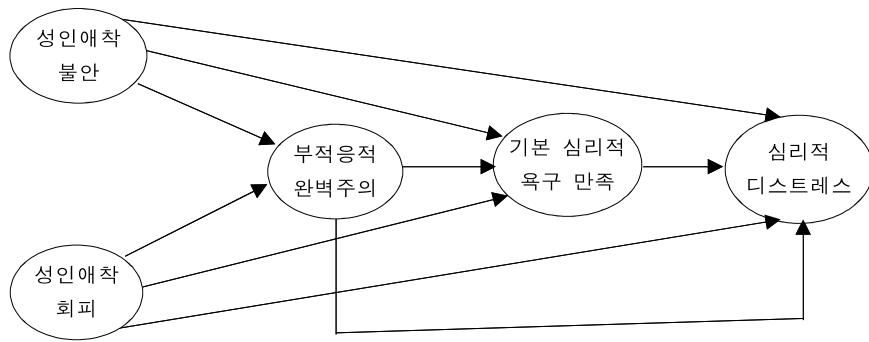


그림 1. 가설모형

리적 욕구 만족을 어렵게 할 것으로 예상된다. Wei 등(2005)도 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계에서 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족을 동시에 매개변인으로 설정하고, 특히 부적응적 완벽주의가 기본 심리적 욕구 만족에 부정적인 영향을 미치는지를 후속연구에서 확인해 볼 것을 제안하였다.

본 연구에서는 Deci와 Ryan의 주장과 Wei 등이 제안한 가설을 토대로, 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계에서 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족을 매개변인으로 설정하였고, 부적응적 완벽주의에서 기본 심리적 욕구 만족에 이르는 직접경로를 설정한 후 모형의 적합도 및 개별 직간접경로의 유의도를 검증하였다. 만일 부적응적 완벽주의→기본 심리적 욕구 만족→심리적 디스트레스의 경로에서 기본 심리적 욕구 만족의 완전매개 효과가 입증된다면, 이는 이미 성격특성으로 고착되어 개입이 용이하지 않은 부적응적 완벽주의에 상담의 초점을 두기보다는, 기본 심리적 욕구 만족에 초점을 두고 상담을 진행하는 것이 더 효과적임을 시사하는 것이다. 한편, 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족 간 인과적 관련성을 경험적으로 검증한 선행연구가 부재하기 때문에, 부적응적 완벽

주의에서 기본 심리적 욕구 만족으로 향하는 직접경로를 설정하지 않은 모형을 경쟁모형으로 채택하였다.

본 연구에서의 가설모형은 그림 1과 같으며, 구체적인 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 성인애착은 부적응적 완벽주의를 매개로 기본 심리적 욕구 만족에 영향을 미칠 것이다. 둘째, 성인애착은 부적응적 완벽주의를 매개로 심리적 디스트레스에 영향을 미칠 것이다. 셋째, 성인애착은 기본 심리적 욕구 만족을 매개로 심리적 디스트레스에 영향을 미칠 것이다. 넷째, 부적응적 완벽주의는 기본 심리적 욕구 만족을 매개로 심리적 디스트레스에 영향을 미칠 것이다. 다섯째, 성인애착은 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족을 매개로 심리적 디스트레스에 영향을 미칠 것이다. 즉, 성인애착이 불안정할수록 부적응적 완벽주의 성향이 강하고, 완벽주의 수준이 높을수록 기본 심리적 욕구가 충족될 가능성은 줄어들며, 결국 심리적 디스트레스 수준은 높을 것으로 예상하였다.

방 법

연구대상 및 절차

본 연구는 서울과 경기도에 소재한 4개 4년제 대학에 재학 중인 대학생 326명(남 161, 여 164, 미기재 1)의 참여로 이루어졌다. 참여자들의 평균 연령은 20.94($SD=2.07$)세였고, 1학년은 43명(13.2%), 2학년 151명(46.3%), 3학년 84명(25.8%), 4학년 47명(14.4%), 미기재 1명(0.3%)이었다. 전공은 인문계열 81명(24.8%), 사회계열 47명(14.4%), 공학계열 6명(1.8%), 이학계열 2명(0.6%), 예체능계열 88명(27.0%), 의간호계열 1명(0.3%), 사범계열 70명(21.5%), 생활과학계열 11명(3.4%), 기타 18명(5.5%), 미기재 2명(0.6%)이었다. 총 350부의 설문지를 배부하여 330부가 수거되었고, 불성실하게 응답한 4명을 제외한 326명의 자료가 분석에 사용되었다. 설문은 수업시간에 진행되었고, 검사에 소요된 시간은 약 15-20분이었다.

측정도구

성인애착

본 연구에서는 성인애착을 측정하기 위해 Brennan, Clark와 Shaver(1998)가 개발한 친밀관계경험척도(the Experiences in Close Relationships Questionnaire: ECR)를 Fraley, Waller와 Brennan(2000)이 개정한 ECR-R을 김성현(2004)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. ECR-R은 애착불안과 애착회피 두 차원으로 구성되어 있고, 각각 18문항씩 총 36문항으로 이루어져 있다. 문항은 7점 리커트 척도(1= 전혀 그렇지 않다, 7= 매우 그렇다)로 평정하고, 점수가 높을수록 애착불안과 애착회피 수준이 높음을 의미한다. 애착불안은 버림받는 것에 대한 두려움 때문에 상대방에게 지나치게 집착하거나

자신의 정서를 과도하게 표현하는 것(예, “사귀는 사람이 내가 얻고자 하는 애정과 지지를 보내주지 않을 때 화가 난다”)을 측정하고, 애착회피는 친밀함에 대한 회피와 타인에게 의존하는 것을 불편하게 여기는 것(예, “다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다.”)을 측정한다. 김성현(2004)의 연구에서 불안-회피 두 요인 구조가 우리나라 대학생들에게도 적합한 것으로 나타났다. Fraley 등(2000)의 연구에서 100회 시물레이션을 통한 검사-재검사 신뢰도 산출 결과, 불안은 .93, 회피는 .95로 나타났고, Lopez 등(2002)의 연구에서는 6개월 간격의 검사-재검사 신뢰도가 불안 .68, 회피 .71로 나타났다. 조화진과 서영석(2010)의 연구에서 ECR-R의 내적합치도(Cronbach's alpha)는 애착불안 .89, 애착회피 .90이었고, 본 연구에서는 애착불안 .93, 애착회피 .93으로 나타났다.

부적응적 완벽주의

부적응적 완벽주의를 측정하기 위해, Frost, Marten, Lahart와 Rosenblate(1990)가 개발한 다차원 완벽주의 척도(Multidimensional Perfectionism Scale: MPS)를 정승진(1999)이 타당화한 것을 사용하였다. MPS는 실수에 대한 염려(예, “실수를 한다면 속상할 것이 분명하다”), 개인의 기준(예, “모든 일을 완벽하게 잘 해 내는 것은 내게 중요하다”), 부모의 기대(예, “부모님은 나에게 대해 매우 높은 기준을 가지고 계신다”), 부모의 비난(예, “어렸을 때 일을 완벽하게 해내지 못해서 야단맞은 적이 있다”), 수행에 대한 의심(예, “일을 자꾸 되풀이하기 때문에 일처리가 늦어지는 경향이 있다”), 조직화(예, “조직화하고 체계화하는 일은 나에게 매우 중요하다”) 등 6개 하위척도 35문항으로 구

성되어 있다. 본 연구에서는 Wei 등(2004)이 부적응적 완벽주의를 구인하기 위해 사용했던 두 개의 하위척도(실수에 대한 염려, 수행에 대한 의심)를 사용하였다. 실수에 대한 염려(10문항)는 실수를 실패로 해석하는 경향과 실패했을 때 타인으로부터 존중받지 못할 것이라고 믿는 성향을 측정한다. 수행에 대한 의심(4문항)은 일을 수행하는 자신의 능력 또는 수행의 질에 대해 의심하는 성향을 측정한다. 모든 문항은 5점 리커트 척도(1= *전혀 아니다*, 5= *매우 그렇다*)로 평정하고, 점수가 높을수록 실수에 대한 염려와 수행에 대한 의심 수준이 높음을 의미한다. MPS는 강박성(Frost & Marten, 1990), 우울(Frost, Heimberg, Holt, Mattia, & Neubauer, 1993)과 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. Wei 등(2004)의 연구에서 내적합치도는 실수에 대한 염려가 .89, 수행에 대한 의심 .74로 나타났고, 본 연구에서는 실수에 대한 염려 .84, 수행에 대한 의심 .69로 나타났다.

기본 심리적 욕구 만족

대학생들의 기본 심리적 욕구 만족을 측정하기 위해 Ilardi, Leone, Kasser와 Ryan(1993)이 개발한 기본 심리적 욕구 만족 척도(The Basic Psychological Needs Satisfaction Scale-general version: BPNS-general version)를 이명희와 김아영(2008)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. BPNS는 자율성(예, “나는 내가 내 인생을 어떻게 살아갈지 스스로 결정할 수 있다고 느낀다”), 유능성(예, “나는 내 자신이 매우 효율적이라고 느낀다”), 관계성(예, “나는 내 주변 사람들로 부터 사랑과 관심을 받는 것을 느낀다”) 등 세 차원으로 구성되어 있으며, 각 차원은 6문항으로 이루어져 있다. 각 문항은 7

점 리커트 척도(1 = *전혀 그렇지 않다*, 7 = *매우 그렇다*)로 평정하고, 점수가 높을수록 자율성, 유능성, 관계성 수준이 높음을 의미한다. 이명희와 김아영(2008)의 연구에서 자율성은 학업적 자기조절과, 유능성은 학업적 자기효능감과, 그리고 관계성은 학교생활적응과 정적 상관이 있는 것으로 나타나 공인타당도가 입증되었다. 이명희와 김아영(2008)의 연구에서 내적합치도는 자율성, 유능성, 관계성이 각각 .70, .75, .79로 나타났고, 본 연구에서는 .80, .82, .85로 나타났다.

심리적 디스트레스

심리적 디스트레스를 측정하기 위해 Derogatis(1983)가 개발한 간이정신진단검사(Symptom Checklist-90-Revision: SCL-90-R)를 임규혁(1997)이 확인적 요인분석을 통해 타당성을 재검토한 것을 사용하였다. SCL-90-R은 총 9개 하위척도 90문항으로 구성되어 있는데, 본 연구에서는 우울(13문항), 불안(10문항)을 사용하여 심리적 디스트레스를 구인하였다. 우울은 다양한 부정적인 기분과 행동을 포괄하는데, 기분이 침울하고 의기소침해서 무력해진 상태를 뜻한다(김은정, 김향구, 황순택, 2002). 불안은 모호하고 공포나 염려 같은 매우 불쾌한 느낌을 의미하는데, 호흡곤란, 어지럼증, 이유를 모르는 두려움 등의 증상을 동반한다(김은정 등, 2002). 각 문항은 5점 리커트 척도(0 = *전혀 없다*, 4 = *아주 심하다*)로 평정하고, 점수가 클수록 우울, 불안 수준이 높음을 의미한다. 임규혁(1997)의 연구에서 내적합치도는 우울, 불안이 각각 .86, .85로 나타났고, 본 연구에서는 .90, .90으로 나타났다.

문항꾸러미 제작

성인애착의 두 차원인 애착불안과 애착회피는 여러 문항으로 각각 하나의 잠재변인을 구인하고 있기 때문에, 본 연구에서는 Russell, Kahn, Spoth와 Altmaier(1998)의 제안에 따라 이들 잠재변인들에 대해 각각 세 개의 문항꾸러미(item parcels)를 제작하였다. 이를 위해, 우선 잠재변인 별로 최대우도법을 사용하여 단일 요인을 가정한 탐색적 요인분석을 실시하였다. 요인부하량의 절대값에 따라 순위를 매긴 후 가장 큰 부하량을 지닌 문항과 가장 작은 부하량을 지닌 문항을 짝으로 묶어 순서대로 세 꾸러미에 연속적으로 할당하였다. 이는 각 꾸러미들이 잠재변인에 동일한 부하량을 갖도록 하기 위한 것으로, 해당 잠재변인에 대한 꾸러미 효과를 최대화하기 위해서는 각 꾸러미가 해당 잠재변인을 같은 수준에서 반영해야 한다는 Russell 등(1998)의 주장에 근거한 것이다.

자료분석

본 연구에서는 구조모형의 적합도와 매개변인의 간접효과를 검증하기 위해, AMOS 7.0을 사용하여 자료를 분석하였다. 이 때, 자료가 정규분포 가정을 충족하는지를 확인하기 위해 각 변인의 왜도와 첨도를 확인하였고(West, Finch, & Curran, 1995), Kolmogorov-Smirnov 검증을 실시하였다. 최대우도법을 사용하여 모수치를 추정하였고, 모형의 적합도를 판단하기 위해 χ^2 뿐 아니라 CFI(.90보다 클 때 모형의 적합도가 좋은 것으로 해석한다), TLI(.90보다 클 때 모형의 적합도가 좋은 것으로 해석한다), RMSEA(.06미만일 경우 모형의 적합도가

좋은 것으로 해석한다)를 살펴보았다(김주환, 김민규, 홍세희, 2009).

결 과

기술통계

측정변인의 평균과 표준편차, 첨도 및 왜도, 그리고 변인 간 상관계수를 표 1에 제시하였다. 표 1에서 볼 수 있듯이, 애착불안과 애착회피는 부적응적 완벽주의, 우울 및 불안과 정적 상관을 나타낸 반면, 기본 심리적 욕구 만족과는 부적 상관을 나타냈다. 또한 부적응적 완벽주의는 기본 심리적 욕구 만족과 부적 상관을, 우울 및 불안과는 정적 상관을 나타냈다. 마지막으로 기본 심리적 욕구 만족은 우울 및 불안과 부적 상관을 나타냈다. 한편, 측정변인들의 왜도와 첨도의 절대값이 각각 2와 7을 넘지 않았고, Kolmogorov-Smirnov 검증 결과 근사 유의확률값이 애착불안의 경우 .163-.445, 애착회피 .007-.334, 기본 심리적 욕구만족의 자율, 유능, 관계가 각각 .026, .012, .002, 부적응적 완벽주의는 .017-.618, 우울 및 불안은 각각 .007, .000으로 대체로 정규성 가정이 충족되는 것으로 나타났다. 따라서 최대우도법을 사용하여 자료를 분석하였다. 한편, 예측변인 간 상관이 클수록 다중공선성의 문제가 우려되는데(Marsh, Martin, James, & Richard, 2004), 본 연구에서는 측정변인 간 상관의 절대값이 .12-.54로 나타나 다중공선성의 문제가 발생할 가능성이 적은 것으로 판단하였다.

표 1. 속강변인 간 상관, 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	M	SD	왜도	첨도
1. 애착불안1	.	.81	.77	.35	.26	.25	.41	.34	-.37	-.19	-.15	.40	.34	3.74	1.13	0.13	-0.07
2. 애착불안2		.	.74	.45	.36	.34	.31	.35	-.40	-.22	-.21	.35	.31	3.23	1.13	-0.05	0.62
3. 애착불안3			.	.46	.39	.36	.35	.30	-.31	-.16	-.15	.37	.30	3.38	1.17	0.14	-0.18
4. 애착회피1				.	.76	.80	.21	.19	-.27	-.27	-.36	.34	.31	3.03	1.03	0.22	-0.38
5. 애착회피2					.	.73	.16	.17	-.26	-.31	-.40	.20	.19	3.12	1.04	-0.04	-0.47
6. 애착회피3						.	.18	.16	-.24	-.25	-.34	.30	.29	2.58	1.05	0.59	0.23
7. 실수열러							.	.55	-.36	-.12	-.19	.50	.42	3.02	0.72	-0.01	0.10
8. 수행의심								.	-.44	-.24	-.29	.48	.44	2.90	0.76	0.00	-0.20
9. BPNS_기술									.	.49	.35	-.39	-.38	4.32	0.87	-0.35	-0.12
10. BPNS_유능										.	.48	-.30	-.29	4.29	0.76	-0.52	0.61
11. BPNS_관계											.	-.36	-.35	4.67	0.72	-0.83	1.72
12. 우울												.	.84	1.17	0.82	0.50	-0.57
13. 불안													.	1.04	0.82	0.88	0.29

주. N = 326. 상관계수의 절대값이 .12와 같거나 클 때 $p < .05$ 에서 유의함; .15와 같거나 클 때 $p < .01$ 에서 유의함. 애착불안 1,2,3 = 친밀관계경험 척도(ECR-R)의 애착불안을 세 개 부패미로 제작한 것임; 애착회피 1,2,3 = ECR-R의 애착회피를 세 개 부패미로 제작한 것임; 실수열러, 수행의심 = 다차원 완벽주의 척도(MPS)의 두 하위요인임; BPNS_기술, BPNS_유능, BPNS_관계 = 기본 심리적 욕구 만족(BPNS)의 세 하위 요인임; 우울, 불안 = 한국판 간이정신진단검사 중 우울, 불안.

측정모형 검증

측정변인들이 해당 잠재변인을 적절히 구인하는지를 확인하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 측정모형에서는 모든 잠재변수 간 상관을 가정하였다. 그 결과 측정모형은 자료에 적합한 것으로 나타났다, $\chi^2(55, N = 326) = 160.85, p < .001; CFI = .96; TLI = .94; RMSEA = .08(90\% \text{ 신뢰구간} = .063-.091)$. 또한 애착불안 세 꾸러미에 대한 요인부하량은 .84-.91, 애착회피는 .83-.93, 부적응적 완벽주의는 .73-.75, 기본 심리적 욕구 만족은 .64-.68, 심리적 디스트레스는 .87-.96으로 모두 $p < .001$ 수준에서 유의하였다. 즉, 13개의 측정변인으로 5개의 잠재변인을 구인하는 것이 타당한 것으로 확인되었다.

구조모형 검증

우선, 부적응적 완벽주의에서 기본 심리적 욕구 만족으로 가는 직접 경로를 설정한 가설 모형은 자료에 적합한 것으로 나타났다, $\chi^2(55, N = 326) = 160.85, p < .001; CFI = .96; TLI = .94; RMSEA = .08(90\% \text{ 신뢰구간} =$

.063-.091). 부적응적 완벽주의에서 기본 심리적 욕구 만족으로 가는 직접 경로를 설정하지 않은 경쟁모형 역시 자료에 적합한 것으로 나타났다, $\chi^2(56, N = 326) = 185.45, p < .001; CFI = .95; TLI = .93; RMSEA = .08(90\% \text{ 신뢰구간} = .071-.098)$. χ^2 차이검증을 통해 가설 모형과 경쟁모형의 적합도를 비교한 결과, 차이가 유의미한 것으로 나타났다, $\Delta\chi^2(1, N = 326) = 19.60, p < .001$. 따라서 상대적으로 더 정교한 가설모형을 최종 모형으로 채택하였다(그림 2). 한편, 독립변인들은 심리적 디스트레스 변량의 51.5%를 설명하는 것으로 나타났다.

그림 2에서 볼 수 있듯이, 애착불안의 경우 부적응적 완벽주의에 대한 직접효과는 유의미한 반면 기본 심리적 욕구 만족에 대한 직접효과는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 애착회피의 경우 정반대의 결과가 나왔는데, 부적응적 완벽주의에 대한 직접효과는 유의미하지 않은 반면 기본 심리적 욕구 만족에 대한 직접효과는 유의미한 것으로 나타났다. 한편, 애착불안과 애착회피 모두 심리적 디스트레스에 대한 직접효과가 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 그리고 부적응적 완벽주의는 기본

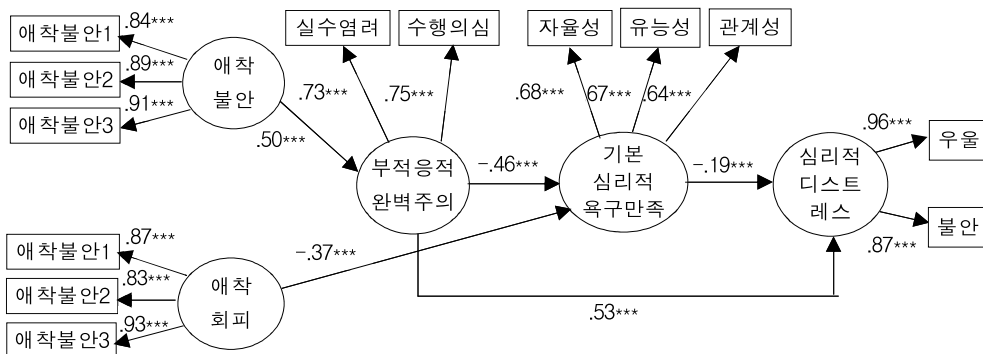


그림 2. 최종 모형(N = 326). * $p < .05$. *** $p < .001$.

주. 통계적으로 유의미하지 않은 경로들은 표기를 생략하였음.

심리적 욕구 만족과 심리적 디스트레스에 대해 직접적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 마지막으로, 기본 심리적 욕구 만족은 심리적 디스트레스에 직접적으로 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

한편, 본 연구에서는 Sobel 절차를 활용하여 개별 간접경로의 유의도를 검증하였고, 그 결과를 표 2에 제시하였다. 우선, 애착불안에서 부적응적 완벽주의를 거쳐 기본 심리적 욕구 만족으로 가는 간접경로가 유의미한 것으로 나타났다. 기본 심리적 욕구 만족에 대한 애착불안의 직접효과가 유의미하지 않은 점을 고려했을 때, 부적응적 완벽주의는 애착불안과 기본 심리적 욕구 만족의 관계를 완전매개하는 것으로 해석할 수 있다. 한편, 애착회피가 부적응적 완벽주의를 통해 기본 심리적 욕

구 만족으로 가는 간접경로는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 따라서 가설 1(“성인애착은 부적응적 완벽주의를 매개로 기본 심리적 욕구 만족에 영향을 미칠 것이다”)은 부분적으로 지지되었다.

둘째, 애착불안에서 부적응적 완벽주의를 거쳐 심리적 디스트레스로 가는 간접경로는 유의미한 것으로 나타났다. 심리적 디스트레스에 대한 애착불안의 직접효과가 유의미하지 않았으므로, 부적응적 완벽주의는 애착불안과 심리적 디스트레스의 관계를 완전매개하는 것으로 해석할 수 있다. 반면, 애착회피가 부적응적 완벽주의를 통해 심리적 디스트레스로 가는 간접경로는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 따라서 가설 2(“성인애착은 부적응적 완벽주의를 매개로 심리적 디스트레스에 영향

표 2. 연구변인 간 직간접효과 검증 결과

경로	직접효과	간접효과 (Sobel Test Z)	총 효과
애착불안 → 완벽주의	.50***		.50***
애착회피 → 완벽주의	.05		.05
완벽주의 → 욕구만족	-.46***		-.46***
욕구만족 → 디스트레스	-.19*		-.19*
애착불안 → 완벽주의 → 욕구만족	-.01	-.23(-3.65)***	-.24***
애착회피 → 완벽주의 → 욕구만족	-.37***	-.02 (-.60)	-.39***
애착불안 → 완벽주의 → 디스트레스	.04	.27(4.01)***	.31***
애착회피 → 완벽주의 → 디스트레스	.09	.03(.60)	.12
완벽주의 → 욕구만족 → 디스트레스	.53***	.09(1.97)*	.62***
애착불안 → 욕구만족 → 디스트레스	.04	.00(-.58)	.04
애착회피 → 욕구만족 → 디스트레스	.09	.07(1.97)*	.16*
애착불안 → 완벽주의 → 욕구만족 → 디스트레스	.04	.04(1.84)	.08
애착회피 → 완벽주의 → 욕구만족 → 디스트레스	.09	.00(.43)	.09

주. N = 326. * $p < .05$. *** $p < .001$. 표에 제시된 계수들은 표준화된 수치임.

을 미칠 것이다”)는 부분적으로 지지되었다.

셋째, 애착불안이 기본 심리적 욕구 만족을 거쳐 심리적 디스트레스로 가는 간접경로는 유의미하지 않은 반면, 애착회피가 기본 심리적 욕구 만족을 거쳐 심리적 디스트레스로 가는 간접경로는 유의미한 것으로 나타났다. 심리적 디스트레스에 대한 애착회피의 직접효과가 유의미하지 않은 점을 고려했을 때, 기본 심리적 욕구 만족은 애착회피와 심리적 디스트레스의 관계를 완전매개하는 것으로 해석할 수 있다. 따라서 가설 3(“성인애착은 기본 심리적 욕구 만족을 매개로 심리적 디스트레스에 영향을 미칠 것이다”)은 부분적으로 지지되었다.

넷째, 부적응적 완벽주의에서 기본 심리적 욕구 만족을 거쳐 심리적 디스트레스로 가는 간접경로가 유의미한 것으로 나타났다. 심리적 디스트레스에 대한 부적응적 완벽주의의 직접효과가 유의미한 점을 고려했을 때, 기본 심리적 욕구 만족은 부적응적 완벽주의와 심리적 디스트레스의 관계를 부분매개하는 것으로 해석할 수 있다. 따라서 가설 4(“부적응적 완벽주의는 기본 심리적 욕구 만족을 매개로 심리적 디스트레스에 영향을 미칠 것이다”)는 지지되었다.

마지막으로, 애착불안과 애착회피 모두 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족을 거쳐 심리적 디스트레스로 가는 간접경로는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 이는 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계에서 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족의 이중매개효과가 유의미하지 않음을 의미한다. 따라서 가설 5(“성인애착은 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족을 매개로 심리적 디스트레스에 영향을 미칠 것이다”)는 지지되지 않았다.

논 의

본 연구에서는 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계를 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족이 매개하는 인과적 구조모형을 설정하고 모형의 적합도 및 개별 경로의 유의도를 검증하였다. 연구결과를 선행연구와 비교하고, 본 연구결과가 상담실제 및 후속연구에 지니는 시사점을 논하면 다음과 같다.

첫째, 애착불안은 부적응적 완벽주의를 통해서만 기본 심리적 욕구 만족에 영향을 미치는 것으로 추론해 볼 수 있다. 이러한 결과는 애착불안과 부적응적 완벽주의의 정적 상관을 보고한 Anderson과 Perris(2000), Flett(2002), Wei 등(2004)의 연구결과와 유사하다. 또한 불안정한 애착 관계에서 비효율적인 대처방식(예, 부적응적 완벽주의)이 활성화 되고, 비효율적인 전략을 사용함으로써 결국 기본 심리적 욕구 만족을 방해한다는 Deci와 Ryan(2000)의 주장과 부분적으로 흡사하다. 한편, 애착회피는 부적응적 완벽주의를 통하지 않고 직접 기본 심리적 욕구 만족에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 애착회피와 부적응적 완벽주의의 정적 상관을 보고한 Wei 등(2004)의 연구 결과와 일치하지 않는 것이다. 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족을 동시에 매개변인으로 설정한 본 연구결과를 두 변인 중 하나만을 매개변인으로 설정하여 모형을 검증한 선행연구와 단순 비교하는 것은 적절하지 않을 수 있다. 다만, 애착회피와 기본 심리적 욕구 만족의 관계를 부적응적 완벽주의가 매개하지 않는다는 사실은, 부적응적 완벽주의 이외에 다른 매개변인이 존재할 가능성을 시사하는 것으로 해석할 수 있다. 즉, 타인과 친밀해지는 것을 피하거나 타인에게 의존

하는 것을 불편해 하는 사람들은 완벽주의 이외의 다른 대처방식을 활성화시키고, 이는 결국 심리적 욕구 만족을 어렵게 한다고 추론할 수 있다. 선행연구에서는 애착회피 수준이 높을수록 정서적 단절(안하얀, 서영석, 2010; Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005)을 많이 사용하고 자기개방(Wei, Russell, & Zakalik, 2005)은 적게 하는 것으로 나타났는데, 후속 연구에서는 이러한 대처변인들이 애착회피와 기본 심리적 욕구 만족의 관계를 매개하는지 확인해 볼 필요가 있다.

둘째, 애착불안은 부적응적 완벽주의를 통해서만 심리적 디스트레스에 영향을 미치는 반면, 애착회피는 기본 심리적 욕구 만족을 통해서만 심리적 디스트레스에 영향을 미치는 것으로 추론해볼 수 있다. 이는 성인애착의 두 차원(불안, 회피)이 각각 다른 기제를 통해 심리적 디스트레스에 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 우선, 애착불안이 높은 사람들은 스스로에 대해 부정적인 내적작동모델을 지니고 있기 때문에(Pietromonaco & Feldman Barrett, 2000) 완벽해져야만 애착대상으로부터 위안을 얻을 수 있다고 생각할 가능성이 높다. 그러나 완벽해지려는 욕구 때문에 끊임없이 실수할 것을 염려하고 자신의 수행을 의심하기 때문에, 결국 심리적 디스트레스를 경험할 가능성은 그만큼 더 커지게 된다. 반면, 애착회피 수준이 강한 사람들은 타인 및 관계에 대해 부정적인 내적작동모델을 지니고 있기 때문에(Pietromonaco & Feldman Barrett, 2000), 타인과의 친밀한 관계를 피하고 타인에게 의존하는 것을 불편해한다. 이들은 심리적 욕구 충족을 위해 자신에게 초점을 두지만 타인과의 관계로부터 고립됨으로써 심리적 욕구 충족은 더욱 어렵게 된다. 특히, 관계 지향적인 우리나라

의 문화적 특성을 고려했을 때, 관계로부터 고립될수록 기본 심리적 욕구 충족은 어렵게 되고 결국 심리적 디스트레스를 경험할 가능성은 더 높아질 것으로 예상할 수 있다 (Sheldon, Elliot, Kim & Kasser, 2001).

셋째, 본 연구에서는 자기결정이론과 Wei 등(2005)의 제안을 토대로 부적응적 완벽주의와 심리적 디스트레스의 관계를 기본 심리적 욕구 만족이 매개할 것으로 가설을 세웠다. 자료 분석 결과, 부적응적 완벽주의는 심리적 디스트레스에 직접 영향을 미치기도 하지만 기본 심리적 욕구 만족을 통해 간접적으로도 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 Deci와 Ryan(2000)의 주장 및 Wei 등의 제안과 일치하는 것으로, 부적응적 완벽주의가 어떤 과정을 통해 심리적 디스트레스에 영향을 미치는지에 대한 시사점을 제공해 준다. 즉, 좌절된 심리적 욕구를 보상하기 위해 어린 시절부터 형성된 부적응적 완벽주의는 그 특성상 지나치게 높은 기준을 설정하게 하고 타인의 평가에 민감해지게 하기 때문에, 부적응적 완벽주의 성향이 강한 사람들은 그만큼 자율성이나 유능감 그리고 관계에 대한 욕구가 충족되기 어렵고 결국 심리적 디스트레스를 경험할 가능성이 증가하는 것으로 추론해볼 수 있다. 한편, 부적응적 완벽주의와 심리적 디스트레스의 관계에서 기본 심리적 욕구 만족의 매개효과가 다른 직간접효과에 비해 상대적으로 작은 것으로 나타났다. 이는 부적응적 완벽주의와 심리적 디스트레스의 관계를 매개하는 또 다른 변인들이 존재할 가능성을 시사한다. 선행연구에서는 자기비난(김정미, 2009), 걱정과 반추(김현정, 2007), 수치심(서영숙, 2009; Rice & Dellwo, 2002) 등이 부적응적 완벽주의와 심리적 디스트레스의 관계를 매개하는 것으로 나

타났다. 따라서 후속연구에서는 기본 심리적 욕구 만족뿐 아니라 다른 매개변인들도 포함된 통합적 이론모형을 구성한 후, 모형이 부적응적 완벽주의와 심리적 디스트레스의 관계를 더 많이 설명하는지를 확인하고 매개변인들의 상대적 효과크기를 비교해 볼 필요가 있다. 이는 부적응적 완벽주의로 인해 심리적 디스트레스를 경험하고 있는 내담자를 상담할 때, 개입의 우선순위를 정하고 보다 포괄적인 개입전략을 세우는데 유용한 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

본 연구결과는 상담실제에 몇 가지 중요한 시사점을 지닌다. 본 연구에서 애착의 두 차원(애착불안, 애착회피)은 각기 다른 심리적 기제를 통해 심리적 디스트레스에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 상담 개입 시 내담자의 애착수준을 차원별로 점검하고 이에 따라 각기 다른 상담전략을 수립할 필요성이 있음을 시사한다. 우선 애착회피 수준이 높은 내담자들은 특성상 타인과의 관계에서 독립적으로 행동하고 자족하려 하지만, 고립된 관계 맥락 안에서 자율성, 유능성, 관계성 등 기본 심리적 욕구가 충족되지 않아 결국 우울 및 불안 등 심리적 디스트레스 수준이 높아질 가능성이 있다. 이는 (1) 내담자의 삶에서 자율성, 유능감, 관계성 등 기본적인 심리적 욕구가 어느 정도 충족되고 있는지를 자각하도록 돕고, (2) 내담자의 애착패턴이 기본 심리적 욕구 충족 및 심리적 디스트레스에 미치는 영향을 이해하도록 조력할 필요가 있음을 시사한다. 더 나아가 상담자는 (3) 치유적인 상담 관계 안에서 내담자가 새로운 방식으로 좌절된 심리적 욕구들을 충족시킬 수 있도록 도와야 함을 시사한다. 애착치료의 관점에서 공감적이고 수용적인 상담자 및 상담관계는 내담

자에게 새로운 안전기지(safe base)로 인식될 수 있는데, 안전기지에서 형성된 자신 및 타인에 대한 새로운 내적작동모델은 상담자와의 관계에서 뿐만 아니라 일상생활에서 새로운 대인관계 패턴을 형성할 수 있는 토대가 된다. 이렇듯 상담관계를 통해 새롭게 형성된 작동모델 및 대인관계 패턴으로 말미암아 내담자의 기본적인 심리적 욕구들이 충족될 것으로 예상해 볼 수 있다. 같은 맥락에서, 상담자가 내담자의 자기결정성과 강점을 파악하고 이를 격려한다면, 내담자의 자율성은 증가하고 자신의 능력을 신뢰하는 것이 증가할 것으로 추론해 볼 수 있다. 결국 상담관계 안에서 새로운 애착패턴이 형성되고 이를 통해 기본 심리적 욕구들이 만족되는 학습이 이루어진다면, 내담자가 심리적 디스트레스를 경험할 가능성은 그만큼 줄어들 것으로 예상해 볼 수 있다.

반면, 애착불안 수준이 높은 내담자의 경우 다음 몇 가지 접근들을 취해 볼 수 있다. 우선, 상담자는 내담자의 애착패턴이 부적응적 완벽주의를 활성화시키고, 완벽주의 성향은 다시 기본 심리적 욕구를 충족시키는 것을 어렵게 할 뿐 아니라 우울 및 불안 등을 유발할 수 있음을 인식하도록 도와줄 수 있을 것이다. 또한 부적응적 완벽주의와 관련된 자동적 사고(예, “내가 완벽해지면 사람들이 나를 좋아할 거야”)에 포함된 인지적 오류를 확인하고 이를 수정함으로써 완벽주의로 인해 발생하는 심리적 디스트레스를 감소시킬 수도 있을 것이다. 또 한편으로는, 내담자가 완벽주의가 아닌 다른 방법을 사용해서 우울 및 불안 등 심리적 디스트레스를 성공적으로 대처했던 경험들을 확인하고, 이를 완벽주의에 대한 대체전략으로 활용하도록 격려하는 것도 도움이 될 수 있다. 마지막으로, 안정된 상담관계 안에서

내담자의 애착패턴이 새롭게 형성될 수 있다면, 타인에게 거절당하거나 혼자 남겨질 것을 두려워해서 활성화되었던 완벽주의 성향 또한 줄어들 것으로 예상해 볼 수 있다. 물론, 성격 특성으로 자리 잡은 부적응적 완벽주의 자체를 수정하는 것은 매우 어려운 작업일 수 있다. 하지만, 신뢰와 수용, 무조건적 존중과 지지를 바탕으로 한 상담관계를 경험하면서 내담자는 자신과 타인에 대한 긍정적인 내적작동모델을 발달시킬 수 있고, ‘내가 완벽해져야만 수용 받을 수 있다’는 신념은 더 이상 타당하지 않을 수도 있음을 체험하게 될 것이다. 결국, 스스로의 수행을 의심하고 타인의 기준에 맞추려는 부적응적인 완벽주의가 이전만큼 영향력을 발휘하지 못하고, 이로 인한 심리적 디스트레스가 줄어들 것으로 예상해 볼 수 있다.

본 연구의 제한점을 논하면 다음과 같다. 본 연구는 서울, 경기 소재 4년제 대학에 재학 중인 326명의 대학생들을 대상으로 실시하였기 때문에, 연구결과를 우리나라 모든 대학생들에게 일반화하는 것은 한계가 있다. 따라서 후속연구를 통해 사회경제적 지표를 달리하는 사람들에게도 본 연구결과가 재현되는지를 확인할 필요가 있다. 또한 앞서 언급했던 것처럼, 기본 심리적 욕구 만족 이외에도 부적응적 완벽주의와 심리적 디스트레스의 관계를 매개하는 것으로 알려진 변인들을 가설모형에 포함시킨 후 모형의 적합도 및 개별 매개변인의 상대적 영향력을 검증할 필요가 있다.

참고문헌

김광은 (2004). 성인 애착 유형과 요인에 따른

성격 특성 및 스트레스 대처방식. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(1), 53-69.

김민선, 서영석 (2010). 대학생의 부적응적 완벽주의와 성인애착에 따른 집단 분류와 심리적 특성에 대한 집단 간 차이. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 413-434.

김성현 (2004). 친밀관계검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항반응이론을 중심으로. 서울대학교 석사학위논문.

김은정, 김향구, 황순택 (역) (2002). 이상심리학. Sarason, I. G., & Sarason, B. R.의 Abnormal Psychology. 서울: 학지사.

김은주 (2007). 부모자녀관계와 자기결정성 요인들이 대학신입생들의 학교생활 만족도에 미치는 영향. 교육심리연구, 21(3), 539-555.

김정미 (2009). 대학생의 부적응적 완벽주의와 부적응적 정서의 관계: 자기비난과 수치심의 매개효과. 청소년학연구, 16(10), 205-225.

김주환, 김민규, 홍세희 (2009). 구조방정식모형으로 논문쓰기. 서울: 커뮤니케이션북스

김현정 (2007). 완벽주의에 대한 인지적 매개모형의 탐색과 인지행동치료의 효과. 전북대학교 박사학위논문.

서영숙 (2009). 완벽주의와 심리적 부적응과의 관계에서 수치심과 대처방식의 매개효과. 경북대학교 박사학위논문.

안하얀, 서영석 (2010). 성인애착, 심리적 디스트레스, 대인관계문제: 피드백에 대한 반응, 정서적 대처, 사회적 지지추구의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 575-603.

유미숙, 하은혜, 김혜진 (2004). 완벽주의 성향

- 의 발달요인에 관한 연구 - 부모의 양육 태도, 가족의 기능적 특성, 부모에 대한 애착 유형을 중심으로. *청소년학연구*, 11(3), 425-444.
- 이명희, 김아영 (2008). 자기 결정성 이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 157-174.
- 이민희, 정태연 (2008). 자기결정이론을 토대로 한 학습동기 경로 모형 검증. *한국심리학회지: 사회문제*, 14(1), 77-99.
- 임규혁 (1997). 간이정신진단검사(SCL-90-R)의 심리측정학적 재조명: 확인적 요인분석을 중심으로. *교육심리연구*, 11(1), 157-189.
- 장휘숙 (2002). 청년후기의 부모에 대한 애착, 분리-개별화 및 심리사회적 적응. *한국심리학회지: 발달*, 15(1), 101-121.
- 정승진 (1999). 완벽성 감소를 위한 인지행동 집단상담 프로그램 개발. 연세대학교 박사학위논문.
- 조화진, 서영석 (2010). 부모애착, 분리-개별화, 성인애착, 대학생활적응, 심리적 디스트레스의 관계 - 대학신입생을 대상으로-. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(2), 385-411.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716.
- Anderson, P., & Perris, C. (2000). Attachment styles and dysfunctional assumptions in adults. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 7(1), 47-53.
- Batholomew, 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.
- Barrow, J. C., & Moore, C. A. (1983). Group intervention with perfectionist thinking. *Personal and Guidance Journal*, 61(10), 612-615.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (46-76). New York: Guilford Press.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss, sadness, and depression*. New York: Basic Books.
- Cook, W. L. (2000). Understanding attachment security in family context. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 285-294.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Derogatis, L. R. (1983). *SCL-90-R administration, scoring and procedures manual-II*. Twoson, MD: Clinical Psychometric Research.
- Enn, M. W., & Cox, B. (2002). The nature and assessment of perfectionism: A critical analysis. In G. L. Flett & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism Theory, research, and treatment* (pp.33-62). Washington, DC: American Psychological Association.
- Flett, G. L. (2002). *Perfectionism Theory, research, and treatment* (pp.33-62). Washington, DC: American Psychology Association.
- Flett, G. L., Hewitt, P. L., & Singer, A. (1995). Perfectionism and parental authority styles. *Individual Psychology*, 51(1), 50-60.
- Fraley, R. C., & Waller, N. G., & Brennan, K. G. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment.

- Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 350-365.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Martia, J. I., & Neubauer, A. L. (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 119-126.
- Frost, R. O., & Marten, P. A. (1990). Perfectionism and evaluate threat. *Cognitive Therapy & Research*, 14(6), 559-572.
- Frost, R. O., Marten, P., Lahart, C., & Rosenblate, R. (1990). The dimensions of perfectionism. *Cognitive Therapy and Research*, 14(5), 449-468.
- Hamachek, D. E. (1978). Psychodynamics of normal and neurotic perfectionism. *A Journal of Human Behavior*, 13(1), 27-33.
- Iardi, B. C., Leone, D., Kasser, R., & Ryan, R. M. (1993). Employee and supervisor ratings of motivation: Main effects and discrepancies associated with job satisfaction and adjustment in a factory setting. *Journal of Applied Social Psychology*, 23(21), 1789-1805.
- La Guardia, J. G., Ryan, R. M., Couchman, C. E., & Deci, E. L. (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(3), 367-384.
- Lopez, F. G., & Brennan, K. A. (2000). Dynamic process underlying adult attachment organization: Toward an attachment theoretical perspective on the healthy and effective self. *Journal of Counseling Psychology*, 47(3), 283-300.
- Lopez, F. G., Mauricio, A. M., Gormley, B., Simko, T., & Berger, C. (2001). Adult attachment orientations and college student distress: The mediating role of problem coping styles. *Journal of Counseling & Development*, 79(4), 459-464.
- Lopez, F. G., Mitchell, P., & Gormley, B. (2002). Adult attachment orientations and college student distress: Test of a mediational Model. *Journal of Counseling Psychology*, 49(4), 460-467.
- Marsh, H. W., Martin, D., James, P., & Richard, W. (2004). Why multicollinearity matters: A reexamination of relations between self-efficacy, self-concept, and achievement. *Journal of Educational Psychology*, 96(3), 518-522.
- Overbeek, G., Vollebergh, W., Engels, R. C. M. E., & Meeus, W. (2003). Parental attachment and romantic relationships: Associations with emotional disturbance during late adolescence. *Journal of Counseling Psychology*, 50(1), 28-39.
- Pietromonaco, P. R., & Feldman Barrett, L. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others? *Review of General Psychology*, 4(2), 155-175.
- Randolph, J. J., & Dykman, B. M. (1998). Perceptions of parenting and depression-proneness in the offspring: Dysfunctional attitudes as ad mediation mechanism.. *Cognitive Therapy and Research*, 22(4), 377-400.
- Rice, K. G., & Dellwo, J. P. (2002). Perfectionism and self-development: Implications for college adjustment. *Journal of Counseling & Development*, 80(2), 188-196.
- Rice, K. G., & Mirzadeh, S. A. (2000). Perfectionism, attachment, and adjustment. *Journal of Counseling Psychology*, 47(2), 238-250.

- Robert, J. E., Gotlib, I. H., & Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediation roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Personality Processes and Individual Difference*, 70(2), 310-320.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R. S., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 18-29.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, 55(1), 68-78.
- Ryan, R. M., & Lynch, J. (1989). Emotional autonomy versus detachment: Revisiting the vicissitudes of adolescence and young adulthood. *Child Development*, 60(2), 340-356.
- Sheldon, K. M., Elliot, A. J., Kim, Y., & Kasser, T. (2001). What is satisfying about satisfying events? Testing 10 candidate psychological needs. *Journal of Personality and Social Psychology*, 80(2), 325-339.
- Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977). Attachment as an organizational construct. *Child Development*, 48(4), 1184-1199.
- Wei, M., Heppner, P. P., Russell, D. W., & Young, S. K. (2006). Maladaptive perfectionism and ineffective coping as mediators between attachment and future depression: A prospective analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 67-79.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, W. T. (2004). Maladaptive perfectionism as a mediator and moderator between adult attachment and depressive mood. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 201-212.
- Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-efficacy, comfort with self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshmen college students: A longitudinal design. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602-614.
- Wei, M., Shaffer, P. A., Young, S. K., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: The mediation role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 591-601.
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T. Y., & Zakalik, R. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 14-24.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In Rick H. Hoyle (ed.), *Structural Equation modeling: Concepts, issues and applications* (pp.56-75). Newbury Park, CA: Sage.
- Wintres, M. G., & Sugar, L. A. (2000). Relationships with parents, personality, and the university transition. *Journal of College Student Development*, 41(2), 202-214.

원고접수일 : 2011. 3. 16
 수정원고접수일 : 2011. 5. 01
 게재결정일 : 2011. 4. 30

Adult Attachment and Psychological Distress: Mediating Roles of Maladaptive Perfectionism and Basic Psychological Needs Satisfaction

Hwa Jin Cho

Young Seok Seo

Yonsei University

The current study examined the mediation effects of maladaptive perfectionism and basic psychological needs satisfaction on the link between adult attachment and psychological distress by analyzing responses from 326 college students. Results showed that a hypothesized model produced a better fit to the data than a comparative structural model including no direct path between maladaptive perfectionism and basic psychological needs satisfaction. The association between adult attachment anxiety and psychological distress and the relation between adult attachment avoidance and psychological distress were fully mediated by maladaptive perfectionism and basic psychological needs satisfaction, respectively. Adult attachment anxiety influenced maladaptive perfectionism which in turn impacted basic psychological needs satisfaction. On the other hand, the basic psychological needs satisfaction partially mediated the link between maladaptive perfectionism and psychological distress. Implications of the current findings for future research and counseling practice are discussed.

Key words : adult attachment, maladaptive perfectionism, basic psychological needs satisfaction, psychological distress