

성인 애착 불안/회피 차원과 우울 사이를 매개하는 변인의 탐색: 사회적 상호작용 불안에 대한 정서 조절의 차별적 경로

김 병 직[†]

한국과학기술원 경영공학과

오 경 자

연세대학교 심리학과

본 연구에서는 201명의 대학생을 대상으로 개인의 성인 애착 특성이 우울에 영향을 미치는 과정에서, 사회 불안(특히 사회적 상호 작용 불안)과 정서 조절 기제(반추와 정서 억제)가 매개 역할을 하는지 알아보았다. 선행 연구들에 의하면 성인 애착 불안과 회피 차원은 각각 반추와 정서 억제라는 상이한 정서 조절 기제를 사용한다. 그런데 사회적 상호 작용 불안이라는 특정한 정서 발생 상황에 대해서도 그러한 정서 조절 기제를 사용하는지 알아보았다. 이를 위해 구조방정식 모형을 사용해 각 변인들 간의 관계 모형을 설정하고 그 적합도를 확인하였다. 상관 분석 결과, 성인 애착 불안과 회피 모두 사회적 상호작용 불안, 반추, 우울 등과 유의한 상관이 있었다. 구조 모형 분석 결과 성인 애착 불안은 사회적 상호작용 불안을 매개로 반추에 영향을 미쳤고, 반추는 다시 우울로 이어졌다. 한편 성인 애착 회피는 사회적 상호작용 불안을 매개로 반추로 연결되었고, 이는 우울로 이어졌다. 성인 애착 회피는 정서 억제와 유의미한 상관이 있었으나, 사회적 상호작용 불안을 매개로 정서 억제로 연결되지는 않았다. 위의 결과를 중심으로 본 연구의 함의와 한계점을 논의하였다.

주요어 : 성인 애착 불안, 성인 애착 회피, 사회적 상호작용 불안, 정서 조절, 반추, 정서 억제, 우울

[†] 교신저자 : 김병직, 한국과학기술원 경영공학과, (130-722) 서울시 동대문구 회기로 85
Tel : 02-958-3603, Email : kimbj82@business.kaist.ac.kr

사람은 사회적 존재, 즉 타인과의 관계 안에서만 살아갈 수 있는 존재이다. 그래서 관계는 개인의 인지, 정서, 행동 등에 많은 영향을 미치는데, 특히 우울, 불안 등의 정신건강 지표들에 큰 영향을 준다고 알려져 있다 (Bartholomew & Horowitz, 1991). 대인 관계에 대한 여러 이론들 중 성인 애착 이론은 우울, 불안 같은 부적응적 정서 지표를 예측하고 설명하는데 중요한 역할을 한다(Lopez & Brennan, 2000). 그리고 건강하게 형성되지 못한 성인 애착으로 인해 우울이 나타나는 과정에서, 여러 가지 요인들이 매개 작용을 한다. 성인 애착이 대인 관계적 측면을 반영하기에, 매개변인으로서 우선 대인 관계 상의 변인을 생각해 볼 수 있다. 그래서 본 연구에서는 사회 불만에 주목하였는데, 사회 불안의 하위 유형 중 ‘관계적’ 상황과 관련이 큰 ‘사회적 상호작용 불안’에 초점을 맞추었다. 성인 애착 불안이나 회피를 지닌 사람들은 자신들이 타인에게 사랑 받지 못할 것이라고 생각하기에, 대인 관계에 있어서 불안함을 경험한다. 또한 미리 거절 받으리라 예상하여 애초에 다른 이들과의 상호작용을 회피한다. 이렇게 성인 애착은 사회 불안의 핵심 요인인 타인으로부터의 거절에 대한 민감성과 깊은 관계가 있다 (신혜린, 이기학, 2008; Bartholomew & Horowitz, 1991; Griffin & Bartholomew, 1994). 지속적이고 안정적인 개인의 성격 특성에 해당하는 성인 애착은 개인이 대인 관계 상에서 경험하는 불안의 상태, 즉 사회적 상호 작용 불안을 야기할 수 있는 것이다. 그리고 이러한 대인 관계 상에서 경험하는 불안 상태를 처리하는 정서 조절 기제로 반추와 정서 억제를 생각해 볼 수 있다. 그 이유로는 첫째, 다양한 실험, 설문 연구들에서 사회 불안이 반추의 주요 특성

인 자기 초점 주의와 부정적 자극에 대한 주의 편향을 야기하는 것으로 보고하였기 때문이다(김남재, 2005; 양재원, 김지혜, 오경자, 2006; 정승아, 오경자, 2004; Clark & Wells, 1995; Mogg & Bradley, 1998/1999; Mogg, Philippot, & Bradley, 2004; Rapee & Heimberg, 1997; Schultz & Heimberg, 2008; Spur & Stopa, 2002; Woody & Rodriguez, 2000). 둘째, 본 연구의 초점인 성인 애착과 관련이 있다고 알려진 정서 조절 기제가 반추와 정서 억제이기 때문이다(Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005).

그리고 사회적 상호 작용 불안은 우울을 야기할 수 있다. 사회 불안과 우울에 대한 선행 연구들은 이 두 변인들이 공변한다는 것을 밝히기도 하였지만, 한 편 둘 사이의 차별성에 주목하여 사회 불안이 우울에 선행함을 보고하였다(Bruch, Mattia, Heimberg, & Holt, 1993; Strauman, 1989; Yang, Yang, & Oh, 2008). 또한 사회 불안이 반추에 선행한다는 선행 연구들 (Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997) 과 반추가 우울에 선행한다는 선행 연구들 (Nolen-Hoeksema, 1987/ 1991; Spasojevic & Alloy, 2001)을 종합적으로 고려해 볼 때 사회 불안이 우울에 선행하는 변인일 수 있다.

한편 성인 애착을 정서 조절 양식과 연관하여 생각해 볼 수 있다. 성인 애착 불안을 지닌 사람은 스트레스 상황에서 남들의 관심과 도움을 얻기 위해 자신의 부정적인 정서에 과도하게 반복적으로 주의를 기울이는 반추를 한다(Mikulincer, Shaver, & Pereg, 2003). 반면, 성인 애착 회피를 지닌 사람은 남들의 관심과 도움을 받지 못하는 데에서 오는 좌절감/실망감을 미리 피하기 위해 부정적인 감정을 억제한다(Shaver & Mikulincer, 2002; Wei et al., 2005). 그런데 과연 이러한 특성이 ‘모든 상황

의 모든 정서' 상태에 일률적으로 적용되는 것일까? 아니면 성인 애착 특성으로 인해 경험하게 되는 정서의 종류나 발생 양식에 따라 서로 다른 정서 조절 기제를 사용하게 되는 것일까? 본 연구에서는 이러한 질문에 대해 성인 애착 특성으로 인해 경험하는 '사회적 상호작용 불안'이라는 정서의 경우 어떠한 정서 조절 기제가 나타나는지 알아보려고 한다.

이러한 작업의 의의는 다음과 같다. 첫째, 기존의 성인 애착, 사회적 상호작용 불안, 반추, 정서 억제, 그리고 우울 등에 대한 연구들을 하나의 통합적인 모형 안에서 검증함으로써, 변인들 사이의 구조적 관계를 확인한다는 의미가 있다. 이 과정에서 성인 애착과 우울 사이에 순차적으로 여러 개의 매개 변인들을 설정함으로써 보다 정교한 작동 기제를 탐색할 수 있다. 둘째, 이 작업은 성인 애착 특성으로 인해 나타나는 정서의 종류와 발생 양식(특히 본 연구에서는 사회적 상호작용 불안)에 따라 서로 다른 정서 조절 기제(본 연구의 경우 반추와 정서 억제)가 나타나는지 살펴본다는 이론적인 함의가 있다. 이는 성인 애착 불안과 회피 차원과 관련이 있다고 알려진 정서 조절 기제가, 사회적 상호작용 불안이라는 '특정한 정서 상태 및 경험'에 따라 다르게 나타날 수 있는지를 살펴본다는 의미에서 중요하다.

성인 애착

성인들의 심리 내적, 대인 관계적인 역동을 이해하는데 있어서, Bowlby의 애착 이론(1988)은 커다란 기여를 했다. 유아 초기 양육자와의 관계는 성장 과정을 거치며 개인의 사회적, 인지적, 정서적 발달에 광범위하고 근원적인

영향을 미친다. 양육자와 건강한 정서적 유대감을 형성한 유아들은 힘겨운 상황에서도 안정된 반응을 보이는 반면에, 양육자의 무관심, 예측할 수 없는 태도, 거절 등을 경험한 유아들은 스트레스 상황에서 비적응적인 반응을 보인다. 양육자와의 관계, 양육자의 반응 등은 유아들이 자신과 타인에 대한 내적 작동 모델(internal working model)을 형성하고 발달시키는데 결정적인 역할을 한다(Bartholomew & Horowitz, 1991). 유아의 필요와 욕구에 민감하고 따뜻하며 일관적인 반응을 하는 양육자에게서 자란 유아는 대인관계에서 안전감을 경험한다. 이러한 유아들은 양육자와의 관계에서 안정 애착을 형성하게 되는데, 안정 애착의 특징은 자신과 타인에 대해 긍정적인 내적 작동 모델을 지니게 된다. 반면에 초기 양육에서 부모가 유아의 욕구에 대해 비일관적 반응을 하거나, 아예 반응을 하지 않으면, 유아들은 부모와 불안정 애착을 형성한다. 불안정 애착은 세부적으로 두 가지 형태로 나타나는 데, 부모가 비 일관적인 양육을 한 경우 유아들은 '자신'에 대해 부정적인 작동 모델을 발달시키게 되고 이는 성인기에도 지속적인 영향을 미친다. 이들은 자신이 다른 사람들 사랑을 받을만한 가치가 없다고 느끼기에 타인의 인정과 애정에 과도하게 매달린다. 한 편 부모가 지속적으로 유아의 필요에 대해 아예 반응을 하지 않은 경우, 유아는 '타인'에 대해 부정적인 작동 모델을 발달시키게 된다. 이들은 타인을 믿을 수 없는 존재로 느끼기 때문에, 관계 자체를 거부하며 관계에 대한 욕구를 부인하거나 최소화한다(Lopez & Brennan, 2000).

이렇게 초기 양육기에 형성된 애착은 성인기로 연결되어 개인의 인지, 정서, 행동, 대인

관계 등에 커다란 영향을 미치게 된다. 이 영향은 전 생애를 통하여 지속되며, 성인 애착으로 이어져 한 개인의 성격 특성으로 자리 잡게 된다(Bowlby, 1988; Mallinckrodt, 2000). 이러한 관점을 이어 받은 Hazan과 Shaver(1987)는 기존의 유아에 대한 애착 이론들을 통합하여, 성인의 내적 작동 모델에 대한 이론을 정립하였다. 성인기의 내적 작동 모델은 유아기의 작동 모델과 마찬가지로 ‘자기’와 ‘타인’에 대해 ‘긍정적’인지, 혹은 ‘부정적’인지에 따라 세 가지 유형으로 나누어진다고 알려져 왔다. 첫째, 회피형 애착(avoidant style)은 ‘타인’에 대해 부정적인 작동 모델을 지니고 있기에 타인의 의도에 대한 의심과 불안이 있으며, 타인과 정서적인 거리를 유지하려 한다. 둘째, 불안-양가적 애착(anxiety-ambivalent style)은 ‘자신’에 대한 부정적 작동 모델을 지니고 있기에 타인에게 정서적으로 매달리며 친밀감에 대한 갈망, 거절에 대한 강한 두려움 등을 나타낸다. 셋째, 안정형 애착(security style)은 자신과 타인에 대해 모두 긍정적인 내적 작동 모델을 지니고 있다. 이들은 친밀한 관계에 대해 편안함을 느끼며 타인에게 과도하게 집착하지 않는다(Bartholomew & Horowitz, 1991).

이러한 성인 애착 불안과 회피는 우울 및 심리적 불편감과 관련이 있고(Kobak & Hazen, 1991), 우울한 사람들은 애착 관계 형성에서 상대방에게 거절당할 것을 두려워서 관계를 회피하는 성향을 보인다(Carnelley, Pietromonace, & Jaffe, 1994). 그리고 많은 연구들에서 성인 애착은 우울, 불안 등의 심리적 스트레스와 관련이 있는 것으로 나타났으며(김민선, 서영석, 2010; 조화진, 서영석, 2010; Wei, Shaffer, Young, & Zakalik, 2005), 안정적이지 않은 성인 애착은 우울증과 관련이 깊은 것으로 보고되

었다(Hankin, Kassel, & Abela, 2005).

한 편 기존의 유형론이 아닌, 성인 애착을 두 가지 ‘차원(dimension)’으로 접근하는 방식이 더 우수한 설명력을 지닌다는 의견이 나타났다(Fraley & Waller, 1998). 1000 명의 대학생을 대상으로 한 연구(Brennan, Clark, & Shaver, 1998)에서, 성인 애착 불안(Adult attachment anxiety)과 성인 애착 회피(Adult attachment avoidance)라는 두 개의 독립적인(orthogonal) 차원이 나타났다. 성인 애착 불안은 타인에게 거절 받거나 버려질 것에 대한 강한 두려움, 타인의 관심과 인정에 대한 과도한 욕구 등으로 정의된다. 성인 애착 회피는 타인과 친밀해지는 것에 대한 두려움, 타인에 대한 의존성에 대한 불편함, 과도한 자기 의존성 등을 나타낸다.

이러한 성인 애착의 각 차원들은 주요한 부정적 심리 지표들과 관련 있다. 불안정한 성인 애착은 불안과 우울(정연옥, 2005; Lopez & Brennan, 2000; Wei, Heppner, & Mallinckrodt, 2003), 수치심, 분노, 그리고 부정적인 평가에 대한 두려움(Wagner & Tangney, 1991) 등과 정적인 상관이 있다. 그리고 이러한 연구가 발전함에 따라, 이 사이에서 매개 혹은 중재 역할을 하는 변인을 찾으려는 연구가 늘고 있다(Wei, Mallinckrodt, Russell, & Abraham, 2004). 예를 들어 성인 애착과 우울과 불안 등의 주요 심리적 스트레스 사이를 역기능적인 태도와 낮은 자존감이 매개하는 연구(Roberts, Gotlib, & Kassel, 1996)가 있고, 또한 성인애착의 차원들과 우울과 불안 등의 부정적 정서 지표 사이를 사회적 효능감과 정서 인식(Mallinckrodt & Wei, 2005), 부적응적 완벽주의(Wei et al., 2004), 정서 조절(Wei, et al., 2005), 낙관성과 비관성(이지연, 임성문, 2006), 그리고 희망(이

주영, 2012) 등이 매개한다는 연구들이 있다.

그런데 기존의 연구들은 성인애착의 각 차원들과 종속 변인 사이의 관계를 하나의 매개 변인으로 설명했다는 한계가 있다. 물론 하나의 매개 변인을 설정함으로써 모형이 간명해지는 장점이 있지만, 다양한 인지/정서/행동 등의 변인들이 복합적으로 영향을 미치는 실제 현실을 충분히 반영하기 어렵기에 여러 과정 변인들 사이의 상호 관계를 충분히 확인할 수 없다(안하얀, 서영석, 2010). 그래서 본 연구에서는 성인애착의 각 차원과 종속 변인 사이에, 여러 개의 순차적인 변인들을 설정하여 각 변인들의 상호 인과적 관련성을 탐색해 볼 것이다. 선행 연구들에 의하여 성인 애착과 관련이 있다고 알려진 사회 불안과 정서 조절(반추와 정서 억제) 기제 등을 차례로 설정하여 통합적인 이론 모형을 제시하려고 한다.

성인 애착과 사회 불안

사회 불안은 사회적 수행 상황이나 타인과의 상호 작용에 대해 지속적이고 뚜렷하게 느끼는 두려움이다(American Psychiatric Association, 1994). 이들은 부정적인 평가에 대한 두려움이 매우 크기 때문에, 익숙하지 않는 과제를 수행하거나 낯선 사람과의 상호 작용을 피하려 한다(Herbert, Rheingold, & Brandsma, 2001). 사회 불안의 정도가 심해져서 일상생활을 할 수 없을 때 진단되는 정신과적 질환이 사회 공포증(social phobia) 혹은 사회 불안 장애(social anxiety disorder)이다(American Psychiatric Association, 1994).

그 동안 사회 불안의 진단 및 치료에 있어서 사회 불안을 단일한 집단으로 규정하여 접근하였다. 하지만 사회 불안은 이질적이며 다

양한 특성을 지닌 집단이라는 것이 밝혀지면서 기존의 접근은 진단 및 치료에 도움이 되지 않는다는 주장이 대두되었고(Turner, Bedel, & Townsley, 1992), 이에 따라 사회 불안을 다양한 방식으로 분류하는 시도들이 나타났다.(Heimberg, Hope, Dodge, & Becker, 1990; Kessler, Stein, & Berglund, 1998; Levin et al., 1993). 경험되는 불안의 (1) 강도, (2) 범위, 그리고 (3) 상황 등이 분류의 기준이다. 첫째, 사회 불안을 경험하는 강도에 따라 임상적 수준과 비임상적 수준으로 나누는데, 임상적 수준의 경우 사회공포증이라 불린다(Leitenberg, 1990). 둘째, 불안의 '범위'에 의해 나눌 수 있는데 '정신장애의 진단 및 통계 편람 제 4판(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 4th edition: 이하 DSM-IV)이 대표적이다. 이 체계에서는 사회 불안을 '사회적 상황 범위'에 따라 두 가지 하위 유형으로 나눈다. 하나가 '다양한' 사회적 상황에서 불안을 느끼는 일반화된 유형(generalized subtype)이고, 다른 하나가 '특정한' 상황에서만 그러한 특정 유형(specific subtype)이다. 그런데 이러한 구분은 사회적 상황에 대한 구체적인 기준이 제시되어 있지 않다는 비판을 받았다(Turner et al., 1992). 셋째, 이에 대한 대안으로 나타난 것이 '상황'에 의한 분류이다. 이 분류에 의하면 사회 불안은 크게 '사회적 상호작용 불안(Social interaction anxiety)'과 '수행 불안(performance anxiety)'으로 구분된다. 전자의 경우, 친구들과의 만남이나 데이트 같이 그 관계에 속한 구성원들이 영향을 서로 주고받는 대인 관계에서 나타나며, 후자의 경우는 발표 상황 같이 타인들의 영향이 상대적으로 적은 상황에서 나타난다(Leary & Kowalsky, 1995; Stein & Deusch, 2003).

본 연구에서는 '상황'에 의한 분류를 기반

으로 논의를 진행할 것이다. 왜냐하면 본 연구의 주된 관심사인 ‘성인 애착’은 ‘관계’에 대한 개념이기에, ‘관계적 상황’을 나타내는 ‘사회적 상호 작용 불안’ 개념이 적합하다고 생각하기 때문이다. 즉, 사회적 ‘상황의 특성’을 고려한 분류 체계가 성인 애착 논의와 더 잘 부합한다고 생각한다. 이에 따라 수행 불안보다는 상호작용 불안에 초점을 맞추어 논의를 진행해 나갈 것이다.

거절에 대한 두려움이 핵심 특징인 사회 불안은 성인애착과 관련이 깊으며(신혜린, 이기학, 2008; Brennan & Shaver, 1995), 본 연구의 주된 관심사인 사회적 상호 작용의 관점에서 살펴보면 다음과 같다. 8000개의 집단 (community)을 대상으로 한 미국 국립 공존 질환 조사(National Comorbidity Survey)의 인구 역학 조사에 의하면 사회 불안은 안정 애착과 부적절한 상관을 나타내었고, 성인애착 불안과 회피와는 정적인 상관을 보였다(Mickelson, Kessler, & Shaver, 1997). 이는 불안정한 성인 애착의 특성과 사회적 상호 작용 불안이 개념적, 경험적으로 관련되어 있기 때문이라고 해석할 수 있다. 사회 불안을 지닌 이들은 사회적인 상호작용을 회피함으로써 친밀한 관계 안에 내재되어 있는 거절에 대한 잠재적인 위협을 방어하려고 한다(Eng, Heimberg, & Hart, 2001). 즉, 성인 애착이 불안정한 사람들은 사회적 상호 작용 불안을 경험할 가능성이 높다. 생리 심리학자들에 의하면 사회 불안을 지닌 이들은 생존을 위한 방어 시스템이 과도하게 활성화 되어 있다. 이 방어 시스템이 실제 혹은 상상에 의해 나타난 버려질 것이라는 위협을 감지하면, 이들은 이 위협에 대해 과도하게 주의를 기울이게 된다(Eng et al., 2001). 이러한 사회 불안은 대인관계 상에서 경험하는

정서로서, 사회적 상호작용 불안의 개념에 더 잘 부합된다. 즉, 사회적 상호작용 불안을 지닌 이들의 이러한 특성은 성인 애착이 불안정한 사람들과 상당히 유사한 것이다. 애착이 불안정한 이들은 관계 안에서 자신이 버려질지 모른다는 두려움을 핵심 기제로 가지고 있기 때문에, 관계 안에서 버려짐을 암시하는 단서들에 과도한 주의를 기울인다. 성인애착 불안을 지닌 사람들은 그러한 두려움을 해소하고자 타인에게 관심과 애정을 갈구하고 지나치게 매달리게 되고, 성인 애착 회피를 지닌 이들은 아예 처음부터 친밀한 관계를 맺지 않음으로써 그런 두려움을 방어한다. 이렇게 성인애착 불안과 회피 차원이 서로 독립적이며 현상적으로 서로 다른 특성을 지닌 것처럼 보이지만, 근본적으로 두 차원의 기저에는 모두 대인 관계에서 언제든지 자신이 버려질 수 있다는 두려움을 깔려 있다. 즉, 두 차원은 사회적 상호 작용 불안의 측면에서는 유사한 작동 기제를 지녔다고 말할 수 있다.

이러한 사회 불안과 우울은 서로 밀접하여 연관이 되어 있으며 공변한다고 알려져 있다. 하지만, 사회 불안과 우울이 차별적 작동 기제를 가지며, 사회 불안이 우울에 선행한다는 연구 결과들이 있다(Bruch et al., 1993; Strauman, 1989; Yang et al., 2008). 특히 사회적 상호 작용의 경우, 우울과의 관련성이 높다고 알려져 있는데(Norton, Asmundson, Cox, & Norton, 2000), 부정적 사고, 비합리적 신념 등을 통해 결국 우울을 초래한다. 사회적 상호 작용 불안을 지닌 사람들은 타인과의 관계에서 자신의 말이 지루하게 느껴지거나 자신이 어리석게 보여 결국 무시당할 것이라는 두려움을 지니고 있다. 이는 대인관계에서 경험하는 자동적인 부정적 사고와 정적인 관련이 있

고, 반대로 긍정적 자동적 사고와 부적인 관련이 있다(Heimberg, Mueller, Holt, Hope, & Liebowitz, 1992). 또한 사회적 상호 작용 불안을 지닌 이들은 만약의 상황에 나타날지 모르는 위협적인 사건에 지나치게 걱정하고 지속적으로 염려하는 과잉 불안 염려를 나타낸다. 이는 우울을 초래한다고 알려진 ‘비합리적 신념 체계’의 일종이다. 그리고 대인 불안을 경험하는 이들은 자신이 지각하는 자기상(self-image)과 타인에게 보이는 자기상이 부정적이며, 현실적 자기-이상적 자기 사이의 불일치가 커서 심리적 고통, 낮은 자존감 등을 경험한다는 선행 연구들(김남재, 1995; Kocovski & Endler, 2000; Leary & Kowalsky, 1995)을 통해서도 사회적 상호 작용 불안과 우울의 관련성을 생각해 볼 수 있다. 인생의 대부분을 타인과의 관계 안에서 살아감을 고려해 볼 때, 대인 관계에서 불안함을 경험하게 되면 타인들로부터 긍정적 피드백을 받기 어려워지게 되고 결국 우울을 경험하게 될 가능성이 높다. 즉 사회 불안이 우울을 초래하는 것이다.

사회적 상호 작용 불안과 정서 조절

대인 관계에서 경험되는 사회 불안, 즉, 사회적 상호작용 불안과 정서 조절과의 관련성을 탐색하는데 있어서 우선적으로 고려해야 할 사항은 다음과 같다. 사회적 상호 작용 불안은 상태(state)를 나타내는 변인이고, 정서 조절은 특질(trait)에 해당하는 변인인데 과연 상태 변인이 특질 변인에 선행할 수 있는지에 대한 부분이다. 물론 종단 연구 설계가 가능했다면 시차를 두어 사회적 상호 작용 불안이 정서 조절에 선행하는지 분석할 수 있지만, 본 연구는 횡단 연구 설계이기에 그 부분을

설명하기 위한 이론적, 경험적 장치가 필요하다. 이에 따라 다음의 두 가지 근거를 통해 그 문제를 해결하고자 한다.

첫째, 선행 연구들 상에 나타난 이론적, 경험적 근거들이다. 사회적 상호 작용 불안을 상위 개념인 사회 불안에 대한 여러 실험, 조사 연구들에 의하면 선행 연구들에 의하면 사회 불안은 내면에서 경험되는 부정적 사고, 정서에 과도한 주의를 기울이는 정서 조절 양식인 반추(rumination)를 초래한다. 반추는 자신과 관련된 부정적 자극에 대해 과도한 주의를 보이는 주의 편향(attention bias)과 자기 내면의 반응에 지나치게 초점을 맞추는 자기 초점 주의(self-focus attention)를 주요 특징으로 가진다. 사회 불안에 대한 인지적 모형에 의하면 사회 불안을 경험하는 사람들은 자신을 평가할 것으로 예상되는 청중이나 사회적 상황을 지각하면서부터 사회 불안 증상을 느끼게 된다(Clark & Wells, 1995; Rapee & Heimberg, 1997). 사회 불안을 경험하는 이들은 자신이 평가 대상이라고 지각하게 되면, 평가 대상으로서의 자기에 대한 정신적 표상(mental representation)을 형성하게 된다. 이 표상 안에는 자신과 주변 환경에 대한 부정적 평가와 타인이 자신에게 높은 기대를 하고 있다는 인식 등이 자리 잡고 있다. 이 과정에서 자신이 주변 사람들의 높은 기대에 부합할 수 있을지 끊임없이 생각하는 인지적 과정을 거치게 되는데, 타인의 기대를 충족시킬 자신이 부족할수록 불안이 증폭된다. 이 과정에서 평가 대상으로서의 자신과 관련된 부정적 자극에 대해 주의 편향이 증가하고 동시에 자기 초점 주의가 늘어난다(양윤란, 오경자, 2004; 양재원, 오경자, 2010). 선행 연구들에서 부정적 자극에 대한 주의 편향(양재원 외, 2006; Mogg & Bradley,

1998/ 1999; Mogg et al., 2004; Schultz & Heimberg, 2008)과 자기 초점적 주의(김남재, 2005; 정승아, 오경자, 2004; Spur & Stopa, 2002; Woody & Rodriguez, 2000)가 사회불안과 관련이 있음을 밝혔다. 다른 사람들이 자신을 평가한다고 지각하는 사회 불안을 지닌 사람들은 자신이 타인의 기대를 충족시키는지 끊임없이 확인하려고 하기 때문에 주의의 방향을 자기의 내면으로 향하게 한다. 즉, 사회불안을 지닌 사람들이 지닌 자기 초점 주의 경향은 주의를 내부로 기울이게 하며, 부정적인 주의 편향은 자신의 내면의 부정적인 정서와 사고에 주의를 기울이게 하는 반추로 이어진다. 이렇게 다양한 선행 연구들에서 사회적 상호 작용의 상위 개념인 사회 불안이 반추에 선행함을 밝혀왔다.

둘째, 논리적 설명을 통한 근거 지움 작업이다. 앞에서 소개한 사회 불안이 반추에 선행한다는 이론적/경험적 연구들을 대인 관계의 맥락으로 좁혀 사회적 상호작용 불안과 연결시키면 다음과 논리적 추론을 할 수 있다. 대인 관계에서 자신이 부정적인 평가를 받을 것이라고 지각하는 사람은 불안함을 경험하게 될 것이고, 그때 경험하는 불안을 반추의 방식으로 처리하는 것이다. 대인 관계에 대한 불안이 느껴질 때 이들의 내면 안에서는, 자신이 어리석고 가치 없다는 평가를 받으리라는 부정적인 자동적 사고가 나타난다(Heimberg et al., 1990). 이 부정적 사고는 개인이 의식적으로 조절하기 어려운 무의식적이고 강한 힘을 지닌 것이기에, 이 사고를 경험하는 이들은 자동적으로 거기에 과도한 주의를 기울이게 되며, 동시에 그 정서를 경험하는 자신의 내면 안으로 빠져들게 되는 것이다. 즉, 불안이 느껴질 때 자동적으로 자신의 부정적 특성

에 주의를 기울이게 되고, 동시에 자기 초점 주의를 보이는 것이다. 이러한 방식으로 사회적 상호 작용 불안은 정서 조절 양식에 선행함을 예측해 볼 수 있다.

한편 사회적 상호 작용 불안으로 인해 경험되는 부정적인 정서를 반추하는 방식이 아닌, 억제하는 방식으로 처리할 가능성도 있다. 타인과 관계를 맺을 때 나타나는 두려움과 불안을 인식하거나 인정하지 않고 억누르는 것이다. 마치 그런 정서가 없는 듯이 행동함으로써, 그 영향력으로부터 벗어나려는 것이다. 이를 통해 단기적으로는 부정적인 정서 상태에서 자신을 보호할 수 있다. 하지만 장기적인 관점에서는 이러한 정서 억제는 우울을 증가시킨다(Cassidy, 2000).

성인 애착과 정서 조절

성인 애착 불안과 성인 애착 회피는 서로 다른 정서 조절(affect regulation) 양식을 사용한다(Shaver & Mikulincer, 2002). 성인 애착 불안을 지닌 사람은 스트레스 상황에서 타인의 관심과 도움을 얻고자 자신의 부정적인 사고와 정서에 과도하게 반복적으로 주의를 기울이는 반추적인 대처 방식을 나타낸다(Mikulincer et al., 2003). 이들은 애착 대상과의 거리를 최소화하고 그 대상에게서 안전함을 느끼려고 한다(Mikulincer & Shaver, 2001; Shaver & Hazan, 1993). 이들은 타인에게서 사랑과 안전함을 느끼기 위해 자신의 부정적 정서에 대해 지나치게 주의를 기울이며, 또한 과도한 불안을 나타낸다. 이들은 타인들의 지지와 도움을 얻기 위해 자신의 부정적인 생각과 기억에 과도하게 주의를 기울이며(Mikulincer, Birnbaum, Woddis, & Nachmias, 2000; Mikulincer, Woddis,

& Nachmias, 2000; Shaver & Mikulincer, 2002), 반추적인(ruminative) 대처 양식을 보인다(Mikulincer, 1998). 반면에 성인 애착 회피를 지닌 사람은 타인의 관심과 지지를 받지 못하는 데에서 오는 좌절감/실망감을 피하기 위해서 자신의 부정적인 감정을 억제하고 타인과의 심리적 거리를 최대화한다(Shaver & Mikulincer, 2002). Wei와 그의 동료들(2005)의 연구에 의하면, 환경 자극에 대한 과도한 감정적 반응성인 정서적 반응성(emotional reactivity)은 성인 애착 불안과 우울 사이를 매개하는 것으로 나타났다. 자신의 정서나 타인과의 상호 작용이 과도하게 강렬해졌다고 지각할 때 자신을 고립시키는 정서적 억제성(emotional cutoff)은 성인 애착 회피와 우울 사이를 매개하는 것으로 나타났다. 한편 김병직과 오경자의 연구(2009)에서는 Wei와 그의 동료들의 연구(2005)에서 사용한 정서 조절 양식이 정서를 어떻게 ‘표현’하고 ‘행동화’하는지에 대한 개념이기에, 그러한 ‘표현’, ‘행동화’ 이전에 어떠한 내적 기제를 거치는지에 대해서는 충분히 밝히지 않았다고 주장하였다. 그래서 정서적 조절 전략의 여러 측면 중 내적으로 정서에 어떻게 ‘주의(attention)’를 기울이고, 그렇게 주의를 기울인 정서를 ‘처리(dealing with)’하는지에 대한 개념인 반추와 정서 억제를 매개 변인으로 선정하였다. 연구 결과 성인 애착 불안은 반추를 매개로 하여 우울로 연결되었고, 성인 애착 회피는 정서억제를 매개로 우울로 연결되지 않았지만 정서 억제와 높은 상관관계를 나타냈다.

하지만 이 결과들은 ‘특정한’ 정서 상태나 정서 발생 기제에 대한 것이 아니라, ‘일반적’인 정서를 다루었다. 또한 사회 불안은 반추와 연결된다는 선행 연구 결과들을 볼 때 사

회 불안 같은 특정한 정서 상황에서는 다른 결과가 나타날 가능성이 있다. 즉, 성인 애착 회피를 지닌 사람 역시 애착 불안처럼, 사회 불안을 억제하지 않고 ‘반추’할 가능성도 배제할 수 없다.

정서 조절과 우울

반추는 내면의 부정적인 정서에 반복적으로 주의를 집중하는 심리적 행위 양식으로서, 우울과 불안 같은 심리적 부적응을 유발한다(Nolen-Hoeksema, 1987/1991). 우울에 대한 반응 양식 이론(responsive style theory)을 제시한 Nolen-Hoeksema(1991)에 의하면, 사람들은 자신의 우울한 기분에 대해 반응하는 일관적인 패턴이 있는데 이 반응 패턴이 우울을 유지시키고 증폭시키는데 중요한 역할을 한다. 우울한 기분이 들었을 때 그 기분에 지속적으로 주의를 기울이는 행위는 우울을 지속, 심화시킬 뿐만 아니라, 주요 우울 장애 삽화를 예측하는 요인으로 기능한다(Spasojevic & Alloy, 2001). 사회 불안으로 인해 형성된 부정적 정서에 대해 반복적이고 지속적으로 주의를 기울이는 반추를 함으로써 우울을 심화, 지속시킨다.

한편 정서 억제 역시 장기적인 관점에서 우울을 증폭시킨다(Cassidy, 2000; Wei et al., 2005). 단기적으로는 정서 억제를 통해 부정적인 정서를 적게 경험하거나 경험하지 않을 수 있다. 하지만 이러한 방식으로 우울에 대처하게 된다면, 장기적으로는 우울에 취약해진다. 우울이란 누구나 경험하는 일반적인 정서인데, 정서 억제를 하면 우울에 대한 적절한 대처 방식을 학습할 기회를 잃게 되어, 약한 우울 감조차 건강하게 다루기 어렵게 되기 때문이다. 또한 관계 안에서 적절히 정서를 표출하

면서 친밀해짐을 고려하면 정서 억제는 대인 관계를 악화시킨다. 이는 장기적으로 더 큰 부정적인 정서(우울이나 불안 등)를 경험하게 만든다(Wei et al., 2005).

성인 애착과 정서 조절 사이를 매개하는 사회적 상호작용 불안, 그리고 우울

지금까지 살펴 본 주요 변인들에 대한 이론들과 선행 연구 결과들을 종합하면, 성인애착 불안, 회피를 지닌 사람들은 사회적 상호작용 불안을 경험할 가능성이 크고(Eng et al., 2001), 사회적 상호 작용 불안을 경험하는 사람들은 반추하는 방식으로 내면의 부정적 정서에 대처할 가능성이 높다(Clark & Wells, 1995). 그리고 반추하는 정서 조절 양식은 우울을 증폭시킬 것이다(Nolen-Hoeksema, 1991). 비록 성인 애착 불안은 반추와 관련 있고 성인 애착 회피는 정서 억제와 관련 있다고 알려져 있지만(Wei et al., 2005), 사회적 상호 작용 불안을 경험하는 이들이 반추라는 정서 조절 기제를 사용한다는 점에 비추어 볼 때, 성인 애착 회피를 지닌 사람들 역시 사회 불안에 대해서 정서 억제가 아닌 반추를 할 가능성도 있다. 이를 확인하기 위해 성인애착 불안과 회피 두 차원 모두 사회적 상호 작용 불안을 매개로 각각 반추와 정서 억제로 ‘동시에’ 연결되는 모형을 세워 볼 필요가 있다. 특히 ‘특정한 정서 상태 혹은 상황’에 따라 그 결과가 달라지는지 알아보기 위해 ‘사회적 상호작용 불안’을 정서 조절 기제(반추와 정서 억제)에 선행하는 매개 변인으로 설정하였다.

본 연구의 가설은 다음과 같다. 첫째, 성인 애착 불안은 사회적 상호작용 불안을 매개로 반추에 영향을 미치고, 이는 다시 우울로 이

어질 것이다. 둘째, 성인 애착 회피는 사회적 상호작용 불안을 매개로 반추에 영향을 미치고, 반추는 다시 우울로 연결될 것이다. 셋째, 성인 애착 회피는 사회적 상호작용 불안을 매개로 정서 억제에 영향을 미치고, 정서 억제는 다시 우울로 연결될 것이다.

방 법

연구 대상

서울 지역의 3개의 4년제 대학에 재학 중인 대학생 및 대학원생 201명을 대상으로 하였다. 설문지를 작성하기 전에 참여자들에 대한 기본 권리가 설명되었으며, 동의를 구한 후 실시하였다. 참여자들은 작성을 완료한 후 소정의 상품을 받거나, 수강 과목에 대한 실험 참가 추가 학점을 부여받았다. 남자 94명(46.8%), 여자 107명(53.2%)의 분포를 보였으며, 평균 연령은 20.80(SD = 2.38)이었다.

측정 도구

성인 애착 척도(Experience in Close Relationship Scale: ECRS)

ECRS는 자기 보고식 검사로서 성인 애착 ‘불안’ 하위 척도 18문항과 ‘회피’ 하위 척도 18문항으로 구성된다(Brennan et al., 1998). ‘전혀 아니다’의 1점에서 ‘매우 그렇다’의 7점까지이며, 본 연구에서는 김성현(2004)이 번안하고 타당화한 친밀 관계 경험 검사를 사용하였다. 김성현(2004)의 연구에서 검사 도구의 신뢰도는 성인 애착 불안 .89, 성인 애착 회피 .85였다. 본 연구에서의 신뢰도는 성인 애착

불안이 .92, 성인 애착 회피가 .90으로 나타났다. 한 선행 연구에서 이 척도의 3주 간격 검사-재검사 신뢰도는 성인 애착 불안과 회피 차원 모두 .70 으로 나타났다(Brennan, Shaver, & Clark, 2000). 또 다른 연구에서는 6개월 간격의 검사-재검사 신뢰도를 측정했는데 불안과 회피 차원 각각 .68, .71로 나타났다(Lopez & Gormley, 2002).

사회적 상호 작용 척도(Social Interaction Anxiety Scale: SIAS)

사회적 상호작용 불안을 측정하기 위해 Matticks와 Clarke(1998)이 개발한 사회적 상호 작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale: SIAS)를 김향숙(2001)이 번안한 문항을 사용했다. 총 19문항이며 사회적 상호 작용에서의 불안 정도를 측정한다. 5점 리커트 척도로서, '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(5점)까지이다. 이 척도는 점수가 높을수록 사회적 상호 작용에서 불안을 많이 느낀다고 해석된다. 김향숙의 연구에서 내적 합치도는 .88 ~ .94로, 4주 간격 검사-재검사 신뢰도는 .92로, 12주 간격 검사-재검사 신뢰도도 역시 .92로 보고되었다. 본 연구에서의 내적 합치도는 .85로 나타났다.

반추적 반응 양식 질문지(Ruminative Response Scale: RRS)

RRS는 Nolen-Hoeksema와 Morrow(1991)의 반응양식 질문지(Response Style Questionnaire: RSQ)를 김은정(1993)이 번안한 문항을 사용하였다. 총 22문항 중 긍정적인 변인들과 관련이 있는 5문항의 숙고(reflection) 척도를 제외한 반추(brooding) 척도만을 사용하였다. '거의 전혀 아니다'(1점)에서 '거의 언제나 그렇다'(4점)까지

이며 선행 연구에서 .77의 적절한 내적 일관성과 .62의 검사-재검사 신뢰도를 보였고 (Treyner, Gonzalez, & Nolen-Hoeksema, 2003), 본 연구에서는 .86으로 나타났다.

정서 조절 질문지(Emotion Regulation Questionnaire: ERQ)

정서 억제를 얼마나 많이 하는지 알아보기 위해, Gross와 John(2003)의 정서 조절 척도(Emotion Regulation Questionnaire: ERQ)를 사용하였다. ERQ는 인지적 재해석 전략에 대한 문항 6개와 정서 표현 억제 전략에 대한 문항 4개로 구성되어 있다. 본 연구에서는 정서 표현 억제 전략에 대한 4문항만을 사용하였다. 정서 억제의 검사-재검사 신뢰도는 .69로 나타났다(Gross & John, 2003). 이은경, 서은국, Chu, Kim 과 Sherman의 연구(2009)에서 번안하여 사용한 문항을 사용하였으며 '전혀 그렇지 않다'(1점)에서 '매우 그렇다'(7점)까지이다. 한국과 미국의 참가자들을 대상으로 한 이 연구에서, 한국과 미국의 경우 각각 내적 일관성 정도는 .78, .79로 나타났다. 본 연구에서는 .73으로 나타났다.

우울 척도(The center for Epidemiological Studies-Depression: CES-D)

우울을 측정하기 위해서 미국 정신 보건 연구원에서 개발하고 신승철 등(1991)이 번안, 수정한 역학 우울 검사(the Center for Epidemiological Studies-Depression: CES-D)를 사용하였다. CES-D는 일반인을 대상으로 현재의 우울을 측정하기 위한 도구이다. 총 20개의 문항이고, 모든 문항에 대해 '전혀 없었다'(0점)에서 '매일 있었다'(3점)까지 체크하게 된다. 점수가 높을수록 우울한 것으로 해석되며 절

단점(cut-off score)은 16점으로 알려져 있다. 신승철과 그의 동료들(1991)의 연구에서는 내적합치도가 .80이었고, 본 연구에서는 .90으로 나타났다.

자료분석

수집된 자료는 SPSS 18.0을 사용하여 분석하였다. 빈도분석을 통하여 연구 대상의 인구통계학적 특성을 분석하였고, Pearson 상관분석을 통하여 주요 변인들 사이의 상관관계를 알아보았다. 자료가 정상분포 가정을 만족하는지 확인하기 위해 평균, 표준편차, 첨도, 왜도를 제시하였다. 또한 Amos 18.0을 사용하여 구조방정식 모형(Structural Equation Modeling: SEM) 검증을 실시하였는데 각 변인들 사이의 구조관계를 확인하고자 다양한 경쟁모형들을 설정하여 비교하였다. 이 과정에서 각 모형들에 대해 카이스퀘어 차이 검증을 실시하였다. 가설 모형이 실제 자료에 부합되는 정도를 평가하기 위해 Comparative Fit Index(CFI), Tucker Lewis Index(TLI), 그리고 Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)를 사용하였다. 일반적으로 CFI, TLI는 .90 이상이면 좋은 적합도로 보고, RMSEA의 경우 .05 미만이면 좋은 모형으로 평가한다(홍세희, 2000). 끝으로 간접효과(매개효과)의 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하였다. Amos 프로그램으로 연구 모형 전체 경로의 유의성을 추출하기 위하여 Hayes, Preacher 및 Myers(2011) 등의 방법을 적용하였다.

본 연구의 모형에 포함된 각 잠재 변인들(성인 애착 불안/회피, 사회불안, 반추, 정서억제, 우울 등)이 단일 요인이기 때문에, 구조방정식 기법을 사용하기 위해서 각 잠재 변인

들을 하위 변인들로 나누어 줄 필요가 있었다. 그래서 Russel, Kahn, Spoth 및 Altmaier(1998) 등의 방법을 적용하여, 각 잠재 변인들에 대해서 세 개의 꾸러미로 측정 변인들을 구성하였다. 이때, 문항 꾸러미들이 해당 잠재 변수를 동일한 수준에서 반영할 때 꾸러미 효과가 가장 커진다는 Russel 등(1998)의 주장에 따라서, 각 꾸러미들이 해당하는 잠재 변인에 같은 요인 부하량을 갖도록 문항들을 묶었다. 이를 위해 각 척도의 문항들에 대해 탐색적 요인 분석을 실시한 후, 문항들을 공통성(communality)에 따라 순서를 정했다. 그리고 잠재 변인에 대한 각 꾸러미의 평균 공통성을 같게 만들기 위해 공통성이 가장 높은 문항과 공통성을 가장 낮은 문항을 하나의 짝으로 묶어 꾸러미에 배정하였다(김민선, 서영석, 2009).

결 과

측정 변인들의 기술통계

자료가 정상 분포 가정을 만족하는지 알아보기 위하여 각 변인들의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 등을 구하였고 그 결과를 표 1에 제시하였다. 이 때, 단일요인으로 구성된 변인들의 경우 측정 변인을 개별 문항으로 사용할 경우 추정 오차가 증가하고 신뢰성이 감소할 수 있기 때문에, 문항 꾸러미(item parceling) 방법 중 문항-구성개념 간 균형(item-to-construct balance)을 이용한 기법(Little, Cunningham, Shahar, & Widaman, 2002)을 적용하였다. 각 변인들에 대해 3개씩의 측정변인들을 새로 만들어 분석에 사용하였는데, 이를 위해 요인 분석을 통해 각 문항의 공통성(communality)을 기

표 1. 전체 자료의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

변인	빈도	평균	표준편차	왜도	첨도
성인에착 불안	201	68.660	18.127	.009	-.338
	201	20.675	7.084	.158	-.671
	201	24.840	5.862	.008	.186
	201	23.144	6.400	-.123	-.515
성인에착 회피	201	63.008	17.457	.148	-.496
	201	22.083	5.990	.060	-.544
	201	21.560	6.956	.110	-.490
	201	19.365	6.129	.397	-.342
사회적 상호작용 불안	201	4.354	1.818	.828	.488
	201	1.310	.681	.928	.543
	201	1.620	.538	.410	-.166
	201	1.430	.833	.712	.203
반추	201	6.888	1.567	.340	-.366
	201	2.180	.554	.454	-.170
	201	2.400	.623	.240	-.663
	201	2.320	.573	.156	-.141
정서 억제	201	34.665	7.053	-.263	.228
	201	10.858	2.614	-.297	-.115
	201	12.858	3.094	-.384	.628
	201	10.950	3.563	.118	-.380
우울	201	3.035	1.438	.659	.133
	201	.950	.540	.721	.315
	201	.900	.476	.665	.024
	201	1.180	.555	.451	-.397

준으로 2~3개의 개별 문항들을 균형 있게 배 분하였다(김지윤, 이동귀, 2013). 모수치를 추 정하기 위해 최대 우도법을 적용하였는데, 이 때 측정변인들의 다변량 정규분포 가정이 충 족되어야 하기 때문에(Bollen, 1989) 각 측정 변

인들의 왜도와 첨도를 확인하였다. 그 결과 모든 변인들의 왜도가 +/- 2, 첨도가 =/- 8을 넘지 않았으므로 측정치들이 다변량 정규분포 가정을 만족시켰다고 할 수 있다(김지윤, 이동 귀, 2013; West, Finch, & Curran, 1995).

주요 변인들 사이의 상관관계

연구에 사용된 변인들 사이의 상관관계를 구하기 위하여 상관관계 분석을 실시하였다. 결과는 표 2와 3에 제시하였다.

이 결과는 성인 애착 불안과 회피 차원 모두 사회적 상호작용 불안, 반추, 우울 등 부적응적인 심리 지표들과 유의미한 관련성이 있음을 의미한다. 또한 성인 애착 회피는 부가적으로 정서 억제와도 유의미한 관련이 있음을 뜻한다. 이러한 상관관계 분석을 기반으로 하여, 하나의 체계적이고 통합적인 구조 안에서 각 변인들의 관계를 확인해 볼 필요가 있다.

측정 모형 검증

구조 모형 검증 전 측정 모형 검증을 하여 각 측정 변인들이 해당 잠재 변인들을 적절하게 측정하고 있는지 검증하였다. 연구에 사용된 모든 변인들이 단일 요인 척도이기에 요인 분석을 통한 문항 합산을 하여 각각 세 개의 측정 변인을 만들어 분석에 적용하였다. 측정 모형의 적합도 검증 결과는 표 4에, 잠재 변

인에 대한 측정 변인의 모수 추정치는 표 5에 나타났다.

모형의 적합도를 평가하기 위해 Tucker Lewis Index(TLI), Comparative Fit Index(CFI), Root Mean Square Error of Approximation(RMSEA)을 적합도 지수로 선정하였다. 측정 변인들 모두 정규 분포 가정을 만족하였으므로 이후 구조 모형 검증에서도 모수 추정을 위해 최대 우도법을 적용하였다.

분석 결과 모형의 적합도는 전반적으로 양호하였고, 잠재 변인들에 대한 각 측정변인들의 비표준화 요인부하량들이 전부 통계적으로 유의하였으며, 표준화 요인 부하량도 전반적으로 적절하였다. 결과적으로 총 6개의 잠재 변인에 대해 총 18개의 측정 변인들이 구인한 모형이 타당하였다.

구조 모형 검증

구조 모형을 검증하기 위하여 각 변인들 사이에 존재할 수 있는 다양한 대안 모형들을 설정하였다. 이는 경험 자료를 가장 잘 설명하면서도 가장 간명한 최적의 모형을 찾기 위한 시도이다. 그 결과 총 9개의 모형들이 나

표 2. 주요 잠재 변인들 사이의 상관관계

	1	2	3	4	5
1. 성인애착 불안	-				
2. 성인애착 회피	.26**	-			
3. 사회적 상호작용 불안	.44**	.36**	-		
4. 반추	.43**	.19**	.48**	-	
5. 정서 억제	-.08	.12	.06	-.05	-
6. 우울	.51**	.32**	.53**	.60**	-.11**

주. 표시된 값은 평균; () 안은 표준편차, * $p < .05$, ** $p < .01$

표 3. 주요 측정 변인들 사이의 상관관계

	A1	A2	A3	B1	B2	B3	C1	C2	C3	D1	D2	D3	E1	E2	E3	F1	F2	F3	
A1	1																		
A2	.80**	1																	
A3	.81**	.82**	1																
B1	.25**	.29**	.23**	1															
B2	.27**	.33**	.24**	.78**	1														
B3	.14	.12	.12	.74**	.73**	1													
C1	.40**	.39**	.38**	.27**	.26**	.15*	1												
C2	.27**	.29**	.23**	.17*	.18*	.11	.66**	1											
C3	.39**	.43**	.40**	.48**	.45**	.37**	.78**	.56**	1										
D1	.37**	.40**	.42**	.18*	.13	.17*	.41**	.35**	.46**	1									
D2	.37**	.40**	.36**	.20**	.19**	.17*	.42**	.34**	.49**	.76**	1								
D3	.29**	.31**	.29**	.14*	.10	.17*	.29**	.30**	.32**	.67**	.68**	1							
E1	-.06	-.03	-.08	.001	.09	.01	-.04	-.03	-.07	-.09	-.01	-.07	1						
E2	-.15*	-.18*	-.15*	-.15*	-.09	-.09	-.03	.003	-.07	-.04	-.02	-.03	.52**	1					
E3	.03	.07	-.02	.22**	.37**	.26**	.15*	.11	.21**	-.05	.02	-.05	.34**	.27**	1				
F1	.43**	.47**	.45**	.33**	.33**	.29**	.46**	.39**	.56**	.59**	.59**	.48**	.19**	.21**	.05	1			
F2	.42**	.42**	.43**	.25**	.25**	.19**	.37**	.31**	.47**	.50**	.42**	.42**	-.06	-.09	.06	.71**	1		
F3	.40**	.44**	.45**	.28**	.28**	.18**	.37**	.29**	.50**	.53**	.51**	.41**	-.16*	-.20**	.06	.77**	.79**	1	

주. 표시된 값은 Pearson 상관계수. * $p < .05$, ** $p < .01$. A1-A3, B1-B3, C1-C3, D1-D3, E1-E3, F1-F3 등은 각각 성인애착 불안, 성인 애착 회피, 사회적 상호작용 불안, 반추, 정서 억제, 우울 등의 item parceling 한 결과임.

표 4. 측정 모형의 적합도 지수

모형	χ^2	df	CFI	TLI	RMSEA(CI*)
	225.119	120	.954	.941	.066(.053-.079)

*CI = 90%에서의 신뢰 구간(Confidence Interval).

표 5. 측정 모형의 요인 부하량 분석 결과

잠재변수	측정변수	비표준화 요인부하량	S.E	표준화 요인부하량
성인 애착 불안	애착불안 1	1		.925
	애착불안 2	.839***	.045	.932
	애착불안 3	.918***	.049	.930
성인 애착 회피	애착회피 1	1		.898
	애착회피 2	1.167***	.073	.916
	애착회피 3	.950***	.065	.873
사회적 상호작용 불안	사회불안 1	1		.919
	사회불안 2	.839***	.045	.848
	사회불안 3	.918***	.049	.863
반추	반추 1	1		.858
	반추 2	1.133***	.075	.838
	반추 3	.899***	.072	.786
정서 억제	정서억제 1	1		.844
	정서억제 2	1.001***	.207	.823
	정서억제 3	.728***	.169	.570
우울	우울 1	1		.819
	우울 2	1.170***	.077	.752
	우울3	1.246***	.078	.786

타나 비교하였는데, 내재된(nested) 관계에 있는 모형들 사이를 비교하기 위하여 카이스퀘어 (χ^2) 차이 검증을 실시하였다. 각 모형들은 그림 1-9에 제시하였고, 표 6에는 각 모형들의 카이제곱 값과 적합도 등을 제시하였다.

모형 비교를 위해 모든 경로가 연결된 모형 1을 기준으로 하나의 경로가 제거된 불완전 매개 모형 2를 비교한 후, 우세한 모형을 다음 모형 3과 비교하는 방식을 따랐다. 예를 들어 모형 1과 2를 비교할 때, χ^2 변화가 통

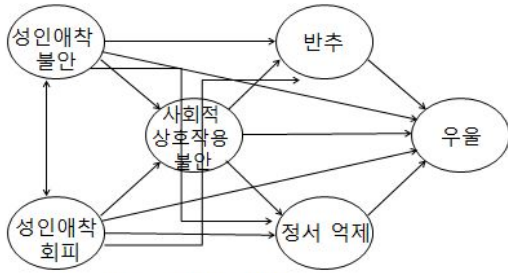


그림 1. 대안 모형 1

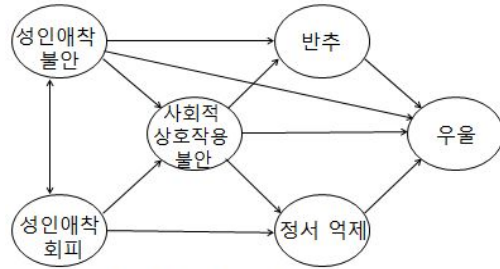


그림 5. 대안 모형 5

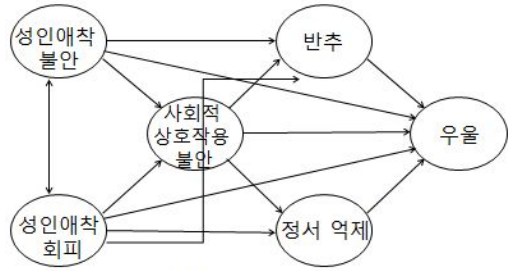


그림 2. 대안 모형 2

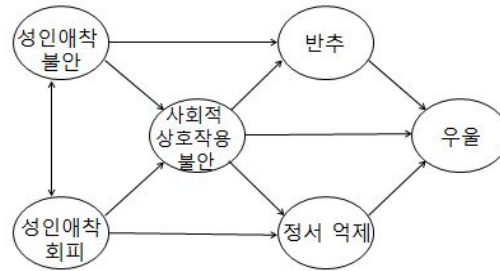


그림 6. 대안 모형 6

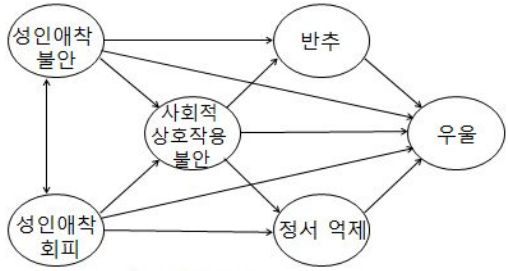


그림 3. 대안 모형 3

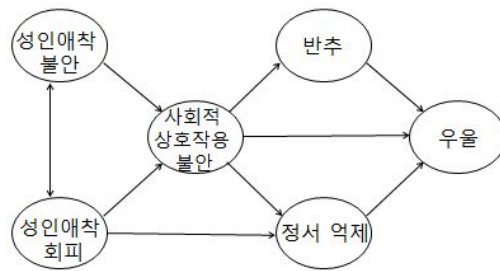


그림 7. 대안 모형 7

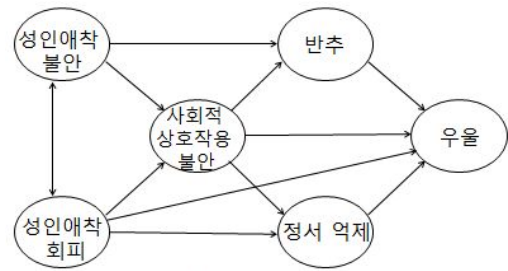


그림 4. 대안 모형 4

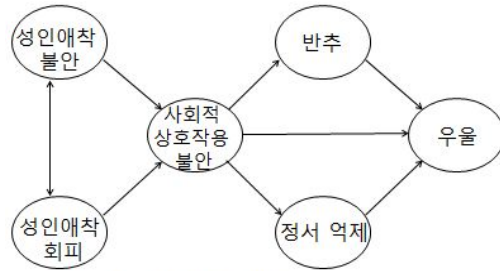


그림 8. 대안 모형 8

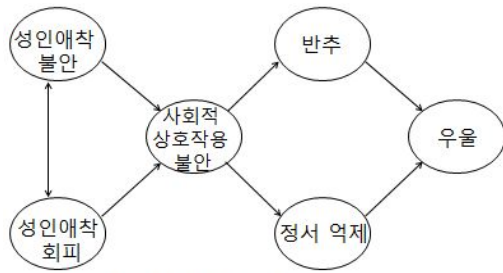


그림 9. 대안 모형 9

계적으로 유의하다면, 이는 불완전 매개 모형이 표본 자료에 더 부합함을 의미한다. 반대로 χ^2 변화가 통계적으로 유의하지 않다면 완전 매개 모형이 더 우수함을 뜻한다. 이러한 방식으로 모든 모형들을 비교하였고 최종적으로 모형 5가 가장 우수한 모형으로 나타났다. 이는 성인 애착 불안이 사회적 상호 작용 불안을 거쳐 반추로 연결될 때는 부분 매개 효과가 나타나고, 정서 억제로 연결될 때는 완전 매개 효과가 나타남을 의미한다.

최종적으로 선정된 연구 모형의 적합도 수준은 $\chi^2(df = 124, N = 201) = 231.311, p < .001$;

CFI = .953; TLI = .942; RMSEA = .066(90% 신뢰구간 = .053-.079)으로 전반적으로 양호한 것으로 나타났다.

최종모형으로 선정된 모형의 직접효과의 크기 및 이에 대한 검증 결과는 그림 10에 제시하였다. 또한 최종 모형의 경로계수 및 유의도 검증 결과는 표 7에 나타내었다. 성인 애착 불안이 사회적 상호작용 불안을 매개로 하여 반추에 영향을 주고, 이는 다시 우울로 연결될 것이라는 연구 가설은 지지되었다. 사회적 상호작용 불안은 성인 애착 불안과 반추 사이를 (부분적으로) 매개하는 것으로 나타났다. 또한 성인 애착 불안은 사회적 상호작용 불안을 매개로 정서 억제로 연결되지 않았다. 이는 성인 애착 불안이 정서 억제가 아니라 반추의 정서 조절 기제를 사용한다는 선행 연구(Wei et al., 2005) 결과와 부합한다.

성인 애착 회피가 사회적 상호작용 불안을 매개로 반추에 영향을 미치고, 반추는 다시 우울로 연결될 것이라는 연구 가설은 지지되었다. 사회적 상호 작용 불안이 성인 애착 회

표 6. 가능한 매개 모형들의 적합도 및 모형 간 비교

모형	χ^2	df	p	CFI	TLI	RMSEA	모형 비교	Δdf	$\Delta \chi^2$	유의도	채택 모형
1	225.161	121	.000	.955	.942	.066					
2	227.156	122	.000	.954	.942	.066	1대 2	1	1.995	$p > .05$	2
3	228.022	123	.000	.954	.943	.065	2대 3	1	0.866	$p > .05$	3
4	235.955	124	.000	.951	.940	.067	3대 4	1	7.933	$p < .05$	3
5	231.311	124	.000	.953	.942	.066	3대 5	1	3.289	$p > .05$	5
6	240.288	125	.000	.950	.938	.068	5대 6	1	8.977	$p < .05$	5
7	253.351	126	.000	.944	.932	.071	5대 7	2	22.04	$p < .05$	5
8	253.708	127	.000	.945	.933	.071	5대 8	3	22.397	$p < .05$	5
9	273.025	128	.000	.937	.924	.075	5대 9	4	41.714	$p < .05$	5

표 7. 최종모형의 경로계수 및 유의도 검증

이론 구조	비표준화 계수	표준화 계수	t
성인애착 불안 → 사회적 상호작용 불안	.025	.310	4.484***
성인애착 회피 → 사회적 상호작용 불안	.039	.409	5.444***
사회적 상호작용 불안 → 반추	.345	.366	4.983***
성인애착 불안 → 반추	.025	.322	4.250***
반추 → 우울	.427	.445	5.877***
성인애착 회피 → 정서 억제	.030	.074	.745
사회적 상호작용 불안 → 정서억제	-.190	-.046	-.577
정서 억제 → 우울	-.031	-.139	-2.143*
사회적 상호작용 불안 → 우울	.219	.242	3.716***
성인애착 불안 → 우울	.016	.222	3.315***

주. 비표준화 계수는 1로 고정함, *** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

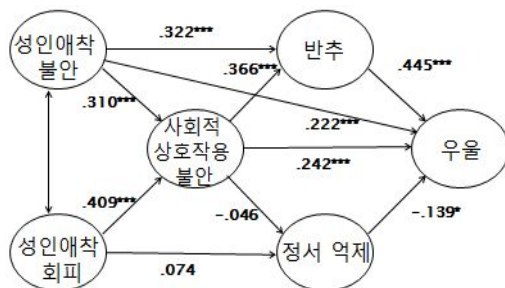


그림 10. 성인 애착에 대한 연구모형
경로계수는 표준화 계수,
*** $p < .001$, ** $p < .01$, * $p < .05$

피와 반추 사이를 완전히 매개하는 것으로 나타났다. 이는 성인 애착 회피가 사회적 상호작용 불안을 경험하게 되고, 그 불안에 대한 조절 양식으로 반추를 사용할 가능성을 시사한다. 또한 성인 애착 회피가 사회적 상호작용 불안을 매개로 정서 억제에 영향을 미친다는 연구 가설은 지지 되지 않았다. 사회적 상호작용 불안이 성인 애착 회피와 정서 억제

사이를 매개하지 않는 것으로 나타났다. 이는 성인 애착 회피인 사람이 경험하는 사회적 상호작용 불안에 대해, 정서 억제라는 조절 기제를 사용하지 않음을 시사한다.

최종모형의 간접효과 유의성 분석

성인애착과 우울 사이의 관계에서 사회적 상호작용 불안과 반추, 그리고 정서 억제의 간접 효과의 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑(Bootstrapping) 기법을 사용하였다. 이 방법은 매개 효과 검증에 나타날 수 있는 간접 효과의 표준오차를 추정하는 방법으로서, 신뢰구간을 제시하고 그 구간이 0을 포함하지 않으면 간접효과가 통계적으로 유의한 것으로 간주한다(Shrout & Bolger, 2002).

본 논문에서는 Amos 통계 패키지를 사용하여 전체 경로의 유의성을 검증하였다. 이를 위해 Hayes 등(2011)이 제안한 방식에 따라 검

증을 실시하였다. 이 방식에 의하면 ‘성인애착 불안-사회적 상호작용 불안-반추-우울’로 이어지는 총 3개의 경로에 대한 전체 유의성을 검증하기 위해 다음의 방식을 따른다. 우선 총 3개로 이루어진 전체 경로의 부분 경로들, 즉 2개의 경로로 이루어진 각각의 경로들에 대한 부트스트래핑 검증을 한다. 본 연구에서는 ‘성인 애착 불안-사회적 상호 작용 불안-우울’ 경로와 ‘성인 애착 불안-반추-우울’ 경로가 여기에 해당한다. 그 이후 ‘성인애착 불안-사회적

상호작용 불안-반추-우울’ 전체 경로에 대한 유의도 검증을 실시한다. 이때 주의해야 할 점은 첫째, 최소 5000 번의 부트스트래핑 표집이 이루어져야 한다는 점, 둘째, percentile-based bootstrap confidence interval을 적용해야 한다는 점이다. 마찬가지로 방식으로 ‘성인애착 회피-사회적 상호작용 불안-반추-우울’로 이어지는 전체 경로에 대한 유의성을 검증하였고 결과는 표 8에 나타내었다.

이를 통해 성인애착 불안은 순차적으로 사

표 8. 성인애착과 우울 사이에서 사회적 상호작용 불안과 반추의 간접효과 부스트래핑 결과

경로	추정치	S.E	95% 신뢰구간 (Percentile-based bootstrap)	
			하한	상한
성인애착 불안 → 사회 불안 → 우울	.190	.005	.084	.307
성인애착 불안 → 반추 → 우울	.257	.062	.149	.395
성인애착 불안 → 사회 불안 → 반추 → 우울	.262	.064	.152	.404
성인애착 회피 → 사회 불안 → 우울	.286	.053	.170	.383
성인애착 회피 → 반추 → 우울	.166	.059	.057	.288
성인애착 회피 → 사회 불안 → 반추 → 우울	.181	.046	.095	.275

주. 부트스트랩 표집은 5000번, 부트스트랩 추정치는 표준화된 자료임

표 9. 직접효과와 간접효과의 유의도

독립변인	매개변인	종속변인	총효과	직접효과	간접효과
성인애착불안		우울	.498**	.207*	.291**
성인애착회피		우울	.151**		.151**
성인애착불안	사회불안	우울			.392*.446=.175**
성인애착불안	반추	우울			.437*.432=.189**
성인애착불안	사회불안→반추	우울			.392*.428*.432=.072**
성인애착회피	사회불안	우울			.339*.446=.151**
성인애착회피	사회불안→반추	우울			.339*.428*.432=.063**

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

회적 상호작용 불안과 반추를 매개로 하여 우울로 연결되고, 성인애착 회피의 경우 역시 사회적 상호작용 불안과 반추를 매개로 우울로 연결됨을 알 수 있다.

또한 성인애착 불안과 회피가 우울로 연결되는 과정에서 나타나는 총효과와 직접효과, 그리고 간접효과 등의 유의도를 알아보았다. 그 결과는 표 9에 제시되었다. 성인애착 불안-사회적 상호작용 불안-반추-우울로 연결되는 3단계 경로의 유의도를 검증하기 위해 Kline (2005)이 제시한 방식에 따라 “세 경로 중 유의도가 제일 리버럴한 것에 준해” 유의도 검증을 하였다.

논 의

본 연구의 목적은 성인 애착의 두 하위 차원(성인 애착 불안, 성인 애착 회피)이 우울에 영향을 미치는 과정에서, 사회적 상호작용 불안을 매개로 하여 차별적인 정서 조절 기제가 나타나는지 경험적으로 확인하는 것이었다. 구체적인 결과와 그와 관련한 시사점은 다음과 같다.

첫째, 성인 애착 불안과 회피 차원, 사회적 상호작용 불안, 반추, 그리고 우울 등에 대한 상관 분석을 실시한 결과, 전반적으로 유의한 상관관계가 나타났다. 성인 애착 불안은 사회적 상호 작용 불안, 반추, 우울 등과 유의한 정적 상관관계를 나타냈다. 이는 성인 애착과 사회 불안이 정적인 상관관계가 있다는 선행 연구들의 결과(Bartholomew & Horowitz, 1991; Brennan & Shaver, 1995; Eng et al., 2001; Griffin & Bartholomew, 1994)와 일치한다. 또한 사회 불안이 높은 사람들이 반추적인 조절 양식을

사용하여 내면의 부정적인 정서를 다룬다는 기존의 연구결과(Clark & Wells, 1995; Schultz & Heimberg, 2008)와도 부합하며, 반추를 많이 할수록 더 많은 우울을 경험하게 된다는 선행 연구(Nolen-Hoeksema, 1991)와 일치한다. 한편 성인 애착 회피는 반추뿐 아니라 정서 억제와도 유의한 상관을 보였는데, 이는 성인 애착 회피와 정서 억제가 관련 있다는 선행 연구들(김병직, 오경자, 2009; Wei et al., 2005)의 결과와 부합한다.

둘째, 본 연구의 가설대로 성인 애착 불안은 사회적 상호작용 불안을 매개로 반추에 영향을 미쳤고, 이는 다시 우울로 연결되었다. 즉, 성인 애착 불안 특성이 높을수록 대인관계 상에서의 사회 불안, 즉 사회적 상호 작용 불안을 더 많이 경험하게 되는데, 이때 경험하는 부정적인 정서에 대해 반복적으로 주의를 기울임으로써 결국 우울을 발생, 유지하게 됨을 의미한다. 이는 성인 애착 불안이 반추하는 방식으로 정서를 조절하기 때문에 결국 우울해 진다는 선행 연구들과 부합하는 결과이다. 이때 한 가지 중요한 사항은 높은 성인 애착 불안 특성으로 인해 야기된 대인 관계 상에서 불안은 ‘반추’를 함으로써 조절되지, ‘정서 억제’의 방식으로 다루어지지 않는다는 점이다. 이는 성인 애착 불안의 경우 정서 억제를 통해 우울로 연결되지 않는다는 선행 연구들과 일치하는 결과이다. 이는 성인 애착 불안 특성이 높은 사람의 경우, 대인 관계 상에서 경험하는 대표적이며 중요한 부정 정서 중의 하나인 사회적 상호 작용 불안에 대해 기존의 연구에서 밝힌 방식과 마찬가지로 조절한다는 것을 밝힌 것이다. 이를 통해 성인 애착 불안 특성이 높은 사람들이 사회적 상호 작용 불안이 아닌 다른 종류의 중요한

부정 정서에 대해 어떻게 반응할지에 대해 연구할 수 있는 초석을 마련했다고 볼 수 있다.

셋째, 성인 애착 회피 차원은 사회적 상호 작용 불안을 매개로 하여 ‘정서 억제’가 아닌, ‘반추’로 연결되어 우울로 이어진다는 결과가 나왔다. 이는 선행 연구에서 밝힌 성인 애착 회피가 정서 억제와 밀접한 관련이 있다는 결과와 상반된 결과처럼 보이지만, 한편으로는 선행 연구 결과를 보완하는 측면이 있다. 성인 애착 회피를 지닌 사람들이 정서 억제라는 정서 조절 기제를 사용하기는 하지만, 대인 관계에서 경험하는 ‘사회 불안’에 대해서만큼은 ‘반추’의 정서 조절 기제를 사용한다는 것이다. 이는 성인 애착 회피의 경우 반추가 아닌 정서 억제로 연결된다는 선행 연구 결과와는 상반되는 결과로서 세심한 해석이 필요하다. 이에 대한 한 가지 가능성은 다음과 같다. 대인 관계 혹은 사회적 상호 작용은 인간의 생존을 위해 필요한 가장 본질적인 것이기에, 사회적 상호 작용 불안은 다른 종류의 사건에서 경험되는 정서보다 더 강렬할 수 있다. 즉, 중요하고 강렬한 정서는 쉽게 억제하지 못하고 반추하게 되는 것이다. 이러한 결과는 다음과 같은 의미를 지닌다. 성인 애착 회피를 지닌 사람의 경우, 경험하는 ‘정서의 종류와 발생 기제’에 따라 서로 다른 정서 조절 기제를 사용함을 암시하는 것이다. 이는 본 연구에서 성인 애착 회피가 정서 억제와 반추라는 서로 상반되는 개념의 정서 조절 기제와 동시에 유의한 상관을 보였다는 점에서도 뒷받침된다. 후속 연구에서 더 다양한 정서의 종류나 발생 상황에 따라 서로 다른 정서 조절 기제가 나타난다는 것을 검증하는 연구가 진행될 필요가 있겠다. 더 나아가 성인 애착 불안과 회피 특성이 불안, 우울 등의 부정적인 정

서가 아닌 행복, 기쁨 등의 긍정적 정서에 대해 어떻게 반응하는지 연구하는 작업 역시 이루어져야 하겠다.

본 연구 결과는 임상, 상담, 학교 장면의 전문가들에게 실무적인 시사점을 제공한다. 첫째, 비교적 안정적인 특성이라고 알려진 성인 애착 특성을 변화시키기는 어렵지만, 상담을 통해 대인 관계에서 경험하는 정서와 그에 대한 조절 기제에 개입함으로써 우울을 감소시킬 수 있다. 성장 과정을 통해 ‘이미 형성된’ 애착 특성의 영향을 받아 우울을 경험하기 쉽지만, 사회 불안과 반추, 정서 억제 등의 대인 관계적, 인지적 양식을 변화시킴으로써 우울로 이행되는 경로를 예방/조절할 수 있다. 특히 성인 애착 회피 특성이 높은 내담자의 경우, 대인 관계 상에서 경험하는 불안에 대해서는 정서 억제가 아니라, ‘반추’의 방식으로 조절한다는 것은 실무적인 중요성이 있다. 왜냐하면 성인 애착 회피 특성이 높은 내담자들은 그 동안 자신이 경험하는 대부분의 부정적 정서들에 대해 정서를 억제하는 방식으로 처리하였을 것이기에, ‘반추’라는 조절 기제에 대해 익숙하지 못하다. 즉, 반추하는 자신에 대해 어떻게 대처해야 보다 적응적인 방식으로 변화될지 잘 모를 수 있는 것이다. 이때 상담자는 내담자가 경험하는 반추에 대해 적절히 반응하고 조절하는 방식을 알려 줌으로써 내담자에게 도움이 될 수 있다. 둘째, 내담자 스스로 성인 애착이 우울에 영향을 미치는 작동 기제를 정교하게 이해하게 되면 자신의 정서를 보다 효과적으로 다룰 수 있다. 내담자 자신의 성인 애착 특성이 대인 관계 장면에서 사회 불안을 야기함을 이해하고, 이에 대해 적응적인 정서 조절 기제를 사용하게 되면 보다 건강한 대처가 가능해질 것이다.

하지만 몇 가지 주요한 한계점 역시 기술할 필요가 있다. 첫째, 연구 참여자가 특정한 몇 개 대학의 학생들로 한정되었기에 연구 결과를 일반인 집단이나 청소년 집단에 일반화하기는 어렵다. 이러한 문제를 해결하기 위해 보다 다양한 집단을 대상으로 한 후속 연구가 필요하다. 또한 우울에 대한 연구이기에 일반인 집단과 우울증을 경험하는 임상 집단을 비교하여 그 차이를 밝힐 필요가 있다. 둘째, 정서 조절 기제에 선행하는 ‘특정한 정서 유발 상황이나 상태’를 고려함에 있어서 단 하나의 변인인 사회 불안에 대해서만 검증했다는 점이다. 향후 연구에서 사회 불안뿐만 아니라, 더 다양한 정서 유발 상황/상태에 대해 어떠한 방식으로 정서 조절이 나타나는지 살펴봐야 하겠다. 셋째, 이론적 관점에서 사회적 상호 작용 불안이 반추와 같은 정서 조절 변인에 선행하기 어려울 수 있다. 왜냐하면 사회적 상호 작용 불안은 “상태 변인”인 반면에 정서 조절 변인은 “특질 변인”이기 때문이다. 물론 선행 시점의 사회적 상호 작용 불안이 다른 후행 시점의 정서 조절을 설명할 수는 있겠지만, 본 연구에서 시행한 횡단 연구 설계를 통해서도 그에 대한 분석을 하기는 어렵다. 이를 보완할 종단 연구 등의 설계가 필요하다. 본 연구에서 그 문제를 보완하기 위한 이론적, 경험적 근거를 제시하였지만, 실험 연구와 종단 연구 등을 포함한 다양한 연구 방법론을 적용하여 보다 근본적인 해결책을 강구할 필요가 있다. 넷째, 본 연구에서 사용한 반추 척도는 ‘우울 기분’에 대한 대처 양식을 측정하기 위해 개발되었다는 점이다. 비록 정서 조절에 대한 선행 연구들에서 주로 일반적인 부정적 정서에 대한 조절 기제를 다루었기에(Wei et al., 2005) 우울과 불안에 대해 서로

다른 조절 기제가 나타나는지 밝히지 못하였고, 또한 많은 선행 연구들에서 우울과 불안이 공변한다는 것을 밝혀 왔기에 사회적 상호 작용 불안에서 기인한 불안에 대해서 역시 우울과 비슷한 방식으로 조절할 가능성이 있다. 하지만, 반추 척도가 사회적 상호 작용에서 기인한 불안에 대한 조절 기제를 측정하는 것이었다면 보다 정교한 연구가 되었을 것이다. 다섯째, 본 연구 결과는 종단 연구(longitudinal study)에 기초한 것이 아니라, ‘한 시점’에서 참가자들이 지니고 있는 성인 애착과 사회 불안, 반추, 정서 억제, 우울 사이의 관계를 알아 본 횡단연구이다. 따라서 참가자들의 성인 애착 특성이 ‘시간의 흐름’에 따라 어떤 메커니즘을 보이는데 대한 인과 관계를 주장하기 어렵다. 추후 연구에서는 장기 종단 연구를 진행할 필요가 있다. 여섯째, 본 연구는 자기 보고(self-report)에 기초한 설문 연구였다. 이를 보완하기 위해 성인 애착 불안이나 회피가 높은 참여자들을 사회 불안을 유발하는 장면에서 노출시켜, 그 정서 조절 기제를 알아보는 실험 설계 연구를 시행한다면, 연구 가설을 보다 정밀하게 검증할 수 있을 것이다. 또한 관찰자의 관찰이나 주변인의 보고 등을 연구에 반영하면 자기 보고 연구의 한계점들을 보완할 수 있다. 끝으로, 성인 애착과 사회불안, 우울 등의 관계를 연구함에 있어서 문화 차이를 고려할 필요가 있다. 개인의 독립성을 중요시하는 서양의 개인주의 문화와 비교해 볼 때, ‘관계와 조화’를 중요시하는 동양 사회에서 대인 관계의 질은 개인의 삶과 심리적 적응에 더 커다란 영향을 미칠 것이다(이은경 외, 2009). 그렇기 때문에 대인관계와 밀접한 관련이 있는 성인 애착과 사회 불안은 동양 사회에서 더 큰 영향을 미칠 가능성이 있다.

이 부분을 고려한 후속 연구가 필요할 것이다.

참고문헌

- 김남재 (1995). 대인불안의 측정에 대한 연구. 한국심리학회지: 임상, 14(1), 73-81.
- 김남재 (2005). 관찰자 관점과 자기제시 동기가 사회불안에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상, 24(2), 341-358.
- 김민선, 서영석 (2009). 평가염려 완벽주의와 사회불안과의 관계: 부정적 평가에 대한 두려움과 자기제시동기의 매개효과. 한국심리학회지: 일반, 28(3), 525-545.
- 김민선, 서영석 (2010). 대학생의 부적응적 완벽주의와 성인애착에 따른 집단 분류와 심리적 특성에 대한 집단 간 차이. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 413-434.
- 김병직, 오경자 (2009). 대학생의 성인 애착과 우울 사이를 매개하는 변인의 탐색: 반추와 정서 억제를 중심으로. 한국심리학회지: 학교, 6(3), 357-375.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인 분석과 문항 반응 이론을 중심으로. 서울대학교 석사학위논문.
- 김은정 (1993). 우울 증상의 지속에 영향을 주는 인지 및 행동 요인들: 3개월간 추적 연구. 연세대학교 박사학위논문.
- 김지윤, 이동귀 (2013). 대학생의 사회부과 완벽주의와 주관적 안녕감의 관계에서 무조건적 자기수용과 자기개념 명확성의 매개효과 검증. 상담학연구, 14(1), 63-82.
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위 유형의 기억 편향. 서울대학교 석사학위논문.
- 신승철, 김만권, 윤관수, 김진학, 이명선, 문수재, 이민준, 이호영, 유계준 (1991). 한국에서의 the Center for Epidemiological Studies Depression Scale(CES-D)의 사용: 표준화 및 요인 구조에 대한 횡문화적 검토. 신경정신의학, 30(4), 752-765.
- 신혜린, 이기학 (2008). 성인애착과 성별에 따른 대학생 사회불안 차이. 한국심리학회지: 일반, 27(1), 139-159.
- 안하얀, 서영석 (2010). 성인애착, 심리적 디스트레스, 대인관계문제: 피드백에 대한 반응, 정서적 대처, 사회적 지지 추구의 매개효과 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 575-603.
- 양윤란, 오경자 (2004). 사회불안 아동의 해석, 기대 및 판단에서의 인지 편향. 소아청소년정신의학, 15(2), 152-159.
- 양재원, 김지혜, 오경자 (2006). 사회불안집단의 부정적 얼굴 표정에 대한 선택적 주의 편향: 세 연령 집단 비교. 한국심리학회지: 임상, 25(2), 269-287.
- 양재원, 오경자 (2010). 사회불안 집단의 사회 정서 자극에 대한 해석 편향. 인지행동치료, 10(2), 93-115.
- 이은경, 서은국, Chu, T., Kim, H. S., & Sherman, D. K. (2009). 정서억제와 주관적 안녕감: 문화 비교 연구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 23(1), 131-146.
- 이주영 (2012). 대학생의 애착과 우울의 관계에서 희망의 매개효과 검증. 상담학연구, 13(2), 819-838.
- 이지연, 임성문 (2006). 성인애착과 대학생의 우울과의 관계: 낙관성과 비관성의 매개효과. 상담학연구, 7(4), 969-984.
- 조화진, 서영석 (2010). 부모애착, 분리-개별화,

- 성인애착, 대학생활적응, 심리적 디스트레스의 관계 - 대학 신입생을 대상으로 -. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 385- 411.
- 정승아, 오경자 (2004). ‘부적응적 자기초점화 척도’의 개발 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 23(2), 861-878.
- 정연옥 (2005). 성인기 애착유형, 부정적 인지 왜곡 및 우울수준간의 관계. 한국심리학회지: 일반, 24(1), 167-184.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모델의 적합도 지수 선정 기준과 그 근거. 한국심리학회지: 임상, 19(1), 161-177.
- American Psychiatric Association (1994). *Diagnostic and Statistical manual of mental disorders* (4th ed). Washington, DC: Author.
- 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, 226-244.
- Bollen, K. A. (1989). *Structural equation with latent variables*. New York: John Wiley & Sons, Inc.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1995). Dimensions of adult attachment, affect regulation, and romantic relationship functioning. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 267-283.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Ed), *Attachment theory and close relationships* (pp.46-76). New York: Guilford Press.
- Brennan, K. A., Shaver, P. R., & Clark, C. A. (2000). *Specifying some mediators of attachment-related anxiety and avoidance*. Unpublished manuscript, State University of New York, Brockport.
- Bruch, M. A., Mattia, J. I., Heimberg, R. G., & Holt, C. S. (1993). Cognitive specificity in social anxiety and depression: Supporting evidence and qualifications due to affective confounding, *Cognitive Therapy and Research*, 17, 1-21.
- Carnelley, K. B., Pietromonace, P. R., & Jaffe, K. (1994). Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 127-140.
- Cassidy, J. (2000). Adult romantic attachments: A development perspective on individual differences. *Review of General Psychology*, 4, 111-131.
- Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. Liebowitz, D. Hope, & F. Schneier (Ed), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp.69-93). New York: Guilford Press.
- Eng, W., Heimberg, R. G., & Hart, T. (2001). Attachment in individuals with social anxiety disorder: The relationship among adult attachment styles, social anxiety, and depression. *Emotion*, 1, 365-380.
- Fraley, R. C., & Waller, N. G. (1998). Adult attachment patterns: A test of the typological model. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp.77-114). New York: Guilford.

- Griffin, D., & Bartholomew, K. (1994). Models of the Self and Other: Fundamental Dimensions. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 430-445.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation process: Implications for affects, relationship, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362.
- Hankin B. L., Kassel, J. D., & Abela, J. R. Z. (2005). Adult attachment dimensions and specificity of emotion distress symptoms; Prospective investigations of cognitive risk and interpersonal stress generation as mediating mechanisms. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31, 136-151.
- Hayes, A. F., Preacher, K. J., & Myers, T. A. (2011). *Mediation and the estimation of indirect effects in political communication research*. In E. P. Bucy & R. L. Holbert (Eds.), *The sourcebook for political communication research: Methods, measures, and analytical techniques* (pp.434-465). New York: Routledge.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Heimberg R. G., Hope D. A., Dodge C. S., & Becker R. E. (1990). DSM III-R subtypes of social phobia: comparison of generalized social phobics and public speaking phobics. *Journal of Nervous Mental Disorder*, 178, 172-179.
- Heimberg, R. G., Mueller, G. P., Holt, C. S., Hope, D. A., & Liebowitz, M. R. (1992). Assessment of anxiety in social interaction and being observed by others: the social interaction anxiety scale and the social phobia scale. *Behavior Therapy*, 23, 53-73.
- Herbert, J. D., Rheingold, A. A., & Brandsma, L. (2001). Assessment of social anxiety and social phobia. In S. G. Hofmann & P. M. DiBartolo (Ed), *From social anxiety to social phobia; multiple perspectives* (pp.20-45). Boston: Allyn & Bacon.
- Kessler, R. C., Stein, M. B., & Berglund, P. (1998). Social phobia subtype in the National Comorbidity Survey, *America Journal of Psychiatry*, 155, 63-69.
- Kline, R. B. (2005). *Principles and Practice of Structural Equation Modeling* (2nd Edition ed). New York: The Guilford Press.
- Kobak, R. R., & Hazen, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 861-869.
- Kocovski, N. L., & Endler, N. S. (2000). Self-regulation: social anxiety and depression. *Journal of Applied Biobehavioral Research*, 5, 80-91.
- Leary, M. R., & Kowalsky, R. M. (1995). The self-presentation model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Schneier(Ed) *Social phobia: Dignosis, assesment and treatment*. New York: Guilford Press.
- Leitenberg, H. (Ed.). (1990). *Handbook of social and evaluation anxiety*. New York: Plenum.
- Levin, A. P., Saoud, J. B., Strauman, T., Gorman, J. M., Fyer, A. J., Crawford, R., & Liebowitz, M. R. (1993). Response of "generalized" and

- “discrete” social phobias during public speaking. *Journal of Anxiety Disorder*, 7, 207-221.
- Little, T. D., Cunningham, W. A., Shahar, G., & Widaman, K. F. (2002). To parcel or not to parcel: Exploring the question, weighing the merits. *Structural Equation Modeling*, 9, 151-173.
- Lopez, F. G., & Brennan, K. A. (2000). Dynamic processes underlying adult attachment organization: Toward an attachment theoretical perspective on the healthy and effective self. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 283-301.
- Lopez, F. G., & Gormley, B. (2002). Stability and change in adult attachment style over the first-year college transition: Relations to self-confidence, coping, and distress patterns. *Journal of Counseling Psychology*, 49, 366-364.
- Mallinckrodt, B. (2000). Attachment, social competencies, social support and interpersonal process in psychotherapy. *Psychotherapy Research*, 10, 239-266.
- Mallinckrodt, B., & Wei, M. (2005). Attachment, Social Competencies, Social Support, and Psychological Distress. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 358-367.
- Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 455-470.
- Mickelson, K. D., Kessler, R. C., & Shaver, P. R. (1997). Adult attachment in a nationally representative sample. *Journal of Personality and Social Psychology*, 73, 1092-1106.
- Mikulincer, M. (1998). Attachment working models and the sense of trust: An exploration of interaction goals and affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 1209-1224.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2001). Attachment theory and intergroup bias: Evidence that priming the secure base schema attenuates negative reactions to out-groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81, 97-115.
- Mikulincer, M., Gillath, O., & Shaver, P. R. (2002). Activation of the attachment system in adulthood: Threat-related primes increase the accessibility of mental representations of attachment figures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83, 881-895.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation & Emotion*, 27, 77-102.
- Mikulincer, M., Birnbaum, G., Woddis, D., & Nachmias, O. (2000). Stress and accessibility of proximity-related thoughts: Exploring the normative and intraindividual components of attachment theory. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78, 509-523.
- Mogg, K., & Bradley, B. P. (1998). A cognitive-motivational analysis of anxiety. *Behaviour Research and Therapy*, 36, 809-848.
- Mogg, K., & Bradley, B. P. (1999). Some methodological issues in assessing attentional biases for threatening faces in anxiety: A replication study using a modified version of

- the probe detection task. *Behaviour Research and Therapy*, 37, 595-604.
- Mogg, K., Philippot, P., & Bradley, B. P. (2004). Selective attention to angry faces in clinical social phobia. *Journal of Abnormal Psychology*, 113, 160-165.
- Nolen-Hoeksema, S. (1987). Sex differences in unipolar depression: Evidence and theory. *Psychological Bulletin*, 101, 259-282.
- Nolen-Hoeksema, S. (1991). Responses to depression and their effects on the duration of depressive episodes. *Journal of Abnormal Psychology*, 100, 569-582.
- Nolen-Hoeksema, S., & Morrow, J. (1991). A prospective study of depression and posttraumatic stress symptoms after a natural disaster: The 1989 loma prieta earthquake. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(1), 115-121.
- Norton, P. J., Asmundson G. J. G., Cox, B. J., & Norton, G. R. (2000) Future directions in anxiety disorders: Profiles and perspectives of leading contributors. *Journal of Anxiety Disorder*, 14, 69-95.
- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 35, 741-756.
- Robert, J. E., Gotlib, I. H., & Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 310-320.
- Russel, 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, 18-29.
- Schultz, L. T., & Heimberg, R. G. (2008). Attentional focus on social anxiety disorder: Potential for interactive process. *Clinical Psychology Review*, 28, 1206-1221.
- Shaver, P. R., & Hazan, C. (1993). Adult romantic attachment: Theory and evidence. In D. Perlman & W. Jones (Ed), *Advances in personal relationships* (Vol. 4, pp.29-70). London: Jessica Kingsley.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment and Human Development*, 4, 133 - 161.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7, 422-445.
- Spasojevic, J., & Alloy, L. B. (2001). Rumination as a common mechanism relating depressive risk factors to depression. *Emotion*, 1, 25-27.
- Spur, J. M., & Stopa, L. (2002). Self-focused attention in social phobia and social anxiety. *Clinical Psychological Review*, 22, 947-975.
- Stein M. B., & Deutsch R. (2003). In search of social phobia subtypes: similarities of feared social situations. *Depression and Anxiety*, 17, 94-97.
- Strauman, T. J. (1989). Self-discrepancies in clinical depression and social phobia: Cognitive structures that underlie emotional disorders? *Journal of Abnormal Psychology*, 98, 14-22.
- Treynor, W., Gonzalez, R., & Nolen-Hoeksema, S.

- (2003). Rumination reconsidered: A psychometric analysis. *Cognitive Therapy and Research*, 27, 247-259.
- Turner, S. M., Bedel, D. C., & Townsley, R. M. (1992). Social phobia: A comparison of specific and generalized subtypes and avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 326-331.
- Wagner, P. E., & Tangney, J. P. (1991). *Affective style, aspects of the self, and psychological symptoms*. Unpublished manuscript, George Mason University.
- Wei, M., Heppner, P. P., & Mallinckrodt, B. (2003). Perceived coping as a mediator between attachment and psychological distress: A structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 438-447.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, W. T. (2004). Maladaptive perfectionism as a mediator and moderator between adult attachment and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 51, 201-212.
- 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, 591-601.
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T.-Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52, 14-24.
- West, S. G., Finch, F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In R. H. Hoyle(Ed), *Structural equation modeling: Concepts, issues and applications* (pp.56-75). Newbury Park, CA: Sage.
- Woody, S. R. & Rodriguez, B. F. (2000). Self-focused attention and social anxiety in socially anxious individuals and normal controls. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 473-488.
- Yang, Y. R., Yang, J. W., & Oh, K. J. (2008). The temporal relationship between symptoms of social anxiety and depression in children and adolescence. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 27, 35-50.

원 고 접 수 일 : 2013. 02. 04

수정원고접수일 : 2013. 06. 01

게재결정일 : 2013. 07. 25

Exploration of Mediators between Adult Attachment and Depression: Discriminatory Effect of Affect Regulation against Social Interaction Anxiety

Byung Jik Kim

Department of Management Engineering, KAIST

Kyung Ja Oh

Department of Psychology, Yonsei University

The current study was aimed to test the mediational effects of social interaction anxiety and maladaptive affect regulation (particularly rumination and emotion suppression) on the link between adult attachment (attachment anxiety and avoidance, respectively) and depression. In order to examine the hypothesis, 201 college students were sampled. In structural equation modeling, the hypothetical model explaining the structural paths and the fit of the model were evaluated. The results showed that social interaction anxiety and rumination mediated the relations between adult attachment avoidance and depression, as well as attachment anxiety and depression. Additionally, the associations between adult attachment anxiety and depression was not mediated by social interaction anxiety and emotion suppression whereas the mediating effect of social interaction anxiety and emotion suppression on the link between attachment avoidance and depression was not significant. The implications and limitations of the study, and suggestions for future studies are discussed.

Key words : *Adult attachment, attachment anxiety, attachment avoidance, Social interaction anxiety, Rumination, Emotion suppression, Depression*