

## 불안정애착 및 심리적 고통이 관계중독에 미치는 영향: 지지추구적 정서조절양식의 조절된 매개효과 검증\*

이 지 원

이 기 학<sup>†</sup>

연세대학교 심리학과

본 연구에서는 불안정애착과 관계중독과의 관계를 심리적 고통이 매개하며, 심리적 고통이 관계중독에 영향을 끼치는 경로에서 정서조절양식이 이를 조절하는지 확인함으로써, 조절된 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 대학생 204명(남 85명, 여 119명)을 대상으로, 성인 애착, 심리적 고통, 정서조절양식, 관계중독을 측정하였으며, SPSS 21.0과 SPSS Macro를 사용하여 분석하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 변인들 간의 상관관계 분석 결과, 불안정애착, 심리적 고통, 관계중독 사이에 유의한 정적 상관이 있었다. 둘째, 매개효과 검증 결과, 불안정애착이 심리적 고통에 영향을 미치고, 심리적 고통은 불안정애착과 관계중독 사이를 부분 매개하는 것으로 나타났다. 셋째, 위계적 회귀분석을 통한 조절효과 검증 결과, 심리적 고통과 지지추구적 정서조절양식이 상호작용을 통해 관계중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 넷째, SPSS Macro를 통한 조절된 매개효과 검증 결과, 불안정애착이 관계중독에 영향을 미치는 경로에서 심리적 고통이 이를 매개하며, 심리적 고통과 관계중독의 관계가 지지추구적 정서조절양식에 의해 조절되는 것으로 나타나 조절된 매개효과가 확인되었다. 이러한 결과를 바탕으로 본 연구의 의의 및 상담 실제에서의 시사점과 후속연구의 필요성에 대해 논하였다.

주요어 : 불안정애착, 관계중독, 심리적 고통, 정서조절양식, 조절효과, 매개효과, 조절된 매개효과

\* 본 연구는 연세대학교 심리학과 BK21 인지 및 심리과학 전문 인력 양성 및 실용화 사업단의 연구비 지원을 받아 이루어졌음.

† 교신저자 : 이기학, 연세대학교 심리학과, (120-749) 서울시 서대문구 연세 50로  
Tel : 02-2123-2445, E-mail : khlee2445@yonsei.ac.kr

전국 대학생들을 대상으로 이루어진 한 설문조사 결과에 의하면, 우리나라 남자 대학생들의 주된 관심사 중의 하나로 ‘연애’가 꼽혔다(대학 내일 20대 연구소, 2012. 7. 3 발표). 이러한 결과는 대학생들이 이성 관계에 대해 갖는 높은 관심을 반영하는 것으로, 대학생들의 발달 단계상의 과업과도 밀접한 관련이 있다. Erikson(1970)은 사회 심리학적 관점에서 대학생 시기에 해당하는 초기 성인기가 부모나 가족 이외의 다른 사람으로부터 친밀성을 획득하게 되는 발달적 단계라고 하였으며, 대학생들은 이중에서도 특히 이성과의 관계에 비중을 두고 발달과업인 친밀성을 획득하고자 한다(유외숙, 박경, 2004). 이들은 이성과의 관계를 통해 다른 또래들과의 관계에서 얻는 것보다 더 큰 정서적 친밀감을 경험하기도 하고(Hazan & Zeifman, 1994), 때로는 우울, 불안, 소외감 등과 같은 심각한 부정적 정서를 경험하기도 한다(Larson, Clore, & Wood, 1999; Monroe, Rohde, Seeley, & Lewinson, 1999). 이러한 정서 경험은 발달적 과도기에 있는 대학생들이 생물학적, 심리적, 사회적 측면을 통합해 나가는데 커다란 영향을 끼칠 뿐만 아니라, 이후의 결혼관이나 애정관, 인생관 등을 정립해 나가는데 있어 바탕이 되므로, 대학생들의 이성 관계 경험에 대해 더욱 중요하게 다룰 필요가 있다고 하겠다.

그러나 이러한 과정에서 일부는 의미 있는 관계 맺기에 실패하거나, 건강하지 못한 관계 양상을 나타내게 되는데, 그러한 예의 하나로 관계중독을 들 수 있다. 관계중독이란 자신에게 해가 되는 관계라고 하더라도 상대방과 함께 있어야 한다는 강박감에 사로 잡혀 사랑에 대한 감정이나 행동을 통제할 수 없게 되는 것으로(Martin, 1990), 사람이나 관계에 집착하

는 상태가 되어 자신이 도저히 조절하거나 어떻게 해 볼 수 없는 상태에 이르는 것(이의선, 2004)이라고 정의된다. 관계중독에 빠지게 되면, 상대방에게 버림받아 혼자 남게 될지도 모른다는 두려움 때문에 자기 자신을 희생시키면서까지 관계를 유지하는 것에만 몰두하게 되면서, 현재 맺고 있는 관계에 대한 객관적 시각을 상실하게 되고 끊임없는 불안함과 초조함을 경험하게 된다(Brieda, 1990; Litchfield & Litchfield, 2001). 즉, 중독이라는 단어의 라틴어 어원이 의미하는 것처럼 ‘자기 자신을 포기하고’ 중독의 대상인 상대방만 있는 상태에 놓이게 되는 것이다. 관계중독이 가지고 있는 또 다른 특징들로는 이상화된 상대방에 대한 맹목적 소유욕, 친밀한 관계를 유지하기 위한 상습적 기만행동 및 일상에서의 성실성 상실, 고통을 주는 사건에 대한 선택적 망각, 타인에 대한 통제 욕구 등이 있으며(Martin, 1990), 이러한 증상이 심각해질 경우 일상, 학업, 직업에서의 역할 및 기능수행에까지 큰 지장을 초래할 수 있다.

중독은 크게 물질 중독과 과정 중독으로 나뉘는데(Schaef, 1988), 물질 중독은 알코올, 마약, 약물, 니코틴, 카페인과 같은 중독적 물질들에 의존성을 갖게 되는 것으로 섭취적 중독이라고도 하고, 과정 중독은 일련의 행동과 그와 관련된 상호 작용의 과정에 빠져드는 것을 가리킨다. 관계중독은 이 중에서 과정 중독에 해당된다. 과정 중독에는 관계중독 외에도, 종교, 쇼핑, 도박, 운동 중독과 같은 중독들이 있는데, 모두 생활 장면과 밀접한 관련이 있기 때문에, 물질 중독보다 더욱 쉽게 빠져들 위험이 있고, 회복 또한 매우 어려운 것으로 알려져 있다(이의선, 2004). 또한 본인 스스로는 자신이 중독인 것을 의식하기 쉽지 않

고, 만성적이고 고질적인 패턴으로 이어지기 때문에 외부의 도움 없이는 중독에서 빠져나 오기 어렵다(Bradshaw, 2005). 이러한 심각성을 반영하듯 최근 몇 년 사이에 대학생들의 인터넷 중독, SNS 중독과 같은 과정 중독들이 주목받으며, 그 원인과 개입 방안에 대한 논의가 이루어지고 있는 추세이다(노안영, 정민, 2011; 박구연, 2002; 전효정, 2006; 진영희, 2002). 그러나 관계중독에 대한 연구는 사실상 거의 이루어지지 않은 상태다. 대학 상담센터에 방문하는 학생들의 대부분이 대인관계, 이성교제에서 겪는 여러 어려움으로 인한 심리적 스트레스를 호소함에도 불구하고(김완석, 장미선, 2005; 박현순, 1999; 이기학, 조영아, 송소원, 2006), 대학생들의 관계중독에 대한 연구가 많이 진행되지 않았던 것은, 관계에 중독될 수 있다는 개념 자체가 널리 알려져 있지 않아 생소한 측면이 있으며, 내담자가 직접 호소하지 않는 이상 과정 중독 양상이 쉽게 드러나지 않기 때문인 것으로 보인다(Hart, 1990).

한국 사회의 대학생들은 대학에 입학하기까지 치열한 입시 경쟁 체제 속에서 학업에 몰두하며 학교 친구나, 이성 친구들과 건강하게 소통하는 방식을 체득할 기회가 적었던 데다가, 대학에 입학하고 갑작스럽게 넓어진 관계의 폭을 경험하게 되기 때문에(장석진, 연문희, 2009), 건강한 관계 맺기를 더욱 어려워 할 수 있으며, 그만큼 관계중독과 같은 역기능적 대인관계에 빠질 위험에 더욱 취약한 상태에 놓여 있다고 할 수 있다. 부적응적인 대인관계와 관계중독을 동일 선상에 놓을 수는 없으나, 위와 같은 맥락에서 볼 때, 관계중독에 대한 연구가 보다 깊이 있게 이루어질 필요성은 분명한 것으로 생각된다. 이에 본 연구에서는

관계중독에 이르게 되는 경로에 대해 탐색적으로 살펴보고자 한다.

기존 연구를 통해 관계중독의 대표적인 선행변인으로 들 수 있는 것은 중요한 타인과의 불안정한 애착이다(장우귀, 2005). 애착이론에서는 인간 욕구의 핵심과 성장의 기반을 관계에 관한 것으로 보며, 관계에 초점을 맞추고 인간을 이해하고자 하는데(Lopez & Brennan, 2000), 어린 시절 유아가 초기 양육자와의 관계 경험을 통해 형성한 내적 작동 모델을 발달시켜가는 과정에서 자신과 타인, 세상을 바라보는 틀이 결정된다고 하였다(Ainsworth, 1989; Bartholomew & Horowitz 1991). 즉, 어린 시절의 초기 애착 경험은 일생동안 여러 발달 영역에 지속적으로 영향을 끼치고(Rovers, DesRoches, Hunter, & Taylor, 2000), 대인관계 패턴을 형성해 나가는 데에도 기여하게 되며(최해림, 조영주, 2001; Main, Kaplan, & Cassidy, 1985), 특히 성인기에 접어들어 친밀한 대상과 상호작용을 할 때 선행요인으로서 작용하게 된다(신지은, 방희정, 윤진영, 2009; Bowlby, 1988; Sroufe & Fleeson, 1986).

한편, 성인애착은 애착과 관련된 성인기 외부세계나 타인표상을 지칭하는 것으로서(Brennan, Clark, & Shaver 1998), 애착이론을 처음 주장한 Bowlby(1980)에 의하면 내적 작동 모델은 어린 시절 조직화된 이후 외부 인식에 영향을 끼치며, 변화에 저항적이기는 하나, 역동적으로 재조직화 될 가능성도 있다고 하였으며, 개인이 성장 발달해감에 따라 양육자의 태도 변화나 친밀한 관계에 있는 다른 타인과의 경험을 통해 애착 유형이 변화 발달된다는 연구 결과들이 있다(Buelow, McClain, & McIntosh, 1996; Fox, 1995; Halverson, 1988; Vaughn, Egeland, Sroufe, & Waters, 1979;

Weinfeld, Sroufe, & Egeland, 2000). 따라서 인간이 성장하는 과정에서 애착대상이 변화하고 양상이 복잡해지기 때문에 성인기의 대인관계 패턴을 이해하기 위해서는 현재의 이성 관계, 친밀한 타인과의 애착관계를 이해해야 한다는 것이 여러 애착이론가들의 주장이다 (Cook, 2000; Overbeek, Vollebergh, Engels, & Meeus, 2003). 성인애착 유형이 안정적이지 못하다는 논란도 있으나, 여러 연구자들은 어린 시절 초기 부모와의 관계에서 상호작용하는 방식은 하나의 특성으로 통합되어 타인에 대한 잠재적 결정 요인으로 작용하게 되며 여러 측면에서 중요한 연관성을 지니고 있다는 것에 동의한다(신노라, 안창일, 2004; Lopez & Gormley, 2002; Park, Crocker, & Mickelson, 2004; Perrine, 1998). 본 연구에서는 대학생들을 대상으로 애착과 관계중독과의 관계를 살펴보고자 하였으므로, 이러한 성인애착의 개념에 따라 대학생들의 애착관계를 확인하였다.

안정적인 애착이 형성된 성인의 경우 상대방에 대해 높은 수준의 신뢰, 헌신, 만족, 상호 의존을 보이고(Collins & Read, 1990; Simpson, 1990), 적개심이 낮고, 대인관계가 좋은 것으로 보고되고 있다(Kobak & Sceery, 1988). 반면, 불안정적인 애착 유형의 성인들은 자기와 타인에 대한 모델이 부정적이어서 자기 가치감이 낮고, 부정적 자기 개념을 가지고 있으며, 타인에 대한 접근, 지지에 대한 확신이 부족하기 때문에(Batholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990), 대인 관계의 어려움을 호소한다. 또한, 이들은 연인이 자신을 진심으로 사랑하고 있지 않다고 생각하거나, 버림받을 것을 두려워하며 극단적으로 가까워지길 바라는 경향이 있고(Hazan & Shaver, 1987), 이러한 염려는 상대방에 대해 강박적으로 열중

하고 상대방의 가까운 사람들에 대해 질투하는 양상으로 나타나기도 하며, 이는 친밀한 관계가 끝나버릴 것 같은 심한 두려움에서 나타나는 것으로 이해되고 있다(Hendrick & Hendrick, 1989; Levy & Davis, 1988).

이렇듯 애착이 불안정하게 형성된 사람들의 경우, 중요하고 친밀한 타인에게 충분한 관심과 사랑을 받아보지 못했다고 느끼기 때문에, 잠재의식 속에 뿌리 깊은 좌절감이 자리 잡게 되고, 자신이 의미 있는 존재라는 인식을 하지 못하게 된다. 또한 애착관계가 불안정한 사람들은 자기 자신에 대한 내적 표상이 부정적이며, 자신의 가치와 자존감을 내부에서 발견하지 못하고 외부의 인정을 통해 찾으려는 경향이 있기 때문에, 이러한 심리적 역동이 타인 의존을 특성으로 하는 관계중독 성향을 촉발할 것으로 예측된다. 즉, 중요한 타인과의 애착형성이 불안정적일수록, 관계 안에서 채울 수 없었던 심리적 허기를 채우고자 관계중독적인 증상을 나타내게 되며(이수현, 2009), 현재 관계를 맺고 있는 대상을 향해 끊임없이 자신의 환상과 욕구를 투영하며, 인간의 본질적인 욕구인 사랑과 인정을 갈망하며 확인받고자 하는 것이다(Hart, 1990).

불안정애착과 관계중독과의 관계에서 심리적 고통(우울, 불안 등)은 주요 매개변인이 될 수 있을 것으로 보이는데, 앞서 설명한 바와 같이 애착 유형이 불안정한 사람들은 현재 맺고 있는 관계에서 불안, 두려움 등과 같은 심리적 고통을 쉽게 경험하는 것으로 알려져 있고(Cassidy & Shaver, 2008), 이는 관계중독의 기저에 있는 관계와 삶에 대한 존재론적인 불안과 공허함, 절망감과 같은 정서와 닿아있다고 할 수 있기 때문이다. 이에 대해 보다 구체적으로 살펴보면, 불안정애착과 심리적 고통과

의 관계는 지난 수 십 년간 많은 애착이론가들에 의해 연구되어 왔으며, 성인 애착이 안정적인 대학생들은 우울, 불안과 같은 심리적 고통을 덜 경험하는 반면(김광은, 2004; 김민선, 서영석, 2010; 장휘숙, 2002; 조화진, 서영석, 2010; Overbeek et al., 2003; Wei, Shaffer, Young, & Zakalik, 2005), 불안정애착 유형의 성인들은 높은 수준의 우울과 불안(Lopez, Mauricio, Gormley, Simko, & Berger, 2001; Roberts, Gotlib, & Kassel, 1996; Wei, Heppner, & Mallinckrodt, 2003; Wei, Mallinckrodt, Russell, & Abraham, 2004)을 경험하고, 부정적 정서를 자주 느끼며(Simpson, 1990), 정서적 불편감(Collins, 1996; Lopez, Mitchell, & Gormley, 2002) 수준이 높은 것으로 보고되었다. 그 중에서도 특히 우울과 불안은 대표적인 심리적 디스트레스(psychological distress)로서, 불안정애착과 심리적 고통과의 관계를 살펴보는 연구에서 주요 측정변인으로 활용되는 바, 본 연구에서도 대학생들의 우울과 불안을 측정하여 심리적 고통 수준을 확인하고자 하였다.

이렇듯 애착이 불안정하게 형성된 사람들의 경우, 중요하고 친밀한 타인에게 충분한 관심과 사랑을 받아보지 못했다고 느끼기 때문에, 잠재의식 속에 뿌리 깊은 좌절감이 자리 잡게 되고, 자신이 의미 있는 존재라는 인식을 하지 못하게 된다. 이로 인해 관계 안에서 채울 수 없었던 심리적 허기를 채우고자 관계중독적인 현상을 보이게 될 수 있으며(이수현, 2009), 현재 관계를 맺고 있는 대상을 향해 끊임없이 자신의 환상과 욕구를 투영하며, 인간의 본질적인 욕구인 사랑과 인정을 갈망하며 확인받고자 한다(Hart, 1990).

불안정애착과 관계중독 사이의 관련성을 살펴보는 가운데 드러난 바와 같이 애착 유형이

불안정한 사람들은 관계형성 및 유지에 대한 불안, 두려움, 우울과 같은 심리적 고통을 경험하게 되는데, 이는 관계중독의 기저에 있는 관계와 삶에 대한 존재론적인 불안과 공허함, 절망감과 같은 정서와 닿아있다고 할 수 있다. 지금까지 이루어진 연구들에 의하면 성인 애착이 안정적인 대학생들은 우울, 불안과 같은 심리적 불편감을 덜 경험하는 반면(김광은, 2004; 김민선, 서영석, 2010; 장휘숙, 2002; 조화진, 서영석, 2010; Overbeek et al., 2003; Wei et al., 2005), 불안정애착 유형의 성인들은 우울증, 불안(Lopez et al., 2001; Wei et al., 2003; Wei et al., 2004), 부정적 정서(Simpson, 1990), 정서적 불편감(Collins, 1996; Lopez et al., 2002) 등과 정적인 관련성을 보이는 것으로 나타났다. 이처럼, 안정적인 애착을 형성하지 못한 개인은 자신과 타인에 대한 부정적인 내적 작동 모델로 인하여 친밀한 관계에 대해 신뢰하지 못하고 불안, 우울과 같은 심리적 고통을 경험하며, 혼자 남게 될지도 모른다는 두려운 감정에 직면하게 되는데 이는, 관계중독에 빠지는 사람들이 중독 초기에 경험하는 공포감으로, 이러한 두려움이 강박적 집착을 촉발시키는 원인이 되는 것이다.

심리적 고통과 관련하여 중독적인 관계에 빠진 사람들이 보이는 주요한 특징은, 이들이 익숙하고 부정적인 감정을 끊임없이 반복한다는 것이다. 이는 낮은 자존감으로 인해 자신의 욕구를 타인에게서 채우고자 할 때 느껴지는 좌절감에서 비롯되며, 점차 의존적인 관계에 매달리게 되면서 자기 자신은 없는 것과 같은 공허감, 언제 버림받을지 모른다는 불안감, 혼자 남겨진 것과 같은데서 비롯되는 우울, 분노 등의 정서를 계속적으로 경험하게 된다(Schaeffer & McElhny, 1997). 그리고 이러한

감정을 스스로 조절하거나 인정하지 못하고, 친밀한 대상에게 투사함으로써 상대방에게 강박적인 돌봄을 제공하며 자신의 욕구를 충족하고, 심리적 고통을 해소하려하기 때문에 (Bowlby, 1980), 중독적인 관계의 악순환이 반복되는 것이다. 이러한 이론적 근거 및 경험적 연구 결과에 의하면, 중요한 타인과의 애착관계가 불안정할수록 높은 수준의 우울과 불안을 경험하게 되고, 그러한 관계에서 촉발되는 심리적 고통이 관계중독증상을 초래할 수 있음을 알 수 있다. 따라서 본 연구에서는 불안정애착이 관계중독으로 이어지는 경로에서 심리적 고통의 중요성을 주목하고, 심리적 고통이 불안정애착과 관계중독 사이를 매개할 것이라는 가설을 제시할 것이다.

한편, 인간은 심리적 고통을 경험하는 경우 다양한 정서조절양식을 사용하여 부정적인 정서를 감소시키고자 하는데, 정서조절은 정서적으로 자극되는 상황에서 유연하고 전략적으로 반응하여 균형감 있게 정서를 조절할 줄 아는 것을 뜻하며, 사회적, 정서적, 인지적, 행동적 유능감에 직접적으로 영향을 주게 되어 삶을 보다 안정적이고 편안하게 만들어 주는 능력을 의미(Salovey & Mayer, 1990; Thomson, 1994)하는 것으로, 적응에 있어서도 매우 중요한 의미를 지닌다(Barrett & Gross, 2001). 반면, 정서조절의 실패가 계속적으로 이어지거나 만성화되는 것을 정서조절곤란(emotion dysregulation)이라고 하며(Cole, Michel, & Teti, 1994), 정서조절곤란의 구체적 정의는 학자들마다 차이가 있으나 정서조절양식이 부적응적이거나 부적절하게 사용되는 것(Cicchetti, Ackerman, & Izard, 1995), 정서조절양식을 극단적인 방식으로 사용하는 것으로(Keenan, 2000; Walden & Smith, 1997) 이해되는 바, 정서조절

양식의 사용 방식이나 형태에 따라 정서조절 곤란이 정의된다고 할 수 있다. 최근 정신건강 및 정신병리 영역에서는 정서조절곤란이 심리적 부적응과 정신 병리를 초래한다는 것에 주목하고 있으며(Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010; Cole et al., 1994; Eisenberg et al., 1995; Kring & Werner, 2004; Silk, Steinberg, & Morris, 2003), 국내 연구들에서도 우울이나 불안과 같은 심리적 고통에 대처하는 정서조절양식이 얼마나 적절한지에 따라 부정적 정서의 해소에 영향을 끼칠 뿐만 아니라, 그 사람의 정신건강이 결정될 수 있고(이시은, 2009), 정서조절에 실패할 경우 부적 정서가 강화되거나 과잉 행동이나 행동 억제와 같은 양상이 나타날 수 있는 것으로(이지영, 권석만, 2006) 보고되고 있다. 이처럼 정서조절양식은 심리적 고통에 대처하는 하나의 방략으로써, 정서조절양식을 얼마나 효과적으로 적절하게 활용하느냐에 따라 그 사람의 적응 수준 및 정신건강이 결정된다고 할 수 있다.

이러한 정서조절양식을 어떻게 구분하느냐는 연구자들마다 다양한 의견을 제시하고 있으나(Gross, 1998; Morris & Reilly, 1987; Thayer, Newman, & McClain, 1994), 전반적으로는 부정적 정서에 능동적이고 적극적으로 대처하는 방식과, 회피적이고 주의-분산적으로 대처하는 방식의 구분을 따르고 있다. 이와 더불어, 사회적 지지를 구하여 부정적 정서 상태에서부터 벗어나려는 노력을 앞의 두 양식과 별개의 양식으로 보고 있다. 민경환, 김지현, 윤석빈과 장승민(2000)은 부정적 정서를 조절하는 양식들에 대한 선행연구 결과들이 공통적으로 이러한 세 가지 범주로 구분될 수 있다고 제안하고, 경험적인 자료를 요인 분석하여 능동적 조절양식, 회피분산적 조절양식, 지지추구적

조절양식으로 구분될 수 있음을 증명하였다. 능동적 정서조절양식은 문제 해결적 정서조절 전략으로 자신의 정서를 불러일으키는 선행 사건을 해결하고자 구체적인 계획을 세우거나 행동하는 전략이며, 회피분산적 양식은 문제 상황으로부터 회피하기 위해 관계없는 다른 일을 떠올리거나 다른 일에 집중하고, 막연히 잘 되기를 바라는 전략이라고 할 수 있다. 마지막으로 지지추구적 양식은 자신의 정서를 친한 친구와 같은 주변 사람들과 교류를 통해 조절하려는 양식으로 타인에게 위로를 구하고 도움과 조언을 통해 정서를 조절한다(윤석빈, 1999) 본 연구에서도 윤석빈(1999)이 위와 같이 세 양식으로 구분한 정서조절양식 척도를, 임전옥과 장성숙(2003)이 수정한 것을 활용하여 개인의 정서조절양식을 측정하였다.

부정적 정서를 조절하기 위해 어떤 정서조절양식을 사용하느냐는 개인마다 차이가 있으며, 이는 개인의 성격 특성이나 당면한 상황에 의해 많은 영향을 받는다(민경환 등, 2000) 예컨대 자존감이 높은 사람들이 부정적 정서에 능동적이고 긍정적으로 대처하며(Carver, 1989; Pearlin & Schooler, 1978), 여성은 남성에 비해 지지추구적 양식과 주의분산적 방략을 자주 사용하는 것으로 보고되었다(이지영, 권석만, 2009). 능동적 조절양식은 자존감, 외향성, 낙관성 등의 성격 특성과 정적인 관련이 있고, 회피분산적 조절양식은 신경증적 성격 특성과, 지지추구적 조절양식은 정서 표현성, 외향성 등의 성격 특성과 정적 관련이 있는 것으로 확인되었다(민경환 등, 2000). 정서조절양식의 사용 특성 뿐 아니라 효과에 있어서도 양식별로 차이가 있는 것으로 여러 연구들을 통해 보고된 바 있다. 정서조절양식과 삶의 만족, 건강, 대인관계 만족과의 관계를 살펴본

윤석빈(1999)의 연구결과에 의하면, 능동적 양식은 삶의 만족, 건강, 대인관계만족과 정적 상관, 지지추구적 양식은 대인관계만족과 정적 상관이 나타난 반면 회피분산적 양식은 유의한 관련이 없는 것으로 나타났다.

정서조절양식이 모두 적응과 정신건강에 기여하는 것은 아니다. 특정 정서조절양식이 항상 적응적이라고도 할 수 없으며, 개인이 겪고 있는 정서, 처한 상황, 사용 방식 등이 모두 고려되어야 하기 때문이다(이지영, 권석만, 2006). 예컨대, 신경성 식욕부진증(anorexia nervosa) 환자들은 불쾌한 정서를 감소시키려고, 심한 운동을 하거나, 굶는 행동을 통해 자신에 대해 긍정적인 느낌을 가지려고 노력하나, 결과적으로는 자신에 대한 부정적인 느낌을 강화하여 사회적으로 더욱 위축되고, 우울한 기분을 유발하며, 충동조절문제, 알코올 문제, 약물 문제 등을 야기할 수 있다. 또한 성격장애는 정서조절을 위해 사용하는 정서조절양식이 습관화된 것이라고도 볼 수 있는데, 회피성 성격장애를 지닌 환자들은 부정적 평가에 예민하기 때문에 다른 사람들과의 교류를 피하고 사회적 활동을 억제하는 방식으로 정서를 조절하고자 하며, 의존성 성격장애가 있는 사람들은 선택과 책임에 대한 긴장과 불안을 낮추기 위해 타인에게 조언을 구하고 도움을 청하는 방식을 습관적으로 사용함으로써 성격장애로 발전한 것으로 이해될 수 있다(이지영, 권석만, 2006).

정서조절양식은 이처럼 여러 적응적, 부적응적 결과를 초래하는 선행변인이 될 뿐만 아니라, 부적 정서와 정신병리적 증상과의 관계에서 매개변인이나 조절변인의 역할을 하는 것으로 알려져 있다. 최은희와 최성진(2009)의 연구에 의하면 정서조절곤란, 즉 정서조절양

식의 부적절한 사용은 미성숙한 방어기제가 정신병리로 발전하는데 조절 변인의 역할을 하는 것으로 밝혀졌다. 또한 정서조절곤란은 부정적 정서 및 충동성 등의 요인이 폭식행동으로 발전하는데 대해 매개변인(이미현, 채규만, 2009; 정수진, 이민규, 2009)이 되고, 조절 변인 역할(Buckholdt, Parra, & Jobe-Shields, 2010)을 하는 것으로 확인되었다. 아직 심리적 고통과 관계중독과의 관계에서 정서조절곤란이 어떠한 역할을 하는지에 대해 밝혀진 바는 없으나, 정서조절곤란과 여러 정신병리와의 관련성이 확인되어 온 점, 정서조절곤란이 중독 위험성과 정적이 관련이 있다고 밝혀진 점(김희정, 2012), 정서조절능력은 타인과의 관계형성 및 상호작용에 필수적(박서정, 김순옥, 2003; Cole et al., 1994)인 것으로, 정서조절곤란이 타인과의 병리적인 관계문제, 즉 관계중독에 영향을 끼칠 것이라는 점에 기인하여 본 연구에서는 정서조절양식이 심리적 고통과 관계중독과의 관계에서 조절변인의 역할을 할 수 있을 것이라고 가정하였다.

Bonanno와 Mayne(2001)은 정서와 자기 조절에 대한 경험적 연구가 특정한 정서조절 전략과 행동이 적응적인지 부적응적인지에 대한 질문과 관계될 것이며 이에 대한 진보가 필요하다고 하였다. 개인의 삶에 심각한 부적응을 초래할 수 있는 관계중독과 심리적 고통에 대한 정서조절양식과의 관련성을 살펴보는 것은, 불안정애착이 심리적 고통을 통해 관계중독으로 이어질 수 있다고 가정한 경로에서 심리적 고통을 어떻게 조절하고 대처하느냐에 따라 관계중독성향이 달라질 수 있다는 것에 기반을 두고 있다. 즉, 친밀한 관계에서 경험하게 되는 우울과 불안에 어떻게 대처하느냐에 따라 관계를 맺는 방식과 적응에 차이가 있을

것이라는 의미다. 관계중독을 심화시키거나, 완화시킬 수 있는 정서조절양식이 밝혀진다면, 상담 장면에서 관계중독 치료에 도움이 되는 방향으로 정서조절양식을 수정하도록 실제적 도움을 제공할 수 있을 것이다.

지금까지의 논의를 요약하면 다음과 같다. 애착형성이 불안정한 사람들은 관계에서 유발되는 심리적 고통을 스스로 해소할 수 있는 내적 자원이 부족하기 때문에 타인과의 관계에 강박적으로 몰두하거나 강한 의존성을 나타내며, 타인과 극단적 방식으로 가까워지는 것을 통해(박연주, 2008), 부적 정서를 완화시키고자 할 수 있으며, 점차 만성화될 경우, 결국 관계중독으로 이어질 수 있다. 다시 말해서, 불안정애착은 관계중독을 예측할 수 있으며, 그 경로를 불안 및 우울과 같은 심리적 고통이 매개할 것이라는 설명이 가능하다. 또한 이러한 과정에서 심리적 고통에 대처하는 방식으로서의 정서조절양식의 사용은 그 수준이나, 구체적 맥락에 따라 관계중독을 강화시키거나, 완화시킬 수 있을 것으로 생각되며, 선행연구 결과를 종합해 볼 때, 심리적 고통과 여러 정서조절양식의 상호작용이 관계중독 성향을 조절할 수 있을 것으로 예측되므로, 본 연구자는 불안정애착, 심리적 고통, 정서조절양식, 관계중독 사이의 관계를 그림 1과 같은 조절된 매개모형으로 나타내고, 이를 검증하고자 한다. 또한 이러한 연구결과를 통해 관계중독으로 어려움을 겪는 학생들에 대한 상담과 교육, 개입 방안을 제시하는데 있어 근거를 마련하고자 한다. 본 연구의 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 불안정애착은 관계중독 성향을 예측할 것이다. 둘째, 심리적 고통은 불안정애착과 관계중독 성향 사이를 매개할 것이다. 셋째, 정서조절양식은 심리적 고통과



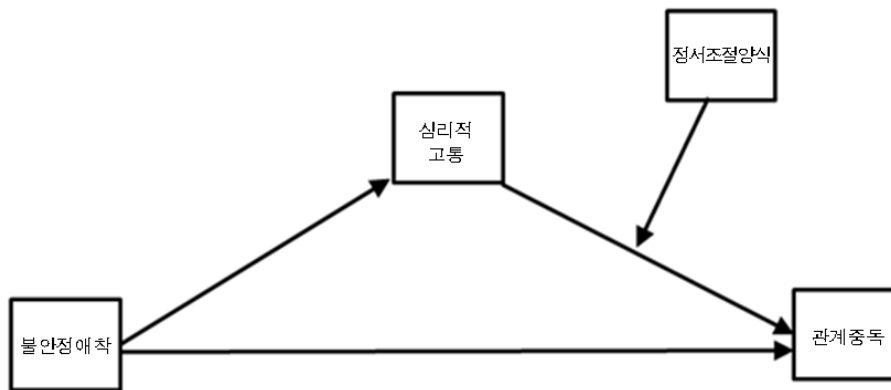


그림 1. 불안정애착과 관계중독, 심리적 고통 사이의 관계에서 정서조절양식의 조절된 매개효과 모형

상호작용하여 관계중독 성향에 영향을 끼칠 것이다. 넷째, 불안정애착과 관계중독 사이를 심리적 고통이 매개하며, 심리적 고통은 정서조절양식과 상호작용하여 관계중독 성향에 영향을 끼칠 것이다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 서울 소재의 4년제 대학교에 재학 중인 대학생들을 대상으로 실시하였으며, 측정도구 문항의 성격 및 연구 목적의 특성 상 연애경험이 있는 학생들로 설문 참여를 제한하였다. 설문 참여자는 총 209명(남 87명, 여 122명)이었으며, 이 중 불성실하게 응답하거나, 연애경험이 없다고 한 5명(남 2명, 여 3명)을 제외하고 총 204명의 자료를 분석하였다. 성별 분포를 보면 총 204명 중 남학생이 85명(41.7%), 여학생이 119명(58.3%)으로 여학생의 참여비율이 더 높았으며, 평균 연령은 21.15세( $SD=2.01$ )였다. 학년 분포는 1학년

50명(24.5%), 2학년 68명(33.3%), 3학년 32명(15.7%), 4학년 54명(26.5%)이었다. 연구 참가자들에게는 연구자가 속한 학과 연구 윤리위원회로부터 연구의 목적과 방법, 위험요소, 정보 보호 등에 관해 사전 심의와 승인을 받은 내용을 설명하고, 사전 동의를 구하였다. 연구 참여자 모집은 연구자 소속 학과 학생들을 대상으로 설문 목적 및 연구 내용에 대해 간략히 설명한 안내문을 제시하는 형태로 이루어졌으며, 자율적으로 참여를 결정한 학생들을 대상으로 연구 참여 동의서에 서명을 받는 절차를 거쳤다. 연구 참여 동의서에는 중도에 설문 참여 포기가 가능하다는 점, 응답한 내용에 대한 사생활 보호와 비밀 보장이 이루어지며 설문 내용은 연구 목적으로만 사용될 것이라는 점, 중도에 설문 작성을 멈추더라도 불이익이 없다는 점을 명시하고, 각각의 사항에 대해 연구 참여자들의 확인 서명을 받았다.

### 측정도구

**관계 척도 질문지(Relationship Scales Questionnaire: RSQ)**

전반적인 대인관계에서 나타나는 애착 유형을 알아보기 위하여 성인 애착 척도인 관계 척도 질문지(RSQ)를 사용하였다. RSQ는 Hazan과 Shaver(1987)의 3유형 성인애착 척도와 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 4유형 성인애착 척도-관계설문지(Relationship Questionnaire: RQ), 그리고 Collins와 Read(1990)의 성인애착 질문지(Adult Attachment Scale: AAS)를 참고로 하여 1994년 Griffin과 Bartholomew가 만든 것으로, 총 30문항이며, 5점 리커트 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 평정한다. 안정형, 거부형, 의존형, 두려움형의 4가지 하위 척도로 구성되어 있으며, 정민형(2003)의 연구에서 안정형을 안정애착으로, 거부형, 의존형, 두려움형을 불안정애착으로 구분하였다. 본 연구에서는 이 중 불안정애착만을 분석에 사용하였다. RSQ의 내적일관성 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 도구 개발 당시 .75였으며, 신혜린과 이기학(2008)의 연구에서는 .85로 보고되었다. 본 연구에서 불안정애착의 내적일관성 계수는 .79로 나타났다.

**간이 증상 질문지(Brief Symptom Inventory: BSI)**

심리적 고통을 측정하기 위하여 Derogatis와 Spencer(1982)가 개발하고 김광일, 김재환 및 원호택(1984)이 번안한 간이 증상 질문지(BSI)를 사용하였다. BSI는 Derogatis(1983)이 개발한 간이정신진단검사(Symptom Checklist-90: SCL-90)의 축약형으로 총 53문항이며, 지난 1주일 동안 9개 심리 상태(신체화 증상, 강박증, 대인관계 민감성, 우울, 불안, 적대감, 공포 불안, 편집증, 정신증)를 얼마나 경험하였는지에 대해 5

점 리커트식 척도(0 = 전혀 아니다, 5 = 매우 그렇다)로 응답하도록 되어 있다. 이 9가지 주요 증상 중 정신증, 편집증 등의 하위 요인은 비 임상 집단을 대상으로 하는 경우 지나치게 극단적인 정신 병리적 증상을 측정하게 되므로(Lee, Koeske, & Sales, 2004), 본 연구에서는 제외되었으며, 서론에서 밝힌 바와 같이 여러 선행연구들을 통해 불안정애착과 높은 관련이 있는 것으로 보고된 우울과 불안을 중심으로 살펴보았다. 성인애착과 심리적 고통과의 관계를 살펴본 국내의 연구에서도 SCL-90의 하위척도 중 우울과 불안을 사용하여 심리적 고통을 구인한 바 있다(조화진, 서영석, 2011). 이에 본 연구에서는 BIS 하위 척도 중 우울과 불안 척도를 사용하여 심리적 고통을 측정하였다. BSI의 2주 간격 검사-재검사 신뢰도는 .90으로 보고되었으며(Derogatis & Spencer, 1982), 본 연구에서 우울과 불안 척도의 내적일관성 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .92로 나타났다.

**정서조절양식 질문지**

일상생활 속에서 주로 사용하는 정서조절양식을 측정하기 위하여 윤석빈(1999)이 개발하고, 임전옥과 장성숙(2003)이 수정한 정서조절양식 질문지를 사용하였다. 정서조절양식 질문지는 총 25문항으로 능동적 정서조절양식(Active Regulation Style, 8문항), 지지추구적 정서조절양식(Support-seeking Regulation Style, 8문항), 회피 분산적 정서조절양식(Avoidant/Distractive Regulation Style, 9문항)의 하위범주로 구성되어 있으며, 5점 리커트 척도(1= 거의 사용하지 않는다, 5= 매우 자주 사용한다)에 응답하도록 하고 있다. 임전옥과 장성숙(2003)의 연구에서 각 하위 범주의 내적일관성 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 능동적 정서조절양식이 .82,

지지추구적 정서조절양식이 .84, 회피분산적 정서조절양식이 .76으로 보고되었으며, 본 연구에서는 각각 .83, .90, .83으로 나타났다.

### 관계중독 질문지

관계중독 정도를 측정하기 위하여 Peabody (2005)가 개발하고 이수현(2009)이 번안한 관계중독 질문지(Relationship Addiction Questionnaire)를 사용하였다. 이 척도는 중독적인 연애관계에서 경험할 수 있는 느낌이나 생각, 행동을 묻는 문항들로 구성되어 있으며, 총 40문항으로, 각 문항에 대해 5점 리커트 척도(1= 전혀 그렇지 않다, 5= 매우 그렇다)에 응답하도록 하고 있다. 총점이 높을수록 관계중독 성향과 정도가 강한 것을 의미하며, 이수현(2009)의 연구에서 내적일관성 계수(Cronbach's  $\alpha$ )는 .94로 보고되었으며, 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

### 분석방법

수집된 자료의 분석은 SPSS 21.0 프로그램 및 SPSS Macro를 사용하여 실시하였다. 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach'  $\alpha$  내적 신뢰도 계수를 구하였으며, 주요 변인들의 평균 및 표준편차 등의 통계를 산출하여 기술적 경향을 파악하였고, 측정 변인들 간의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson 이변량 상관계수 및 편상관계수를 구하였다. 회귀분석을 통하여 성인애착과 관계중독 관계에서의 심리적 고통의 매개 효과를 검증하고, 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 통하여 매개효과의 통계적 유의성을 확인하였다. 또한 중다회귀분석을 통하여 심리적 고통과 정서조절양식의 상호작용효과를 살펴보았다. 마지막으로

불안정 성인애착이 심리적 고통을 통해 관계중독에 이르는 경로에 있어, 정서조절양식이 심리적 고통을 조절하는지 확인하기 위하여 Hayes(2013)가 제안한 SPSS Macro를 활용하여 조절된 매개효과를 분석하였다.

## 결 과

### 기초자료분석

측정변수들의 상관관계 및 기술통계를 표 1에 제시하였다. 관계중독과 불안정애착( $r = .469, p < .01$ ), 심리적 고통( $r = .398, p < .01$ )이 정적 상관을 보고하고 있어, 높은 수준의 불안정애착 및 심리적 고통을 경험할수록 관계중독의 정도 및 수준이 높은 것으로 나타났다. 또한 관계중독은 정서조절양식의 하위 범주 중 능동적 정서조절양식( $r = -.185, p < .01$ )과는 부적 상관을, 회피분산적 정서조절양식( $r = .148, p < .05$ )과는 정적 상관을 보였다. 즉 관계중독 성향이 높을수록 회피분산적 정서조절양식이 활용이 많은 반면, 능동적 정서조절양식을 활용하는 정도는 적은 것으로 나타났다. 한편 지지추구적 정서조절양식과 관계중독 사이의 상관관계는 유의하지 않은 것으로 보고되었다.

그러나 불안정애착과 심리적 고통을 통제한 후 편상관 분석(partial correlation analysis)을 실시하여, 관계중독과 정서조절양식의 관계를 살펴본 결과, 표 2에 제시한바와 같이 지지추구적 정서조절양식만이 관계중독과 유의한 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다( $r = -.139, p < .05$ ). 즉, 관계중독 성향과 높은 정적 상관을 나타내는 불안정애착 및 심리적 고통의 영

표 1. 측정변수들의 상관 및 평균, 표준편차

	불안정애착	심리적 고통	능동적 정서조절양식	회피분산적 정서조절양식	지지추구적 정서조절양식	관계중독
불안정애착	-	-	-	-	-	-
심리적 고통	.454**	-	-	-	-	-
능동적 정서조절양식	-.190**	-.269**	-	-	-	-
회피분산적 정서조절양식	.243**	.107	-.037	-	-	-
지지추구적 정서조절양식	-.235**	-.090	.185**	-.104	-	-
관계중독	.469**	.398**	-.185**	.148*	.010	-
M(SD)	36.13(5.63)	11.50(9.71)	27.11(5.63)	27.28(6.70)	30.61(6.42)	66.42(15.70)
최소값	17	0	14	11	8	31
최대값	53	48	40	45	40	115

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

표 2. 불안정애착, 심리적 고통을 통제 후 관계중독과 정서조절양식 간의 상관관계

	능동적 정서조절양식	회피분산적 정서조절양식	지지추구적 정서조절양식
능동적 정서조절양식	-	-	-
회피분산적 정서조절양식	.008	-	-
지지추구적 정서조절양식	.154*	-.050	-
관계중독	-.064	.042	.139*

\*  $p < .05$ .

향력을 제외하고 관계중독과 정서조절양식의 관련성을 살펴보았을 때, 정서조절양식 중 지지추구적 정서조절양식만이 관계중독과 유의한 상관을 보였으며, 관계중독 성향이 높을수록 지지추구적 정서조절양식을 많이 사용하는

것으로 확인되었다. 한편, 불안정애착과 관계중독의 표본 평균치 및 표준편차는 5점 리커트 척도 상에서 각각 2.78( $SD = .43$ ), 2.66( $SD = .63$ )으로 보고되어 연구 참여 집단 전체의 불안정애착 수준 및 관계중독 수준은 높지 않은 것으로 보고되었다.

#### 매개효과분석

불안정애착이 심리적 고통을 통해 관계중독 성향에 영향을 끼칠 것이라는 매개모형(그림 2)을 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 분석단계에 따라 순차적 회귀분석을 실시하였으며, 그 결과를 표 3에 제시하였다. 1단계에서는 불안정애착이 관계중독에 미치는 영향이 유의한지 분석하였고, 효과크기(c)는 .469로 나타났다( $p < .001$ ). 이는 대인관계에서 경험하는 애착이 불안정할수록 관계중독

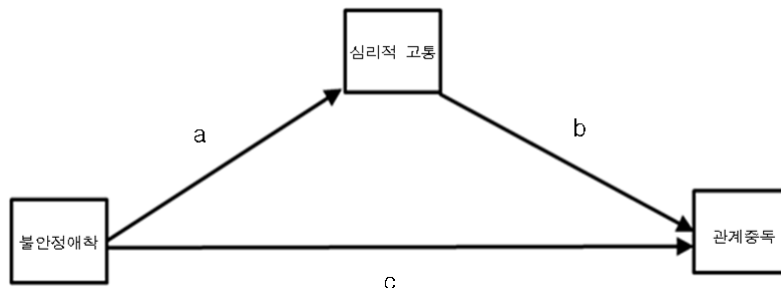


그림 2. 불안정애착과 관계중독 심리적 고통 사이의 관계에서 매개효과 모형

표 3. 심리적 고통의 매개효과

	1단계			2단계			3단계		
	종속변수 : 관계중독			종속변수 : 심리적 고통			종속변수 : 관계중독		
	<i>b</i> (se)	$\beta$	<i>t</i>	<i>b</i> (se)	$\beta$	<i>t</i>	<i>b</i> (se)	$\beta$	<i>t</i>
불안정애착	1.309 (.173)	.469	7.556***	.783 (.108)	.454	7.247***	1.015 (.190)	.364	5.352***
심리적 고통							.376 (.110)	.233	3.424***

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

성향이 높아지는 것을 의미한다. 2단계에서는 불안정애착이 매개변수인 심리적 고통에 끼치는 영향을 확인하였다. 효과크기(a). 454로( $p < .001$ ), 유의하였으며 이는 불안정애착 수준이 높을수록 우울 및 불안과 같은 심리적 고통을 경험할 가능성이 높다는 것을 의미한다. 다음으로 3단계에서는 독립변수인 불안정애착의 영향력을 통제된 상태에서 매개변수인 심리적 고통이 관계중독 성향에 미치는 영향력(b)을 확인하였다. 그 결과 계수 값이 .233( $p < .001$ )으로 유의하여 심리적 고통을 많이 경험할수록 관계중독 성향이 높아진다는 것을 알 수 있었다. 마지막으로 매개변수인 심리적 고통의 영향력을 고려한 상태에서 독립변수인 불

안정애착이 종속변수인 관계중독에 끼치는 영향력을 확인한 바에 의하면, 효과크기(c)가 .364로( $p < .001$ ) 나타나 매개변수의 영향력을 고려하지 않았을 때의 직접 효과크기( $c = .469$ )보다 감소하였다. 그러나 그 값이 여전히 통계적으로 유의하므로 매개변수인 심리적 고통이 불안정애착과 관계중독 사이를 부분매개하고 있다는 것을 알 수 있으며, 이 때 불안정애착이 관계중독에 미치는 간접효과 크기(ab)는 .106( $= .454 \times .233$ )이다.

이렇게 도출된 매개모형에서의 간접효과 크기가 유의한지 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 활용하여 검증하였다. 매개효과(ab)의 유의성을 검증하는 방법으로 그동안 많이 활용

되어온 Sobel 검증의 경우, 간접효과(ab) 분포의 정규성을 가정하고 있기 때문에, 실제 표본의 분포를 반영하지 못하여 통계적 검증력이 낮아진다는 한계가 있었다. 반면, 부트스트래핑 방식은 표본분포의 정규성을 가정하지 않고 통계적 모의실험 절차를 통해 대규모 가상 무선 표본을 만든 후 매개효과의 유의성이 통계적 무선오차에 의한 결과가 아니라는 것을 확인(Shrout & Bolger, 2002)하게 되므로 Sobel 방식에 비해 상대적으로 검증력이 높은 것으로 알려져 있다(Preacher, Rucker, & Hayes, 2007). 본 절차에서 부트스트래핑으로 재추출된 표본 수는 5,000개였으며, 매개효과 계수 값은 .376이었다. 95% 신뢰구간에서 구한 간접효과 계수의 하한값과 상한값은 표 4에 제시한바와 같이 각각 .151, .603으로 하한값과 상한값의 95% 신뢰구간 사이에 0을 포함하고 있지 않으므로 심리적 고통의 매개효과가 통계적으로 유의하다고 할 수 있다(Preacher et al., 2007). 따라서 애착이 불안정하게 형성되어 있을수록 심리적 고통을 많이 경험하며, 이는 다시 높은 관계중독 성향을 예측하게 된다고 할 수 있다. 한편 앞에서 확인한 바와 같이 매개경로가 유의한 상태에서 불안정애착이 관계중독 성향으로 이어지는 직접적인 효과 또한 유의하기 때문에, 불안정애착이 심리적 고통을 통해 관계중독으로 이어지기도 하지만, 심리적

고통에 대한 설명 없이도 관계중독에 직접적으로 영향을 끼칠 수 있음을 확인하였다.

#### 조절효과분석

심리적 고통이 관계중독에 영향을 미치는 관계에서 정서조절양식의 종류 및 활용 정도에 의해 관계중독 수준이 달라질 수 있는지 알아보기 위하여, 각각의 정서조절양식에 대해 중다회귀분석 절차에 따라 조절효과의 존재 여부를 확인하였고(Aiken & West, 1991), 조절효과가 있는 것으로 나타난 경우 단순기울기 검증을 통하여 조절효과의 통계적 유의성을 확인하였다. 다중 공선성의 문제를 최소화하고 조절효과에 대한 해석을 용이하게 하기 위하여 독립변수와 조절변수를 평균 중심화(Mean centering)하여 분석에 활용하였다. 한편, 인구통계학적 변인들(학년, 나이, 성별) 중, 종속변인인 관계중독과 성별만이 유의한 상관관계가 있는 것으로 나타나( $r = -.178, p < .05$ ), 성별을 통제변인으로 투입하여 분석하였다.

심리적 고통과 관계중독 사이의 관계에 능동적 정서조절양식의 조절효과가 유의한지 확인하기 위하여, 회귀식에 독립변수(심리적 고통)와 조절변수(능동적 정서조절양식)를 투입한 후, 2단계에서 상호 작용항(심리적 고통 X 능동적 정서조절양식)을 투입하고  $R^2$  변화량을 살펴본 결과,  $R^2$ 의 변화량이 존재하지 않았다( $\Delta R^2 = 0$ ). 즉, 심리적 고통이 관계중독을 예측할 때 능동적 정서조절양식을 활용하는 것은 관계중독 정도에 유의미한 영향을 끼치지 못하는 것으로 나타났다. 위와 같은 방식으로 상호 작용항(심리적 고통 X 회피분산적 정서조절양식)을 투입하고  $R^2$  변화량을 살펴본 결과, 설명량에 변화가 있었으나 통계적으로 유

표 4. 심리적 고통의 매개효과 부트스트래핑 결과

변수	Boot 계수	Boot SE	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
심리적 고통	.376	.114	.151	.603

LLCI: 95% 신뢰구간 내 매개효과 계수 하한값,

ULCI: 95% 신뢰구간 내 매개효과 계수 상한값.

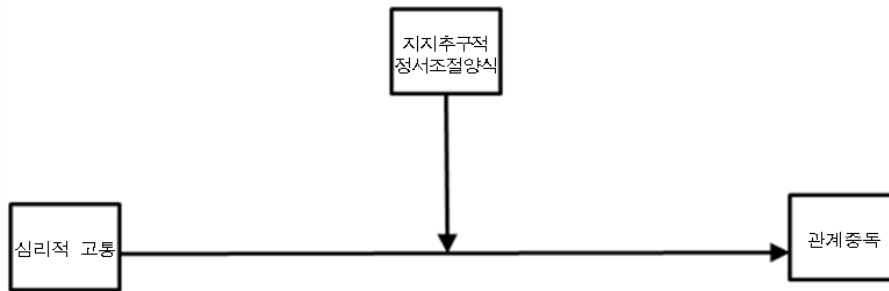


그림 3. 심리적 고통과 관계중독 사이의 관계에서 지지추구적 정서조절양식의 조절효과 모형

의하지 않았다( $\Delta R^2 = .009, p = .141$ ). 즉, 회피 분산적 정서조절양식 또한 심리적 고통이 관계중독을 예측할 때 유의미한 상호작용을 나타내지 않았다.

정서조절양식 중 지지추구적 정서조절양식만이 심리적 고통과 관계중독 사이에서 유의미한 상호작용을 나타내는 것으로 확인되었다(그림 3). 상호 작용항(심리적 고통 X 지지추구적 정서조절양식)의 투입은 통계적으로 유의한 설명량 변화를 나타냈는데( $\Delta R^2 = .023, p < .001$ ), 이는 표 5의 내용과 같다. 또한 회

귀계수를 이용하여 조절효과에 대한 회귀식을 유도하고(Howell, 2002), 이를 그림 4에 제시하였다. 그림 4의 그래프를 살펴보면, 심리적 고통의 수준이 높을수록 관계중독 성향이 높게 나타나는 것을 알 수 있다. 더불어 이러한 관계에서 지지추구적 정서조절양식 활용 정도가 많을수록, 심리적 고통과 관계중독 간의 기울기 증가율이 큰 것으로 나타나 심리적 고통이 높은 집단에서의 지지추구적 정서조절양식의 활용은 높은 수준의 관계중독 성향을 예측하는 것으로 확인되었다.

표 5. 심리적 고통에 대한 지지추구적 정서조절양식의 조절효과

	종속변수 : 관계중독					
	비표준화 계수		$\beta$	$t$	$R^2$	$\Delta R^2$
	$b$	se				
1단계						
상수	78.300	3.427		22.849***		
심리적 고통	.687	.102	.425	6.705***	.212***	.212***
지지추구적 정서조절양식	.266	.160	.109	1.667		
2단계						
심리적 고통 X 지지추구적 정서조절양식	.041	.017	.154	2.453*	.235*	.023***

\*\*\*  $p < .001$ , \*  $p < .05$ . 통제변수: 성별

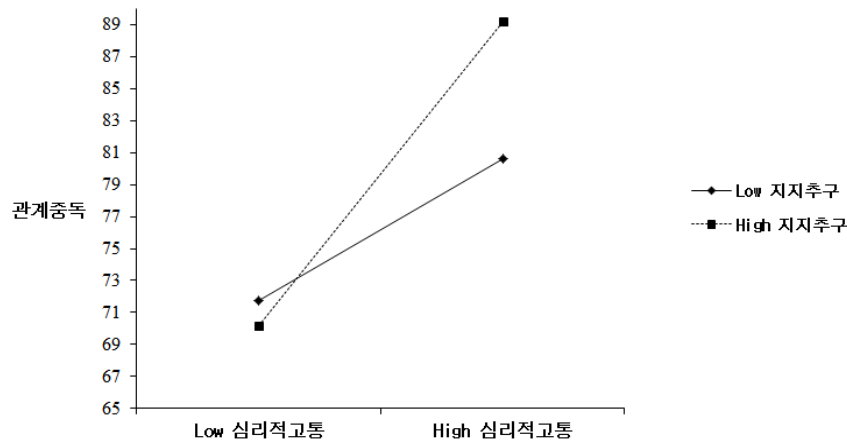


그림 4. 심리적 고통과 지지추구적 정서조절양식의 상호작용효과

조절효과가 유의미한 것을 확인하였으므로, 조절변수의 어떤 조건, 어떤 값에서 상호작용 효과가 나타나는지 구체적으로 살펴볼 필요가 있다. 조절변수가 연속 변수로 측정되었기 때문에 위와 같은 결과만을 통해서는 설명이 제한될 수밖에 없기 때문이다. 이에 Aiken과 West(1991)는 조절변수의 특정 값(예: 조절변수의 평균값,  $\pm 1SD$ )에서 독립변수가 종속변수에 미치는 영향을 확인하고, 상호작용의 유의성을 검증할 것을 제안하였다. 이를 위해 SPSS Modprobe Macro를 활용하여 조절변수의 각 특정 값에서 단순회귀선의 유의성을 검증하였고 (Hayes & Matthes, 2009), 그 결과를 표 6에 제시하였다. 지지추구적 정서조절양식의 특정

값들에서 모두 심리적 고통이 관계중독에 미치는 관계를 나타낸 단순회귀선이 유의한 것으로 나타났으므로, 지지추구적 정서조절양식이 심리적 고통과 상호작용하여 관계중독에 영향을 끼치는 것이 확인되었다. 특히 현재 높은 수준의 심리적 고통을 경험하고 있을수록 지지추구적 정서조절양식을 많이 사용하는 것이 높은 수준의 관계중독 성향을 나타내는 것으로 보고되었다. 반면 낮은 수준의 심리적 고통을 경험하는 경우 지지추구적 정서활용양식을 활용하는 것이 상대적으로 낮은 수준의 관계중독 성향을 예측하는 것으로 나타나 심리적 고통의 수준에 따라 지지추구적 정서조절양식이 관계중독에 미치는 영향이 다른 것

표 6. 지지추구적 정서조절양식의 조건 값에 따른 단순회귀선 유의성 검증

		<i>b</i>	se	<i>t</i>	LLCI ( <i>b</i> )	ULCI ( <i>b</i> )
지지추구적 정서조절양식	-1SD	.4584	.1375	3.3345**	.1873	.7295
	Mean	.7207	.1021	7.0583***	.5193	.9220
	+1SD	.9829	.1575	6.2417***	.6724	1.2934

\*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$  통제변수: 성별

LLCI: *b*의 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: *b*의 95% 신뢰구간 내에서 상한값.



으로 확인되었다.

조절된 매개효과분석

조절된 매개 모형은 매개모형과 조절모형이 결합된 모형으로, 독립변수가 매개변수를 통해 종속변수에 영향을 미치는 매개효과가 조절변수의 값에 따라(conditional) 달라지는 경우에, 이를 조건부 간접효과(conditional indirect effect) 또는 조절된 매개효과라 한다(Preacher et al., 2007). Preacher 등(2007)은 조절된 매개효과를 검증하기 위한 방법으로 매개모형, 조절모형, 조절된 매개 모형을 순서대로 분석할 것을 제안하였으며, 본 연구도 이러한 절차에 따라 순서대로 분석을 진행하였고, 위에서 설

명한 바와 같이 매개모형과 정서조절양식 중 지지추구적 정서조절양식의 조절모형이 유의함을 확인하였다. 이에 Preacher 등(2007)이 제안한 SPSS Macro 방법을 통해 조절된 매개모형을 분석하였다. 검증 결과는 표 7에 제시한 바와 같다.

먼저 불안정애착은 심리적 고통에 유의한 정적 영향(a1)을 끼치는 것으로 나타났으며( $t = 7.156, p < .001$ ), 심리적 고통과 지지추구적 정서조절양식의 상호작용효과(b3)가 유의했다( $t = 2.197, p < .05$ ). 따라서 매개변수인 심리적 고통이 종속변수인 관계중독에 영향(b1,  $t = 4.053, p < .001$ )을 끼치는 경로에서 조절변수인 지지추구적 정서조절양식의 수준의 따라 관계중독의 값이 달라질 수 있음이 확인되

표 7. 지지추구적 정서조절양식의 조절된 매개효과 결과

	종속변수: 심리적 고통						
	비표준화 계수		표준화 계수	t	LLCI (b)	ULCI (b)	
	b	se					
상수	-28.977	4.261		-6.801***	-37.3787	-20.5759	
불안정애착(a1)	.779	.109	.452	7.156***	.5641	.9934	
	종속변수: 관계중독						
	비표준화 계수		표준화 계수	t	LLCI (b)	ULCI (b)	
	b	se					
	상수	37.548	6.912		5.432***	23.9177	51.1784
	불안정애착	1.196	.183	.429	6.528***	.8350	1.5579
	심리적 고통(b1)	.420	.104	.260	4.053***	.2157	.6245
	지지추구적 정서조절양식	.512	.148	.210	3.454***	.2196	.8038
심리적 고통 X 지지추구(b3)	.033	.015	.125	2.197*	.0034	.0633	

\*\*\*  $p < .001$ , \*\*  $p < .01$  \*  $p < .05$ . 통제변수: 성별

LLCI: b의 95% 신뢰구간 내에서 하한값, ULCI: b의 95% 신뢰구간 내에서 상한값.

었다. 이를 통해 조절된 매개효과의 크기(조건부 간접효과)의 크기를 구하면 다음과 같다.  $\hat{\theta}$ 는 표본회귀계수(sample regression coefficient)가  $\hat{a}_1, \hat{b}_1, \hat{b}_3$ 과 같을 때, 확률변수(random variable)을 포함하는 벡터 값을 의미하며,  $W$ 는 조절변수이다(Preacher et al., 2007).

$$f(\hat{\theta}/W) = \hat{a}_1(\hat{b}_1 + \hat{b}_3 W) = .452(.260 + .125 * \text{지지추구적 정서조절양식})$$

조절된 매개효과의 크기를 산출하는 위 수식을 통해서 볼 때, 조절변수인 지지추구적 정서조절양식의 수준에 따라 관계중독에 영향을 미치는 심리적 고통의 매개효과가 달라질 수 있음을 확인할 수 있다.

조절분석에서 조절변인의 평균값 및 평균값  $\pm 1SD$  값에서 단순회귀선의 유의성을 확인함으로써 조절효과의 유의성을 검증한바와 같이, 조절된 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 부트스트래핑 방법을 활용하여 분석하였으며 그 결과는 표 8에 제시한 바와 같다. 지지추구적 정서조절양식의 값이 커질수록 조건부 간접효과(boot 조절된 매개효과)의 값이 커지는 것으로 나타났다(.1603, .3271, .4939).

그러나 지지추구적 정서조절양식의 특정 값 중 평균-1SD의 신뢰구간에 0이 포함되어 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타나, 지지추구적 정서조절양식의 활용 수준이 낮은 경우 불안정애착이 관계중독에 영향을 주는 경로에서 심리적 고통과 상호작용하여 관계중독의 정도를 조절하는 조절된 매개효과가 유의하지 않은 것으로 확인되었다. 평균 및 평균 +1SD 신뢰구간에는 모두 0이 포함되지 않아 통계적 유의성이 확인되었으며, 이는 불안정애착 수준이 높을수록 심리적 고통의 수준이 높고, 심리적 고통의 수준이 높은 경우 높은 수준의 관계중독이 예측된다는 것을 의미하며(매개효과), 이러한 매개효과가 지지추구적 정서조절양식의 활용이 많을수록 크게 관찰된다는(조절효과) 조절된 매개효과가 통계적으로 유의하다는 것을 나타낸다.

## 논 의

본 연구는 관계중독과 밀접한 관련이 있는 것으로 알려진 불안정애착이 어떠한 경로를 통해 관계중독에 영향을 끼치는지에 대해 탐

표 8. 지지추구적 정서조절양식(조절변수) 값에 따른 조절된 매개효과

지지추구적 정서조절양식	조절변수의 조건부 값에 따른 조절된 매개의 간접효과			
	간접효과 계수	Boot SE	Boot LLCI	Boot ULCI
Mean - 1SD (-6.4246)	.1603	.1234	-.0595	.4280
Mean	.3271	.1013	.1636	.5632
Mean +1SD (+6.4246)	.4939	.1527	.2475	.8598

Boot LLCI: Bootstrap 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서 하한값,

Boot ULCI: Bootstrap 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서 상한값.

매개변수: 심리적 고통

색적으로 살펴보았다. 이를 위해 우선 불안정 애착이 심리적 고통을 통해 관계중독에 이를 것이라는 매개모형을 검증하였다. 또한 매개모형에서의 심리적 고통과 정서조절양식이 상호작용하여 관계중독을 예측하는지에 대한 조절효과 모형을 검증하였다. 마지막으로 불안정애착과 심리적 고통, 관계중독 사이의 매개모형에서 심리적 고통과 정서조절양식이 상호작용하여 관계중독에 영향을 끼치는 지에 대해 조절된 매개모형을 통해 검증하였다. 연구결과, 불안정애착 수준이 높을수록 더 큰 심리적 고통을 경험하게 되고, 이는 높은 수준의 관계중독 성향으로 이어질 수 있음이 확인되었다(매개모형). 또한, 정서조절양식 중 지지추구적 양식이 심리적 고통과 상호작용하여 관계중독 성향을 높일 수 있다는 것이 밝혀졌다(조절모형). 마지막으로 불안정애착이 심리적 고통을 거쳐 관계중독에 영향을 미치는 매개효과가 지지추구적 정서조절양식에 의해 조절되는 것을 확인하였다(조절된 매개모형). 여기서 지지추구적 정서조절양식의 조절효과는 불안정애착과 관계중독 사이의 관계에 대한 전반적 조절효과가 아니라, 심리적 고통의 매개효과를 조절하는 것을 의미하는 것으로, 불안정애착으로 인해 높아진 심리적 고통이 관계중독 성향에 영향을 끼칠 때, 심리적 고통에 대한 지지추구적 정서조절양식의 사용정도에 따라 관계중독 성향이 달라질 수 있다는 것을 나타내는 결과라고 할 수 있다. 조절된 매개효과(moderated mediation)는 독립변수의 종속변수에 대한 전반적인 조절효과가 아니라 조절변인에 의해 매개효과의 영향력이 증대되는 것을 보여주는 것이기 때문이다(이상균, 2008; Preacher et al., 2007). 따라서 애착이 불안정한 사람일수록 더 많은 심리적 고통을 경

험하게 되며, 이러한 심리적 고통을 줄이고자 노력하는 과정에서 스스로 해소할 수 있는 내적자원이 부족하여, 타인에게 부적 정서를 투사하여 돌보려고 하거나, 맹목적으로 의존하려는 시도가 반복됨으로써, 관계중독 성향이 높아질 수 있다는 것이 확인되었다. 또한 이러한 과정에서, 정서조절양식 중 지지추구적 양식을 활용하는 경우, 심리적 고통이 해소되는데 도움이 되는 것이 아니라, 오히려 관계중독 성향이 강화되는 부적응적 결과를 초래할 수 있음이 관찰되었다.

본 연구 결과의 시사점은 다음과 같다. 첫째, 불안정애착이 관계중독에 유의한 영향을 끼치는 것을 확인하였다. 불안정애착과 관계중독의 높은 관련성은 선행연구들을 통해서도 증명되어 왔으며(박연주, 2008; 이계선, 2013; 이수현, 2009), 중독적인 관계에 빠지는 사람들은 건강한 관계를 보지 못했거나, 사랑이 박탈된 가정에서 성장한 경우가 많다고 알려져 있다(Whiteman & Petersen, 1998). Hazan과 Shaver(1987)는 이성과의 관계에서 겪게 되는 정서적 변화과정은 각 개인의 사랑에 대한 내적표상에 의해 영향을 받는다고 하였으며, Mikulincer와 Horesh(1999)는 애착 유형이 타인에 대한 지각과 연관이 있으며, 불안정애착 유형의 부정적 타인지각에는 투사나 투사적 동일시 같은 방어기제가 작동한다고 하였다. 애착이 불안정하게 형성된 사람들은 친밀한 관계에서 충분한 공감과 지지를 받아보지 못했거나, 그러한 경험이 있었다고 해도 자신의 심리적 욕구를 충족시키지 못했기 때문에 내면에 뿌리 깊은 좌절감이 자리 잡고 있을 수 있다. 그리고 이러한 좌절감을 회복하고자 노력하는 과정에서, 자기치유 및 조절과 관련한 심리적 자원이 부족하기 때문에, 부정적 자기

상을 타인에게 투사하여 돌보고자 한다. 이때, 인간의 기본 욕구인 자기애가 작동하여, 투사한 대상에 대한 연민과 애정을 쏟게 되며, 이러한 역기능적 투사가 반복될 경우 애착이론에서 말하는 강박적인 돌봄(compulsive caring)에 빠질 수 있으며, 이는 관계중독의 특성인 맹목적인 애정과 다르지 않다. 즉, 애착이 불안정하게 형성된 사람들은 초기 친밀한 관계형성과 관련한 발달적 과제를 달성하는 것에 실패하고(Flores, 2004), 관계중독에 취약한 성격적 특성이 발달됨으로써, 역기능적인 심리적 역동을 경험하게 되는 것으로 보인다. 손상된 자기(self)를 타인과의 관계에서 회복하고자 하는 노력이, 끊임없이 상대에게 자신을 투사하게 하고, 타인과의 관계에만 집중하도록 함으로써, 실제의 자기는 사라지게 되는 상태에 이르는 것이다. 이는 Hart(1990)가 관계중독에 대해 ‘실제로 그 대상을 사랑한다기보다 사랑에 빠지는 것을 사랑하는 상태’라고 정의한 것과 일맥상통한다고 할 수 있다.

둘째, 불안정애착과 관계중독간의 관계에서 심리적 고통의 유의한 매개효과를 확인하였다. 본 연구에서는 대표적 디스트레스라고 할 수 있는 우울과 불안 수준을 통해 심리적 고통을 측정하였으며, 심리적 고통이 관계중독에 직접적인 영향을 끼칠 뿐만 아니라, 불안정애착과 관계중독 사이를 매개하는 것으로 확인되었다. 관계에 중독되는 사람들은 내면에 미완성, 공허감, 절망, 상처에 대한 느낌 등을 가지고 있는 것으로 알려져 있으며, 좌절에 대한 내성이 부족하고, 감정적인 분출이 잦으며, 감정의 기복이 심하고, 불안정한 기분을 견디지 못해 매우 민감하게 반응한다는 특징이 있다(이의선, 2004). 그러한 가운데, 현재 맺고 있는 친밀한 관계를 정당성, 의미성, 안정성의

원천으로 바라보기 때문에 이를 지속시키고자 상대방의 모든 필요를 충족시키고자 노력하며, 심리적 고통을 해소하고자 한다. 또한, 일시적 기분 전환이 가능하거나, 자신의 심리적 고통을 벗어날 수 있도록 해주는 관계라면 그것이 설령 잘못된 관계이며, 나중에는 더욱 고통을 주는 관계가 될 것이라는 것을 알고 있으면서도 점점 더 관계 안에 빠지게 된다(이의선, 2004). 그러나 관계가 변함없이 유지되는 것은 현실적으로 불가능하고, 타인의 욕구를 모두 만족시킬 수도 없기 때문에 관계중독에 빠진 사람들은 더욱 더 큰 불안과 우울을 경험하게 된다(Martin, 1990). 즉, 스스로 충족감을 느끼거나 행복해질 수 없다는 좌절감과 혼자 남겨질지도 모른다는 두려움으로 인해, 현재의 감정상태를 관계를 통해 극복하고자 관계에 의지하지만(May, 2007), 그 안에서 조울될 수 없는 관계의 한계를 경험하며, 다시 우울과 불안에 빠지는 악순환이 이어지는 것이다. 이처럼, 관계중독은 타인과의 진정한 교류에 실패하고, 심리적 고립상태에 놓이게 되어 만성적인 우울과 불안에 시달리게 되므로, 관계중독 치료에 있어 그들이 경험하는 내적 불안정감과 심리적 고통을 우선적으로 다뤄줄 필요가 있다고 하겠다.

셋째, 심리적 고통과 관계중독간의 관계에서 정서조절양식 중 지지추구적 정서조절양식의 조절효과가 확인되었으며, 가설에서 제시한 조절된 매개효과 또한 유의한 것으로 밝혀졌다. 정서조절이란, ‘개인이 불쾌한 정서를 감소시키기 위해서 동원하는 다양한 노력’으로, 우울이나 불안과 같은 부정적 정서를 줄이려는 목표로 이루어지는 일종의 대처라고 할 수 있다. 정서조절양식이 효과적으로 사용되는 경우, 심리적 고통을 감소시키고 개인의

안녕감을 증진시킬 수 있지만, 부적절하게 사용될 경우에는 부정적 정서를 해소시키지 못하고, 오히려 심리적 고통이 축적되거나 강화되어 다양한 정서장애를 유발할 가능성이 있다. 앞서 서론에서도 밝혔듯이 의존성 성격장애는 불안과 긴장을 낮추기 위해 습관적으로 지지추구적인 정서조절양식을 활용함으로써 발전된 병리적 증상이라고 볼 수 있으며(이지영, 권석만, 2006), 정서조절양식의 효과성은 조절양식의 사용 맥락이나 정도에 따라 달라질 수 있는 것이다.

지지추구적 정서조절양식은 가까운 사람들에게 정서를 표현하고, 조언을 구하는 등의 방식으로 부정적 정서를 해소하고자 하는 대처양식이다. 선행연구에서 지지추구적 양식은 원만한 대인관계와 유의한 정적상관을 보이는 것으로 보고되어 왔고(유안진, 이점숙, 정현심, 2006; 윤석빈, 1999), 우울, 불안, 분노, 수치심 등의 정서조절에 있어 능동적 조절양식만큼 효과적인 것으로 밝혀졌다(민경환 등, 2000). 그러나 의존성 성격장애의 예처럼, 정서조절양식의 효과성은 개인의 성격적 특성, 환경적인 맥락, 심리적 고통의 수준에 따라 달라질 수 있다는 것을 염두에 두어야 한다. 정서조절곤란을 설명하는 연구자들은 일반적으로 유용하게 활용될 수 있는 정서조절양식이 과정이나 상황에 맞지 않게 부적절하게 사용되거나, 극단적 방식을 취할 때 정서조절곤란이 유발될 수 있다고 하였으며(Cicchetti et al., 1995; Keenan, 2000), 현재 당면한 구체적 상황에 융통적으로 활용하는 것이 중요하다고 강조하고 있다(Cole et al., 1994; Thomson, 1994). 이지영(2009)의 연구에 의하면 정서강도 수준이 높을수록 지지추구적 양식을 자주 사용하는 것으로 확인되었는데, 본 연구에서 밝혀진

바와 같이, 불안정애착으로 인해 대인 관계에 대한 깊은 불안과 두려움으로, 높은 심리적 고통을 경험하는 경우, 지지추구적 정서조절양식의 잦은 사용은 오히려 관계중독을 강화시키는 부적응적 결과를 낳을 수 있다. 관계 안에서 자신과 타인의 고유한 특성을 상호 존중하며, 정서적 지지를 구하고, 조언을 얻는 것은 지지추구적 정서조절양식이 갖고 있는 적응적인 측면이라고 할 수 있지만, 어떤 맥락에서 어떻게 사용되느냐에 따라 그 효과성이 달라질 수 있고, 심리적 고통을 감소시키기 위해 타인과의 관계에 몰두하는 관계중독에서는, 지지추구적 정서조절양식이 과도하게 사용될 경우, 오히려 병리적인 증상을 강화시킬 수 있음을 보여준다.

한편, 능동적 정서조절양식 및 회피 분산적 정서조절양식과의 상호작용이 유의하게 나타나지 않은 것은 이 두 가지 정서조절양식의 초점이 ‘자기 자신’에게 있기 때문인 것으로 보이며, 이는 타인에 집중하는 관계중독과는 다소 거리가 있다고 할 수 있다. 능동적 정서조절양식에는 스스로 계획을 세우고 구체적인 행동에 옮기는 것, 자신의 느낌이나 상황을 이해하기 위해 노력하는 것 등이 포함되며, 회피 분산적 정서조절양식은 자신을 불쾌하게 만든 사람이나 상황에 대해 더 이상 생각하지 않거나, 관계없는 다른 일들을 떠올리면서 기분을 전환하는 것을 뜻하는 것으로, 정서가 유발된 상황과 다소 거리를 두고 현재 자신이 원하는 것에 집중하는 측면이 있다. 반면, 지지추구적 양식의 경우, 타인과의 관계 안에서만 활용 가능한 정서조절양식이라고 할 수 있다. 따라서 관계중독의 치료 과정에서, 치료자는 관계중독에 빠진 사람들의 심리적 고통을 낮춰줄 수 있도록 하며, 지지추구적인 정서조

절양식의 과도한 활용을 줄일 수 있도록 개입할 수 있을 것이다.

본 연구는 이처럼 관계중독에 이르게 되는 경로에서의 예측변인 및 조절변인을 밝혔다. 점에서 의의를 갖는다. 그동안 관계중독을 다룬 연구들은 주로 신학 및 종교적 치유에 중점을 두고 있었으며, 관계중독 현상을 체계적으로 탐색한 연구는 매우 부족한 실정이다. 최근 대학생들을 대상으로 이루어진 한 연구에서 관계중독과 성인애착, 친밀한 관계에 대한 두려움과의 관련성을 밝혔으나(최연화, 2012), 관계중독에 이르는 경로나 인과관계가 나타나 있지는 않다. 관계중독은 아주 극적인 상황에 이르기 전까지는 뚜렷하게 드러나지 않을 수 있고, 겉으로 보기에는 관계중독적인 특성들이 오히려 친근하고 따뜻한 모습으로 비춰질 수 있기 때문에, 알코올 중독이나, 도박 중독과 같은 다른 중독에 비해 사회적 비판에서 피하기 쉽다(이수현, 2009) 문제의 양상이 미묘하여 그 심각성이 간과될 위험이 있다. 그러나 물질 중독이나 행동 중독은 궁극적으로 볼 때, 모두 특정 행위를 통해 욕구 충족의 효과를 소비하는 양상이라고 볼 수 있으며, 유사한 심리구조 하에서 나타나는 것으로(박상규, 2009), 관계중독 또한 압도적 의존, 대상에 대한 몰두, 신체적 갈망 등의 증상을 보인다는 점, 그리고 중독은 혼자 벗어나기 매우 어렵다는 점에서 적극적인 치료 개입이 필요하다고 할 수 있다.

중독에 빠진 사람들은 스스로 동원할 수 있는 내적 자원이 없기 때문에, 바깥에서 외부적으로 제공되는 자기-조절의 원천을 지속적으로 요구하는 대상 허기 상태에 놓이게 된다. 따라서 중독 대상을 갈망하는 것은 일종의 자기-조절을 위한 노력(Flores, 2004)이라고도 할

수 있다. 그러나 이러한 상태에서는 점차 자기 조절 능력 및 내적 동기를 발전시킬 가능성이 낮아지게 되므로, 중독에서 벗어나기 어려운 악순환이 이어질 수 있다. 관계중독에 이르는 경로에서 심리적 고통의 매개효과를 확인한 바와 같이, 관계중독을 치료하기 위해서는 중독 증상을 보이는 사람들의 심리적 고통에 주목하고, 안정감을 찾고자 하는 욕구를 다뤄주어야 한다. 그러므로 치료자의 역할이 그만큼 중요하다고 할 것이다. 본 연구에서 밝힌 관계중독에 대한 상담 및 심리치료에서의 함의점은 첫째, 중독증상 기저에 있는 심리적 고통의 영향력을 확인했다는 것이며, 둘째, 부정적인 정서를 조절하기 위해서 사용하는 여러 정서조절양식들이 모두 적응과 정신건강에 기여하는 것은 아니며, 맥락에 따라 병리적 증상을 강화시킬 수 있다는 점이다. 그러므로 관계중독의 치료과정에서 치료자는 내담자와 서로 주도성과 독립성을 유지하는 가운데, 이들이 상담자에게 의존하거나, 지지를 구하는 것에 집중하지 않도록 주의해야 하며, 의존적이지 않으면서 안정적인 대인관계가 어떤 것인지 경험할 수 있도록 도와야 할 것이다.

본 연구는 위와 같은 학문적, 치료적 의의가 있으나, 다음과 같은 한계점들이 있으므로, 이러한 제한적 측면을 밝히고, 후속 연구를 위한 제언을 하고자 한다. 첫째, 본 연구의 연구 대상이 서울 시내에 대학교에 재학 중인 대학생들에 국한되어 있었기 때문에, 연구 결과를 일반화하는 것에 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 보다 다양한 계층, 다양한 연령대를 대상으로 연구 변인들 간의 관계를 확인할 필요가 있을 것이다. 본 연구를 통하여 불안정애착과 관계중독 간에 정적인 관계

가 있으며, 선형적인 매개모형이 유의하다는 것을 밝혔다는 의의가 있으나, 앞서 결과에서 제시한 것과 같이 연구대상의 특성 상 주요 변인인 불안정애착 및 관계중독 수준의 평균 점수는 크게 높지 않은 것으로 확인된 바, 추후 연구에서는 높은 정도의 증상을 보고하는 집단, 연구 변인의 특성을 뚜렷하게 나타내는 집단을 대상으로 연구를 진행함으로써 연구 결과의 타당성을 공고화할 수 있을 것이다. 예컨대, 치료 장면에서 심한 애착불안을 호소하는 집단, 관계중독 임상군 등을 들 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구에서는 예측변인인 불안정애착이 준거변인인 관계중독에 이르는 경로에서 매개변인으로서의 심리적 고통의 매개효과를 탐색적으로 살펴보았는데, 심리적 고통의 부분매개효과모형이 유의한 것으로 확인된 바, 불안정애착과 관계중독 간의 관계에 또 다른 매개변인들이 있을 것으로 예측된다. 따라서 후속 연구에서는 관계중독에 영향을 끼치는 것으로 알려진 또 다른 변인들, 예컨대, 자존감, 심리적 외상과 같은 변인들이 연구 모형 내에서 어떠한 직·간접적인 영향을 끼칠 수 있는지 확인할 필요가 있을 것으로 보인다. 셋째, 본 연구서는 성인애착 유형 중 안정형 애착을 안정애착으로, 거부형, 의존형, 두려움형 애착을 불안정애착으로 구분하여 관계중독과의 관계를 살펴보았으나, 불안정한 애착의 하위 유형인 거부형, 의존형, 두려움형은 타인과의 관계 패턴에서 서로 다른 양상을 나타낼 수 있는 바, 각 하위 유형별로 관계중독과 어떠한 관련이 있는지 살펴볼 필요가 있다.

위와 같은 한계점에도 불구하고 본 연구는 Preacher 등(2007)이 제안한 SPSS Macro를 활용하여, 관계중독에 불안정애착 및 심리적 고통이

통이 끼치는 영향력 및 지지추구적 정서조절양식의 조절효과를 확인하고, 조절된 매개모형을 검증함으로써, 여러 변인들의 포괄적 관계를 모형화 했다는 점에서 의의를 갖는다. 또한 그 심각성에도 불구하고, 지금까지 연구가 미비했던 관계중독에 관심을 높이는 계기가 되고, 중독과 관련한 실제 상담 장면에도 도움이 될 수 있는 요인을 밝혔다는 점에서 의의를 갖는다고 할 수 있다.

### 참고문헌

- 김광은 (2004). 성인 애착유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처방식. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(1), 53-69.
- 김광일, 김재환, 원호택 (1984). 간이정신진단검사 실시 요강. 서울: 중앙적성출판사.
- 김민선, 서영석 (2010). 대학생의 부적응적 완벽주의와 성인애착에 따른 집단 분류와 심리적 특성에 대한 집단 간 차이. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 413-434.
- 김완석, 장미선 (2005). 2005학년도 재학생 실태 및 대학생활적응 조사보고서. 아주대학교 학생상담센터.
- 김희정 (2012). 부모양육태도와 인지적 정서조절 및 대인관계성향이 인터넷 중독에 미치는 영향. 한양대학교 석사학위논문.
- 노안영, 정민 (2011). 우울을 매개로 한 대학생의 인터넷 중독 예측 변인들. 상담학연구, 12(1), 355-371.
- 대학 내일 20대 연구소 (2012). 2012년 남대생들의 생각을 읽다. World Wide Web: 20slab.naeilshot.co.kr에서 2012. 7. 자료 얻음.

- 민경환, 김지현, 윤석빈, 장승민 (2000). 부정적 정서 조절 방략에 관한 연구: 정서 종류와 개인 변인에 따른 정서조절 양식의 차이. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 14(2), 1-16.
- 박구연 (2002). 가족 기능과 자아개념이 고등학생의 컴퓨터 게임중독에 미치는 영향. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 박상규 (2009). 중독의 이해와 상담 실제. 서울: 학지사.
- 박서정, 김순옥 (2003). 아동의 친사회적 행동에 관한 연구-부모와의 상관관계를 중심으로. 생활과학, 6, 151-172.
- 박연주 (2008). 성인의 애착과 낮은 자존감이 관계중독에 미치는 영향-수도권 거주자를 대상으로. 호서대학교 석사학위논문.
- 박현순 (1999). 10년간 대학생들의 상담 호소 문제 변화 추세. 학생연구, 33(1), 서울대학교 학생생활연구소, 9-18.
- 신노라, 안창일 (2004). 성인 애착유형과 자기개념, 효능감, 대처 양식, 사회적지지 수준과 대인불안의 관계. 한국심리학회지: 임상, 23(4), 949-968.
- 신지은, 방희정, 윤진영 (2009). 애착과 대인관계: 여대생 부모애착의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 여성, 14(3), 347-363.
- 신혜린, 이기학 (2008). 성인애착과 성별에 따른 대학생 사회불안의 차이. 한국심리학회지: 일반, 27(1), 139-159.
- 유안진, 이점숙, 정현심 (2006). 정서조절 양식과 부모 애착이 청소년의 생활만족에 미치는 영향. 아동학회지, 27(1), 167-181.
- 유외숙, 박 경 (2004). 이성교제에서 원하지 않는 성관계 요구의 응낙에 대한 설명모형 - 대학생 중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(4), 793-812.
- 윤석빈 (1999). 경험하는 정서의 종류와 선행사건에 따른 정서조절 양식의 차이. 서울대학교 석사학위논문.
- 이계선 (2013). 성인애착과 관계중독의 관계: 자기대상욕구의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 이기학, 조영아, 송소원 (2006). 2005학년도 재학생 실태조사. 연세상담연구, 22, 연세대학교 상담센터.
- 이미현, 채규만 (2009). 부정적 정서와 폭식행동의 관계: 정서조절곤란의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 28(1s), 256-256.
- 이상균 (2008). 청소년 비행행동에 대한 부모 양육행동과 비행친구집단간의 조절된 매개효과. 한국아동복지학, 27, 121-151.
- 이수현 (2009). 여대생의 대인불안, 대인관계유형, 낭만적 애착유형과 관계중독과의 관계. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 이시은 (2009). 성인애착과 정서조절 양식의 관계에 대한 자아존중감의 중재효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 21(4), 897-914.
- 이의선 (2004). 관계중독의 기독교 상담적 치료방안에 관한 연구. 서울신학대학교 석사학위논문.
- 이지영 (2009). 정서강도와 정서조절방략의 관계. 한국심리학회지: 임상, 28(1), 245-261.
- 이지영, 권석만 (2006). 정서조절과 정신병리의 관계: 연구 현황과 과제. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(3), 461-493.
- 임전옥, 장성숙 (2003). 정서인식의 명확성, 정서조절양식과 심리적 안녕의 관계. 한국심



- 리학회지: 상담 및 심리치료, 15(2), 259-275.
- 장석진, 연문희 (2009). 애착이론에 근거한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계 문제 및 능력에 미치는 효과. *상담학연구*, 10(4), 2031-2054.
- 장우귀 (2005). 역기능 가정수준에 따른 아동의 자기효능감과 사회성 발달에 관한 연구. *인하대학교 석사학위논문*.
- 장휘숙 (1997). 애착의 전생애 모델과 대물림: 전생애 발달심리학적 조망에서 애착연구의 개관. *한국심리학회지: 일반*, 16(1), 80-97.
- 전효정 (2006). 대학생의 인터넷 중독에 따른 애착 유형과 심리적 특성. *청소년학연구*, 13(3), 137-159.
- 정민형 (2003). 애착유형, 스트레스 대처방식과 대인불안의 관계. *가톨릭대학교 석사학위논문*.
- 정수진, 이민규 (2009). 충동성이 폭식행동에 미치는 영향: 정서조절곤란의 매개효과. *한국심리학회지: 임상*, 28(2s), 169-169.
- 조화진, 서영석 (2010). 부모애착, 분리-개별화, 성인애착, 대학생활적응, 심리적 디스트레스의 관계-대학신입생을 대상으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(2), 385-411.
- 조화진, 서영석 (2011). 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계: 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 23(2), 471-490.
- 진영희 (2002). 부모 자녀 애착 및 부모의 컴퓨터 게임에 대한 태도, 자기 통제력이 게임 중독에 미치는 영향. *한양대학교 석사학위논문*.
- 최연화 (2012). 대학생의 자아분화, 성인애착, 관계중독과 친밀한 관계에 대한 두려움 간의 관계. *상담학연구*, 13(2), 689-704.
- 최은희, 최성진 (2009). 정신과 환자의 미성숙한 방어기제와 정서조절곤란이 정신건강에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 28(2s), 171-171.
- 최해림, 조영주 (2001). 부모와의 애착 및 심리적 독립과 성인 애착의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 13(2), 71-91.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217-237.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709-716.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Barrett, L. F., & Gross, J. J. (2001). Emotional intelligence. *Emotions*, 287-310.
- 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.
- Bireda, M. R. (1990). *Love addiction: A guide to emotional independence*. New Harbinger Publications.
- Bonanno, G. A., & Mayne, T. J. (2001). *The*

- future of emotion research*. Guilford Press.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss*. (Volume 3). New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bradshaw, J. (2005). *Healing the shame that binds you*. Hci.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An interview overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Buckholdt, K. E., Parra, G. R., & Jobe-Shields, L. (2010). Emotion dysregulation as a mechanism through which parental magnification of sadness increases risk for binge eating and limited control of eating behaviors. *Eating Behaviors*, 11(2), 122-126.
- Buelow, G., McClain, M., & McIntosh, I. (1996). A new measure for an important construct: The attachment and object relations inventory. *Journal of Personality Assessment*, 66(3), 604-623.
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.) (2008). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical application* (2nd ed.). New York: Guilford Press.
- Carver, C. S. (1989). How should multifaceted personality constructs be tested? Issues illustrated by self-monitoring, attributional style, and hardiness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(4), 577-585.
- Cicchetti, D., Ackerman, B. P., & Izard, C. E. (1995). Emotions and emotion regulation in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 7, 1-1.
- Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 73-102.
- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 810-832.
- 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.
- Cook, W. L. (2000). Understanding attachment security in family context. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 285-294.
- Derogatis, L. R. (1983). *SCL-90-R. Administration, scoring and procedures Manual-II* (2nd ed.). Baltimore: Clinical Psychometric Research.
- Derogatis, L. R., & Spencer, P. M. (1982). *The brief symptom inventory: Administration, scoring, and procedures (manual I)*. Baltimore: Clinical Psychometrics Research.
- Eisenberg, N., Fabes, R. A., Murphy, B., Maszk, P., Smith, M., & Karbon, M. (1995). The role of emotionality and regulation in children's social functioning: A longitudinal study. *Child Development*, 66(5), 1360-1384.
- Erikson, E. (1970). *Identity through the life cycle*. New York: W. W. Norton.
- Flores, P. J. (2004). *Addiction as an attachment disorder*. Maryland: Jason Aronson.
- Fox, N. A. (1995). Of the way we were: Adult

- memories about attachment experiences and their role in determining infant-parent relationships: A commentary on van IJzendoorn (1995).
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). The metaphysics of measurement: The case of adult attachment. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships, Vol. 5: Attachment process in adulthood* (pp. 17-52). London: Jessica Kingsley.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224-237.
- Halverson, C. E. (1988). Remembering your parents: Reflections on the retrospective method. *Journal of Personality*, 56(2), 435-443.
- Hart, A. D. (1990). *Healing life's hidden addictions*. Ann Arbor: Servant Publications.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guilford Press.
- Hayes, A. F., & Matthes, J. (2009). Computational procedures for probing interactions in OLS and logistic regression: SPSS and SAS implementations. *Behavior Research Methods*, 41(3), 924-936.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Conceptualizing romantic love as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1994). Sex and the psychological tether. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Attachment processes in adulthood: Advances in personal relationships* (pp. 151-178). London: Jessica Kingsley.
- Hendrick, C., & Hendrick, S. S. (1989). Research on love: Does it measure up? *Journal of Personality and Social Psychology*, 56(5), 784-794.
- Howell, D. C. (2002). *Statistical methods for psychology* (5th ed.). Belmont, CA: Duxbury Press.
- Keenan, K. (2000). Emotion dysregulation as a risk factor for child psychopathology. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 7(4), 418-434.
- 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.
- Kring, A. M., & Werner, K. H. (2004). Emotion Regulation and Psychopathology. In P. Philippot, & R. S. Feldman(Ed.). *The regulation of emotion* (pp. 359-385). Lawrence Erlbaum Associates.
- Larson, R., Clore, G., & Wood, G. (1999). The emotions of romantic relationships: Do they wreak havoc on adolescents? In W. Fuman, B. Brown, & C. Feiring (Eds.). *The development of romantic relationships in adolescence* (pp. 19-49). New York: Cambridge University Press.
- Lee, J. S., Koeske, G. F., & Sales, E. (2004). Social support buffering of acculturative stress: a study of mental health symptoms among Korean international students. *International Journal of Intercultural Relations*, 28, 399-414.
- Levy, M. B., & Davis, K. E. (1988). Love styles and attachment styles compared: Their relations to each other and to various

- relationship characteristics. *Journal of Social and Personal Relationships*, 5(4), 439-471.
- Litchfield, B., & Litchfield, N. (2001). *Christian counseling and family therapy*(4th ed). Canberra: Australia: Litchfield Family Services Centre.
- 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(3), 283-300.
- 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(3), 355-364.
- 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.
- Lopez, F. G., Mauricio, A. M., Gormley, B., Simko, T., & Berger, E. (2001). Adult attachment orientations and college student distress: The mediating role of problem coping styles. *Journal of Counseling & Development*, 79(4), 459-464.
- Martin, G. (1990). *When good things become addictions*. Victor Books.
- Main, M., Kaplan, K., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. In Bretherton, I., & Waters, E. (Eds.), *Growing points of attachment theory and research. Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2, Serial No. 209), 66-104.
- May, G. G. (2007). *Addiction and grace: Love and spirituality in the healing Of addictions*. HarperOn.
- Mikulincer, M., & Horesh, N. (1999). Adult attachment style and the perception of others: The role of projective mechanisms. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(6), 1022-1034.
- Monroe, S., Rohde, P., Seeley, J., & Lewinsohn, P. (1999). Life events and depression in adolescence: Relationship loss as a prospective risk fact for first on set of depressive disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 108, 606-614.
- Morris, W. N., & Reilly, N. P. (1987). Toward the self-regulation of mood: Theory and research. *Motivation and Emotion*, 11(3), 215-249.
- Overbeek, G., Vollebergh, W., Engels, R., & Meeus, W. (2003). Parental attachment and romantic relationships: Associations with emotional disturbance during late adolescence. *Journal of Counseling Psychology*, 50(1), 28-39.
- 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.
- Peabody, S. (2005). *Addiction to love: Overcoming obsession and dependency in relationships*. Celestial Arts; 3rd edition.
- Pearlin, L. I., & Schooler, C. (1978). The structure of coping. *Journal of Health and Social Behavior*, 2-21.
- Perrine, R. M. (1998). Stress and college persistence as a function of attachment style. *Journal of the First-Year Experience & Students in*

- Transition*, 11(1), 25-38.
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypothesis: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research*, 42(1), 185-227.
- Roberts, J. E., Gotlib, I. J., & 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.
- Rovers, M., DesRoches, L., Hunter, P. E., & Taylor, B. (2000). A family of origin workshop: Process and evaluation. *The Family Journal*, 8(4), 368-375.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*, 9, 185-211.
- Schaeff, A. W. (1988). *When society becomes an addict*. HarperCollins.
- Schaeffer, B., & McElhny, K. (1997). *Is it love or is it addiction?*. Center City, Minnesota: Hazelden.
- Shrout, E. P., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Silk, J. S., Steinberg, L., & Morris, A. S. (2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, 74(6), 1869-1880.
- Simpson, J. A. (1990). Influence of attachment styles on romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(5), 971-980.
- Sroufe, L. A., & Fleeson, J. (1986). Attachment and the construction of relationships. *Relationships and Development*, 5, 102-114.
- Thayer, R. E., Newman, J. R., & McClain, T. M. (1994). Self-regulation of mood: Strategies for changing a bad mood, raising energy, and reducing tension. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(5), 910-925.
- Thompson, R. A. (1994). Emotion regulation: A theme in search of a definition. In N. A. Fox (Ed.), *The development of emotion regulation. Biological and behavioral considerations* (pp. 73-100). *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3, Serial No. 240).
- Vaughn, B., Egeland, B., Sroufe, L. A., & Waters, E. (1979). Individual differences in infant-mother attachment at twelve and eighteen months: Stability and change in families under stress. *Child Development*, 971-975.
- Walden, T. A., & Smith, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and emotion*, 21(1), 7-25.
- 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(4), 438-447.
- 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., 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.
- Weinfield, N. S., Sroufe, L. A., & Egeland, B. (2000). Attachment from infancy to early adulthood in a high risk sample: Continuity, discontinuity, and their correlates. *Child Development, 71*(3), 695-702.
- Whiteman, T., & Petersen, R (1998). *Victim of love?: How you can break the cycle of bad relationships*, NavPress Publishing Group.

원 고 접 수 일 : 2013. 07. 10

수정원고접수일 : 2013. 10. 10

게 재 결 정 일 : 2013. 11. 20

## The Influence of Insecure Attachment and Psychological Distress on Relationship Addiction: Testing the Moderated Mediating Effect of Support-seeking Emotion Regulation Style

Ji-Won Lee

Ki-Hak Lee

Department of Psychology, Yonsei University

The purpose of this study was to examine the moderated mediating effect of emotion regulation style through psychological distress on the association between insecure attachment and relationship addiction. A total of 204 undergraduates were asked to complete the questionnaires and the data was analyzed using SPSS 21.0 and its Macro. The main findings were as follow. First, the findings in a correlation analysis indicated that insecure attachment, psychological distress, and relationship addiction were positively correlated. Second, a mediating model showed that an association between insecure attachment and relationship addiction was partially mediated by psychological distress. Third, hierarchical regression analysis showed that a support-seeking emotion regulation style moderated the effect of psychological distress on relationship addiction. Fourth, a support-seeking emotion regulation style also moderated the mediating effect of insecure attachment on relationship addiction through psychological distress. Also implications for counseling practice are discussed and future research suggested.

*Key words* : *insecure attachment, relationship addiction, psychological distress, emotion regulation style, a moderated mediating effect*