

성인애착과 비자살적 자해의 관계: 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과*

이 인 숙

아주대학교 심리학과 / 학생

신 희 천†

아주대학교 심리학과 / 교수

본 연구는 성인애착이 비자살적 자해(NSSI)에 미치는 영향에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과를 확인하고자 하였다. 이를 위해 만18세 이상 30세 미만의 성인 269명을 대상으로 친밀관계 경험검사 개정판, 인지적 정서조절 전략척도, 자해척도로 구성된 자기보고식 설문지를 실시하였고, 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 상관분석 결과 경도 NSSI집단(201명)에서는 애착불안, 부적응적 인지적 정서조절 전략, 경도 자해빈도 간 정적 상관이 유의미하였고, 애착회피는 주요변인과 상관을 보이지 않았다. 중등도/중증도 NSSI집단(68명)에서는 애착회피, 부적응적 인지적 정서조절 전략, 중등도/중증도 자해빈도 간 정적 상관이 유의미하였고, 애착불안은 부적응적 인지적 정서조절 전략과만 정적 상관을 보였다. 둘째, 경도 NSSI 집단의 애착불안이 경도 자해빈도에 미치는 영향에서 부적응적 인지적 정서조절 전략이 부분 매개하는 것으로 나타났다. 또한 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위 유형이 각각 애착불안과 NSSI를 매개하는지 살펴보고, 그 결과 '반추'의 부분매개효과를 확인하였다. 셋째, 중등도/중증도 NSSI집단의 애착회피와 중등도/중증도 자해빈도에 미치는 영향에서 '자기비난'의 부분매개효과를 확인하였다. 연구 결과를 바탕으로 본 연구의 의의와 제한점 및 후속연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 비자살적 자해, 성인애착, 부적응적 인지적 정서조절 전략, 경도 자해, 중등도/중증도 자해

* 본 연구는 이인숙(2019)의 아주대학교 석사학위논문 '성인애착과 비자살적 자해의 관계: 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과' 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 신희천, 아주대학교 심리학과, 경기도 수원시 영통구 월드컵로 206

Tel : 031-219-2747, E-mail : hcshin@ajou.ac.kr

최근 소셜 네트워크(SNS)에서 ‘자해 인증’이 청소년들 사이에서 유행하고 있다. 2018년 12월 기준으로 인스타그램에서 해시태그로 자해를 검색하면 약 4만 7000건의 자해 사진이 표시되었으며(딜라이트닷컴, 2018. 12. 04), 지속적으로 인스타그램의 자해 관련 이미지에 노출된 14세 소녀가 2017년 자살하는 사건이 발생하면서 인스타그램 CEO는 인스타그램 내 자해와 관련된 모든 이미지를 삭제하겠다고 밝혔다(YTN, 2019. 02. 08). 소셜 네트워크상에서 이러한 자해 사진의 특징은 그 사진을 올린 사람이 자살의 의도가 없다는 점이다. 이러한 자살의도가 없는 자해를 ‘비자살적 자해(Non-Suicidal Self-Injury: NSSI)’로 정의한다. ‘비자살적 자해(Non-Suicidal Self-Injury: NSSI)’는 자살하려는 의도 없이 자신의 신체에 직접적으로 손상을 입히는 행위를 말한다(Favazza, 1998). 미국정신의학회(American Psychiatric Association; APA)의 정신장애 진단 및 통계편람(DSM-5)에서는 비자살적 자해를 추가 연구가 필요한 진단적 상태로 분류하였으며, ‘지난 1년 동안 5일 이상 고의적으로 신체 표면에 출혈, 상처, 고통을 유발하는 행동을 스스로 가하며, 이는 경도 또는 중등도의 신체적 손상을 유발할 수 있는 자해 행동을 하려는 의도에 의한 것, 즉 자살 의도가 없는 것’의 진단 기준을 제시하고 있다.

비자살적 자해에 주목하는 이유는 자해와 자살이 질적으로 다른 형태와 기능을 가지고 있다고 보았기 때문이다. 자살의도가 있는 자해, 즉, 자살시도는 단번에 치명적인 해를 입히지만 비자살적 자해는 다수의 방법을 사용하여 만성적으로 드러나게 된다는 반복성에서 차이가 있으며(이동귀, 함경배, 배병훈, 2016; Favazza, 1998), 자살시도는 삶에 대한 무망감이

나 심한 우울이 핵심감정이 되며 문제해결 능력이 현저히 떨어지고, 비자살적 자해는 부적응적 방법이지만 자해를 통해 심리적인 어려움을 개선시키고자 하며 자살시도에 비해 삶에 대한 희망이 있고, 감정에 대한 어느 정도의 조절감이 있다(Muehlenkamp & Kerr, 2010). 그러나 자해 행동은 자살 사고, 자살 시도와 관련이 있으며(Asarnow et al., 2011; Guan, Fox & Prinstein, 2012; Klonsky & Glenn, 2009), 자살의 디딤돌의 역할을 할 수 있다고 나타났기에(Bryan, Rudd, Wetenberger, Young-McCaughon & Peterson, 2015) 비자살적 자해가 반복적, 만성적으로 이루어지게 된다면 자살과 같은 자기희생적 행동으로 발전될 가능성이 클 수 있다(Grandclerc, Labrouhe, Spodenkiewicz, Lachal, & Moro, 2016). 또한 비임상 집단의 자해 양상은 임상집단과 달리 은밀하여 잘 드러나지 않는 특성이 있고(정구경, 2015), 다른 정신 병리(예: 경계선 성격장애, 섭식장애, 충동조절장애)의 동반 증후군으로만 고려되어 왔기 때문에 비임상 집단의 자해를 설명하는 심리적인 기제에 대한 연구는 충분히 이루어지지 못하였다(Nock, 2009). 중앙자살예방센터의 2019 자살예방백서에 따르면, 20대의 자해·자살 시도자의 비율이 2014년부터 지속적으로 증가하여 2017년에는 21.0%로 전 연령대 중 가장 높게 나타났다. 또한, 한국청소년 상담복지개발원에서는 2018년 자해 청소년 상담 지원 건수가 2만 7676건으로 전년(8352건)보다 3배 이상 높아졌다고 밝혀 초기성인기에서의 자해의 위험성이 심각함을 알 수 있다. 자해를 시작하는 연령은 보통 13세 전후로 보고되며(이동귀 등, 2016; Fortune & Hawton, 2005; Klonsky & Muehlenkamp, 2007), 수년 간 지속될 수 있고(APA, 2013), 18-25세에 가장 높은 위험을 보인

다(Rodham & Hawton, 2009). 따라서 본 연구에서는 비임상 집단의 초기성인기를 대상으로 연구를 진행하고자 한다.

비자살적 자해의 선행연구가 진행되면서 원적 위험요인으로 높은 정서, 인지적 반응성에 대한 유전적인 성향, 아동기의 외상 경험, 비판적인 가족 환경, 불안정 애착 등이 제시되었다(강남호, 2017; 구훈정, 우성범, 이종선, 2015; 구훈정, 조현주, 이종선, 2014; 김수진, 2017; 이동귀 등, 2016; D'Onofrio et al., 2007; Gratz, Roemer, 2008; Levesque, Lafontaine & Bureau, 2017; Nock, 2009; Tatnell, Hasking & Newman, 2018; Tatnell, Hasking, Newman, Taffe & Martin, 2016). Linehan(1993)은 비수인적 환경이라는 개념을 사용하여 자해와 자살을 포함하는 유사자살행위의 위험 요인으로 신체적, 성적 학대와 정서적 방임을 제안하였고, 이후 많은 선행 연구에서도 비자살적 자해의 위험 요인으로 불안정 애착을 제시하고 있다(Baetens et al., 2014; Cassels et al., 2018; Tatnell et al., 2016; Tatnell, Kelada, Hasking & Martin, 2014; Yates, Tracy & Luthar, 2008). 애착(Attachment)이란 Bowlby(1969)가 제안한 개념으로 개인이 생애 초기에 가까운 사람에게 느끼는 지속적이고 강렬한 감정적 유대를 말한다. 이 중 불안정 애착인 애착불안(anxiety)은 타인에게 거절당하고 버림받는 것에 대한 불안으로 인해 관계에 더욱 몰입하려고 하며 타인과의 친밀감과 근접성을 추구하고 사랑받고 있음을 확인하기 위해 사랑을 더 요구하는 특징을 보이고, 애착회피(avoidance)는 타인과 친밀해지는 것에 대한 두려움과 타인에 대한 의존성으로 자신의 독립성을 상실할지도 모른다는 공포로 타인과의 관계를 불편해하는 것을 특징으로 한다(Bartholomew, & Horowitz, 1991). 불안정 애

착과 비자살적 자해의 연구결과를 보면, 애착 불안과 애착회피로 나누었을 때의 연구결과가 혼재되어 있는 것으로 나타났다. 임상군을 대상으로 성인애착과 자해를 연구한 연구에서 애착불안이 대인간 문제를 통해서 자해 행동을 예측했으며(Stepp et al., 2008), 자해행동은 애착불안과 관련성을 보이고(Gilbert, McEwan, Bellew, Mills & Gale, 2009; Levesque, Lafontaine, Bureau, Cloutier & Dandurand, 2010), 애착불안이 자해의 시작과 관련 있다고 나타났다(Tatnell et al., 2014). 반대로 애착회피가 우울 증상을 매개로 자해에 영향을 미치는 것으로 나타나고(Gormley & McNeil, 2010), 임상군을 대상으로 한 연구에서 자해는 애착회피와 관련이 있는 것으로 나타났다(Critchfield, Levy, Clarkin & Kernberg, 2008). 애착을 모와 부모 나누어서 본 Tatnell 등(2018)의 연구에서는 모와의 애착불안은 비자살적 자해와 정적상관이, 부와의 애착회피는 비자살적 자해와 부적상관이 있다고 나타났다. 국내에서의 연구에서는 불안정애착과 비자살적 자해의 관계를 밝혔지만(김수진, 2015; 안의홍, 2019) 애착 유형을 구분하여 살펴보지 않았으며, 애착 유형을 구분하여 살펴본 단 한편의 연구 결과는 애착회피가 자해 빈도와 정적상관이 있다고 나타났다(진선주, 2019). 이렇듯 국내의 애착 유형과 비자살적 자해의 관계성은 아직 더욱 검증되어야 할 필요성이 있다.

본 연구에서는 비자살적 자해의 심각성을 구분하여 애착 유형과의 관계를 보고자 하였다. 비자살적 자해는 심각성에 따라서 경도와 중등도/중증도로 구분한다. 경도 수준의 비자살적 자해는 자신을 때리거나, 머리카락 뽑기, 상처 뜯기와 같이 덜 심한 행동들이며, 중등도/중증도 수준의 비자살적 자해는 베기, 화

상 입히기 등의 임상적으로 더 심각한 것으로 간주된다(Lloyd, Perrine, Dierker & Kelley, 2007). 비 임상집단에서는 주로 경도 수준의 자해행동이 나타나며(Whitlock, Muehlenkamp & Eckenrode, 2008.), 임상집단에서 중등도/중증도 수준의 비자살적 자해가 이루어지는 것으로 나타났다(Nock & Prinstein, 2004). 비자살적 자해의 심각성을 구분하여 연구하려는 시도는 이루어지고 있지만(Fennig, 2019, Lloyd et al., 2007) 아직 부족한 실정이다. 이주연(2017)의 연구에서는 정서를 억압하고 부인하는 사람들이 자해의 중등도 방법을 사용하며, 의식적인 통제를 하거나 주의전환을 해보려는 노력을 하는 사람들이 자해의 경도 방법을 사용한다고 제안하였다. 애착불안은 과잉활성화 전략으로 아주 작은 위협도 민감하게 탐지하지만, 애착회피는 비활성화 전략을 사용하여 의식적, 무의식적인 수준에서 자신의 정서에 부주의하게 되며(Brennan, Clark & Shaver, 1998), 내적인 정서적 경험에 대해 방어하고 부인하려는 성향을 보인다(손유진, 2014; Shaver & Mikulincer, 2002; Wei, Russell & Zakalik, 2005). 이러한 애착 유형의 차이를 살펴보았을 때, 애착회피가 중등도/중증도 비자살적 자해와 관련이 있을 수 있음을 생각해볼 수 있으며, 본 연구에서는 이러한 애착 유형과 비자살적 자해의 심각성의 관계성을 실제 검증해보고자 한다.

또한, 비자살적 자해를 설명하는 근거리 원인에는 정서조절 전략이 있다. Chapman, Gratz & Brown(2006)은 ‘경험회피 모델’을 통해서 비자살적 자해를 설명한다. 정서적 반응을 유발하는 자극으로 분노, 수치심, 슬픔이나 좌절 등의 부정적인 정서를 경험하게 되고, 이 때 정서적 각성을 조절하기 어렵거나 정서 조절 기술이 부족하게 되면 그러한 경험을 완화시

키거나 회피하기 위한 수단으로 자해를 하게 된다고 설명하였다. 정서 조절 전략은 개인이 성장하면서 외적/행동적 측면의 정서조절 보다 내적/인지적 측면의 정서조절로 이동하기 때문에 성인에게서는 인지적인 접근을 고려해야 한다(Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2001). 인지적 정서 조절 전략에는 적응적인 전략과 부적응적인 전략으로 구분되는데, 그 중에서 부적응적 인지적 전략은 불안정 애착과 정적 상관을 보이고(Fonagy, Gergely, Jurist & Target, 2004; 신지옥, 2006; 전은숙, 홍혜영, 2012; 정현숙, 2013), 비자살적 자해와 일관적으로 관련이 있는 것으로 보았기에(Gratz & Roemer, 2008; Levesque et al., 2017; Tatnell et al., 2016; 구훈정 등, 2014; 민정향, 2017; 백보겸, 김지인, 권호인, 2019) 부적응적인 인지적 정서조절 전략이 더 중요한 역할을 할 것이라고 보았다. 구체적으로 부적응적 인지적 전략은 개인이 경험한 사건에 대해서 자신의 잘못이라고 생각하는 등 자신을 비난하는 사고인 ‘자기비난(Self blame)’, 개인이 경험한 사건에 대한 원인을 다른 사람에게 찾거나 다른 사람을 비난하는 사고인 ‘타인비난(Blaming others)’, 부정적인 사건들과 관계된 기분이나 사고에 대한 생각으로 부정적 사건에서 느꼈던 자신의 기분을 되짚어 생각하는 것을 포함하는 ‘반추(Rumination)’, 경험의 공포스러운 면을 강조하며 끔찍한 경험을 했다는 생각이나 최악의 경험이라는 생각을 포함하는 ‘파국화(Catastrophizing)’의 4가지의 하위요인이 포함된다.

Suyemoto(1998)은 불안정 애착을 지닌 개인은 정서를 조절하는데 어려움을 겪기 때문에 비자살적 자해를 할 가능성이 더 높다고 하였다. 높은 애착불안을 보이는 개인은 그들의

애착 대상에게 주의를 끌기 위하여 비자살적 자해를 시도할 것이며, 높은 애착회피를 보이는 개인은 그들의 애착 대상과의 원치 않는 상황을 회피하기 위하여 비자살적 자해를 촉진할 것이라고 제안했다(Levesque et al., 2017). Yates(2004)는 자신 혹은 타인에 대한 개인의 부정적인 표현을 신체적인 표현으로 드러내기 위하여 비자살적 자해를 하는 것이라고 하였다. 애착불안을 중심으로 하여 애착과 정서조절, 아동기 학대, 비자살적 자해의 관계를 본 Tatnell et al.(2016)의 연구에서는 높은 애착불안과, 높은 표현적 억제, 낮은 인지적 재평가, 아동기 학대의 경험이 비자살적 자해를 높인다고 하였다. 구훈정 등(2014)의 연구에서도 아동기 학대경험과 정서강도가 자해에 미치는 심리적인 기제를 살펴본 결과, 정서강도는 부적응적 인지적 정서조절 전략과 우울, 불안의 부정정서를 이중 매개하여 비자살적 자해를 영향을 미친다는 것을 확인하였으며, 이와 더불어 아동기 정서적 학대의 경험은 부적응적 인지적 정서조절 전략과 우울/불안에 영향을 미쳐 자해행동을 하게 된다고 하였다. 이성 관계에서의 낭만적 애착과 비자살적 자해 간의 관계에서 정서조절곤란 및 공동 대처행동의 매개효과를 살펴본 Levesque et al(2017)의 연구에서는 애착불안과 애착회피 모두 비자살적 자해와의 관계에서 정서조절곤란이 완전 매개 효과를 보이는 것으로 나타났다. 이렇듯 성인애착과 비자살적 자해, 부적응적 인지적 정서조절 전략의 관계가 있음이 시사되지만, 비자살적 자해의 심각성을 나누어서 애착유형별로 자해의 관계와 그 관계를 부적응적 인지적 정서조절 전략의 역할을 살펴본 연구는 전무했다.

본 연구에서는 성인 애착 유형이 어떻게 비

자살적 자해에 영향을 주는지를 비자살적 자해의 심각성에 따라 구분해서 살펴보고자 한다. 또한 성인 애착 유형과 비자살적 자해의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략이 어떤 역할을 하는지를 비자살적 자해의 심각성에 따라 각각 살펴보고자 한다. 또한 부적응적 인지적 정서조절의 하위요인 각각도 성인 애착 유형과 비자살적 자해의 관계에서 차별적으로 역할을 하는지 살펴보고자 한다. 따라서, 본 연구의 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 경도 수준의 비자살적 자해 집단에서 애착불안은 부적응적 인지적 정서조절 전략을 매개로 경도 자해 빈도에 영향을 미치는가?

연구문제 2. 중등도/중증도 수준의 비자살적 자해 집단에서는 애착회피가 부적응적 인지적 정서조절 전략을 매개로 중등도/중증도 자해 빈도에 영향을 미치는가?

방 법

연구 대상 및 절차

본 연구는 비자살적 자해에 미치는 영향에 있어서 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과를 확인하기 위하여 진행되었다. 만 18세 이상 30세 미만의 초기성인기인 대학생 및 대학원생, 일반 성인을 대상으로 온라인 설문지 및 오프라인 자기보고식 설문지를 동시에 실시하였다. 설문 기간은 2019년 4월 29일부터 5월 22일까지 진행되었으며 응답시간은 평균 15분 정도의 시간이 소요되었다. 배부된 총 657부의 설문지 중 자해 행동의 빈도를 묻는 모든 문항에서 '0'으로 답변한 응답자를 제외

한 비자살적 자해의 경험이 있는 269명을 선별하였다. 이 중 중증도 자해행동의 빈도를 묻는 모든 문항에 ‘0’으로 답변하여 경도 자해 행동만을 보이는 201명을 경도수준의 비자살적 자해 집단으로, 중등도/중증도 자해행동의 경험이 있는 68명을 중등도/중증도 수준의 비자살적 자해 집단으로 하여, 이들의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 연구 참여자들은 설문 시작하기 전 연구 참가자의 권리에 대한 설명을 읽고 동의한 경우에만 설문을 시행하였다. 연구 참여자의 자해와 관련하여 도움이 필요한 경우 기재된 연구자의 연락처로 교내 상담소, 정신건강센터, 정신의학과 등의 정보를 받아갈 수 있음을 안내하였다. 전체 참여자들의 평균 연령은 22.9세(SD=2.75)이었으며, 만 22-25세가 128명(47.6%)으로 전체의 과반수 정도로 나타났으며 남성이 100명(37.2%), 여성이 169(62.8%)으로 여성이 더 많은 것으로 나타났다. 참여자들의 직업은 학생 및 대학원생(201명, 74.7%)로 가장 많았으며, 직장인(43명,

16.0%), 취업준비생(23명, 8.6%), 사업자 및 자영업자(1명, 0.4%)와 기타(1명, 0.4%)순으로 나타났다. 경도 자해 집단과 중등도/중증도 자해 집단의 인구통계학적 특성을 표 1에 정리하였다.

측정 도구

성인애착

성인애착을 측정하기 위하여 Brennan, Clark & Shaver(1998)이 개발한 것을 Fraley, Waller & Brennan(2000)이 개정하고 김성현(2004)이 번안 및 타당화한 척도인 친밀관계 경험검사 개정판(Experience of Close Relationship-Revised; ECR-R)을 사용하였다. 총 36문항으로 이루어져 있으며 ‘애착 불안(18문항)’과 ‘애착 회피(18문항)’의 독립된 2개 하위 차원으로 구성되어 있다. 애착불안은 타인과의 관계에서 버려짐이나 거절에 대한 두려움을 측정하며(예: “다른 사람들의 사랑을 잃을까봐 두렵다.”), 애착회피는

표 1. 연구 대상자의 인구통계학적 특성

변인	경도 자해 집단(N=201)	중등도/중증도 자해 집단(N=68)
성별	남	26(38.2%)
	여	42(61.8%)
나이	만 18-21	29(42.6%)
	만 22-25	28(41.2%)
	만 26-29	11(16.2%)
	M(SD)	22.5(2.71%)
직업	학생 및 대학원생	54(79.4%)
	취업준비생	2(2.9%)
	직장인	11(16.2%)
	사업자 및 자영업자	0(0%)
	기타	1(1.5%)

타인과의 관계에서 친밀함과 의존에 대한 두려움(예: “다른사람들을 의지하는 것이 어렵다.”)을 측정한다. 본 척도는 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(7점)’까지의 7점 Likert식 척도이며, 각 하위 요인별로 방향성이 다른 문항은 역채점 한 후 총합을 산출하였다. 점수가 높을수록 그 하위요인의 특성을 더 보이는 것을 의미한다. 김성현(2004)의 연구에서 신뢰도 계수는 애착 불안이 .89, 애착 회피가 .85로 나타났다. 본 연구에서는 애착불안 .92, 애착회피 .89, 전체 .91으로 나타났다.

부적응적 인지적 정서조절 전략

부적응적 인지적 정서조절을 측정하기 위하여 Garnefski 등(2001)이 개발한 것을 김소희(2004)가 번안한 인지적 정서조절 전략척도(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; CERQ)를 사용하였다. 이 척도는 적응적 인지적 정서조절 전략(20문항)과 부적응적 인지적 정서조절 전략(16문항)으로 구성되어 있으며, 적응적 인지적 정서조절 전략에는 ‘조망 확대’, ‘계획 다시 생각하기’, ‘긍정적 초점변경’, ‘수용’, ‘긍정적 재평가’, 부적응적 인지적 정서조절 전략에는 ‘자기비난(예: “그 일이 내 잘못이라고 생각한다.”)’, ‘타인비난(예: “그 일이 일어난 것은 다른 사람의 책임이라고 생각한다.”)’, ‘반추(예: “나는 내가 겪었던 일에 대한 생각과 감정에 빠져있다.”)’, ‘파국화(예: “내가 겪은 일이 얼마나 끔찍한지에 대해 계속 생각한다.”)’의 총 9개의 하위 요인으로 이루어져, 각 4문항씩 총 36문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’까지의 5점 Likert식 척도로 구성되어 있다. 본 연구에서는 부적응적 인지적 정서조절전략을 측정하는 16문항만을 사용

하였으며, 신뢰도 계수는 김소희(2004)의 연구에서 자기비난 .76, 타인비난 .83, 반추 .68, 파국화 .77, 부적응적 인지적 정서조절 전략 전체 .83이었으며 본 연구에서는 자기비난 .76, 타인비난 .88, 반추 .68, 파국화 .76, 전체 .78로 나타났다.

비자살적 자해

비자살적 자해를 측정하기 위하여 Klonsky & Glenn(2009)이 개발한 척도를 추은영, 이영호(2018)이 번안 및 타당화한 자해척도(Inventory of Statements About Self-injury; ISAS)를 사용하였다. 이 척도는 크게 세 부분으로 구성되어 있다.

첫 번째, 자해 행동에서는 7문항으로 구성되어 있으며, 1번 문항은 ‘자살의 의도 없이 고의적으로 한 행동’ 12개의 문항과 기타 문항에 횟수를 추정하여 적도록 되어 있다. 비자살적 자해행동은 베기/긋기, 심하게 할퀴거나 긋기, 깨물기/물어뜯기, 자신을 때리거나 머리를 벽에 부딪히기, 불로 지지기/화상 입히기, 상처 회복에 도움이 되지 않는 행동하기, 글자나 상징을 새기기, 자신의 피부를 울퉁불퉁한 곳에 문지르기, 꼬집기, 바늘(뽕족한 것)로 찌르기, 머리 잡아 뜯기, 위험한 물질 삼키기로 구성되어 있다. 이후 6개의 문항에서는 자해에서 주로 하는 행동, 발병 연령, 신체적 고통 경험, 자해가 단독으로 수행되었는지, 자해 충동과 행동 사이의 시간, 스스로 멈추고 싶었는지에 대한 여부를 평가한다. 자해 방법의 심각성은 선행연구들(Guertin, Lloyd, Spirito, Donaldson & Boergers, 2001; Nock, 2010, Lloyd et al., 2007)의 이론적 배경을 바탕으로 자해 방법을 묻는 문항에서 ‘(신체 일부분을) 베기/긋기’, ‘(신체를)불로 지지기/화상입히기’, ‘바늘

표 2. 비자살적 자해의 심각도 구분

변인	하위요인	문항 내용
비자살적 자해	중등도/중증도 자해	(신체일부분을)베기/긋기, (신체를) 불로 지지기/화상입히기 바늘(뾰족한 것)로 찌르기 위험한 물질 삼키기
	경도 자해	(자신의 신체를)심하게 핏자국 내거나 긁기 (신체 일부분을)깨물기/물어뜯기 자신을 때리거나 머리를 벽에 부딪히기 상처 회복에 도움이 되지 않는 행동하기 (신체에)글자나 상징을 새기기 자신의 피부를 울퉁불퉁한 곳에 문지르기 (신체일부분을)꼬집기 머리 잡아 뜯기

(뾰족한 것)으로 찌르기’, ‘위험한 물질 삼키기’의 문항을 중등도/중증도, 나머지 문항을 경도 수준의 자해 방법으로 분류하였다(표 2).

두 번째 부분은 자해의 개인내적 기능(15문항)과 사회적 기능(24문항)으로 구성되어 개인내적 기능에는 ‘정서조절’, ‘해리방지’, ‘자살방지’, ‘고통감 표현’, ‘자기처벌’, 사회적 기능에는 ‘자율성’, ‘대인관계 경계’, ‘대인관계 영향’, ‘동료유대’, ‘복수’, ‘자기 돌봄’, ‘자극추구’, ‘강인함’으로 총13가지 기능을 평가하며 각 기능별 3개의 문항으로 총 39개의 문항으로 구성되어 있다. 각 기능은 비자살적 자해 경험에 대해 ‘전혀 관계가 없다(0점)’에서 ‘매우 관련이 있다(2점)’의 3점 Likert식 척도로 구성되어 있고, 각 하위 기능당 0-6점까지의 범위로 점수가 산출된다. 신뢰도 계수는 추은영, 이영호(2018)의 연구에서 개인내적기능 .77, 사회적 기능 .77, 전체 .83으로 나타났으며 본 연구에서는 개인내적 기능 .82, 사회적 기능 .868로 나타났다. 세 번째 부분은 주관식으로 자신의

경험을 더 잘 표현하는 진술이나, 추가되어야 할 표현에 대해 직접 기재할 수 있도록 하였다. 본 연구에서는 첫 번째 부분의 자해행동을 기준으로 경도 집단과 중등도/중증도 집단으로 구분하였으며 각 빈도를 합산하여 사용하였다.

분석 방법

본 연구에서는 자료를 분석하기 위해 SPSS 22.0 프로그램을 사용하여 다음과 같은 방법으로 분석을 실시하였다. 첫째, 연구대상의 인구학적 배경 및 일반적인 특성을 알아보기 위하여 빈도분석을 실시하였다. 둘째, 본 연구에서 사용한 각 측정도구들의 신뢰도를 확인하기 위하여 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 셋째, 전반적인 기초 통계 분석과 각 연구변인 간의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다. 마지막으로, 부적응적 인지적 정서조절 전략이 성인애착과 경도수준

의 비자살적 자해간의 관계를 매개하는지 검증하기 위해 Baron & Kenny(1986)가 제안한 3 단계 회귀분석을 실시하였다. 또한, 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 Hayes가 제시한 SPSS Process Macro(Preacher, Rucker, & Hayes, 2007)를 사용하여 Bootstrapping을 실시하였다.

결 과

주요 변인들 기술통계 분석 결과

본 연구에서 사용된 주요 변인인 성인애착, 부적응적 인지적 정서조절 전략, 경도수준의 비자살적 자해에 대한 일반적인 특성을 살펴보기 위한 변인들의 평균, 표준편차, 최소값 및 최대값을 구하였으며, 또한 주요 변인들의 다변량 정규성을 확인하기 위하여 왜도와 첨도를 산출하였다(표 3)(표 4). 먼저, 정상분포 가정을 만족하는지 왜도와 첨도 살펴본 결과,

왜도와 첨도의 절대 값이 각각 3과 10을 넘지 않아 정규분포가정을 충족하는 것으로 해석할 수 있다(Klein, 2005).

다음으로는 자해행동 유형에 따른 빈도에 있어 특정한 경향성이 있는지 살펴보기 위해 자해 방법에 대한 사용빈도를 표 5와 같이 알아보았다. 그 결과, 본 연구에 참여한 269명의 전체 중 ‘상처 회복에 도움이 되지 않는 행동하기’에 응답한 사람이 전체의 63.6%(171명)으로 가장 빈번하게 이용되는 비자살적 자해 방법으로 나타났다. 그 다음은 ‘자신을 때리거나 머리를 벽에 부딪히기’(156명, 58.0%), ‘머리 잡아뜯기(151명, 56.1%)’ ‘(신체 일부분을)꼬집기’(125명, 46.5%), ‘(신체 일부분을)깨물기/물어뜯기’(122명, 45.3%) 순으로 나타났다. 자해 충동이 생긴 후 얼마 뒤 자해행동을 하는지를 묻는 질문에, 1시간 미만이라고 응답한 응답자는 55.0%(148명)로 가장 높았다. 자해 시 ‘혼자 있는 경우’는 40.1%(108명), ‘가끔 혼자 있는다’ 24.2%(65명), ‘혼자 있지 않는다’는

표 3. 주요 변인들의 기술통계(경도 자해 집단) N = 201

	M	SD	최소값	최대값	왜도	첨도
애착불안	61.46	18.22	20.00	108.00	-0.14	-0.32
애착회피	64.22	15.59	25.00	111.00	0.11	0.19
부적응적 인지적 정서조절 전략	2.96	0.51	1.06	4.13	-0.53	0.60
자기비난	3.49	0.75	1.00	5.00	-0.74	0.64
타인비난	2.39	0.88	1.00	5.00	0.21	-0.59
반추	3.48	0.77	1.25	5.00	-0.34	-0.19
과국화	2.50	0.87	1.00	4.75	0.31	-0.40
경도 자해빈도*	3.83	1.85	.69	10.82	0.54	0.26

주. *정규 분포 보안을 위하여 자연로그치환(natural log transformation)을 실시한 후, 평균, 표준편차, 최소값, 최대값, 왜도, 첨도를 구한 값임.

표 4. 주요 변인들의 기술통계(중등도/중증도 자해 집단) N = 68

	M	SD	최소값	최대값	왜도	첨도
애착불안	67.97	23.32	25.00	117.00	0.224	-0.83
애착회피	65.18	14.37	30.00	96.00	0.135	-0.24
부적응적 인지적 정서조절 전략	3.06	0.50	2.19	4.06	0.085	-0.80
자기비난	3.71	0.74	2.00	5.00	-0.348	-0.33
타인비난	2.29	0.76	1.00	4.00	0.310	-0.48
반추	3.61	0.82	2.00	5.00	-.190	-0.66
파국화	2.64	0.91	1.00	5.00	0.300	-0.23
중등도 / 중증도 자해빈도*	4.55	1.78	.69	9.34	-0.014	-0.112

주. *정규 분포 보완을 위하여 자연로그치환(natural log transformation)을 실시한 후, 평균, 표준편차, 최소값, 최대값, 왜도, 첨도를 구한 값임.

표 5. 비자살적 자해 방법과 빈도 분석 결과 N = 269

비자살적 자해 방법	명(%)*
(신체 일부분을)베기/긋기	46(17.1)
(자신의 신체를)심하게 핥거나 긁기	68(25.3)
(신체 일부분을)깨물기/물어뜯기	122(45.3)
자신을 때리거나 머리를 벽에 부딪히기	156(58.0)
(신체를)불로 지지기/화상입히기	6(2.2)
상처 회복에 도움이 되지 않는 행동하기	171(63.6)
(신체에)글자나 상징을 새기기	32(11.9)
자신의 피부를 울퉁불퉁한 곳에 문지르기	43(16.0)
(신체 일부분을)꼬집기	125(46.5)
바늘(뽀족한 것)로 찌르기	36(13.4)
머리 잡아뜯기	151(56.1)
위험한 물질 삼키기	7(2.6)
기타	12(4.5)

주. *비율(%)은 전체 응답자의 복수응답을 비자살적 자해 경험자 수(80명)로 나눈 비율임.

33.5%(90명), 무응답은 2.2%(6명)으로 자해 시 다른 사람과 같이 있을 때 하는 경우도 과반수가 넘게 나타났다. 자해 시 ‘고통감을 느끼는 경우’는 57.6%(155명), ‘고통감을 느끼지 않는 경우’는 40.5%(109명), 무응답 1.9%(5명)으로 고통감을 느끼는 경우가 느끼지 않는 경우보다 약간 많은 것으로 나타났다. 자해를 멈추고 싶은지에 대한 질문에 대해서 ‘멈추고 싶(었)다’라고 응답한 응답자가 36.8%(99명), ‘멈추고 싶지 않(았)다’라고 응답한 응답자가 59.5%(160명), 무응답 3.7%(10명)으로 비자살적 자해를 하는 사람들 중에서 자해를 고통스럽지만 멈추고 싶지 않다는 응답자가 과반수를 넘는 것으로 나타났다.

주요변인들 간 상관관계 분석 결과

주요 변인들의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson 상관분석을 실시하였고 경도 수준의 비자살적 자해 집단의 결과를 표 6에 제시하

였고, 중등도/중증도 수준의 비자살적 자해 집단의 결과를 표 7에 제시하였다. 먼저, 경도 수준의 비자살적 자해 집단의 상관관계 분석은 다음과 같다. 애착 불안은 애착회피($r=.27, p<.01$)와 유의한 정적 상관을, 부적응적 인지적 정서조절 전략 전체($r=.46, p<.01$)와 유의한 정적 상관을 보였다. 부적응적 인지적 정서조절 전략의 모든 하위요인(자기비난 $r=.18, p<.01$, 타인비난 $r=.32, p<.01$, 반추 $r=.26, p<.01$, 파국화 $r=.38, p<.01$)에서도 동일하게 유의한 정적 상관을 보였으며, 경도 자해 빈도($r=.26, p<.01$)와 유의한 정적 상관을 보였다. 애착회피는 부적응적 인지적 정서조절 전략 중 파국화($r=.14, p<.05$)만이 유의한 정적 상관을 보였으며, 부적응적 인지적 정서조절 전략 전체와 자기비난, 타인비난, 반추의 하위요인, 자해 빈도와는 상관을 보이지 않았다. 부적응적 인지적 정서조절 전략은 경도 자해 빈도($r=.25, p<.01$)와 유의한 정적 상관을 보였으며, 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위

표 6. 주요 변인들의 상관관계 분석결과(경도 자해 집단) N=201

	1-1	1-2	2	2-1	2-2	2-3	2-4	3
1-1	1							
1-2	.271**	1						
2	.463**	.031	1					
2-1	.182**	-.099	.456**	1				
2-2	.319**	.127	.504**	-.273**	1			
2-3	.252**	-.128	.719**	.296**	.117	1		
2-4	.377**	.142*	.794**	.216**	.294**	.418**	1	
3	.263**	.029	.252**	.084	.100	.259**	.185**	1

1-1. 애착불안, 1-2. 애착회피, 2. 부적응적 인지적 정서조절 전략,

2-1. 자기비난, 2-2. 타인비난, 2-3. 반추, 2-4. 파국화, 3. 경도 자해빈도

주. * $p < .05$, ** $p < .01$

표 7. 주요 변인들의 상관관계 분석결과(중등도/중증도 자해 집단) N=68

	1-1	1-2	2	2-1	2-2	2-3	2-4	3	3-1	3-2
1-1	1									
1-2	.238	1								
2	.493**	.444**	1							
2-1	.197	.350**	.538**	1						
2-2	.258*	.165	.336**	-.321**	1					
2-3	.251*	.219	.716**	.344**	-.069	1				
2-4	.489**	.365**	.850**	.340**	.228	.460**	1			
3	.111	.389**	.277*	.570**	-.170	.081	.221	1		

1-1. 애착불안, 1-2. 애착회피, 2. 부적응적 인지적 정서조절 전략,
2-1. 자기비난, 2-2. 타인비난, 2-3. 반추, 2-4. 파국화, 3. 중등도/중증도 자해빈도

주. * $p < .05$, ** $p < .01$

요인에서는 반추($r=.30, p<.01$)와 파국화($r=.19, p<.01$)이 경도 자해 빈도와 유의한 정적 상관을 보였다.

다음으로 중등도/중증도 수준의 비자살적 자해 집단의 상관관계 분석을 보면, 애착 불안은 부적응적 인지적 정서조절 전체($r=.49, p<.01$)와 하위 변인 중 타인비난($r=.26, p<.01$), 반추($r=.25, p<.01$), 파국화($r=.49, p<.01$)에 유의한 정적 상관을 보였지만 애착 회피와 반추, 중등도/중증도 자해 빈도에는 유의한 상관을 보이지 않았다. 애착 회피는 부적응적 전체($r=.44, p<.01$)와 하위 변인 중 자기비난($r=.35, p<.01$), 파국화($r=.36, p<.01$), 중등도/중증도 자해 빈도($r=.39, p<.01$)와 유의한 정적 상관을 보였으며, 타인비난, 반추에는 유의한 상관을 보이지 않았다. 부적응적 인지적 정서조절 전략은 중등도/중증도 자해 빈도($r=.28, p<.05$)에 유의하게 정적 상관을 보였으며, 하위 변인 중 자기비난 또한 자해 빈도($r=.57, p<.01$)에 유의하게 정적 상관을 보였으며, 타인비난, 반

추, 파국화는 모두 중등도/중증도 자해 빈도와 유의한 상관을 보이지 않았다.

성인애착과 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증

성인애착과 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과를 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 모델에 근거하여 분석을 실시하였다. 매개효과를 검증하기 위해서는 먼저, 1단계에서 독립변인이 종속변인을 통계적으로 유의하게 예측해야 한다. 2단계에서는 독립변인이 매개변인을 통계적으로 유의하게 예측해야 한다. 마지막으로 3단계에서 독립변인과 매개변인이 동시에 통계적으로 유의미하게 종속변인을 예측해야 하는데, 이때 3단계에서 종속변인에 미치는 독립변인의 영향력이 1단계의 독립변인의 영향력보다 유의하게 감소한 경우 매개효과가 있다고 볼 수 있다. 종속변인에 대한 독

립변인의 영향력이 감소하였지만 여전히 유의한 영향력을 미치는 경우 부분매개효과가 있다고 할 수 있으며, 종속변인에 대한 영향력이 감소하여 더 이상 유의한 영향력을 미치지 않는 경우 완전매개효과가 있다고 할 수 있다.

경도 자해 집단의 애착(애착불안, 애착회피)과 비자살적 자해의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증

먼저, 경도 자해 집단의 애착 불안과 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과를 검증한 결과를 표 8에 제시하였다. 1단계에서는 애착불안이 비자살적 자해에 미치는 전체효과가 유의하였고, 2단계에서는 애착 불안이 매개변수인 부적응적 인지적 정서조절 전략에 미치는 영향이 유의하였다. 3단계에서는 애착불안의 영향력을 통제 후 매개변수인 부적응적 인지적 정서조절이 비자살적 자해에 미치는 영향력이 유의

미한 것을 확인하였다. 마지막으로 매개변수인 부적응적 인지적 정서조절을 고려한 상태에서 애착불안이 비자살적 자해에 미치는 영향력이 여전히 유의한 것을 확인하였으나, 1단계의 효과에 비해 작게 나타났으므로, 애착불안과 비자살적 자해의 관계를 부적응적 인지적 정서조절이 부분매개하고 있다는 점을 확인할 수 있었다.

부적응적 인지적 정서조절의 매개효과 유의성을 검증하기 위하여 SPSS Macro를 통해 Bootstrapping을 실시하였다. 매개효과 계수에 대한 95% 신뢰구간이 0을 포함하지 않으면, 유의수준 .05에서 매개효과가 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다(Preacher & Hayes, 2004). 본 연구에서 Bootstrapping으로 재추출한 표본수는 5,000개였으며, 표 8에 제시한 바와 같이, 매개효과 계수의 95% 신뢰구간 하한-상한 값이 각각 .0010, .0150로 0을 포함하지 않았다. 즉, 높은 애착불안이 부적응적 인지적 정서조절 전

표 8. 경도 자해 집단의 애착 불안과 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과 분석 결과 및 부트스트래핑 결과

단계	경로	B	β	t(p)	R ²	F
1	애착불안 → 자해	0.027	.263	3.871***	.069	14.981
2	애착불안 → 부적응적 인지적 정서조절 전략	0.013	.463	7.405***	.214	54.836
3	애착불안 → 자해	0.019	.187	2.445*	.091	9.996
	부적응적 인지적 정서조절 전략 → 자해	0.604	.165	2.175*		

주. ***p < .001, **p < .01, *p < .05

변인	Effect	Boot S.E	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
부적응적 인지적 정서조절 전략	.0078	.0035	.0010	.0150

주. LLCI: B의 95% 신뢰구간 내에서 하한값, LCI: B의 95% 신뢰구간 내에서 상한값

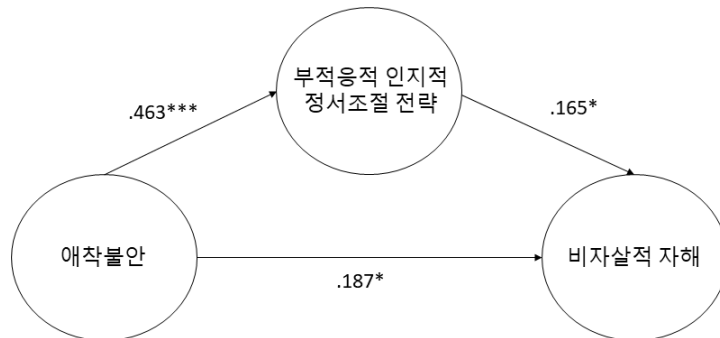


그림 1. 경도 자해 집단의 애착불안과 비자살적 자해의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과

략을 강화하고, 높은 부적응적 인지적 정서조절 전략이 경도 수준의 자해를 증가시키는 매개경로가 통계적으로 유의하다는 것이다.

경도 자해 집단의 애착 회피와 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과를 검증한 결과, 1단계에서 애착회피가 비자살적 자해를 예측하지 않는 것으로 나타났다($B=.003$, $\beta=0.029$, $t=.414$, $R^2=.001$, $F=.171$) 따라서, 이후 단계의 검증을 진행하지 않았다.

중등도/중증도 자해 집단의 애착(애착불안,

애착회피)과 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과 검증

중등도/중증도 자해 집단의 애착불안과 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과를 검증한 결과, 1단계에서 애착 불안이 비자살적 자해를 예측하지 않는 것으로 나타났다($B=.008$, $\beta=0.111$, $t=.911$, $R^2=.012$, $F=.829$). 따라서, 이후 단계의 검증을 진행하지 않았다.

중등도/중증도 자해 집단의 애착 회피와 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과를 검증한 결과를 표 9에

표 9. 중등도/ 중증도 자해 집단의 애착 회피와 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과 분석 결과

단계	경로	B	β	t(p)	R ²	F
1	애착회피 → 자해	0.048	.389	3.431**	.151	11.769
2	애착회피 → 부적응적 인지적 정서조절 전략	0.016	.444	4.025***	.197	16.203
3	애착회피 → 자해	0.041	.331	2.620**		
	부적응적 인지적 정서조절 전략 → 자해	0.457	.130	1.025	.165	6.414

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

제시하였다. 먼저 1단계에서는 애착 회피가 비자살적 자해에 미치는 전체효과가 유의하였고, 2단계에서는 애착 불안이 매개변수인 부적응적 인지적 정서조절 전략에 미치는 영향이 유의하였다. 그러나 3단계에서 애착회피의 영향력을 통제한 후 매개변수인 부적응적 인지적 정서조절이 비자살적 자해에 미치는 영향력이 유의하지 않았다.

경도 자해 집단의 애착 불안과 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략 하위요인의 매개효과 검증

본 연구에서 경도 집단의 애착불안과 비자

살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과가 검증되었다. 각 전략에 따른 상담 및 치료적 개입이 달라질 수 있으므로 매개변인인 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위요인별로 나누어서 매개효과를 검증하고자 하였으며, 그 결과를 표 10에 제시하였다. 앞서 분석한 바와 같이 1단계에서 애착불안이 비자살적 자해에 미치는 영향이 유의하였으며, 2단계에서 애착불안은 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위요인인 반추, 자기비난, 타인비난, 파국화를 모두 유의하게 예측하였다. 그러나 3단계에서는 각 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위요인을 통제한

표 10. 경도 자해 집단의 애착 불안과 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략 하위요인의 매개효과 및 부트스트래핑 결과

단계	경로	B	β	t(p)	R ²	F
1	애착불안 → 자해	0.027	.263	3.871***	.069	14.981
	애착불안 → 반추	0.011	.252	3.686***	.063	13.590
2	애착불안 → 자기비난	0.007	.182	2.621**	.033	6.872
	애착불안 → 타인비난	0.015	.319	4.779***	.102	22.843
	애착불안 → 파국화	0.018	.377	5.776***	.142	33.357
	애착불안 → 자해	0.021	.212	3.069*	.109	12.214
3	반추 → 자해	0.494	.205	2.977**	.071	7.611
	애착불안 → 자해	0.026	.257	3.701***	.070	7.487
	자기비난 → 자해	0.093	.038	.541	.078	8.449
	애착불안 → 자해	0.026	.258	3.579***		
	타인비난 → 자해	0.038	.018	.250		
	애착불안 → 자해	0.023	.226	3.790**		
	파국화 → 자해	0.213	.100	1.361		
Bootstrapping		Effect	Boot S.E	95% 신뢰구간		
				LLCI	ULCI	
반추		.0052	.0020	.0018	.0095	

주. ***P < .001, **P < .01, *P < .05

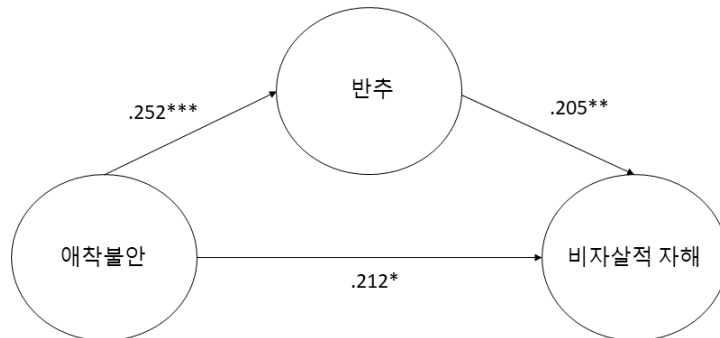


그림 2. 경도 자해 집단의 애착불안과 비자살적 자해의 관계에서 반추의 매개효과

상태에서 애착불안이 비자살적 자해에 미치는 영향을 확인한 결과, 반추는 유의하게 예측하지만 그 외 나머지 하위요인(자기비난, 타인비난, 파국화)는 유의하지 않았다.

다음으로 반추의 매개효과 유의성을 검증하기 위하여 SPSS Macro를 통해 Bootstrapping을 실시하였다. 본 연구에서 Bootstrapping으로 재추출한 표본수는 5,000개였으며, 표 10에 제시한 바와 같이, 매개효과 계수의 95% 신뢰구간 하한-상한 값이 각각 .0018, .0095로 0을 포함하지 않았다. 즉, 높은 애착불안은 반추를 증가시키고, 반추의 증가는 경도수준의 자해를 증가시키는 매개경로가 통계적으로 유의하다는 것이다.

중등도/중증도 자해 집단의 애착 회피와 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략 하위요인의 매개효과 검증

본 연구에서 중등도/중증도 자해 집단의 애착회피와 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과가 검증되지 않았다. 그러나 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위요인의 상관을 보면 자기비난과 타인비난이 서로 유의하게 부적 상관($r = -.32, p < .01$)을 보이므로 부적응적 인지적

정서조절의 전체에서는 상쇄효과를 가질 수 있을 것으로 보인다. 따라서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위요인 별로 나누어서 매개효과를 검증하고자 하였으며, 그 결과를 표 11에 제시하였다. 앞서 분석한 바와 같이 1단계에서 애착회피가 비자살적 자해에 미치는 영향이 유의하였으며, 2단계에서 애착회피는 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위요인 중 자기비난과 파국화를 유의하게 예측하였다. 3단계에서는 2단계에서 유의하지 않았던 반추와 타인비난을 제외한 후 실시하였으며, 자기비난과 파국화가 비자살적 자해에 미치는 영향을 통제한 결과, 자기비난은 유의하게 예측하였으며, 파국화는 유의하지 않았다.

다음으로 자기비난의 매개효과 유의성을 검증하기 위하여 SPSS Macro를 통해 Bootstrapping을 실시하였다. 본 연구에서 Bootstrapping으로 재추출한 표본수는 5,000개였으며, 매개효과 계수의 95% 신뢰구간 하한-상한 값이 각각 .0073, .0409로 0을 포함하지 않았다. 즉, 높은 애착회피는 자기비난을 증가시키고, 자기비난의 증가는 결국 중등도/중증도 수준의 비자살적 자해를 증가시키는 매개경로가 통계적으로 유의하다는 것이다.

표 11. 중등도/중증도 자해 집단의 애착 회피와 비자살적 자해 간의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략 하위요인의 매개효과 및 부트스트래핑 결과

단계	경로	B	β	t(p)	R ²	F
1	애착회피 → 자해			***		
2	애착회피 → 자기비난	0.018	.350	3.033**	.122	9.196
	애착회피 → 타인비난	0.009	.165	1.360	.027	1.849
	애착회피 → 반추	0.013	.219	1.827	.048	3.336
	애착회피 → 파국화	0.023	.363	3.167**	.132	10.031
3	애착회피 → 자해	0.027	.216	2.050*	.366	18.735
	자기비난 → 자해	1.191	.494	4.687***		
	애착회피 → 자해	0.044	.2365	2.913**	.159	6.127
	파국화 → 자해	0.179	.092	.750		
Bootstrapping		Effect	Boot S.E	95% 신뢰구간		
				LLCI	ULCI	
자기비난		.0214	.0087	.0073	.0409	

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

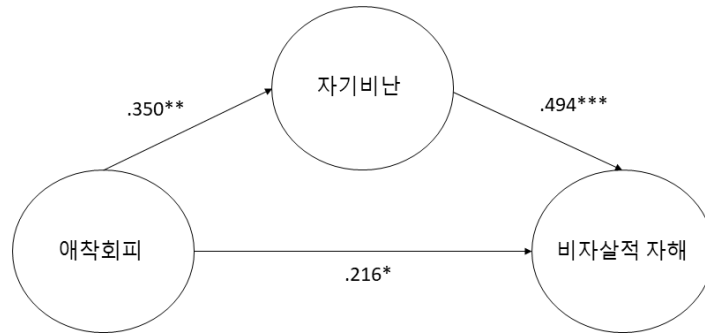


그림 3. 중등도/중증도 자해 집단의 애착회피와 비자살적 자해의 관계에서 자기비난의 매개효과

논 의

본 연구는 초기 성인기를 대상으로 온라인 또는 오프라인 자기보고식 설문조사를 실시하였으며, 그 중 비자살적 자해를 경험한 269명의 자료를 분석하여, 성인애착이 비자살적 자

해에 미치는 영향에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과를 검증하였다. 연구 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 성인애착과 비자살적 자해, 부적응적 인지적 정서조절 전략 간의 상관관계 분석 결과 경도 수준의 비자살적 자해 집단에서는 애

착 불안이 애착회피, 부적응적 정서조절 전략 전체 및 모든 하위요인, 자해빈도와 정적 상관을 보였으며, 애착 회피는 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위요인 중 파국화만 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다. 또한 부적응적 인지적 정서조절 전략은 자해 빈도와 정적 상관을 보였으며 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위요인에서는 자기비난과 타인비난을 제외한 반추와 파국화가 자해 빈도와 정적 상관을 보였다. 중등도/중증도 수준의 비자살적 자해 집단에서는 애착 불안이 부적응적 인지적 정서조절 전체와 하위 변인 중 자기비난을 제외한 타인비난, 반추, 파국화와 정적 상관을 보였으며 자해 빈도와는 정적 상관을 보이지 않았다. 반면에 애착 회피는 부적응적 인지적 정서조절 전략 전체와 자기비난, 자해 빈도와 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다. 부적응적 인지적 정서조절 전략 전체는 자해 빈도와 정적 상관을 보였으며 부적응적 인지적 정서조절 전략의 하위요인 중 자기비난만이 자해빈도와 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다.

본 연구에서 경도 자해 집단과 중등도/중증도 자해 집단 동일하게 자기비난과 타인비난은 부적 상관을 보이는 것으로 나타났는데, 이는 자기비난과 타인비난이 부적 상관을 보인 연구(진선주, 2019)와 일관된 결과이다. 자기비난은 어떤 경험에 대해서 스스로를 비난하는 생각을 하는 전략이고 타인비난은 자신에게 벌어진 일이 타인을 비난하는 생각을 하는 전략임으로 서로 다른 부분을 측정하고 있다. 비자살적 자해가 자신에게 해를 가하는 행동임을 고려해보았을 때 타인보다 자신에게 더 많은 귀인을 하는 연구대상의 특성으로 생각된다. 또한 애착 불안은 경도 자해 집단과

중등도/중증도 자해 집단의 비자살적 자해와 모두 상관을 보인 것과 다르게 애착 회피는 단지 중등도/중증도 자해 집단의 비자살적 자해와 유의한 상관을 보였다는 점이 흥미롭다. 즉, 높은 애착 회피는 경도 수준의 비자살적 자해를 높이지는 않지만 중등도/중증도 수준의 자해를 높일 수 있다는 것이다. 성인 애착과 비자살적 자해와의 관계에서 혼재된 결과(Stepp et al., 2008; Gilbert et al., 2009; Levesque et al., 2010; Tatnell et al., 2014; Gornley & McNiel, 2010; Critchfield, Levy, Clarkin & Kernberg, 2008)에는 자해의 심각도가 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 따라서 자해의 심각도에 따라 애착 유형과의 관계가 어떻게 달라지는 지 재확인하는 것이 필요하다.

둘째, 경도 자해 집단에서 애착 불안은 비자살적 자해에 영향을 미치고, 그 사이에서 부적응적 인지적 정서조절 전략이 부분 매개하는 것으로 나타났다. 그러나 애착 회피는 비자살적 자해에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 애착 불안과 비자살적 자해 간의 관계를 부적응적 인지적 정서조절 전략이 매개하는 것은 모의 애착 불안 수준이 높을수록 정서 조절 전략에 접근하는 것이 어려워져 비자살적 자해를 더 많이 하게 된다는 선행연구(Tatnell et al., 2018)와 유사한 결과이다. 이는 애착 불안이 높은 개인은 부적응적 인지적 정서조절 전략을 사용하게 되어 비자살적 자해, 특히 경도 수준의 비자살적 자해를 경험할 수 있다는 것을 의미한다. 또한, 부적응적 인지적 정서조절 하위요인 중 반추가 애착 불안과 비자살적 자해를 매개하는 것으로 나타났다. 이는 애착 불안 차원이 높은 사람들은 부정적인 생각을 반추하고 자신이 받는 스트레스에 초점을 맞추며 정서중심의 대처전략을 사용하는

경향이 있으며(Shaver & Mikulincer, 2002) 이러한 반추의 사고가 비자살적 자해를 증가시키는 요인임을 설명한 선행연구(민정향, 2017; 백보겸 등, 2019)와 맥을 같이 한다. 애착 불안의 사람들은 거절당하고 버림받아 혼자가 되는 것에 대해서 두려워하는 것을 특징으로 하는데(Brennan et al., 1998), 이러한 사람들은 부정적인 정서를 조절하기 위해 타인의 지지를 추구하며 타인의 주의를 끌기 위하여 비자살적 자해를 시도하게 된다고 설명한다(정현숙, 2013; Levesque et al., 2017). 이러한 과정에서의 자해는 경도 수준의 비자살적 자해를 이끌게 되는 것이다. 경도 수준의 자해를 하는 경우에 자해를 직접적으로 다루기는 어려울 수 있지만 반추의 인지과정을 다룰 수는 있을 것이다. 반추를 시작하는 단계에서는 문제해결의 도움이 될 것이라는 믿음이 작용하지만, 점차로 자동적인 악순환 과정이 되기에(김빛나, 임영진, 권석만, 2010), 상담 장면에서 내담자가 정서조절을 하기 위한 전략으로 반추를 사용하고 있다면, 내담자의 긍정적인 시도에 대해서는 인정해주면서도 이러한 과정에서 자동적으로 악순환되는 구조에 대해서 이해할 수 있도록 도와주며 자동적인 반추를 인식할 수 있도록 작업해야 할 것이다.

셋째, 중등도/중증도 자해 집단에서 성인애착(애착회피, 애착불안)과 비자살적 자해의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과가 유의하지 않았다. 세부적으로 애착불안은 비자살적 자해에 영향을 미치지 않았으며 애착 회피는 비자살적 자해에 미치는 영향은 유의하였으나 애착 회피가 비자살적 자해에 미치는 영향을 통제된 후의 부적응적 인지적 정서조절 전략의 영향이 유의하지 않았다. 그러나 부적응적 인지적 정서조절 전략의

하위요인 중 ‘자기비난’은 애착 회피와 비자살적 자해의 관계를 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이는 애착 회피 수준이 높을수록 자신을 비난하는 정서조절 전략을 사용하게 되고 이는 경도 수준의 비자살적 자해뿐만 아니라 중등도/중증도 자해를 경험할 수 있다는 것을 의미한다. 애착 회피의 사람들은 타인과 친밀해지는 것에 대해 두려워하며 이러한 사람들은 스트레스로부터 인지적 그리고 행동적으로 거리를 두려는 경향이 있다(Shaver & Mikulincer, 2002). 자기비난은 분노억제와 비자살적 자해의 관계를 매개(임호연, 2019)하며, 자기체계 손상과 비자살적 자해의 관계를 매개(고정희, 2017)하는 것으로 나타났다. 김수진과 김봉환(2015)은 비자살적 자해를 경험하는 사람들은 갈등, 분노, 수치심 등의 심리적 고통을 느끼게 되고 이를 벗어나고 싶지만 주변과 나누기 어렵고 ‘스스로 하지 않으면 안될 것 같은 느낌’에서 벗어나기 위해서 자해를 시도한다고 설명한다. 또한 자기비난이 높은 사람들은 회피적인 문제 해결방식이 주로 나타나게 되며(고정희, 2017), 불편한 정서를 회피하기 위해 무의식적으로 억압하고 부인하는 사람들이 자해의 중등도 방법을 사용한다(이주연, 2017). 즉, 타인과 친밀해지는 것을 두려워하는 사람들은 심리적인 고통에 대하여 자신에게 원인을 돌려 스스로를 비난하게 되고 이를 해결하기 위해서 중등도/중증도 수준의 비자살적 자해를 하게 된다는 설명이 가능할 것이다. 자기 비난은 자신을 혐오하고 더 나아가 자신을 파괴하고 싶은 마음이 비자살적 자해로 표출되는 것으로 여겨진다. 이러한 자기 비난을 관리하기 위하여 Gilbert(2014)는 자기자비중심치료를 제안하였는데, 자기자비중심치료는 안전, 따뜻함, 유대감의 감정을 개발

하고 온정의 태도로 바꾸는 것에 초점을 둔다 (임호연, 2019). 상담 장면에서는 먼저 자기 비난의 목소리를 인식하도록 돕고 자기 자비에 대한 두려움을 상담에서 꺼낼 수 있도록 상담자가 버텨주며 자기 비난의 목소리를 온정의 태도로 바꾸며 자기 연민을 키울 수 있도록 하는 것이 중요할 것이다.

따라서 상담 및 심리치료 장면에서 내담자가 비자살적 자해를 하고 있다고 보고한다면, 치료 전략의 수립에 앞서서 부적응적인 인지적 정서조절 전략을 사용하고 있는지를 확인할 필요가 있다. 사용하고 있는 인지적 정서조절 전략에 따라 어떠한 애착을 형성했는지 예측할 수 있으며 또한 사용하고 있는 인지적 정서조절 전략으로 비자살적 자해의 수준 또한 예측해볼 수 있을 것이다. 또, 애착을 직접적으로 다루는 것보다 더 빠르게 치료에 개입하고 비교적 더 좋은 치료 성과를 나타낼 수 있을 것이라고 기대할 수 있다. 부적응적 인지적 정서조절 전략의 사용 여부를 살펴보고, 그를 감소시키는 것이 필요할 것으로 보인다. 예를 들어, 비자살적 자해에서 적응적 인지적 정서조절 전략이 보호요인이 될 수 있다는 선행연구(구훈정 등, 2015)를 참고하면, 적응적인 정서조절 전략을 학습하는 것도 도움이 될 수 있을 것이라 예상된다.

본 연구는 초기 성인기를 대상으로 성인애착과 비자살적 자해, 부적응적 인지적 정서조절 전략 간의 관계를 확인하였다. 현재 애착과 비자살적 자해의 관계를 연구한 국내 연구는 국외 연구를 개관한 연구(김수진, 2015)만이 존재하여 한국인을 대상으로 연구한 것이 전무한 실정이다. 따라서 본 연구에서 애착과 비자살적 자해를 연구한 첫 논문인 것에 의의가 있다. 또한, 본 연구에서는 애착 유형(애착

불안, 애착 회피)을 구분하였고 비자살적 자해 또한 심각도에 따라서 경도와 중등도/중증도로 구분하였다. 많은 선행연구들에서 불안정 애착을 하위 요인으로 나누지 않고 살펴본 연구들이 많으며, 하위 요인으로 나누었을 때 비자살적 자해와의 관계에서 혼재된 결과를 보였다. 또한 비자살적 자해에 대한 보다 더 심층적인 이해를 위해서는 자해의 심각도에 따라서 어떤 요인들이 영향을 미치는지 살펴볼 필요가 있음에도(김화정, 송현주, 2019) 많은 선행연구들은 비자살적 자해를 단일 요인으로 분석해왔다. 본 연구 결과는 애착과 비자살적 자해의 관계에서 혼재되어 있는 결과들은 비자살적 자해의 심각도의 요인으로 인하여 그러한 결과를 만들어냈을 수 있다는 시사점을 주었으며, 이를 위한 추가연구가 필요할 것으로 보인다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 먼저, 본 연구는 자기보고식 설문지를 사용하여 이루어졌기 때문에 신뢰도와 타당도가 입증되었다고 하더라도 객관적인 측정값을 반영하는 데 한계가 있다. 비임상 집단의 자해 양상은 임상집단에서의 자해 행동이나 자살시도와 달리 은밀하여 잘 드러나지 않는 특성이 있으므로(정구경, 2015) 사회적으로 바람직한 수준에서 응답하거나 방어적으로 응답했을 수 있다. 따라서 추후 연구에는 자기보고식 척도 이외에도 변인들을 다각도로 측정할 수 있는 방법을 고안할 필요가 있을 것으로 보인다. 둘째, 본 연구는 657명 대상으로 설문을 실시한 결과, 자해 경험이 있는 269명을 대상으로 연구를 진행하였다. 비자살적 자해의 집단을 경도 집단과 중등도/중증도 집단으로 구분하여 진행하였으며 경도 집단은 201명, 중등도/중증도 집단은 68명으로

중등도/중증도 집단 간 참여자 수의 차이가 있다. 따라서 연구결과의 일반화와 기초자료로서의 가치를 확보하기 위하여 후속연구에서는 중등도/중증도 집단의 대상자를 보다 많이 확보할 필요가 있다. 셋째, 본 연구는 종단적인 연구가 아닌 횡단적 연구이기 때문에 인과적인 결론을 내리기 어렵다. 따라서 후속 연구에서는 종단 설계 혹은 실험 설계를 통해 변인들 간의 인과관계를 분명히 밝혀볼 필요가 있다. 또한 비자살적 자해에 관한 국내 연구가 아직 많이 이루어지지 않았고, 비임상 집단의 초기 성인기만을 대상으로 하였기에 연구 결과를 일반화시키는 데 한계가 있다. 비자살적 자해가 시작되며 가장 높은 유병률을 보이는 시기는 청소년기와 초기 성인기이다(Klonsky & Muehlenkamp, 2007). 추후 연구에서는 청소년기의 표본을 추가하여 함께 연구해 봐야 할 필요성이 있을 것이다. 또한 내담자의 비자살적 자해행동을 이해하고 필요한 개입을 제공하기 위해서는 보다 다양한 집단을 대상으로 비자살적 자해를 유발하는 요인에 대한 탐색과 치료적 개입의 연구가 이루어질 필요가 있다.

참고문헌

- 강남호 (2017). 초기부적응 도식과 비자살적 자해의 관계. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 강민경 (2018). 인지적 정서조절 전략과 대인관계 및 부적 정서 간의 관계에 대한 메타분석. 인제대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 고정희 (2017). 자기체계 손상이 비자살적 자해에 미치는 영향: 자기비난과 고통감내력의 조절된 매개효과. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 구훈정, 우성범, 이종선 (2015). 외상적 사건과 자해의 관계에서 부적응적 인지조절의 매개효과와 적응적 인지조절의 조절효과: 성차를 중심으로. 한국심리학회지: 임상 34(1), 173-198.
- 구훈정, 조현주, 이종선 (2014). 아동기 정서적 학대경험, 정서강도와 자해의 관계에서 부적응적 인지정서조절과 부정정서의 매개효과. 인지행동치료 14(2), 191-216.
- 김빛나, 임영진, 권석만 (2010). 탈중심화가 내부초점적 반응양식과 우울증상에 미치는 영향. 한국심리학회지: 임상 29(2), 573-596.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확장적 요인분석과 문항 반응이론을 중심으로. 서울대학교 석사학위논문.
- 김소희 (2004). 스트레스 사건, 인지적 정서조절 전략과 심리적 안녕감 간의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김수진 (2015). 비자살적 자해와 애착 연구 개관: 국외 연구를 중심으로. 인간발달연구 22(3), 1-24.
- 김수진 (2017). 비자살적 자해의 위험요인과 보호요인 개관. 청소년학연구 24(9), 31-53.
- 김수진, 김봉환 (2015). 청소년 내담자의 반복적 자해행동의 의미탐색: 고통으로 고통을 견디기. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료 27(2), 231-250.
- 김화정, 송현주 (2019). 청소년의 비자살적 자해와 수치심경향성, 죄책감경향성의 관계. 한국심리치료학회지 11(1), 1-20.
- 민정향 (2017). 비자살적 자해와 폭식에 대한 정서흥수모델의 검증: 부정조급성과 정서흥수

- 유발요인을 중심으로. 서울대학교 석사학위논문.
- 백보겸, 김지인, 권호인 (2019). 자의식적 부정 정서가 비자살적 자해에 미치는 영향: 정서조절전략의 매개효과를 중심으로. 한국콘텐츠학회논문지, 19(3), 385-395.
- 손유진 (2014). 어머니의 성인애착이 자녀양육행동에 미치는 영향에 대한 결혼만족도의 조절효과. 건국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 신지옥 (2006). 애착, 정서, 그리고 대인관계 유능성 사이의 관계에 대한 경로분석. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 안의홍 (2019). 청소년의 애착, 감정표현불능, 충동성, 비자살적 자해의 구조적 관계. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이동귀, 함경애, 배병훈 (2016). 청소년 자해행동: 여중생의 자살적 자해와 비자살적 자해. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료 28(4), 1171-1192.
- 이주연 (2017). 경험회피와 비자살적 자해의 관계: 신체적 불편감 감내력 부족의 조절효과. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 이형두 (2018, 12, 04). 줄지 않는 청소년 SNS '자해 인증'...해법없나. 딜라이트닷컴. <http://delight.net/post/get/28/14044> 에서 검색.
- 임호연 (2019). 고등학생의 분노억제와 비자살적 자해행동의 관계: 자기위안에 의해 조절된 자기비난의 매개효과. 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 전은숙, 홍혜영 (2012). 성인애착과 용서의 관계에서 인지적 정서조절 전략의 조절효과. 상담학연구 13(3), 1159-1179.
- 정구경 (2015). 청소년의 스트레스와 자해 및 우울의 관계에서 고통 감내력의 매개효과. 서울사이버대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 정현숙 (2013). 대학생의 성인애착유형에 따른 정서조절전략 사용의 차이. 국민대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 진선주 (2019). 자해 청소년의 특성과 관련 변인 연구. 한양대학교 대학원 박사학위논문.
- 추은영, 이영호 (2018). 자해 척도(ISAS)의 한국판 타당화 연구. 청소년학연구 25(11), 95-124.
- 한지혜 (2018). 성인의 자해동기와 자해행동 간의 관계: 자기조절 수준의 조절효과 검증. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- Asarnow, J. R., Porta, G., Spirito, A., Emslie, G., Clarke, G., Wagner, K. D., & Mayes, T. (2011). Suicide attempts and nonsuicidal self-injury in the treatment of resistant depression in adolescents: findings from the TORDIA study. *Journal of The American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 50(8), 772-781.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 5th ed. (DSM-5)*. Washington, DC: Author.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226.
- Baetens, I., Claes, L., Martin, G., Onghena, P., Grietens, H., Van Leeuwen, K., & Griffith, J. W. (2014). Is nonsuicidal self-injury associated with parenting and family factors?. *The Journal of Early Adolescence*, 34(3), 387-405.
- 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.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss: Attachment*, V. Basic Books.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult romantic attachment. An integrative overview. In J. A. Simson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*(46-76). New York: Guilford Press.
- Bryan, C. J., Rudd, M. D., Wertenberger, E., Young-McCaughon, S., & Peterson, A. (2015). Nonsuicidal self-injury as a prospective predictor of suicide attempts in a clinical sample of military personnel. *Comprehensive Psychiatry*, 59, 1-7.
- Cassels, M., van Harmelen, A. L., Neufeld, S., Goodyer, I., Jones, P. B., & Wilkinson, P. (2018). Poor family functioning mediates the link between childhood adversity and adolescent nonsuicidal self injury. *Journal of child psychology and psychiatry*, 59(8), 881-887.
- Chapman, A. L., Gratz, K. L., & Brown, M. Z. (2006). Solving the puzzle of deliberate self-harm: The experiential avoidance model. *Behaviour Research and Therapy*, 44(3), 371-394.
- Critchfield, K. L., Levy, K. N., Clarkin, J. F., & Kernberg, O. F. (2008). The relational context of aggression in borderline personality disorder: Using adult attachment style to predict forms of hostility. *Journal of Clinical Psychology*, 64(1), 67-82.
- D'Onofrio, B. M., Van Hulle, C. A., Waldman, I. D., Rodgers, J. L., Rathouz, P. J., & Lahey, B. B. (2007). Causal inferences regarding prenatal alcohol exposure and childhood externalizing problems. *Archives of General Psychiatry*, 64(11), 1296-1304.
- Favazza, A. R. (1998). The coming of age of self-mutilation. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 186(5), 259-268.
- Fennig, S. (2019). Personality pathology in minor versus moderate-severe non-suicidal self-injury among young adults. *Israel Journal of Psychiatry*, 56(1), 34-40.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2004). *Affect regulation, mentalization and the development of the self*. London, UK: Karnac Books.
- Fortune, S. A., & Hawton, K. (2005). Deliberate self-harm in children and adolescents: a research update. *Current opinion in Psychiatry*, 18(4), 401-406.
- 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.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Gilbert, P. (2014). *자비중심치료*. (조현주, 박성현 공역). 서울: 학지사. (원전은 2010년에 출판).
- Gilbert, P., McEwan, K., Bellew, R., Mills, A., & Gale, C. (2009). The dark side of competition: How competitive behavior and

- striving to avoid inferiority are linked to depression, anxiety, stress and self-harm. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 82(2), 123-136.
- Gormley, B., & McNiel, D. E. (2010). Adult attachment orientations, depressive symptoms, anger, and self-directed aggression by psychiatric patients. *Cognitive Therapy and Research*, 34(3), 272-281.
- Grandclerc, S., De Labrouhe, D., Spodenkiewicz, M., Lachal, J., & Moro, M. R. (2016). Relations between nonsuicidal self-injury and suicidal behavior in adolescence: a systematic review. *PLoS one*, 11(4), e0153760.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2008). The relationship between emotion dysregulation and deliberate self harm among female undergraduate students at an urban commuter university. *Cognitive Behaviour Therapy*, 37(1), 14-25.
- Guan, K., Fox, K. R., & Prinstein, M. J. (2012). Nonsuicidal self-injury as a time-invariant predictor of adolescent suicide ideation and attempts in a diverse community sample. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 80(5), 842-849.
- Guertin, T., Lloyd-Richardson, E., Spirito, A., Donaldson, D., & Boergers, J. (2001). Self-mutilative behavior in adolescents who attempt suicide by overdose. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 40(9), 1062-1069.
- Klonsky, E. D., & Muehlenkamp, J. J. (2007). Self-injury: A research review for the practitioner. *Journal of Clinical Psychology*, 63(11), 1045-1056.
- Klonsky, E. D., & Glenn, C. R. (2009). Assessing the functions of non-suicidal self-injury: Psychometric properties of the Inventory of Statements About Self-injury (ISAS). *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 31(3), 215-219.
- Levesque, C., Lafontaine, M. F., & Bureau, J. F. (2017). The mediating effects of emotion regulation and dyadic coping on the relationship between romantic attachment and non-suicidal self-injury. *Journal of Youth and Adolescence*, 46(2), 277-287.
- Levesque, C., Lafontaine, M. F., Bureau, J. F., Cloutier, P., & Dandurand, C. (2010). The influence of romantic attachment and intimate partner violence on non-suicidal self-injury in young adults. *Journal of Youth and Adolescence*, 39(5), 474-483.
- Linehan, M. M. (1993). *Skills training manual for treating borderline personality disorder*. New York: Guilford Press.
- Lloyd-Richardson, E. E., Perrine, N., Dierker, L., & Kelley, M. L. (2007). Characteristics and functions of non-suicidal self-injury in a community sample of adolescents. *Psychological Medicine*, 37(8), 1183-1192.
- Muehlenkamp, J. J., & Kerr, P. L. (2010). Untangling a complex web: how non-suicidal self-injury and suicide attempts differ. *The Prevention Researcher*, 17(1), 8-11.
- Nock, M. K. (2009). Why do people hurt themselves? New insights into the nature and functions of self-injury. *Current Directions in Psychological Science*, 18(2), 78-83.

- Nock, M. K. (2010). Self-injury. *Annual review of clinical psychology*, 6, 339-363.
- Nock, M. K., & Prinstein, M. J. (2004). A functional approach to the assessment of self-mutilative behavior. *Journal of consulting and clinical psychology*, 72(5), 885.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers*, 36(4), 717-731.
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate behavioral research*, 42(1), 185-227.
- Rodham, K., & Hawton, K. (2009). Epidemiology and phenomenology of nonsuicidal self-injury. In M. K. Nock (Ed.), *Understanding nonsuicidal self-injury: Origins, assessment, and treatment* (p. 37 - 62). Washington: APA Books.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment related psychodynamics. *Attachment & Human Development*, 4(2), 133-161.
- Stepp, S. D., Morse, J. Q., Yaggi, K. E., Reynolds, S. K., Reed, L. I., & Pilkonis, P. A. (2008). The role of attachment styles and interpersonal problems in suicide-related behaviors. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 38(5), 592-607.
- Suyemoto, K. L. (1998). The functions of self-mutilation. *Clinical Psychology Review*, 18(5), 531-554.
- Tatnell, R., Hasking, P., Newman, L., Taffe, J., & Martin, G. (2016). Attachment, emotion regulation, childhood abuse and assault: examining predictors of NSSI among adolescents. *Archives of Suicide Research*, 21(4), 610-620.
- Tatnell, R., Hasking, P., & Newman, L. (2018). Multiple mediation modelling exploring relationships between specific aspects of attachment, emotion regulation, and non-suicidal self-injury. *Australian Journal of Psychology*, 70(1), 48-56.
- Tatnell, R., Kelada, L., Hasking, P., & Martin, G. (2014). Longitudinal analysis of adolescent NSSI: The role of intrapersonal and interpersonal factors. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 42(6), 885-896.
- Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult Attachment, Social Self-Efficacy, Self-Disclosure, Loneliness, and Subsequent Depression for Freshman College Students: A Longitudinal Study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602-614.
- Whitlock, J., Muehlenkamp, J., & Eckenrode, J. (2008). Variation in nonsuicidal self-injury: Identification and features of latent classes in a college population of emerging adults. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 37(4), 725-735.
- Yates, T. M. (2004). The developmental psychopathology of self-injurious behavior: Compensatory regulation in posttraumatic adaptation. *Clinical psychology review*, 24(1), 35-74.
- Yates, T. M., Tracy, A. J., & Luthar, S. S. (2008). Nonsuicidal self-injury among

한국심리학회지: 상담 및 심리치료

“privileged” youths: longitudinal and cross-sectional approaches to developmental process. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 76(1), 52-62.

YTN, 인스타그램 “자해 관련 이미지 모두 삭제”... 14세 소녀 사망이 계기, 2019.02.08., https://www.ytn.co.kr/_ln/0104_201902081445061699

원 고 접 수 일 : 2020. 04. 20

수정원고접수일 : 2020. 09. 16

게 재 결 정 일 : 2020. 11. 01

The Relationship between Adult Attachment and Non-Suicidal Self-Injuries: The Mediation Effects of Maladaptive Cognitive Emotion Regulation Strategies

Insuk Lee¹⁾

Heecheon Shin²⁾

¹⁾Ajou University, Department of Psychology / Student

²⁾Ajou University, Department of Psychology / Professor

The purpose of this study was to examine the mediating effect of maladaptive cognitive emotion regulation strategies on the relationship between adult attachment and non-suicidal self-injury (NSSI). Data from 269 participants were analyzed. The analyses on the minor-level NSSI group revealed a significant positive correlation among anxious attachment, maladaptive-cognitive emotion regulating strategies, and self-injury frequency. In the moderate/severe self-injury group, there were significant positive correlations among avoidant attachment, maladaptive cognitive emotion regulation strategies, and self-injury frequency, as well as between anxious attachment and maladaptive cognitive emotion regulation strategies. Next, maladaptive cognitive emotion regulation strategies partially mediated the relationship between anxious attachment and NSSI among the minor NSSI group. In addition, ‘rumination,’ a subtype of maladaptive cognitive emotion regulation strategies, partially mediated the relationship between anxious attachment and NSSI. Finally, ‘self-blame’ was found to mediate the relationship between avoidant attachment and NSSI among the moderate/severe NSSI group. The implications and limitations of this study are discussed.

Key words : *Adult Attachment, Non-Suicidal Self-Injury, Maladaptive Cognitive Emotion Regulation Strategies, Minor Non-Suicidal Self-Injury, Moderate-Severe Non-Suicidal Self-Injury*