

성인애착과 대인관계문제의 관계에서 자비불안과 정서조절의 매개효과*

배 애 진

심 혜 원[†]

한국상담대학원대학교

본 연구는 성인애착과 대인관계문제의 관계에서 자비불안과 정서조절의 매개효과를 살펴보는 것을 목적으로 한다. 이를 위해 대한민국에 거주하는 20~50대 성인 남녀 400명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시한 후, 구조방정식 분석을 실시하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 성인애착(애착불안, 애착회피)에서 자비불안(타인을 향한 자비불안, 타인에게서 받는 자비불안, 자기자비불안)으로 향하는 경로의 직접효과는 통계적으로 유의미하였다. 둘째, 성인애착은 자비불안과 정서적 단절을 이증으로 매개하여 대인관계문제에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 애착불안은 자기자비불안을 부분매개하여 대인관계문제에 영향을 미쳤으며, 애착회피는 자기자비불안을 완전매개하여 대인관계문제와 관계하였다.

주요어 : 성인애착, 대인관계문제, 자비불안, 정서 조절

* 본 연구는 배애진(2016)의 한국상담대학원대학교 석사학위논문 ‘성인애착과 대인관계문제의 관계에서 자비불안과 정서조절의 매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

본 연구는 배애진, 심혜원(2016)의 한국심리학회 연차학술대회 포스터 발표의 내용을 포함함.

[†] 교신저자 : 심혜원, 한국상담대학원대학교, 서울특별시 서초구 효령로 366

Tel: 02-584-6851, E-mail: hwshim@kcg.ac.kr

대인관계문제는 심리상담 장면에서 내담자의 주 호소 문제의 큰 부분을 차지하는 중요한 상담주제이다(안하얀, 서영석, 2010; Gurtman & Lee, 2009; Horowitz, Rosenberg, & Bartholomew, 1993). 이와 관련하여 부모 또는 양육자와의 관계에서 형성되어 내재화된 성인애착은 한 사람이 관계를 맺고 정서를 조절하고 스트레스 문제에 대처하는 핵심기제로 작용할 수 있으며, 불안정한 성인애착은 대인관계에서 다양한 문제행동을 보일 수 있다(Bowlby, 2014; Lawson & Brossart, 2009).

애착(Attachment)은 개인의 삶에서 중요한 소수의 특별한 타인들과 친밀한 정서적 유대를 맺고자 하는 경향성이며 시간의 연속선상에서 서서히 변화하는 지속성을 띤다(Bowlby, 2014). 그리고 애착행동은 신체적, 심리적으로 도움이 필요한 상황에서 애착유대가 강한 대상에서부터 전혀 유대가 없는 낯선 대상까지를 포함하는 다양한 대상들을 향해 근접성을 획득하고 유지하고자 하는 모든 행동으로 볼 수 있으며, 필요에 따라 활성화되고 사라지는 일시성을 띤다(Bowlby, 2014). 또한 애착은 중력과는 반대로 애착대상으로부터 멀어질수록 그 힘이 더 강해지는데, 만약 안전기지의 제공처인 애착대상을 신뢰할 수 없거나 환경탐색의 한계에 다다르면 우리의 정서 상태는 불안정해진다(Holmes, 2005).

성인애착은 “생애초기에 형성된 양육자에 대한 애착이 내적 표상의 형태로 내재화된 것”이며(이정희, 심혜숙, 2007), “쌍방의 관계에서 안정감을 얻기 위해 선호하는 특정인에게 근접성을 유지하려는 경향”이다(West, Sheldon, & Reiffer, 1987; 이정희, 심혜숙, 2007에서 재인용). 생애 초기 애착 패턴에 대한 경향성은 점차 내적 작동 모델(Internal working models)로

내면화되어 친밀한 관계에서의 자기와 대상에 대한 인지-정서적인 정신적 표상(Representation) 내지는 구조(Schema)로 작동하게 된다(Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978; Pietromonaco & Barrett, 2000). 실제 연구에서도 생애 초기의 애착은 2~3세와 6세, 10세, 청소년기를 거쳐 성인기에까지 지속성이 유지될 뿐만 아니라, 한 개인의 생애를 뛰어넘어 후대에도 영향을 미치는 것으로 나타났다(Bretherton, 1985; Grossman & Grossman, 1991; Hazan & Shaver, 1987; Kobak & Sceery, 1988; Main, 1991; Main & Cassidy, 1988; Main & Goldwyn, 1984; Main, Kaplan, & Cassidy, 1985; Sroufe, 1983; Waters, Merrick, Treboux, Crowell, & Albersheim, 2000).

성인애착은 애착불안과 애착회피라는 2개의 차원이 직교하는 공간적 개념으로 설명이 가능하다(Brennan, Clark, & Shaver, 1998). Brennan 등(1998)은 60개의 성인애착 관련 척도에서 추출한 323문항을 대상으로 요인분석을 실시하여 ‘불안’과 ‘회피’라는 2개의 요인이 있음을 확인하고, 성인애착을 연속적인 차원선 상에서 측정해보고자 하였다. 차원론적 접근에서 애착불안은 대인관계에서의 친밀감의 욕구와 거절 및 유기에 대한 두려움의 정도를 의미하며 애착회피 차원은 독립에 대한 욕구와 의존 및 친밀감에 대한 두려움의 정도를 의미한다(Mikulincer, Shaver, & Pereg, 2003). 불안과 회피 차원이 모두 낮을수록 안정적인 성인애착에 가깝고, 두 차원 중 하나가 높거나 모두 높을수록 불안정한 성인애착에 가깝다.

불안정한 성인애착은 친밀하고 중요한 대상과 관계적 어려움을 경험하게 하는 심리기제로 작용할 수 있다(안하얀, 서영석, 2010; Horowitz et al., 1993; Pincus, Dickinson, Schut, Castonguay, & Bedics, 1999; Wei, Vogel, Ku, &

Zakalik, 2005). 애착대상으로부터 긍정적, 부정적 반응을 이끌어내는 행동에 대한 규칙들이 입력되어 있는 내적 작동 모델은 자기와 대상과의 관계 방식 내지는 관계 패턴으로 기능하여 청소년기와 성인기의 대인관계 행동과 성격적 특성 및 스트레스 대처에 영향을 미친다(Bowlby, 2014; Eubanks-Carter, Burckell, & Goldfried, 2010; Main et al., 1985). 예를 들어 유년기에 양육자로부터 유기에 대한 위협을 자주 받으며 큰 사람은 타인에 대한 불신을 근간으로 하는 내적 작동 모델을 작동하게 되고 이로 인해 사람들과 친밀한 관계를 맺는 것을 피하고 타인을 통제하려고 하는 대인관계문제를 경험할 수 있다(Horowitz et al., 1993). 불안정한 성인애착과 대인관계문제와의 관계는 성인 남성의 연인 또는 배우자를 향한 폭력행동을 통해서도 확인이 가능하다. 배우자 폭력행동이 심각한 수준인 남성들은 그렇지 않은 남성보다 유년기에 신체적 학대경험을 더 많이 하였고, 부모의 폭력에 더 많이 노출되었으며, 연구 시점을 기준으로 애착의 안정성이 떨어지고, 가족 응집력이 낮으며, 좀 더 높은 수준의 대인관계문제를 가지고 있는 것으로 나타났다(Lawson, 2008; Lawson & Brossart, 2009). 이 외에도 국내의 여러 연구들은 성인 애착이 다양한 매개변인과 조절변인들을 통해 대인관계문제와 관계하고 있음을 경험적으로 확인하였다(김은화, 2011; 안하얀, 서영석, 2010; 윤희경, 윤행식, 2013; 이동욱, 2015; 이은지, 서영석, 2014; 이은진, 이나령, 이지연, 2015; 허인아, 이민규, 2017).

성인애착은 자비로운 정서 및 행동과도 관련이 있다. 자비(Compassion)는 친사회적 행동의 핵심적인 결정요인이다(Eisenberg & Miller, 1987; Goetz, Keltner, & Simon-Thomas, 2010;

Hoffman, 1981). 자비는 애착 시스템을 기반으로 발달하며, 돌봄행동을 유발하는 동기이자 비난하거나 판단하지 않고 공감적으로 이해하는 능력을 포함하는 감정이다(Gilbert, McEwan, Matos, & Rivis, 2011; Gillath, Shaver, & Mikulincer, 2005). 그런데 애착이 불안정한 사람들은 자신과 타인에 대해 이타적인 마음을 가지거나 도움을 주고받는 행동을 취하는 것을 어려워할 수 있으며, 이로 인해 대인관계의 여러 측면이 취약해질 수 있다. 불안정애착의 성인은 안정애착인 성인보다 배우자 또는 연인과 도움을 주고받는 것을 어려워하였으며(Fraley & Davis, 1997; Lawson & Brossart, 2009; Simpson, Rholes, & Nelligan, 1992), 낯선 사람에게 도움을 주는 것을 꺼리는 등 자비정서를 덜 느끼는 것으로 보고 하였고(Mikulincer, Shaver, Gillath, & Nitzberg, 2005), 자기 자신을 더 강하게 비난하고 스스로를 자비롭게 대하지 못 하는 것으로 나타났는데(Raque-Bogdan, Ericson, Jackson, Martin, & Bryan, 2011; Wei, Liao, Ku, & Shaffer, 2011), 이러한 심리적 특징은 대인관계에도 부정적인 영향을 미치는 것으로 확인되었다(이은지, 서영석, 2014; 임윤선, 2013).

이에 대해 Gilbert 등(2011)은 애착이론에 기초하여 자기 자신과 타인과의 관계에서 호혜롭고 자비로운 마음이 오고감을 위협적인 것으로 경험하는 정서 상태를 ‘자비불안’이라는 용어로 개념화하였고, 자비불안 척도들(the Fear of Compassions: for others, from others, for self)을 개발하였다. Gilbert 등(2011)은 자비정서가 쉽게 개발되지 못하는 이유로 자비의 기반이 되는 애착 시스템이 제대로 작동하지 않기 때문이라고 가정하였는데, 불안정한 애착 패턴을 보이는 성인의 경우에는 자비와 같은

긍정적 자극이 애착 시스템을 활성화시키려고 할 때에 과거의 정서적 갈등이나 방임, 학대와 같은 고통스러운 정서적 기억들이 함께 활성화되어 버리기 때문에 자비 정서를 그 자체로 경험하지 못하고 불안이나 두려움으로 느끼게 된다고 보았으며, 특히 수치심이 강하고 자비비난을 많이 하는 사람들에게는 자비불안이 심리적 회복을 가로막는 주요 요인으로 작용한다고 보았다.

자비불안은 방향성과 관계적 특성에 따라 ‘타인을 향한 자비불안(Fear of compassion for others)’과 ‘타인에게서 받는 자비불안(Fear of compassion from others)’, 그리고 ‘자기자비불안(Fear of compassion for self)’으로 구분할 수 있다(Gilbert et al., 2011). 타인을 향한 자비불안은 도움행동(Helping)과 관련한 심리적 과정과 연관이 있다. 타인을 향한 자비를 순종과 나약함으로 가져갈 때에는 자비 정서에 대한 두려움이 일어날 수 있는데, 이로 인해 타인을 향한 자비가 자신의 이익에 해가 될 것이라는 가정을 하게 되는 것이다(Gilbert et al., 2011). 타인에게서 받는 자비불안은 사회적 고립과 위협감을 조절하는 감정인 친애감과 연관이 있는데, 자기비판(Self-critics)을 강하게 하는 사람들은 타인으로부터 자신에게 전해지는 자비를 위협으로 가져가는 경향이 있는 것으로 나타났다(Gilbert et al., 2011; Rockliff, Gilbert, McEwan, Lightman, & Glover, 2008). 자기자비불안은 타인으로부터의 비난에서 자기 자신을 지키기 위해 스스로를 비난하고 부정적으로 인식하는 방어기제와 관련이 있는데, 자기자비 정서로 인해 자신의 방어기제가 무너질 수 있다는 위협감이 들 때에 자기자비불안을 느끼게 된다(Joeng & Turner, 2015). Gilbert 등(2011)의 연구에서 3가지 유형의 자비불안은

대학생 집단에서 불안정한 애착 패턴과 높은 상관관을 보였으며, 타인에게서 받는 자비불안은 치료자 집단에서 불안정한 애착패턴과 높은 상관관을 보였다. 또한 정주리, 김은영, 최승애, 이유정과 김정기(2015)의 연구에서 3가지 유형의 자비불안은 애착불안, 애착회피 모두와 유의미한 상관관이 있는 것으로 나타났다.

자비불안이라는 개념은 비교적 최근에 학술적으로 정의되어 척도화되었기 때문에 관련 변인들에 대한 선행연구를 통해 자비불안과 대인관계문제와의 관계를 간접적으로 추정해 보았다. Gilbert 등(2011)의 연구에 따르면, 자비불안은 우울, 불안, 스트레스와 유의미한 상관관이 있는 것으로 나타났다. 정주리 등(2015)은 여러 심리적 요인과의 상관분석 결과에 따라 자비불안이 높은 사람들이 스스로를 비난하고 타인이 자신을 중요하게 여기지 않을 것이며 도움을 주고자 하지도 않을 것이라고 인식하는 경향이 있으며 공감적 관심의 수준이 낮을 수 있을 뿐만 아니라, 우울, 불안과 같은 심리적 문제를 경험할 가능성이 높으며 스트레스에 적응적으로 대처하지 못하는 어려움을 가질 수 있다고 보았다. 한편, 자기자비는 성인애착과 대인관계능력과의 관계에서 유의미한 매개효과가 있는 것으로 나타났다(임윤선, 2013; 황윤정, 2016). 따라서 애착이 불안정한 성인일수록 스스로를 친절하게 대하거나 돌보는 것을 어려워하여 대인관계문제에 더욱 취약할 수 있겠다.

성인애착은 정서 조절에도 영향을 미친다. 애착 이론에서는 생애 초기의 중요한 관계 경험들의 일관성의 정도가 이후 삶에서 경험하게 되는 다양한 불쾌한 생각과 정서들을 견뎌내는 정서 조절 능력의 발달로 이어진다고 보았다(Ainsworth et al., 1978; Aronoff, Stollak, &

Woike, 1994). 안정애착의 사람들은 애착대상과의 긍정적인 상호작용을 통해 일차적인 정서 조절 전략을 취할 수 있는 능력을 가지게 된다(Wallin, 2010). 그들은 스트레스 상황에서 위협적인 정보에 대한 그들의 신념을 유연하게 수정하고 건설적인 대처 전략을 개발할 수 있으며, 중요한 대상에게 도움과 지지를 구할 수 있다(Mikulincer, 1998). 관련 연구에서도 안정애착의 성인들은 결혼생활에 더 잘 적응하며 특정 문제를 해결하기 위해 배우자와 이야기를 나눌 때도 그들의 정서를 더 잘 조절하는 것으로 나타났다(Kobak & Hazan, 1991). 그러나 불안정애착의 사람들은 애착대상과의 잘못된 조율된 상호작용에서 스스로를 보호하기 위해 부적응적인 이차적 정서 조절 전략을 취하는 노력을 할 수 있다(Wallin, 2010). 이러한 전략들은 단기적으로는 대상을 향한 불편한 감정들을 줄여주는 기능이 있지만, 장기적으로는 냉담, 적대, 외로움 등과 같은 관계적 어려움으로 이어질 수 있다(안하얀, 서영석, 2010; Cassidy, 2000; Wei et al., 2005).

불안정한 성인애착의 이차적인 정서 조절 전략은 과잉활성화 전략과 과소/비활성화 전략으로 설명되어 진다. 먼저, 과잉활성화 전략은 주로 애착불안 차원이 높은 성인들이 취하는 전략이다(Kobak & Sceery, 1988; Mikulincer & Nachshon, 1991). 애착불안 차원이 높은 성인들은 친밀감에 대한 욕구를 충족하고 거절과 유기의 두려움을 조절하기 위해 스트레스를 유발하는 자극에 고정적으로 관심을 가지고 끊임없이 애착대상에게서 유기의 조짐이 보이는지를 확인하며, 스트레스 상황에 대해 과하게 표현하고, 애착대상에게 지나치게 근접성과 편안함을 제공해주기를 요구한다(Mikulincer, Florian, & Tolmacz, 1990; Wei et al., 2005). 또

한 이들은 부정적인 생각과 기억을 과잉활성화시키며 수동적이고 반추하는 방식에 의존하여 스트레스에 대처하는 경향이 있다(Mikulincer & Florian, 1998; Mikulincer, 1998에서 재인용). 애착회피 차원이 높은 성인들은 독립에 대한 욕구를 충족하고 의존과 친밀감에서 불편감을 감소시키기 위해 타인으로부터 자신의 감정을 거리 두는 과소/비활성화 전략을 사용하는 경향이 있다(Kobak & Sceery, 1988). 이들은 자신의 감정을 억제하고 타인과 거리를 두는 방식으로 스트레스에 반응한다(Wei et al., 2005). 그리고 친밀한 관계로부터의 철수, 감정적 개입의 최소화, 애착 욕구와 의존을 거부하고 통제하려는 성향, 부정적인 생각과 감정을 억제하고 고통을 외부에 표현하는 것을 자제하는 특성이 있다(Shaver, Collins, & Clark, 1996; Mikulincer, 1998에서 재인용). Wei 등(2005)과 안하얀과 서영석(2010)은 구조방정식 분석을 통해 애착불안 차원이 높은 성인일수록 과잉활성화 전략을 매개로 대인관계문제를 경험하며, 애착회피 차원이 높은 성인일수록 과소/비활성화 전략을 매개로 대인관계문제를 경험하는 것을 확인하였다.

따라서 본 연구는 위에서 제시한 선행이론과 선행연구를 바탕으로 성인애착, 자비불안, 정서조절, 대인관계문제 간의 매개모형을 설정하여 검증해 보고자 한다. 본 연구를 통해 상담자가 관계적 어려움을 호소하는 내담자를 이해하는 데에 도움이 되는 관련 요인들을 유기적으로 연결할 수 있는 이론적 근거자료를 제공하고 이를 통해 대인관계문제를 호소하는 불안정한 성인애착의 내담자를 위한 효과적인 상담목표와 전략 수립의 방향성을 제시할 수 있기를 기대한다. 이를 위해 다음과 같이 연구모형을 설정하였다. 첫째, 독립변인은 성인

애착의 차원론에 근거하여 애착불안과 애착회피 차원을 각각 구분하여 잠재변인으로 설정하였다. 둘째, 매개변인으로서의 자비불안은 자비가 향하는 방향성과 관계적 특성에 따라 타인을 향한 자비불안과 타인에게서 받는 자비불안, 자기자비불안을 각각 구분하여 매개변인으로 설정하였다. 셋째, 매개변인으로서의 정서 조절은 애착불안과 애착회피 차원에 따른 정서 조절 전략 간의 차이를 살펴보기 위해 정서적 반응과 정서적 단절을 각각 구분하여 매개변인으로 설정하였다. 넷째, 종속변인으로 대인관계문제를 설정하였다. 다섯째, 애착불안과 애착회피에서 모든 매개변인과 종속변인으로 향하는 직접경로를 추가하되, 애착이론과 선행연구(안하얀, 서영석, 2010; Wei et al., 2005)에 근거하여 애착불안에서 정서적 단절로 가는 직접경로와 애착회피에서 정서적 반응으로 가는 직접경로는 삭제하였다. 여섯째, 세 가지 유형의 자비불안 매개변인에서 정서적 반응, 정서적 단절, 대인관계문제로 향하는 모든 직접경로들을 추가하였다. 일곱째,

정서적 반응과 정서적 단절에서 대인관계문제로 향하는 직접경로를 추가하였다.

본 연구의 가설은 다음과 같다.

1. 애착불안과 애착회피는 대인관계문제에 정적인 영향을 미칠 것이다.
2. 애착불안과 애착회피는 타인을 향한 자비불안, 타인으로부터 받는 자비불안, 자기자비불안에 정적인 영향을 미칠 것이다.
3. 애착불안은 정서적 반응에, 애착회피는 정서적 단절에 정적인 영향을 미칠 것이다.
4. 타인을 향한 자비불안, 타인으로부터 받는 자비불안, 자기자비불안은 대인관계문제에 정적인 영향을 미칠 것이다.
5. 타인을 향한 자비불안, 타인으로부터 받는 자비불안, 자기자비불안은 정서 조절 관련 변인에 정적인 영향을 미칠 것이다.
6. 정서적 반응과 정서적 단절은 대인관계문제에 정적인 영향을 미칠 것이다.
7. 애착불안 및 애착회피와 대인관계문제의 관계에서 3가지 유형의 자비불안이 각각 부분 매개할 것이다.

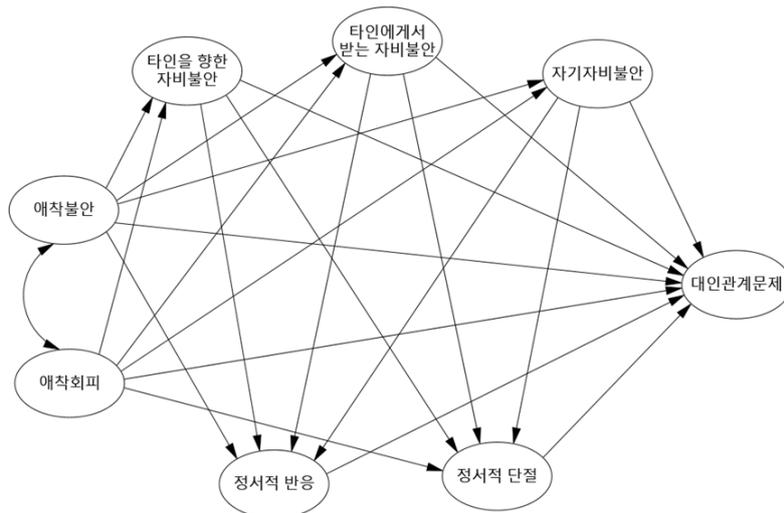


그림 1. 연구모형

- 8. 애착불안과 대인관계문제의 관계에서 정서적 반응이 부분매개할 것이다.
- 9. 애착회피와 대인관계문제의 관계에서 정서적 단절이 부분매개할 것이다.
- 10. 애착불안과 대인관계문제의 관계에서 3가지 유형의 자비불안과 정서적 반응이 부분매개할 것이다.
- 11. 애착회피와 대인관계문제의 관계에서 3가지 유형의 자비불안과 정서적 단절이 부분매개할 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 대한민국 16개 시·도에 거주하는 20~50대 성인 남녀 400명을 대상으로 하였다. 전체 400명의 연구 참여자 중에서 남성은 205명(51.3%), 여성은 195명(48.8%)이었다. 연령은 20대가 85명(21.3%), 30대가 97명(24.3%), 40대가 112명(28.0%), 50대가 106명(26.5%)이었으며, 평균연령은 만 40.67세이었다. 거주지는 수도권이 244명(61.0%)으로 가장 많은 수를 차지하였으며, 직업은 일반사무·관리직이 183명(45.8%), 주부가 51명(12.8%) 순이었다. 학력은 대졸이 200명(50.0%)으로 가장 많았으며, 고졸 이하가 80명(20.0%), 전문대졸이 68명(17.0%) 순이었다.

측정도구

성인애착

본 연구는 성인애착을 측정하기 위해 Fraley, Waller 그리고 Brennan(2000)이 문항반응이론을 통해 개발한 성인 애착 검사인 Experiences in

Close Relationships-Revised(ECR-R)를 김성현(2004)이 우리말로 번안하여 대학생을 대상으로 타당화한 친밀 관계 경험 검사 개정판을 사용하였다. 전체 총 36문항으로 구성되어 있으며, 불안 하위 척도가 18문항, 회피 하위 척도가 18문항이다. 원척도(Fraley et al., 2000) 및 번안척도(김성현, 2004)는 전혀 그렇지 않다(1점)에서 아주 그렇다(7점)까지 7점 Likert식 척도로 평정하도록 되어 있으나, 본 연구에서는 전혀 그렇지 않다(1점)에서 매우 그렇다(5점)까지의 5점 Likert식 척도로 평정하였다. 또한 김성현(2004)은 원척도(Fraley et al., 2000)의 문항에서 ‘partner’와 ‘romantic partner’라고 표현된 대상이 국내 대학생 집단에 적합한지를 고려하여 R. Chris Fraley와 협의 하에 이를 좀 더 일반적인 대상인 ‘others’로 바꾸어 번안하였으며, 응답자가 대상을 특정하지 않고 정서적으로 친밀한 대인관계에서 보편적으로 경험하는 느낌에 대해 평정하도록 하였다. 본 연구는 김성현(2004)의 번안판의 문항을 그대로 사용하였다. ‘애착불안’ 차원은 “다른 사람들이 나를 진심으로 사랑하지 않을까봐 자주 걱정한다.”와 같이 거절에 대한 두려움과 유기에 대한 과몰두를 측정하는 문항들로 구성되어 있다. ‘애착회피’ 차원은 “다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다.”와 같이 친밀감에 대한 두려움과 누군가에게 의존하거나 가까워질 때의 불편함을 측정한다. 김성현(2004)의 연구에서 불안과 회피 하위 차원의 내적 일치도(Cronbach’s α)는 각각 .89와 .85로 나타났다. 본 연구에서 척도 전체 내적 일치도는 .92이며, 하위 차원별 내적 일치도는 불안 차원 .93, 회피 차원 .89으로 나타났다.

자비불안

본 연구는 자비불안을 측정하기 위해 Gilbert 등(2011)이 개발하고 타당화한 자비불안 척도들(the Fear of Compassion Scales)을 정주리 등(2015)이 우리말로 번안하여 타당화한 한국판 자비불안 척도들(the Korean version of the Fear of Compassion Scales)을 사용하였다. 자비불안 척도들은 세 가지 유형의 자비불안 척도들을 포함하는데, 타인을 향한 자비불안 척도(Fear of compassion for others)와 타인에게서 받는 자비불안 척도(Fear of compassion From others), 그리고 자기자비불안 척도(Fear of compassion for self)이다. 각 유형별 문항 수는 타인을 향한 자비불안 척도가 10문항, 타인에게서 받는 자비불안 척도가 13문항, 자기자비불안 척도가 15문항이다. 본 연구는 원척도(Gilbert et al., 2011) 및 번안척도(정주리 등, 2015)와 동일하게 5점 Likert식 척도로 평정하였으며, 그 범위는 전혀 그렇지 않다(1점)에서 매우 그렇다(5점)까지이다. 타인을 향한 자비불안 척도는 “내가 자비로우면 일부 사람들이 나에게 너무 의지를 할까봐 두렵다.”와 같이 타인을 향해 자비를 가지는 것에 대한 불안을 측정한다. 타인에게서 받는 자비불안 척도는 “사람들이 내게 친절하거나 자비심을 느낄 때 나는 불안하거나 창피한 기분이 든다.”와 같이 타인이 주는 자비를 수용하는 것에 대한 불안을 측정한다. 자기자비불안 척도는 “내가 내 자신에게 좀 더 자비심을 가지면 내가 약한 사람이 될까봐 두렵다.”와 같이 자기 자신에 대해 스스로 자비를 느끼는 것에 대한 불안을 측정한다. Gilbert 등(2011)과 정주리 등(2015)이 보고한 신뢰도는 타인을 향한 자비불안이 각각 .78~.84, .85, 타인에게서 받는 자비불안이 각각 .85~.87, .93이었으며, 자기자비불안은 각각

.86~.92, .94로 나타났다. 본 연구에서는 타인을 향한 자비불안이 .85, 타인에게서 받는 자비불안이 .92, 자기자비불안이 .94로 나타났다.

정서조절

본 연구는 애착불안과 애착회피 차원에 따른 서로 다른 정서 조절 전략인 정서적 과잉활성화 전략과 정서적 과소/비활성화 전략을 측정하기 위해, Skowron과 Friedlander(1998)가 개발하고 조은경(2001)이 번안한 자기분화 척도(Differentiation of Self Inventory: DSI)의 2개 하위 차원인 ‘정서적 반응’과 ‘정서적 단절’을 안하얀(2010)이 번안 수정 및 보완한 척도를 사용하였다. 정서적 과잉활성화 전략으로서의 ‘정서적 반응’ 하위 척도는 11문항으로, 환경 자극에 대해 감정적인 의사결정, 감정의 홍수(Emotional flooding), 정서적 불안정성, 그리고 타인의 정서에 대한 과민성의 정도를 측정한다(안하얀, 2010; Wei et al., 2005). 예를 들어, “나는 때때로 감정에 휘말려서 분명하게 생각하는데 문제가 있다.”와 같은 문항을 포함한다. 정서적 과소/비활성화 전략으로서의 ‘정서적 단절’ 하위 척도는 12문항으로, 친밀함을 위협으로 경험하여 이에 대해 방어적으로 반응하고, 대인관계에서 거리를 두려 하고, 심리내적 정서 경험을 부인하는 정도를 측정한다(안하얀, 2010; Wei et al., 2005). 예를 들어, “정서적 지지를 구하기 위해 가족에게 도움을 청할 생각이 전혀 없다.”와 같은 문항을 포함한다. 원척도(Skowron & Friedlander, 1998) 및 번안척도(안하얀, 2010)는 전혀 그렇지 않다(1점)에서 매우 그렇다(6점)까지 6점 Likert식 척도로 평정하도록 되어 있으나, 본 연구에서는 전혀 그렇지 않다(1점)에서 매우 그렇다(5점)까지의 5점 Likert식 척도로 평정하였다. Skowron

와 Friedlander(1998)의 연구에서 ‘정서적 반응’과 ‘정서적 단절’의 내적 일치도는 각각 .88, .79로 나타났으며, 안하얀(2010)의 연구에서는 각각 .83, .79로 보고되었다. 본 연구에서는 ‘정서적 반응’이 .90, ‘정서적 단절’이 .89로 나타났다.

대인관계문제

본 연구는 대인관계문제를 측정하기 위해 Horowitz, Rosenberg, Baer, Ureño와 Villaseñor (1988)의 대인관계문제검사(IIP: Inventory of Interpersonal Problems)를 근거로 김영환 등 (2002)이 개발한 한국형 대인관계문제검사(KIIP: the Korean Inventory of Interpersonal Problems)를 표준화한 한국형 대인관계문제검사 원형척도의 단축형(KIIP-SC: Short form of the Korean Inventory of Interpersonal Problems Circumplex scales)을 사용하였다(홍상환 등, 2002). 이 척도는 8개의 하위척도별로 5문항씩 총 40문항으로 구성되어 있다. 본 연구는 홍상환 등(2002)의 연구와 동일하게 5점 Likert식 척도로 평정하였으며, 그 범위는 전혀 그렇지 않다(1점)에서 매우 그렇다(5점)까지이다. ‘통제 지배(PA)’ 하위척도는 타인을 통제하고 조종하는 것과 관련된 대인관계문제를 측정한다. 예를 들어, “독단적으로 판단하고 결정하여 다른 사람과 마찰이 있을 때가 많다.”와 같은 문항을 포함한다. ‘자기중심성(BC)’ 하위척도는 자신의 안녕에 대한 과도한 관심과 관련된 대인관계문제를 측정한다. 예를 들어, “다른 사람의 어려움을 보고도 진심으로 걱정해 주기가 어렵다.”와 같은 문항을 포함한다. ‘냉담(DE)’ 하위척도는 정서를 경험하고 표현하는 것과 관련된 대인관계문제를 측정한다. 예를 들어, “친구 사귀기가 어렵다.”와 같은 문항을 포함

한다. ‘사회적 억제(FG)’ 하위척도는 비사회적인 경향과 수줍음과 관련된 대인관계문제를 측정한다. 예를 들어, “사람들과 어울리기가 어렵다.”와 같은 문항을 포함한다. ‘비주장성(HI)’ 하위척도는 자신감과 주장성 및 자존감의 결여와 관련된 대인관계문제를 포함한다. 예를 들어, “내 주장을 내세우기가 어렵다.”와 같은 문항을 포함한다. ‘과순응성(JK)’ 하위척도는 독립성을 유지하지 못하고 쉽게 설득, 이용당하는 것과 관련된 대인관계문제를 포함한다. 예를 들어, “너무 잘 속는 편이다.”와 같은 문항을 포함한다. ‘자기희생(LM)’ 하위척도는 타인의 욕구에 지나치게 민감하고 책임지려고 하는 것과 관련된 대인관계문제를 포함한다. 예를 들어, “다른 사람들을 실망시키지 않으려고 지나치게 애쓴다.”와 같은 문항을 포함한다. ‘과관여(NO)’ 하위척도는 다른 사람에 대한 지나친 관여와 관련된 문제를 포함한다. 예를 들어, “너무 존경받고 싶어 한다.”와 같은 문항을 포함한다. 홍상환 등(2002)의 연구에서 보고된 내적 일치도는 .61~.81의 범위에서 나타났다. 본 연구에서 확인된 전체 내적 일치도는 .95이며, 각 차원별로는 통제지배가 .82, 자기중심성이 .85, 냉담이 .87, 사회적 억제가 .84, 비주장성이 .87, 과순응성이 .83, 자기희생이 .74, 과관여가 .78로 나타났다.

자료분석

본 연구에서는 구조방정식 모형(SEM) 분석을 위해 SPSS 21.0과 AMOS 21.0을 사용하였다. 먼저 잠재변인으로 설정된 척도들의 신뢰도 검정을 위해 내적 일치도(Cronbach's α)를 산출하고, 빈도분석을 통해 주요 변인들의 기술통계량을 산출하였다. 다음으로 주요변인들 간

의 관계를 확인하기 위해 상관분석을 실시하고, 변수들 간의 다중공선성 여부를 확인하였다. 그리고 결측치가 없는 자료의 정상성 검증을 위해 단변량 왜도값, 단변량 첨도값, 다변량 첨도값을 분석하였다(Finney & DiStefano, 2006; 하문선, 김지현, 2013에서 재인용). 잠재변인의 측정을 위해 별도의 하위 요인이 없는 애착불안, 애착회피, 타인을 향한 자비불안, 타인에게서 받는 자비불안, 자기자비불안, 정서적 반응, 정서적 단절은 Russell, Kahn, Spoth와 Altmaier(1998)의 견해에 따라 문항 꾸러미 제작(Item parcelling)을 통해 각각 3개씩의 측정변인을 설정하였다. 대인관계문제는 김영환 등(2002)의 한국형 대인관계문제 검사 타당화 연구를 바탕으로 안하얀과 서영석(2010)이 구성한 두 요인을 사용하였다. 요인 1은 비주장성, 과순응성, 자기희생, 통제지배, 자기중심성 하위척도가 포함되며, 요인 2는 과관여, 냉담, 비사회성 하위 척도가 포함된다. 연구모형 검증은 Anderson과 Gerbing(1988)의 견해에 따라 확인적 요인 분석을 통해 측정모형의 타당도를 검증한 뒤 구조모형을 검증하는 구조방정식 모형(SEM) 분석의 2단계 접근법을 적용하였다. 끝으로 이중매개효과의 유의미성을 검증하기 위해 팬텀변수(Phantom variable) 모형을 사용하여 부트스트랩(Bootstrap)을 실시하였다(배병렬, 2015).

결 과

기술통계 및 상관분석

모든 잠재변인은 서로 간에 유의미한 상관이 있었다. 특히, 애착불안은 타인에게서 받는

자비불안($r=.70$)과 대인관계문제($r=.70$)와 상대적으로 높은 상관이 있었으며, 애착회피는 정서적 단절과 상대적으로 높은 상관이 있었다($r=.49$). 변인들 간의 다중공선성 존재여부를 확인하기 위해 분산팽창지수(VIF, Variation Inflation Factor) 값을 확인한 결과, VIF 값이 최소 1.421에서 최대 4.354까지로, 모두 10 이하로 나타나 다중공선성이 존재하지 않는 것으로 판단할 수 있는 기준에 부합하였다(김효창, 2013).

정상성 검증

본 연구의 측정변인들에 대한 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 및 Pearson 상관계수는 표 1과 같다. 모든 측정변인들의 단변량 왜도값은 2 미만이며, 단변량 첨도값은 7 미만으로 정상성의 기준에 부합하였으나 다변량 첨도값은 99.83($c.r.=29.44$)으로 Mardia의 정상화된 다변량 첨도값의 기준에 위배되었다(Finney & DiStefano, 2006). 따라서 본 연구에서는 분석자료가 다변량 정규분포의 가정이 위배되었을 경우에도 편향되지 않고 분석할 수 있는 부트스트랩 절차를 활용하여 매개효과의 유의미성을 검증하였다(서영석, 2010; Bollen & Stine, 1992).

측정모형 검증

본 연구는 연구모형을 검증하기 전에 확인적 요인분석을 통해 측정모형을 검증하였다. 측정모형의 모형 적합도는 $\chi^2(202, N=400)=790.754(p<.001)$, CFI=.935, NFI=.915, TLI=.919, SRMR=.056, RMSEA=.085(90% CI=.079-.092)로 나타났다. 이 결과는 CFI, NFI, TLI가 .9 이상이고 SRMR이 .056으로 .08보다 작아 일반적인 모형 수용기준의 조건을 충족하였으며, RMSEA가

표 1. 측정변인 간의 Pearson 상관계수 및 기술 통계 결과

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	M	SD	왜도	첨도
1	-																							2.63	0.65	0.34	0.13
2	.88**	-																						2.61	0.67	0.44	0.37
3	.84**	.86**	-																					2.43	0.65	0.35	0.18
4	.16**	.07	.04	-																				3.09	0.56	-0.04	-0.02
5	.41**	.31**	.30**	.77**	-																			2.88	0.56	0.06	0.50
6	.34**	.28**	.24**	.73**	.75**	-																		2.86	0.57	0.02	0.40
7	.38**	.31**	.30**	.20**	.27**	.23**	-																	3.16	0.65	0.05	-0.19
8	.33**	.29**	.21**	.24**	.25**	.24**	.72**	-																3.35	0.69	-0.43	0.19
9	.37**	.32**	.27**	.26**	.31**	.29**	.70**	.74**	-															3.29	0.70	-0.28	0.15
10	.66**	.61**	.64**	.23**	.49**	.39**	.48**	.42**	.52**	-														2.58	0.72	0.11	-0.12
11	.59**	.50**	.54**	.28**	.53**	.45**	.48**	.38**	.46**	.78**	-													2.65	0.69	0.10	0.07
12	.68**	.62**	.67**	.21**	.45**	.36**	.41**	.33**	.39**	.81**	.80**	-												2.46	0.70	0.42	0.34
13	.55**	.51**	.54**	.13**	.29**	.21**	.48**	.37**	.43**	.71**	.63**	.68**	-											2.51	0.72	0.24	-0.23
14	.53**	.48**	.51**	.19**	.31**	.24**	.50**	.43**	.47**	.71**	.65**	.67**	.86**	-										2.62	0.68	0.12	-0.08
15	.55**	.51**	.57**	.12**	.32**	.18**	.39**	.23**	.30**	.68**	.63**	.71**	.85**	.79**	-									2.24	0.74	0.37	-0.08
16	.41**	.39**	.38**	.20**	.28**	.26**	.43**	.42**	.45**	.50**	.42**	.38**	.46**	.47**	.33**	-								2.93	0.74	-0.05	-0.14
17	.39**	.36**	.27**	.20**	.25**	.28**	.42**	.49**	.51**	.40**	.28**	.25**	.34**	.38**	.19**	.68**	-							3.28	0.77	-0.36	0.29
18	.60**	.59**	.56**	.22**	.37**	.34**	.45**	.44**	.47**	.61**	.49**	.50**	.52**	.53**	.43**	.73**	.70**	-						2.88	0.79	0.08	0.01
19	.50**	.46**	.47**	.27**	.44**	.40**	.48**	.40**	.42**	.60**	.57**	.54**	.54**	.55**	.49**	.61**	.56**	.66**	-					2.73	0.69	0.19	0.46
20	.53**	.43**	.47**	.32**	.51**	.44**	.47**	.37**	.42**	.67**	.63**	.62**	.56**	.56**	.54**	.61**	.51**	.68**	.72**	-				2.66	0.69	0.18	0.01
21	.53**	.45**	.50**	.33**	.53**	.43**	.48**	.35**	.40**	.68**	.66**	.65**	.61**	.58**	.60**	.61**	.46**	.69**	.69**	.77**	-			2.60	0.72	0.24	-0.05
22	.65**	.60**	.63**	.16**	.36**	.34**	.46**	.34**	.38**	.68**	.61**	.66**	.69**	.65**	.69**	.56**	.48**	.69**	.64**	.69**	.70**	-		2.54	0.54	0.06	0.41
23	.68**	.66**	.65**	.26**	.51**	.48**	.43**	.33**	.38**	.73**	.69**	.70**	.65**	.62**	.65**	.55**	.48**	.67**	.66**	.71**	.71**	.87**	-	2.51	0.61	0.10	-0.12

다변량 첨도값=99.83 (c.r.=29/44)

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

1: 애착불안1, 2: 애착불안2, 3: 애착회피1, 4: 애착회피2, 5: 애착회피3, 6: 애착회피4, 7: 타인을 향한 자비불안, 8: 타인을 향한 자비불안2, 9: 타인을 향한 자비불안3, 10: 타인에게서 받는 자비불안, 11: 타인에게서 받는 자비불안2, 12: 타인에게서 받는 자비불안3, 13: 자기자비불안1, 14: 자기자비불안2, 15: 자기자비불안3, 16: 정서적 반응1, 17: 정서적 반응2, 18: 정서적 반응3, 19: 정서적 반응4, 20: 정서적 단절1, 21: 정서적 단절2, 22: 대인관계문제1, 23: 대인관계문제2

.085로 .10보다 작아 보통의 적합도(Browne & Cudeck, 1993; 홍세희, 2000에서 재인용)인 것으로 나타났기 때문에 모형의 적합도는 대체로 양호한 수준으로 확인되었다. 다음으로, 측정모형의 집중타당성과 판별타당성을 확인하

였다. 집중타당성은 첫째, 표준화 λ 값이 모두 .5 이상이고, 둘째, 평균분산추출(AVE) 값이 모두 .5 이상이었으며, 셋째, 개념신뢰도 값이 모두 .7 이상이므로 집중타당성이 있는 것으로 나타났고, 판별타당성은 첫째, 평균분산추

표 2. 측정모형 분석결과(N=400)

잠재	→	측정	비표준화계수	S.E.	C.R.	표준화계수	AVE	개념신뢰도
애착불안	→	1	1			.908	0.925	0.974
	→	2	1.035***	.035	29.638	.918		
	→	3	1.013***	.034	30.200	.925		
애착회피	→	1	1			.827	0.902	0.965
	→	2	1.116***	.051	21.731	.924		
	→	3	1.018***	.052	19.571	.833		
타인을 향한 자비불안	→	1	1			.823	0.849	0.944
	→	2	1.102***	.057	19.303	.854		
	→	3	1.147***	.059	19.589	.867		
타인에게서 받는 자비불안	→	1	1			.905	0.890	0.960
	→	2	0.933***	.036	25.845	.870		
	→	3	0.975***	.034	28.441	.906		
자기자비불안	→	1	1			.947	0.909	0.968
	→	2	0.901***	.028	31.772	.903		
	→	3	0.970***	.032	30.446	.890		
정서적 반응	→	1	1			.816	0.799	0.922
	→	2	0.983***	.057	17.342	.772		
	→	3	1.200***	.055	21.694	.913		
정서적 단절	→	1	1			.807	0.848	0.943
	→	2	1.082***	.052	20.753	.874		
	→	3	1.150***	.055	20.952	.880		
대인관계문제	→	1	1			.922	0.953	0.976
	→	2	1.153***	.035	32.837	.943		

*** : $p < .001$

출(AVE) 값이 상관계수의 제곱보다 크고, 둘째, 상관계수에 ± 2 곱하기 표준오차(상관계수 $\pm 2 \times$ 표준오차)를 계산한 값이 1을 포함하지 않으므로 판별타당성이 있는 것으로 나타났다(우중필, 2012). 따라서 본 연구의 측정모형이 잠재변인들을 측정하는데 적합한 것으로 검증되었다. 측정모형의 분석결과는 표 2와 같다.

구조모형 검증

최초 연구모형의 검증 결과, 모형의 적합도는 $\chi^2(208, N=400)=1165.500(p<.001)$, CFI=.895, NFI=.875, TLI=.872, SRMR=.092, RMSEA=.107(90% CI=.101-.113)로 양호하지 않은 수준으로 나타났다. 이에 따라 수정 지수(M.I.: Modification Index)를 활용하여 수정모형을 설정하였다. 수정모형 설정은 구조방정식 모형의 수정 원칙 기준에 근거하여 인과관계가 없는 내생잠재변수의 구조오차 간의 경로를 추가하는 방식으로 이뤄졌다(우중필, 2012). 구체적으로, 먼저 타인에게서 받는 자비불안의 구조오차(d2)와 자기자비불안의 구조오차(d3)(M.I.=136.196)간의 경로를 설정한 뒤에, 정서적 반응의 구조오차(d4)와 정서적 단절의 구조오차(d5)(M.I.=128.629)간의 경로를 설정하였다. 수정모형의 검증 결과, 모형의 적합도는 $\chi^2(206, N=400)=845.613(p<.001)$, CFI=.930, NFI=.910, TLI=.914, SRMR=.074, RMSEA=.088(90% CI=

.082-.094)로 나타났다. 이 결과는 CFI, NFI, TLI가 .9 이상이고 SRMR이 .074으로 .08보다 작아 일반적인 모형 수용기준의 조건을 충족하였으며, RMSEA가 .088로 .10보다 작아 적절한 수준의 적합도(Browne & Cudeck, 1993: 홍세희, 2000에서 재인용)인 것으로 나타났기 때문에 모형의 적합도는 대체로 양호한 수준으로 확인되었다. 따라서 수정모형을 최종 연구모형으로 결정하였다. 두 모형의 적합도 수치는 표 3에서도 확인이 가능하다.

최종 연구모형에서 앞에서 제시한 가설을 기준으로 경로계수를 살펴보면, 애착불안→대인관계문제($\beta=.300, p<.001$)의 직접효과는 통계적으로 유의미하였으나, 애착회피→대인관계문제의 직접효과는 유의미하지 않았다. 따라서 본 연구의 첫 번째 연구가설은 부분적으로 지지되었다. 다음으로 성인애착에서 자비불안으로 향하는 모든 경로의 직접효과가 통계적으로 유의미하였으므로 두 번째 연구가설이 지지되었다. 구체적으로, 애착불안→타인을 향한 자비불안($\beta=.326, p<.001$), 애착불안→타인에게서 받는 자비불안($\beta=.655, p<.001$), 애착회피→자기자비불안($\beta=.594, p<.001$), 애착회피→타인을 향한 자비불안($\beta=.257, p<.001$), 애착회피→타인에게서 받는 자비불안($\beta=.302, p<.001$), 애착회피→자기자비불안($\beta=.110, p<.05$)이다. 성인애착과 정서조절의 경로에서 애착불안→정서적 반응($\beta=.362, p<.001$)의 직접효과

표 3. 연구모형 및 수정모형의 모형 적합도(N=400)

model	$\chi^2(df)$	CFI	NFI	TLI	SRMR	RMSEA
연구모형	1165.500(208)	.895	.875	.872	.092	.107 (90% CI=.101 - .113)
수정모형	845.613(206)	.930	.910	.914	.074	.088 (90% CI=.082 - .094)

표 4. 팬텀변수(phantom variable)를 통한 개별간접효과 검증

독립	경로			효과분석							
				간접효과		직접효과		총효과			
				B (95% 신뢰구간)	β	B (95% 신뢰구간)	β	B (95% 신뢰구간)	β		
애착불안	타인을 향한 자비불안	정서적 단절	대인관계문제 (부분)	.019 (.005 - .051)	.023						
			대인관계문제 (부분)	.149 (.036 - .327)						.251 (.132- .402)	.300
	자기 자비불안		대인관계문제 (부분)	.093 (.022 - .170)	.110						
	자기 자비불안	정서적 단절	대인관계문제 (부분)	.037 (.002 - .126)	.044						
애착회피	타인을 향한 자비불안	정서적 단절	대인관계문제 (완전)	.092 (.023 - .228)	.087						
			대인관계문제 (완전)	.019 (.004 - .058)						.018	.013 (-.116- .131)
	타인에게서 받는 자비불안		정서적 단절	대인관계문제 (완전)	.087 (.022 - .191)					.082	
	자기 자비불안		대인관계문제 (완전)	.022 (.002 - .060)	.020						

계하였고, 애착회피는 자기자비불안을 완전매개하여 대인관계문제와 관계하였다. 한편, 타인을 향한 자비불안과 타인에게서 받는 자비불안의 간접효과는 통계적으로 유의미하지 않았다. 따라서 본 연구의 일곱 번째 연구가설은 부분적으로 지지되었다. 다음으로, 애착불안과 대인관계문제의 관계에서 정서적 반응의 간접효과는 통계적으로 유의미하지 않았다. 따라서 여덟 번째 연구가설은 지지되지 않았다. 이에 비해 애착회피는 정서적 단절을 완전매개하여 대인관계문제와 관계하고 있었다.

따라서 아홉 번째 연구가설은 부분적으로 지지되었다. 한편, 애착불안과 대인관계문제의 관계에서 타인을 향한 자비불안/타인에게서 받는 자비불안/자기자비불안과 정서적 단절이 이중으로 부분매개 하는 것으로 나타났는데, 이는 애착불안이 정서적 반응을 통해 이중으로 부분매개할 것으로 설정한 열 번째 연구가설을 지지하지 않는 결과이다. 이에 비해 애착회피와 대인관계문제의 관계에서 타인을 향한 자비불안/타인에게서 받는 자비불안/자기자비불안과 정서적 단절이 이중으로 완전매개

하는 것으로 나타났는데, 이는 열한 번째 연구가설을 부분적으로 지지하는 결과이다.

논 의

본 연구의 목적은 불안정한 성인애착과 대인관계문제의 관계에서 세 가지 유형의 자비불안(타인을 향한 자비불안, 타인에게서 받는 자비불안, 자기자비불안)과 불안정한 성인애착의 이차적인 정서 조절 전략인 정서적 반응과 정서적 단절의 매개효과를 확인하고, 상담의 현장에서 상담자가 대인관계의 어려움을 호소하는 내담자를 이해하고 관계를 맺는 데에 도움이 되는 연구결과를 제공함에 있다. 본 연구의 주요한 연구결과는 다음과 같다.

첫째, 성인애착과 자비불안 간의 직접효과를 살펴보면, 애착불안과 애착회피 모두가 3가지 유형의 자비불안과 통계적으로 유의미한 직접효과를 나타냈으며, 특히 타인에게서 받는 자비불안과의 직접효과가 상대적으로 더 컸다. 따라서 본 연구에 참가한 한국의 성인들은 애착이 불안정할수록 자비불안을 더 크게 느낄 수 있으며, 특히 타인에게서 자비가 전해질 때에 부적 정서를 더 강하게 느낄 수 있다고 볼 수 있겠다. 애착이 불안정한 사람은 타인과의 자비로운 상호작용과 같은 긍정적인 자극에서 과거 애착경험에서 기인한 불안이나 두려움과 같은 부적 정서가 활성화되기 때문에 자비 정서에 취약할 수 있으며(Gilbert et al., 2011), 이로 인해 타인과 도움을 주고받는 것을 어려워할 수 있다(Fraley & Davis, 1997; Lawson & Brossart, 2009; Simpson et al., 1992). 한편 애착불안과 3가지 유형의 자비불안과의 직접효과는 애착회피에 비해 상대적

으로 큰 것으로 나타났다. 구체적으로 애착불안에서 자기자비불안으로 향하는 직접효과($\beta = .594, p < .001$)가 가장 컸으며, 애착회피에서 자기자비불안으로 향하는 직접효과($\beta = .110, p < .05$)가 가장 작았다. 따라서 애착불안 차원이 높은 성인은 상대적으로 애착회피의 성인에 비해 타인 또는 자기 자신과의 자비로운 상호작용에서 더 큰 불안과 두려움을 경험할 수 있으며, 특히 자기자비정서에 더 취약할 수 있겠다.

둘째, 애착불안과 대인관계문제의 관계에서 정서적 반응은 본 연구에서 가정한 것과는 달리 매개변인으로서의 역할을 하지 못 하였으며, 애착회피는 본 연구에서 부분적으로 가정한 것처럼 정서적 단절을 완전매개하여 대인관계 문제에 정적인 영향을 미쳤다. 이와 관련하여 본 연구의 상관분석에서 애착불안은 대인관계문제의 하위요인 중에서 사회적 억제($r = .61$)와 과관여($r = .60$)와 상대적으로 높은 상관을 보였으며 애착회피는 냉담($r = .58$)과 사회적 억제($r = .55$)와의 상관이 상대적으로 높게 나타났다. 이를 볼 때 본 연구 참여자들은 애착불안이 높을수록 타인의 삶에 지나치게 관여하려 하면서도 사람들과 적극적으로 관계를 맺지 못하는 양가적인 관계패턴을 더 많이 보일 수 있으며 애착회피가 높을수록 정서 접촉을 회피하고 표현을 억제하여 사람들로부터 거리를 두려는 수동적인 관계패턴을 더 많이 보일 수 있음을 짐작해 볼 수 있겠다. 애착불안과 정서 조절 전략과의 관계에 대해서는 서로 다른 입장에서의 연구결과가 존재한다. 애착불안이 정서적 반응 전략을 취한다는 입장(안하안, 서영석, 2010; Wei et al., 2005)과 애착불안이 정서적 단절 또는 정서표현 억제 전략과 관련이 있다는 입장이다(곽현선, 2012; 김희경, 심혜숙,

이동훈, 2012). 본 연구에서는 애착불안이 3가지 유형의 자비불안과 정서적 단절을 매개로 대인관계문제와 관계하는 것을 볼 때, 애착불안이 정서 표현의 욕구만큼이나 정서를 억제하는 정서적 양가성의 특성을 보일 수 있으며 이러한 특성이 정서 조절 전략에도 영향을 미칠 수 있겠다(김정문, 2010; 차정은, 2016).

셋째, 타인을 향한 자비불안과 타인에게서 받는 자비불안이 불안정한 성인애착과 대인관계문제의 관계에서 정서적 단절을 이중매개로 대인관계문제에 영향을 미친 것과는 다르게 자기자비불안은 단독으로도 불안정한 성인애착과 대인관계문제를 매개하였다. 구체적으로 애착불안은 자기자비불안을 부분매개하여 대인관계문제와 관계하였으며, 애착회피는 자기자비불안을 완전매개하여 대인관계문제와 관계하였다. 이와 관련하여 본 연구의 상관분석에서 자기자비불안은 대인관계문제의 하위요인 중에서 자기중심성($r=.62$), 냉담($r=.60$)과 상대적으로 높은 상관을 보였다. 자기자비불안은 타인의 비난에 취약해지지 않기 위해 스스로를 비난하고 부정적으로 바라보는 심리적 방어기제가 스스로를 자비롭게 여김으로써 무너질 수 있음에서 오는 두려움으로 이해할 수 있으며(Joeng & Turner, 2015), 불안정한 애착 패턴(Gilbert et al., 2011), 우울 또는 만성 정신질환과 관련이 있다(Gilbert & Procter, 2006; Pauley & McPherson, 2010). 따라서 애착이 불안정한 사람일수록 자기 자신과의 자비로운 상호작용에서 불안과 두려움을 더 크게 느낄 수 있으며 이 때 활성화되는 부적 정서 자체가 대인관계에서의 어려움을 더 크게 경험하도록 만들 수 있겠다.

연구결과의 의의

대인관계문제와 관련하는 다양한 변인들 가운데 본 연구에서 제시한 변인들을 중심으로 상담 실제적인 측면에서 연구의 의의를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 애착불안과 애착회피 차원, 타인을 향한 자비불안, 타인에게서 받는 자비불안, 자기자비불안, 정서적 반응과 정서적 단절, 그리고 대인관계문제와의 구조적 관계에서 이 변인들이 다양한 경로를 통해 서로 영향을 주고받을 수 있음을 살펴보았다. 따라서 대인관계문제를 호소하는 성인 내담자들을 상담할 때에는 불안정한 애착 패턴, 타인과 자기 자신과의 관계에서 활성화되는 자비불안과 이를 조절하기 위해 주로 취하는 전략 등을 염두에 두고 내담자를 통합적으로 이해할 필요가 있겠다. 그리고 본 연구에서 밝힌 변인들 간의 유의미한 경로들이 내담자와 상담목표를 합의하고 상담전략을 수립하기 위한 근거자료로 활용되기를 기대한다.

둘째, 성인애착이 불안정할수록 자비불안 정서 또한 더욱 취약할 수 있음을 확인하였다. 본 연구에서 밝혀진 바와 같이 불안정한 애착의 성인들은 타인과의 자비로운 상호작용 중에서도 특히 도움을 받으려 할 때 좀 더 높은 수준의 자비불안을 경험하는 것으로 나타났으며, 타인에게서 받는 자비불안은 냉담($r=.70$), 사회적 억제($r=.69$), 자기중심성($r=.69$)과 같은 대인관계문제와 높은 상관을 보였다. 이를 상담 장면과 연결지어 생각해보면, 내담자의 타인에 대한 왜곡되고 부정적인 인식은 상담자와 주고받는 자비로운 관계경험을 있는 그대로 받아들이는 것을 어렵게 만드는 다양한 요인 중 하나가 될 수 있다(Chen & Mallinckrodt,

2002). 또한 상담자-내담자 관계에서 활성화되는 자비불안 정서는 상담효과를 예측할 수 있는 중요한 요인인 상담자와의 우호적인 작업동맹을 공고히 맺지 못 하는 문제에 영향을 미칠 수 있겠다(Eubanks-Carter et al., 2010; Muran, Segal, Samstag, & Crawford, 1994). 따라서 상담자는 불안정한 성인애착의 내담자일수록 자비로운 관계 경험에 좀 더 취약할 수 있음을 이해하고 지금-여기에서 실현되는 상담자-내담자와의 관계를 다룰 필요가 있겠다.

셋째, 대인관계문제를 호소하는 내담자가 자비를 주고받는 관계에서 불안을 느낄 때 익숙하게 취하는 정서 조절 전략을 탐색하고 이를 수정하도록 돕는 상담적 접근이 내담자의 호소 문제를 해결하는 여러 경로 중 하나가 될 수 있음을 확인하였다. 본 연구결과에서 성인애착이 불안정한 사람일수록 다른 사람들과 도움을 주고받거나 스스로를 자비롭고자 할 때 불안을 더 크게 느낄 수 있으며, 이를 조절하기 위해 주로 정서를 인식하는 것을 회피하고 정서 표현을 억제하며 사람들과 거리를 두는 과소/비활성화 전략을 취하고, 대인관계의 다양한 측면에서의 어려움을 경험하는 것으로 나타났다. 심리적 안녕감을 키우기 위해서는 정서를 명확하게 인식함과 동시에 인식한 정서를 억제하지 않고 긍정적으로 표현하는 것이 중요하다(김정문, 2010). 따라서 상담자는 안전한 상담자-내담자 관계 속에서 내담자가 자신의 정서를 더욱 선명하게 알아가고, 타인이 받아들일 수 있는 수준으로 정서를 적절하게 표현해 보고, 필요할 때 도움을 주고받는 행위를 촉진하는 정서 조절 전략을 실험해 보고 일상에서 훈습해 봄으로써 관계 내에서의 정서적 경험에 유연하게 대처할 수 있도록 도울 필요가 있겠다.

넷째, 불안정한 성인애착의 사람일수록 자기자비 정서에 취약할 수 있고, 이는 대인관계문제에도 부정적인 영향을 미칠 수 있음을 확인하였다. 본 연구에서 애착불안은 자기자비불안을 부분매개하여 대인관계문제에 영향을 미쳤으며, 애착회피는 자기자비불안을 완전매개하여 대인관계문제와 관계하였다. 이를 볼 때, 대인관계에 어려움이 있는 내담자가 자기비난과 자기혐오적인 특성을 보일 때에 불안정한 성인애착 시스템에서 촉발되는 자기자비불안 정서가 활성화되었을 가능성을 염두하여 내담자를 이해해 보는 시도가 도움이 될 수 있겠다. 그리고 상담 장면에서 상담자는 내담자가 스스로를 자비롭게 여기려고 할 때마다 활성화되는 부적 정서를 충분히 정서적으로 체험을 할 수 있도록 함과 동시에 자기자비불안의 영향으로 인해 스스로를 얼마나 괴롭히고 있는지를 자각하고 변화하고자 하는 의지를 가질 수 있도록 돕는 것이 중요할 수 있겠다.

연구의 제한점 및 제언

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 국내에 거주하는 20~50대 성인 남녀를 대상으로 하였으며, 평균연령은 만 40.67세이다. 그렇기 때문에 본 연구의 결과는 대학상담 또는 청소년상담과 같이 특정 연령층에 특화된 상담 현장에 그대로 적용하기에는 한계가 있겠다. 따라서 특정 연령대에 속하는 사람들을 대상으로 하는 후속연구가 진행될 필요가 있겠다.

둘째, 본 연구는 애착의 이차적인 정서 조절 전략인 과잉활성화 전략과 과소/비활성화 전략을 중심으로 성인애착과 대인관계문제와

의 관계에서의 자비불안과 정서 조절의 이중 매개효과를 확인하였다. 연구 결과는 선행연구와 본 연구의 가정과는 다르게 과소/비활성화 전략인 정서적 단절만이 불안정한 성인애착과 자비불안, 그리고 대인관계문제의 관계를 매개하는 것으로 나타났다. 또한 애착불안은 사회적 억제와 과관여와 같이 다른 사람에게 가까이 다가가려 하면서도 철수하는 서로 양가적인 특징이 있는 대인관계문제 하위변인들과 높은 상관을 보였다. 따라서 후속연구에서는 정서 조절과 관련하여 정서인식 명확성 또는 정서표현 양가성과 같은 변인을 추가, 또는 대체하여 연구를 실시할 필요가 있겠다.

셋째, 본 연구에서 설정한 측정변인들 간의 상관관계수 중 일부는 측정모형의 타당성 검증시에 문제가 되는 수준까지는 아니었으나 높은 수준으로 나타나 변인들 간의 공분산으로 인한 억제효과가 나타날 가능성이 있겠다. 또한 구조모형 검증에서 최초 연구모형의 적합도가 양호하지 않은 수준으로 나타남에 따라 수정지수를 활용한 수정모형을 최종 연구모형으로 설정하여 연구결과를 도출하였다. 따라서 본 연구모형을 보다 단일한 모형으로 분리함으로써 변인들 간의 관계의 방향과 강도를 좀 더 분명하게 확인하는 후속연구가 필요할 수 있겠다.

넷째, 본 연구는 대인관계문제를 하나의 잠재변인으로 설정하여 연구모형을 구성하다 보니, 애착불안과 애착회피가 자비불안과 정서 조절을 매개로 하여 어떠한 유형의 대인관계문제와 관계하는지에 대한 결과는 획득하지 못하였다. 따라서 앞으로 후속연구를 통해 불안정한 성인애착과 3가지 유형의 자비불안이 어떠한 특징이 있는 대인관계문제와 관계하는 지가 확인이 된다면 상담 현장에서 내담자의

관계적 어려움을 이해하는 데에 더 큰 도움을 받을 수 있으리라고 기대한다.

다섯째, 본 연구는 자기 보고식 설문 방식을 채택하여 연구 대상자의 주관적인 지각을 바탕으로 하는 연구결과를 도출하였다. 그러다 보니 연구대상자가 경험하는 대인관계문제가 현실관계의 상대방에게도 동일하게 지각이 되는지에 대한 판단을 내리기에는 한계가 있었다. Horowitz 등(1993)에 따르면 불안 차원이 높은 집착형의 성인들은 대인관계문제와 관련하여 자기 보고와 친구 보고 간에 여러 불일치가 존재하였는데, 자기보고에서는 친애 차원의 대인관계문제를 많이 보고한 것과 다르게 친구보고에서는 적대적인 측면의 대인관계문제를 지적하였다. 따라서 후속 연구에서는 연구 대상자의 친구 또는 연인/배우자도 함께 연구에 참여하도록 설계를 하여 좀 더 객관적이고 다양한 관점이 접목된 연구결과를 도출하는 것도 의미가 있겠다.

참고문헌

- 곽현선 (2012). 대학생의 우울과 전문적 도움추구관계에서 애착 및 정서표현억제의 매개효과. 경기대학교 대학원 석사학위논문.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확장적 요인분석과 문항 반응이론을 중심으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영환, 진유경, 조용래, 권정혜, 홍상환, 박은영 (2002). 한국형 대인관계문제검사의 타당화. 한국심리학회지: 임상, 21(2), 391-411.
- 김은화 (2011). 성인기 애착의 불안-회피 차원에

- 따른 대인관계문제: 스트레스 대처 양식의 매개효과 검증. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정문 (2010). 불안정 애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 자동적 사고, 정서인식, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식의 매개효과를 중심으로. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 김효창 (2013). 혼자서 완성하는 통계분석. 서울: 학지사.
- 김희경, 심혜숙, 이동훈 (2012). 대학생의 성인애착이 이성관계만족도에 미치는 영향: 정서인식 명확성과 정서표현억제의 매개효과. 한국계슈탈트상담연구, 2(2), 1-21.
- 배병렬 (2015). 조절효과 및 매개효과분석. 서울: 청람.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(4), 1147-1168.
- 안하얀 (2010). 성인애착과 심리적 디스트레스, 대인관계문제 간의 관계: 피드백에 대한 반응, 정서적 대처, 사회적 지지 추구의 매개효과 검증. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 안하얀, 서영석 (2010). 성인애착, 심리적 디스트레스, 대인관계문제. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 575-603.
- 우종필 (2012). 우종필 교수의 구조방정식모델 개념과 이해. 서울: 한나레아카데미.
- 윤희경, 윤희식 (2013). 성인애착이 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향: 거부민감성의 매개효과. 사회과학논총, 16, 75-100.
- 이동욱 (2015). 대학생의 성인애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 정서조절곤란의 매개효과. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 이은지, 서영석 (2014). 불안전 성인애착(애착불안, 애착회피)과 대인관계문제 및 심리적 디스트레스의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(2), 413-441.
- 이은진, 이나령, 이지연 (2015). 대학생의 성인애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 공격 자의식, 우울취약성, 정서적 단절의 매개효과. 사회과학연구, 39(2), 207-242.
- 이정희, 심혜숙 (2007). 성인애착이 대인관계에 미치는 영향에 관한 공변량 구조분석. 상담학연구, 8(3), 899-915.
- 임윤선 (2013). 성인애착이 대인관계 능력에 미치는 영향: 존재감과 자기자비의 매개효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정주리, 김은영, 최승애, 이유정, 김정기 (2015). 한국판 자비불안 척도들의 타당화 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 27(4), 881-903.
- 조은경 (2001). 기혼남녀의 자아분화 수준과 갈등 대처 행동 및 결혼 적응에 관한 연구. 전북대학교 대학원 석사학위논문.
- 차정은 (2016). 대학생의 성인애착이 대인관계에 미치는 영향: 정서조절과 정서표현에 대한 부정적 신념의 매개효과. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 하문선, 김지현 (2013). 초기 여자청소년의 신체적 매력없음에 대한 두려움과 우울의 관계: 신체만족과 의존성을 매개로. 아시아교육연구, 14(3), 345-368.
- 허인아, 이민규 (2017). 성인애착의 불안-회피 차원에 따른 대인관계문제: 내면화된 수치심과 정서표현 양가성의 매개효과. 한국심리학회지: 발달, 30(4), 71-91.
- 홍상황, 박은영, 김영환, 권정혜, 조용래, 진유경 (2002). 한국형 대인관계문제검사 원형

- 척도의 단축형(KIIP-SC) 구성. *한국심리학회지: 임상*, 21(4), 923-940.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.
- 황윤정 (2016). 성인애착과 대인관계능력의 관계에서 자기자비의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- Ainsworth, B. E., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Aronoff, J., Stollak, G. E., & Woike, B. A. (1994). Affect regulation and the breadth of interpersonal engagement. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(1), 105-114.
- Bollen, K. A., & Stine, R. A. (1992). Bootstrapping goodness-of-fit measures in structural equation models. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 205-229.
- Bowlby J. (2014). *존 볼비의 안전기지* (김수임, 강예리, 강민철 역). 서울: 학지사. (원전은 1988년에 출판)
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment Theory and Close Relationships* (pp. 46-76). New York: Guilford Press.
- Bretherton, I. (1985). Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1), 3-35.
- Cassidy, J. (2000). Adult romantic attachments: A developmental perspective on individual differences. *Review of General Psychology*, 4(2), 111-131.
- Chen, E. C., & Mallinckrodt, B. (2002). Attachment, group attraction and self-other agreement in interpersonal circumplex problems and perceptions of group members. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice*, 6(4), 311-324.
- Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviors. *Psychological Bulletin*, 101(1), 91-119.
- Eubanks-Carter, C., Burckell, L. A., & Goldfried, M. R. (2010). Clinical consensus strategies for interpersonal problems between young adults and their parents. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 78(2), 212-224.
- Finney, S. J., & DiStefano, C. (2006). Non-normal and categorical data in structural equation modeling. In G. R. Hancock & R. O. Mueller (Eds.), *Structural Equation Modeling: a Second Course* (pp. 269-314). Greenwich, CT: Information Age Publishing.
- Fraley, R. C., & Davis, K. E. (1997). Attachment formation and transfer in young adults' close friendships and romantic relationships. *Personal Relationships*, 4(2), 131-144.
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*,

- 78(2), 350-365.
- Gilbert, P., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13(6), 353-379.
- Gilbert, P., McEwan, K., Matos, M., & Rivas, A. (2011). Fear of compassion: Development of three self-report measures. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 84(3), 239-255.
- Gillath, O., Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2005). An attachment-theoretical approach to compassion and altruism. In P. Gilbert (Ed.), *Compassion: Conceptualisations, Research and Use in Psychotherapy* (pp. 121-147). London: Routledge.
- Goetz, J. L., Keltner, D., & Simon-Thomas, E. (2010). Compassion: An evolutionary analysis and empirical review. *Psychological Bulletin*, 136(3), 351-374.
- Grossmann, K. E., & Grossmann, K. (1991). Attachment quality as an organizer of emotional and behavioral responses in a longitudinal perspective. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde & P. Marris (Eds.), *Attachment across the Life Cycle* (pp. 93-114). New York: Tavistock/Routledge.
- Gurtman, M. B., & Lee, D. L. (2009). Sex differences in interpersonal problems: A circumplex analysis. *Psychological Assessment*, 21(4), 515-527.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Hoffman, M. L. (1981). Is altruism part of human nature? *Journal of Personality and Social Psychology*, 40(1), 121-137.
- Holmes J. (2005). *존 볼비와 애착이론* (이경숙 역). 서울: 학지사. (원전은 1993년에 출판).
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., & Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61(4), 549-560.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., Baer, B. A., Ureño, G., & Villaseñor, V. S. (1988). Inventory of interpersonal problems: Psychometric properties and clinical applications. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 885-892.
- Joeng, J. R., & Turner, S. L. (2015). Mediators between self-criticism and depression: Fear of compassion, self-compassion, and importance to others. *Journal of Counseling Psychology*, 62(3), 453-463.
- Kobak, R. R., & Hazan, C. (1991). Attachment in marriage: Effects of security and accuracy of working models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60(6), 861-869.
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, 59(1), 135-146.
- Lawson, D. M. (2008). Attachment, interpersonal problems, and family of origin functioning: Differences between partner violent and nonpartner violent men. *Psychology of Men & Masculinity*, 9(2), 90-105.

- Lawson, D. M., & Brossart, D. F. (2009). Attachment, interpersonal problems, and treatment outcome in group therapy for intimate partner violence. *Psychology of Men & Masculinity, 10*(4), 288-301.
- Main, M. (1991). Metacognitive knowledge, metacognitive monitoring, and singular (coherent) vs. multiple (incoherent) models of attachment. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde & P. Marris (Eds.), *Attachment across the Life Cycle* (pp. 127-159). New York: Tavistock/Routledge.
- Main, M., & Cassidy, J. (1988). Categories of response to reunion with the parent at age 6: Predictable from infant attachment classifications and stable over a 1-month period. *Developmental Psychology, 24*(3), 415-426.
- Main, M., & Goldwyn, R. (1984). Predicting rejection of her infant from mother's representation of her own experience: Implications for the abused-abuser intergenerational cycle. *International Journal of Child Abuse and Neglect, 8*(2), 203-217.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 50*(1-2), 66-104.
- Mikulincer, M. (1998). Adult attachment style and affect regulation: Strategic variations in self-appraisals. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*(2), 420-435.
- Mikulincer, M., & Nachshon, O. (1991). Attachment styles and patterns of self disclosure. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*(2), 321-331.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Tolmacz, R. (1990). Attachment styles and fear of personal death: A case study of affect regulation. *Journal of Personality and Social Psychology, 58*(2), 273-280.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion, 27*(2), 77-102.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., Gillath, O., & Nitzberg, R. A. (2005). Attachment, care-giving, and altruism: Boosting attachment security increases compassion and helping. *Journal of Personality and Social Psychology, 89*(5), 817-839.
- Muran, J. C., Segal, Z. V., Samstag, L. W., & Crawford, C. E. (1994). Patient pretreatment interpersonal problems and therapeutic alliance in short-term cognitive therapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 62*(1), 185-190.
- Pauley, G., & McPherson, S. (2010). The experience and meaning of compassion and self-compassion for individuals with depression or anxiety. *Psychology & Psychotherapy: Theory, Research & Practice, 83*(2), 129-143.
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others? *Review of General Psychology, 4*(2), 155-175.
- Pincus, A. L., Dickinson, K. A., Schut, A. J., Castonguay, L. G., & Bedics, J. (1999). Integrating interpersonal assessment and adult

- attachment using SASB. *European Journal of Psychological Assessment*, 15(3), 206-220.
- Raque-Bogdan, T., Ericson, S. K., Jackson, J., Martin, H. M., & Bryan, N. A. (2011). Attachment and mental and physical health: Self-compassion and mattering as mediators. *Journal of Counseling Psychology*, 58(2), 272-278.
- Rockliff, H., Gilbert, P., McEwan, K., Lightman, S., & Glover, D. (2008). A pilot exploration of heart rate variability and salivary cortisol responses to compassion-focused imagery. *Clinical Neuropsychiatry: Journal of Treatment Evaluation*, 5(3), 132-139.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 45(1), 18-29.
- Simpson, J. A., Rholes, W. S., & Nelligan, J. S. (1992). Support seeking and support giving within couples in an anxiety-provoking situation: The role of attachment styles. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(3), 434-446.
- Skowron, E. A., & Friedlander, M. L. (1998). The differentiation of self inventory: Development and initial validation. *Journal of Counseling Psychology*, 45(3), 235-246.
- Sroufe, L. A. (1983). Infant-caregiver attachment and patterns of adaptation in preschool: The roots of maladaptation. In M. Perlmutter (Ed.), *Minnesota Symposia on Child Psychology* (Vol. 16, pp. 41-83). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Wallin, D. J. (2010). 애착과 심리치료 (김진숙, 이지연, 윤숙경 역). 서울: 학지사. (원서는 2007년에 출판).
- Waters, E., Merrick, S., Treboux, D., Crowell, J., & Albersheim, L. (2000). Attachment security in infancy and early adulthood: A twenty year longitudinal study. *Child Development*, 71(3), 684-689.
- Wei, M., Liao, K. Y., Ku, T. Y., & Shaffer, P. A. (2011). Attachment, self-compassion, empathy, and subjective well-being among college students and community adults. *Journal of Personality*, 79(1), 191-221.
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T., & 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(1), 14-24.

원 고 접 수 일 : 2018. 02. 05

수정원고접수일 : 2018. 06. 25

게 재 결 정 일 : 2018. 09. 06

The Mediating Effect of Fear of Compassion and Affect Regulation between Adult Attachment and Interpersonal Problems

Ae Jin BAE

Hae Won SHIM

Korea Counseling Graduate University

The purpose of this study was to examine the mediating effects of fear of compassion and emotional regulation in the relationship between adult attachment and interpersonal relationships. For this, an online survey targeting 400 adults in their 20s to 50s living in Korea was conducted, and data were analyzed using structural equation modeling. First, the direct effect of the paths from adult attachment (attachment anxiety, attachment avoidance) to fear of compassion (fear of compassion toward others, fear of compassion from others, fear of self-compassion) was statistically significant. Second, the double mediating effect of fear of compassion and emotional cutoff between adult attachment and interpersonal relationships was statistically significant, while the mediating effect of emotional reactivity was not. Third, attachment anxiety partly mediated fear of self-attachment and influenced interpersonal relationships, and attachment avoidance fully mediated the relationship between fear of self-attachment and interpersonal relationships.

Key words : adult attachment, interpersonal problems, fear of compassion, affect regulation