

대학생의 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 다차원적 경험회피의 이중매개효과*

노 현 승

전주대학교 상담심리학과/ 학생

하 정†

전주대학교 상담심리학과/ 교수

본 연구는 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 다차원적 경험회피가 이중매개효과를 가지는지 검증하고자 하였다. 이를 위해 수도권, 강원도, 충청도, 전라도, 경상도 지역 12개 4년제 대학생 500명을 대상으로 설문조사를 하고, 자료를 분석하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 연구모형과 경쟁모형을 설정하여 비교한 결과 둘 다 양호한 적합도를 보였기 때문에 χ^2 차이검증을 통해 더 간명한 모형을 최종모형으로 선정하였다. 그 결과, 성인애착과 사회불안의 관계를 가장 잘 설명하는 모형은 애착회피와 거부민감성 간의 직접 경로를 설정하지 않은 경쟁모형이었다. 둘째, 애착불안과 사회불안의 관계에서 거부민감성이 부분매개하였다. 셋째, 성인애착과 사회불안의 관계에서 다차원적 경험회피가 부분매개하였다. 넷째, 애착불안과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 다차원적 경험회피가 이중매개하였다. 이를 통해 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계에 대한 이해를 확장하고 매개변인인 거부민감성과 다차원적 경험회피가 부분매개 하는 것을 확인하였다. 연구결과를 바탕으로 본 연구의 의의 및 제한점과 후속연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 성인애착, 사회불안, 거부민감성, 다차원적 경험회피

* 본 연구는 노현승(2020)의 전주대학교 석사학위논문 ‘대학생의 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 다차원적 경험회피의 이중매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 하 정, 전주대학교 상담심리학과, 전라북도 전주시 완산구 천잠로 303

Tel : 063-220-2921, E-mail : hajung68@jj.ac.kr

최근 사람과 대면하지 않는 언택트(untact)에 기반을 둔 사회현상이 밀레니얼 세대(2~30대)를 중심으로 늘고 있다. 언택트는 대인관계에 따른 피로감을 회피하기 위해 비대면 방식을 선호한다는 신조어이다. 매장의 무인안내기 주문, 셀프계산대, 무인택배함, 셀프주유소, 배달 앱 등을 예로 들 수 있다. 편리하고 시간에 구애받지 않는다는 장점도 있지만, 타인과 대면하거나 소통하는 기회는 많이 줄어들었다(스냅타임, 2020.02.18.). 언택트가 늘어나고 보편화 되면서 대인관계의 피로감은 줄어들 수 있지만, 오히려 사람과 대면하여 의사소통하거나 관계를 맺는 것에 어려움을 겪을 수 있음을 예상할 수 있다. 현재 대학이라는 곳은 기존 강의식 수업에서 벗어나 발표나 토론 수업이 많아지고 있으며 대학생들은 수업뿐만 아니라 동아리 활동, 공모전, 면접 등 다양한 활동을 통해 자신의 의견이나 생각을 낯선 사람들과 소통해야 하는 장면에 많이 노출된다. 따라서 의견을 내거나 타인과의 접촉을 잘 해내는 것은 적응적인 학교생활을 위해서도 중요하다(박형주, 2019). 대학생의 사회불안은 발표, 조별과제 또는 대인관계 등에서 어려움을 겪게 하고 이는 이후 취업을 하거나 목표를 이루는 데 방해요인이 될 수 있다(김나경, 양난미, 2016).

사람과 의사소통하고 관계를 맺는 과정에서 평가받는다는 것에 대한 두려움을 받거나 누군가에게 관찰을 당한다고 느낀다면 사회불안이 발생할 수 있다. 사회불안(social anxiety)은 대인관계나 발표, 수업 등의 수행상황에서 타인의 시선과 부정적 평가를 두려워하는 정서적 반응이며 얼굴이 빨개지고 머리가 하얘지는 등의 인지적, 행동적 반응과 신체적 증상을 동반하는 불안의 유형 중 하나이다(최명희,

김진숙, 2019). 가벼운 불안이라면 준비상황에 대한 대처를 잘 할 수 있도록 도움을 줄 수 있지만, 이러한 두려움과 불안의 정도가 심해져서 현실에서 살아가는 것에 극심한 고통이나 어려움을 주고 적응을 해친다면 사회불안 장애로 발전될 수 있다(유승령, 김은하, 2019). 심각한 정도의 사회불안은 학업적, 직업적, 대인관계적 측면에서의 기능 손상을 유발한다(Schneier et al., 1994). DSM-5(APA, 2015)에서는 사회불안(social anxiety)을 타인에게 관찰될 수 있는 사회적 상황에 노출될까봐 두려워하고, 부정적으로 평가될 가능성이 있는 불안 증상을 보일까봐 불안해하는 것이라고 정의하고 있다. 임상 장면에서는 사회불안 증상을 겪으면 사회공포증으로 진단 내려질 수 있지만, 일반인들도 사회적 상황에서 불안과 불편감을 호소할 수 있다(Parker, 1979). 예를 들어, 대인관계나 발표, 수업 등의 상황에서 얼굴이 빨개지거나 머리가 하얘지는 등의 신체·심리적 반응이 나타나는 것이다(최명희, 김진숙, 2019).

최근 사회불안을 발생시키거나 지속시키는 요인이 연구되고 있는데 선행연구에서는 사회불안이 부모와의 애착과 연관이 있음을 확인하였다(김은혜, 장문선, 조현춘, 2014; 차지연, 김정규, 2018). 애착(attachment)은 생애 초 자신과 가까운 사람에게 형성되는 정서적 유대감이다. 애착 이론에 따르면 아동은 주 양육자와의 상호작용을 통해 자신과 타인에 대한 내적작동모델(internal working model)을 형성하게 되고 이후 전 생애에 걸쳐 지속적으로 작용하며 대인관계 및 개인의 적응적 발달에 중요한 역할을 한다(Bowlby, 1980). 어릴 때 형성된 관계 패턴은 성인기에 친밀한 관계를 형성할 때 적용되어 성인애착의 발달에 영향을 미친다고

밝혀졌다(Cicirelli, 1983). 특히 어린 시절 부정적인 내적 표상이 내재화되면 성인기 애착에도 영향을 주어 사회불안의 주요 특징인 거절과 두려움에 영향을 주는 것으로 보고되었다(Brennan & Shaver, 1998; 김나경, 양난미, 2016). 성인애착은 성인이 현재 맺고 있는 중요한 타인과의 애착이며, 아동이 성장하면서 주 양육자로부터 또래나 연인으로 애착 대상이 전환되는 과정의 결과이다(Hazan & Shaver, 1994).

성인기 불안정 애착은 애착불안과 애착회피의 독립적인 두 차원으로 나눌 수 있다(Brennan, Clark, & Shaver, 1998). 최근에는 성인애착을 애착불안과 애착회피 두 차원으로 개념화하여 설명하는 추세이다. 애착불안(anxiety)은 관계에 지나치게 몰두하고, 타인에게 거절이나 버림을 받을까 두려워하는 차원이며 비일관적으로 반응하거나 반응하지 않는 양육태도로 형성된다. 그로 인해 대인관계에서 극도의 친밀감을 추구하고, 거부에 대한 두려움이 있으며, 타인에게 의존하려는 경향성을 보인다. 감정에 쉽게 휩싸이거나 과민반응을 나타내며 정서조절에 어려움을 보이기도 한다. 일반적으로 애착불안이 높으면 친밀한 대상과 가까워지고, 수용되고, 지지받으며, 확신 받고자 하는 욕구가 높다. 애착회피(avoidance)는 타인과 친밀해지는 것을 불편해하며 독립성이 높은 차원이며 거부적이거나 비수용적인 양육태도로 형성된다. 타인과의 친밀감에 대해 두려워하며 거리를 두고 관계를 맺으려 하므로 정서적 단절이 발생할 수 있다. 따라서 애착불안이 높은 사람은 친밀감을 추구하기 때문에 타인의 삶에 지나치게 관여하려 하지만 적극적으로 관계를 맺진 못한다. 반면, 애착회피가 높은 사람은 타인과 정서적인 교류를 회피

하고 거리를 두는 특성이 있다(배애진, 심혜원, 2018). 이처럼 불안정 애착은 사회적 관계에 지속적으로 부정적인 영향을 미치고 있다. 많은 연구에서 애착불안과 애착회피 수준이 높을수록 사회불안이 높은 것으로 보고하고 있으며, 대학생의 성인애착은 사회불안과 정적 관련성이 있는 것으로 나타났다(김나경, 양난미, 2016; 송진옥, 2017; 이유정, 2017; 차지연, 김정규, 2018). 따라서 본 연구에서는 성인애착의 개념적 차원을 반영하여 애착불안과 애착회피로 구분하여 성인애착이 사회불안에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다.

인간은 중요한 타인과 관계를 맺으며 거부를 경험하는데 거부에 대한 반응은 사람마다 다르게 나타난다. 부탁을 거절했을 때 대수롭지 않게 받아들이는 사람이 있는가 하면, 자신에 대한 거부로 민감하게 받아들여 정서적 불편감을 느끼는 사람이 있다. 정서적 불편감이 반복되면 거부에 대한 두려움이 생기며 결국 부적응적 대인관계를 유지하기도 한다(조재숙, 2017). 거부민감성(rejection sensitivity)은 사회적 관계에서 사람들이 자신을 거부할 것이라고 불안해하고, 거부와 관련한 정보를 민감하게 지각하고, 거부당하는 것에 과민하게 반응하는 인지-정서적 과정이다(Feldman & Downey, 1994). 거부민감성이 높은 사람은 거부에 대해 민감하고 취약할 뿐 이 자체로 병리적인 문제를 일으키지는 않지만, 이로 인해 사회적 상호작용에서 스트레스를 받게 되고, 결국 위협적이게 받아들여 회피행동으로 이어질 수 있다(백지영, 2020; Downey, Feldman, & Ayduk, 2000). 거부민감성은 사회불안과 맥락을 같이 하는데 거부민감성이 높은 사람은 과거에 거부당하고 거절당한 경험으로 인해 다시 거부당할 것이라는 예기불안을 느낀다. 사

회불안도 수행상황이나 대인관계 상황에서 자신의 행동이 수용될 수 없을 것이라는 불안을 느낀다(이영아, 이인혜, 2016). 즉, 거부될 가능성이 있는 상황이라면 어떤 상황이든지 사회불안을 높일 수 있다. 거부민감성이 높을수록 사회불안을 높게 경험한다는 결과는 여러 연구에서 검증해왔다. 배리영과 최지영(2018)은 정서적 학대를 통해 내재된 거부민감성이 높을수록 사회불안이 높아진다는 것을 확인하였다. 백지영(2020)은 대학생의 거부민감성이 높을수록 대인 존재감이 낮아지며, 자신을 중요한 존재로 받아들이지 못하기 때문에 사회불안을 느끼게 된다고 밝혔다. 따라서 거부민감성이 악순환되는 시스템을 깰 수 있는 변인을 탐색하여 사회불안의 발현과 지속을 막아야 할 필요가 있다(이지수, 2018).

거부민감성은 애착 이론 및 내적작동모델로 설명할 수 있다. 생애 초 주 양육자로부터 반복적으로 거부당한 경험이 있는 사람은 중요한 타인과의 관계에서 자신이 거부당할 것이라는 불안감을 가지며 불안정한 내적작동모델을 발달시킨다. 이렇게 거부민감성이 높은 사람은 확실한 거부 단서가 아닌 중립적인 단서나 상황도 거부로 인지하여 타인에게 공격적으로 반응하며 행동하게 된다(Downey & Feldman, 1996; Levy, Ayduk, & Downey, 2001). 관련 연구에 따르면 아동은 비수용적인 양육자에 의해 불안정한 내적작동모델이 형성되며 그로 인해 거부민감성이 높아질 수 있다고 보고되었다(Kennedy, 1999). 또한, 생애 초 주 양육자가 비일관적이고 거부적인 태도를 반복해서 보이는 경우, 이후 중요한 타인에 대해서도 거부에 대한 예기불안이 있으며 거부에 대해 민감하게 지각한다고 나타났다(최연숙, 2015; 최진경, 2020).

한편 선행연구에서 애착불안과 애착회피가 거부민감성에 미치는 영향을 살펴봤을 때 결과의 차이가 있었다. 먼저, 애착불안과 애착회피가 거부민감성에 미치는 영향이 다른 경우이다. 최연재와 신나나(2019)의 연구에서는 애착불안이 거부민감성에 미치는 영향은 유의미했지만, 애착회피는 유의미하지 않았다. 또한, 황지선과 안명희(2015)의 연구에서도 애착불안이 높을수록 자신에 대한 부적절감과 수치심이 심화되어 불안해지고 거절에 대한 예기불안이 높아졌다. 반면 애착회피의 경우 거부민감성에 미치는 영향이 유의미하지 않았는데, 이는 애착회피가 높은 사람은 타인과의 관계에서의 경험을 과도하게 억압할 수 있기 때문이라고 제안하였다. 반면, 애착불안과 애착회피가 거부민감성에 미치는 영향이 모두 유의미하다는 선행연구 결과도 있다(김혜원, 이지연, 2018; 성정아, 홍혜영, 2014; 윤희경, 윤희식, 2013). 애착불안은 타인과 친밀해지고 싶은 욕구가 있으므로 관계에 집착하지만 거부당할 것을 두려워하여 타인에게 의존하는 경향이 있다. 반면, 애착회피는 타인과 친밀해지고 싶은 욕구가 낮으므로 거부당하기 전에 회피한다(김혜원, 이지연, 2018). 이를 통해 애착불안이 애착회피보다 거부민감성과 더 밀접한 관련이 있는 것으로 가정할 수 있다. 따라서 선행연구 결과의 차이로 인해, 애착회피에서 거부민감성으로 가는 경로를 제외한 모형을 경쟁모형으로 설정하였다.

마지막으로 본 연구에서는 다차원적 경험회피와 사회불안의 관련성을 살펴보고자 한다. 경험회피는 고통스러운 상황을 마주했을 때 부정적인 감정과 생각을 억누르고 회피하는 것이다(조영미, 이희경, 2013). 경험회피를 가끔 사용한다면 피해가 없을 수 있지만, 오랫동안

동안 자주 사용할 경우 심리적 부적응을 발달시키고 병리적으로 사용될 수 있다(Eifert & Forsyth, 2005). 경험회피는 수용-전념 치료(ACT)의 핵심 개념으로, 내면에 발생하는 생각이나 감정의 사적 경험을 부정적으로 평가하여 억누르거나 회피하려는 의도적인 노력이다(Hayes, Wilson, Gifford, Follechte, & Strosahl, 1996). 심리적인 욕구가 좌절되면 발생하는 부정적인 생각과 감정을 인식하는 것 자체가 고통스럽기 때문에 경험회피가 발생할 수 있다(고아라, 이경순, 2018; 조영미, 이희경, 2013). Hayes 등(1996)은 경험회피가 부적응적인 이유를 다음과 같이 세 가지로 언급하였다. 첫째, 개인이 정서, 사고, 생리적 반응 등의 사적 경험을 수용하지 않고 의도적으로 통제하려고 한다면 오히려 사적 경험들이 증가하고 악화될 수 있으므로 부적응적이라고 보았다. 둘째, 건강한 행동 변화를 통해서도 발생할 수 있는 부정적인 경험까지 회피하는 경우 삶이 왜곡될 수 있다고 보았다. 마지막으로, 과도한 경험회피는 우울, 불안 등을 발생시킬 수 있으며 부적응적 증상을 유지시킬 수 있다고 보았다.

여러 연구에 따르면 경험회피는 사회불안에 정적인 영향을 주는 것으로 밝혀졌다. 경험회피 수준을 완화하고 감소시키는 것은 불안장애 치료의 핵심요소(Barlow, Allen, & Choate, 2004)이며, 고통스러운 생각과 감정을 부정할수록 오히려 불안을 증폭시켜 사회불안을 발달시킬 수 있다고 보고하였다(김지은, 2018; 배미록, 2020; 이수인, 김충명, 2019). 또한, 내현적 자기애가 높은 사람들이 취약한 내면을 보호하기 위해 사적 경험을 회피하는 경험회피를 반복하며 사회불안이 생긴다고 하였다(오준호, 2019). 이처럼 불안한 생각과 감정들

을 경험하지 않으려 하는 것은 사회불안을 발달시키고 유지시킬 수 있다.

불안정 애착을 가진 사람일수록 정서조절의 어려움을 느껴 회피할 가능성이 높다(Waller & Scheidt, 2004). 반면 어렸을 때 주 양육자로부터 안정 애착을 형성한 사람일수록 자신의 감정에 대해서 주의를 기울이고, 수용하며 이해하려고 한다(Hazan & Shaver, 1994). 따라서 안정적인 관계가 형성되지 못하면 대인관계에서 회피하거나 억압하는 모습을 보이며(김록현, 2018), 스트레스 상황에서 부정적인 정서와 경험에 집중하여 효과적으로 대처하지 못하기 때문에 이후에도 회피와 같은 부적응적 전략을 지속해서 사용할 수 있다(이인재, 양난미, 2017). 불안정 애착과 경험회피가 정적상관이 있다는 결과는 여러 연구에서 확인하였다. 김록현(2018)과 하재필(2015)의 연구에서 애착불안과 애착회피 모두 경험회피와 유의한 정적상관이 나타났다. 한유정(2014)의 연구에서 애착불안 및 애착회피와 심리적 디스트레스의 관계에서 경험회피의 부분매개효과를 입증하였다. 이것은 불안정 애착을 형성한 사람은 자신의 경험들을 수용하지 못해 억압하고 회피할 수 있다는 결과이다. 또한, 고아라와 이경순(2018)도 애착불안과 애착회피가 경험회피에 유의한 영향이 있다는 것을 확인했으며 애착불안의 경우 경험회피를 통해 현실의 인간관계에 적응하지 못하고 SNS에 중독될 가능성이 커질 수 있음을 밝혔다.

한편 거부민감성이 높은 사람들은 타인과의 상호작용 과정 자체를 위협으로 느껴 불안감을 경험하게 되며 결국 거부를 피하고자 부정적인 생각이나 감정을 억제하고 회피하는 경향이 있다(Impett, Gable, & Peplau., 2005). 결국, 거부민감성이 높으면 다른 사람과 관계를 맺

어야 하는 사회적 상황에서 큰 불안감이 발생할 수 있다(김남재, 1996). 그러나 거부민감성이 높다고 해서 모든 사람이 사회불안이 높아지는 것은 아니며, 따라서 거부민감성과 사회불안 간 이를 매개하는 변인이 존재할 것임을 예측할 수 있다. Levy 등(2001)은 애착이론과 대인관계이론을 바탕으로 거부민감성의 형성 과정을 나타내는 거부민감성 모델을 도식화하였다. 거부민감성 모델에 따르면 거부민감성의 형성과정은 다섯 단계로 구분할 수 있다. 첫째, 생애 초기 지속적으로 거부당한 아동은 성인이 되어서도 거부를 예상하기 때문에 거부에 대해 방어적인 반응을 보인다. 둘째, 거부에 대한 방어 반응은 상대의 가벼운 거부단서를 거절로 지각하게 된다. 셋째, 거부 신호를 지각하면 질투, 분노, 적대감 등과 같은 인지-정서적 반응이 발생한다. 넷째, 이로 인해 위축되고 회피하며 공격하는 등의 행동적 반응을 나타낸다. 다섯째, 부적응적 행동적 반응으로부터 타인의 실제 거부를 끌어내 거부당할 것을 예상했다는 자기충족적 예언을 확인한다. 이 모델에서 거부민감성이 높은 사람은 미리 타인의 거부를 예상하고 인지·정서·행동적 반응을 통해 실제 거부를 끌어내며, 이것이 악순환된다고 확인할 수 있다. 따라서 불안을 발생시킬 수 있는 잠재적 거부 가능성이 있는 사회적 관계 자체를 회피하게 된다. 선행연구에서도 거부민감성이 높으면 부정정서 회피 수준이 더 높으며 그로 인해 높은 대인불안을 느낄 수 있다고 보고되었다(류혜림, 2016). 또한, 대학생의 거부민감성과 사회불안의 관계에서 경험회피가 부분매개한다는 결과(노윤영, 남숙경, 2019)를 통해 사회불안을 느낄 수 있는 상황에서 개인의 부정적인 정서를 드러내지 못하고 회피해버리는 반응은 상황

자체에 대한 불편감을 유발할 수 있다고 볼 수 있다.

지금까지의 연구결과를 종합하여 볼 때, 불안정 애착으로 인해 형성된 거부민감성은 부적응적 대처 전략인 경험회피를 통해 사회불안에 영향을 미칠 것으로 보인다. 성인애착과 사회불안이 유의미한 관계가 있다는 연구결과가 보고되고 있지만, 그럼에도 사회불안을 일으키고 유지하는데 이바지할 것으로 보이는 거부민감성과 경험회피의 구조적 관계를 통합하여 검증한 연구는 찾아보기 어렵다. 따라서 본 연구에서는 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 다차원적 경험회피를 매개변인으로 설정하였다. 이를 통해 구체적으로 대학생의 성인애착이 사회불안에 미치는 영향에서 거부민감성과 다차원적 경험회피가 어떠한 매개효과를 가지는지를 종합적이고 통합된 모형으로 검증하고자 한다. 본 연구결과는 대학생들이 경험하는 사회불안에 대한 이해를 높이고 사회불안에 관한 실제적인 개입방법을 모색하는 데 기여할 것이다.

본 연구의 연구가설은 다음과 같다. 첫째, 애착불안, 애착회피, 거부민감성, 다차원적 경험회피, 사회불안은 상관관계가 있을 것이다. 둘째, 애착불안, 애착회피, 거부민감성, 다차원적 경험회피, 사회불안의 관계를 가장 잘 설명하는 모형은 모든 경로계수가 유의한 경로를 나타내는 연구모형일 것이다. 셋째, 애착불안과 애착회피는 거부민감성을 부분매개로 사회불안에 영향을 미칠 것이다. 넷째, 애착불안과 애착회피는 다차원적 경험회피를 부분매개로 사회불안에 영향을 미칠 것이다. 다섯째, 애착불안과 애착회피는 거부민감성과 다차원적 경험회피를 이중매개로 사회불안에 영향을 미칠 것이다.

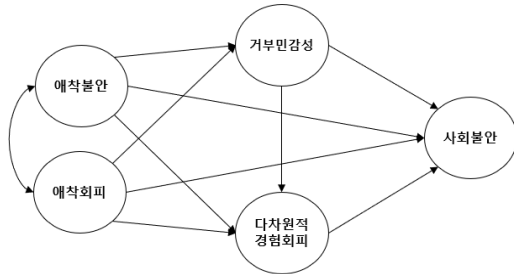


그림 1. 연구모형

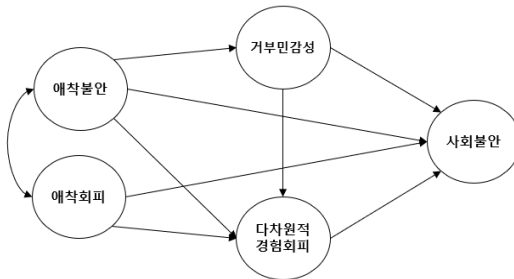


그림 2. 경쟁모형

방 법

연구 대상 및 절차

본 연구는 J대학교 생명윤리위원회(IRB)의 심의를 거쳐(IRB 승인번호: jjIRB-191212-HR-2019-1203) 수도권, 강원도, 충청도, 전라도, 경상도 지역 12개 4년제 대학에 재학 중이며, 연구 참여에 자발적으로 동의한 대학생 531명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 대학교 온라인 커뮤니티에 링크를 게시하여 안내문을 확인 후 온라인 설문지를 실시하였으며, 대학교에 직접 방문하여 설문에 대한 동의를 확인 후 오프라인 자기보고식 설문지를 동시에 실시하였다. 참여자 531명 중 불성실하게 응답한 31부를 제외한 500부가 분석 자료로 사용

되었다. 응답자의 성별 분포는 남학생 130명(26.0%), 여학생 370명(74.0%)이었으며, 학년 분포는 1학년 146명(29.2%), 2학년 122명(24.4%), 3학년 116명(23.2%), 4학년 108명(21.6%), 5학년 이상 8명(1.6%)으로 나타났다.

측정 도구

대학생 사회불안 척도(SASCS)

대학생의 사회불안 수준을 측정하기 위해 최명희와 김진숙(2019)이 개발하고 타당화한 대학생 사회불안 척도(SASCS)를 사용하였다. 본 척도는 4점 Likert 척도(0=전혀 그렇지 않다, 1=그런 편이다, 2=자주 그렇다, 3=늘 그렇다)로 평정한다. 하지만 다른 척도들과의 통일성을 위하여 4점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지 않다, 3=그렇다, 4=매우 그렇다)로 숫자 및 용어를 수정하였다. 총 22문항으로 구성되어 있으며 수행상황 11문항, 일상적 사회상황 11문항인 총 2개의 하위요인으로 이루어져 있다(예, 발표나 공연을 할 때 몸이 얼어붙는 것 같다). 각 요인의 점수가 높을수록 사회불안 수준이 높다는 것을 의미한다. 최명희와 김진숙(2019)의 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .93으로 나타났으며, 하위요인들의 Cronbach's α 는 수행상황 요인 .94, 일상적 사회상황 요인 .85로 나타났다. 본 연구에서는 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .91이고, 하위요인들의 Cronbach's α 는 수행상황 .92, 일상적 사회상황 .86으로 나타났다.

친밀관계경험척도 개정판(ECRR-K)

대학생의 불안정 애착 수준을 측정하기 위해 Brennan 등(1998)이 개발한 친밀관계경험척도(ECR)를 Fraley, Waller와 Brennan(2000)이 개정

하고 김성현(2004)이 번안한 친밀관계경험척도 개정판(ECRR-K)을 사용하였다. 본 척도는 7점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지 않다, 3=약간 그렇지 않다, 4=보통이다, 5=약간 그렇다, 6=그렇다, 7=매우 그렇다)로 평정한 다. 총 36문항으로 구성되어 있으며 애착불안 18문항, 애착회피 18문항인 총 2개의 하위요인으로 이루어져 있다(예, 다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다). 점수가 높을수록 애착불안과 애착회피의 수준이 높고 불안정 애착에 가까운 것으로 보고, 점수의 합이 낮을수록 안정적인 애착에 가깝다는 것을 의미한다. 김성현(2004)의 연구에서 애착불안의 Cronbach's α 는 .89, 애착회피는 .85로 나타났다. 본 연구에서는 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .92이고, 하위요인들의 Cronbach's α 는 애착불안 .92, 애착회피 .88로 나타났다.

대학생 거부민감성 척도

대학생의 거부민감성 수준을 측정하기 위해 박명진과 양난미(2017)가 개발하고 타당화한 대학생 거부민감성 척도를 사용하였다. 본 척도는 5점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지 않다, 3=보통이다, 4=그렇다, 5=매우 그렇다)로 평정한다. 총 16문항으로 구성되어 있으며 예기분노 5문항, 예기불안 4문항, 과잉반응 4문항, 거부지각 3문항인 총 4개의 하위요인으로 이루어져 있다(예, 관계가 점점 멀어진다고 생각되면 짜증이 나거나 화가 난다). 점수가 높을수록 거부민감성 수준이 높다는 것을 의미한다. 박명진과 양난미(2017)의 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .91로 나타났으며, 하위요인들의 Cronbach's α 는 예기분노 .88, 예기불안 .82, 거부지각 .80, 과잉반

응 .83으로 나타났다. 본 연구에서는 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .86이고, 하위요인들의 Cronbach's α 는 예기분노 .79, 예기불안 .75, 거부지각 .76, 과잉반응 .76으로 나타났다.

한국판 다차원적 경험회피 척도 단축형 (K-MEAQ-24)

경험회피를 측정하기 위해 Gámez, Chmielewski, Kotov, Ruggero, 그리고 Watson(2011)이 개발한 다차원적 경험회피 척도(MEAQ)를 이주연과 유성은(2017)이 타당화하고 단축형 척도를 개발한 한국판 다차원적 경험회피 척도 단축형(Korean Version of the Multidimensional Experiential Avoidance Questionnaire; K-MEAQ-24)을 사용하였다. 본 척도는 6점 Likert 척도(1=전혀 동의하지 않음, 2=동의하지 않음, 3=약간 동의하지 않음, 4=약간 동의함, 5=어느 정도 동의함, 6=전적으로 동의함)로 평정한다. 하지만 다른 척도들과의 통일성을 위하여 6점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 2=그렇지 않다, 3=약간 그렇지 않다, 4=약간 그렇다, 5=그렇다, 6=매우 그렇다)로 용어를 수정하였다. 총 24문항으로 구성되어 있으며 고통혐오 4문항, 고통감내 4문항, 억압/부인 4문항, 지연행동 4문항, 회피행동 4문항, 주의분산/억제 4문항 총 6개의 하위요인으로 이루어져 있다(예, 고통과 불편함이 있더라도 내가 원하는 일은 해나간다). 점수가 높을수록 경험회피 수준이 높다는 것을 의미한다. 이주연과 유성은(2017)의 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .82로 나타났으며, 하위요인들의 Cronbach's α 값은 고통혐오 .82, 고통감내 .81, 억압/부인 .76, 지연행동 .84, 회피행동 .81, 주의분산/억제 .77로 나타났다. 본 연구에서는 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .79이고, 하위요인들의

Cronbach's α 는 고통협오 .78, 고통감내 .75, 억압/부인 .73, 지연행동 .79, 회피행동 .73, 주의 분산/억제 .68로 나타났다.

자료분석

본 연구에서는 연구가설 검증을 위해 설문 조사를 통해 자료를 수집 후 SPSS 25.0과 AMOS 21.0을 사용하였으며 자세한 분석방법은 다음과 같다. 먼저, 연구에 사용한 변인들에 대한 기술통계분석을 통해 정규성을 확인하였으며, 변인들의 관계를 파악하기 위해 pearson 상관분석을 실시하였다. 다음으로 이지현, 김수영(2016)이 제안한 요인 알고리즘 방식으로 문항묶음을 제작하였으며 측정모형과 구조모형을 차례로 검증하여 연구모형과 경쟁모형의 적합성을 확인하고 최종모형을 선정하여 구조방정식모형 분석을 실시하였다. 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트래핑(Bootstrapping)을 실시하고, 팬텀변수를 활용하여 개별 매개효과를 검증하였다.

결 과

기술통계 및 상관분석

자료의 정규성 확인을 위해 왜도와 첨도를 확인한 결과 왜도 값이 -.21~.12로 2보다 작고, 첨도 값은 -.36~.22로 7을 넘지 않아 구조

방정식 모형을 적용하는데 필요한 정규성 가정이 충족되었다고 판단하였다(West, Finch, & Curran, 1995). 주요 변인 간 상관관계를 분석한 결과, 애착불안은 사회불안과 정적상관($r=.65, p<.001$)을 나타냈고, 거부민감성과도 정적상관($r=.71, p<.001$)을 나타냈으며, 다차원적 경험회피 또한 정적상관($r=.45, p<.001$)으로 나타났다. 또한 애착회피도 사회불안($r=.38, p<.001$)과 정적상관을 나타냈고, 거부민감성과도 정적상관($r=.22, p<.001$)을 나타냈으며, 다차원적 경험회피 또한 정적상관($r=.24, p<.001$)으로 나타났다. 이는 주요 변인 간에 모두 정적상관을 가지고 있는 것으로, 애착불안과 애착회피가 높을수록 거부민감성과 다차원적 경험회피가 높으며 사회불안 또한 높음을 의미한다. 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석 결과는 표 1에 제시하였다.

측정모형 검증

본 연구에서는 문항의 요인부하 크기를 기준으로 문항을 묶는 요인 알고리즘 방법을 채택하였다(이지현, 김수영, 2016). 이를 위해 최대우도법을 활용하여 탐색적 요인분석을 실시하고 세 개의 문항묶음을 구성하였다. 가장 높은 요인부하량을 보이는 문항부터 순서대로 측정변수에 할당하여 오차를 묶음 간에 균등하게 나누었다. 이후 측정변인들이 잠재변인을 적합하게 측정하는지 확인을 위해 확인적 요인분석(CFA)을 실시하였다. 그 결과 $\chi^2=229.520(p<.001), df=80, CFI=.974, TLI=.966,$

표 1. 측정모형의 적합도 지수

(N=500)

	χ^2	df	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
측정모형	229.520	80	.974	.966	.044	.061

표 2. 측정모형의 요인부하량

잠재변수	측정변수	B	β	S.E	Z
애착불안	애착불안1	1.00	.94		
	애착불안2	0.86	.87	0.03	30.33***
	애착불안3	0.85	.90	0.02	34.13***
애착회피	애착회피1	1.00	.91		
	애착회피2	1.01	.89	0.04	26.34***
	애착회피3	0.82	.79	0.04	21.99***
사회불안	사회불안1	1.00	.90		-
	사회불안2	1.05	.91	0.03	30.40***
	사회불안3	0.99	.89	0.03	29.30***
거부민감성	거부민감성1	1.00	.89		
	거부민감성2	0.88	.80	0.04	21.71***
	거부민감성3	0.92	.80	0.04	21.91***
다차원적 경험회피	경험회피1	1.00	.83		
	경험회피2	0.88	.78	0.05	17.30***
	경험회피3	0.80	.76	0.05	16.84***

주. *** $p < .001$

SRMR=.044, RMSEA=.06(90% 신뢰구간=.052-.071)으로 나타나 측정모형의 적합도가 양호하였다. 측정모형에서 각 변인의 적합도 지수는 표 2와 같다. 측정변인들의 표준화된 요인부하량(β)을 살펴보면 .60 이상의 표준화 경로계수를 가지며, 모든 경로가 .001 유의수준에서 통계적으로 유의하였다. 측정모형에서 변인들의 요인부하량은 표 3에 제시하였다.

구조모형 검증

본 연구에서 설정한 각 변인들의 구조적 관계를 확인하기 위해 구조모형 검증을 실시하였다. 연구모형과 경쟁모형의 적합성을 검증

하기 위해 구조모형을 검증한 결과 CFI, TLI는 .95 이상의 좋은 적합도를 보였고, RMSEA는 .08 이하의 괜찮은 적합도를 보여 두 모형 모두 적합도가 양호한 것으로 나타났다. 연구모형과 경쟁모형에 대한 모형적합도 및 검증결과는 표 4 및 그림 3, 그림 4와 같다. 연구모형과 경쟁모형은 내포된 모형이기 때문에 χ^2 차이검증을 통해 두 모형의 적합도를 비교하여 최종모형을 선정하였다. 두 모형이 유의도 수준 $\alpha=.05$ 에서 차이가 없다는 영가설을 기각하기 위해서는 자유도 차이가 1일 때 χ^2 값의 차이가 3.84 이상이 되어야 한다. 그 결과 χ^2 값의 차이값이 .175로 자유도 감소를 만회할 만큼 충분히 큰 차이가 나타나지 않아 더 간

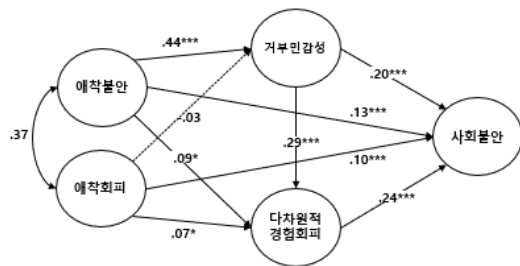
표 3. 주요변인들의 기술통계 및 상관관계

	1	1-1	1-2	1-3	2	2-1	2-2	2-3	3	3-1	3-2	3-3	4	4-1	4-2	4-3	5	5-1	5-2	5-3		
1. 애착불안	1																					
1-1. 불안1	.95***	1																				
1-2. 불안2	.93***	.82***	1																			
1-3. 불안3	.93***	.85***	.78***	1																		
2. 애착회피	.32***	.33***	.25***	.35***	1																	
2-1. 회피1	.35***	.35***	.26***	.37***	.92***	1																
2-2. 회피2	.28***	.28***	.19***	.38***	.91***	.81***	1															
2-3. 회피3	.26***	.28***	.18***	.27***	.90***	.71***	.71***	1														
3. 사회불안	.65***	.63***	.60***	.61***	.38***	.40***	.37***	.28***	1													
3-1. 사회1	.61***	.60***	.54***	.58***	.39***	.40***	.37***	.29***	.94***	1												
3-2. 사회2	.61***	.59***	.57***	.57***	.33***	.35***	.33***	.24***	.94***	.81***	1											
3-3. 사회3	.61***	.57***	.57***	.57***	.35***	.36***	.34***	.26***	.93***	.80***	.81***	1										
4. 거부민감성	.70***	.67***	.67***	.65***	.22***	.24***	.19***	.18***	.61***	.56***	.57***	.57***	1									
4-1. 거부1	.70***	.67***	.65***	.65***	.21***	.22***	.17***	.18***	.57***	.54***	.53***	.53***	.91***	1								
4-2. 거부2	.53***	.49***	.51***	.47***	.13***	.15***	.12***	.09***	.46***	.40***	.46***	.43***	.89***	.74***	1							
4-3. 거부3	.65***	.62***	.62***	.60***	.24***	.26***	.21***	.19***	.59***	.55***	.55***	.56***	.87***	.68***	.67***	1						
5. 경험회피	.45***	.43***	.42***	.40***	.24***	.21***	.23***	.23***	.52***	.51***	.49***	.46***	.45***	.42***	.36***	.42***	1					
5-1. 경험1	.40***	.39***	.38***	.35***	.19***	.17***	.17***	.17***	.45***	.43***	.44***	.38***	.41***	.38***	.32***	.38***	.89***	1				
5-2. 경험2	.46***	.45***	.42***	.43***	.29***	.26***	.28***	.26***	.53***	.53***	.48***	.46***	.44***	.41***	.35***	.41***	.85***	.63***	1			
5-3. 경험3	.29***	.28***	.29***	.26***	.15***	.12***	.13***	.15***	.38***	.37***	.36***	.34***	.31***	.29***	.24***	.31***	.85***	.66***	.58***	1		
M	3.53	3.45	3.85	3.30	3.66	3.57	3.49	3.86	2.30	2.23	2.32	2.35	2.91	2.88	3.01	2.85	3.26	3.38	3.02	3.38		
SD	1.06	1.21	1.12	1.07	0.88	0.98	1.00	0.93	0.50	0.53	0.56	0.53	0.63	0.71	0.70	0.72	0.51	0.63	0.59	0.55		
왜도	.06	.11	-.02	.06	-.11	-.03	.04	-.14	.06	.05	.19	.13	-.21	-.04	-.33	-.11	.12	-.04	-.03	.20		
첨도	-.30	-.52	-.20	-.33	-.36	-.36	-.44	-.32	-.18	-.19	-.13	-.04	-.21	-.38	-.16	-.25	.22	.12	-.14	.12		

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

표 4. 연구모형과 경쟁모형의 적합도 비교

	χ^2	df	CFI	TLI	SRMR	RMSEA
연구모형	229.520	80	.974	.966	.044	.061
경쟁모형	230.695	81	.974	.966	.044	.061
χ^2 차이검증 A : B			$\Delta \chi^2=1.175(\Delta df=1)$			



주. * $p < .05$, *** $p < .001$

그림 3. 연구모형 검증

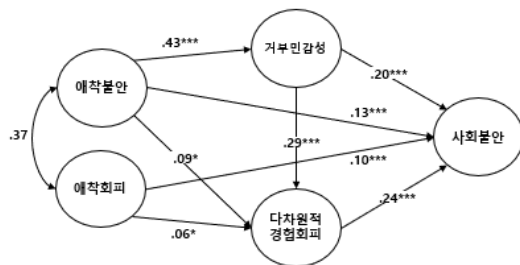


그림 4. 경쟁모형 검증

명한 경쟁모형을 최종모형으로 선택하였다.

최종모형을 살펴본 결과, 애착불안은 거부민감성, 다차원적 경험회피와 사회불안에 유의한 정적 경로(거부민감성: $\beta=.78, p<.001$, 다차원적 경험회피: $\beta=.19, p<.05$, 사회불안: $\beta=.30, p<.001$)를 보였는데, 이는 애착불안이 높을수록 거부민감성이 높고, 경험회피 전략을 많이 사용하며, 사회불안이 높다는 것을 뜻한다. 또한, 애착회피는 다차원적 경험회피 및 사회불안에 유의한 정적 경로(다차원적 경험회피: $\beta=.11, p<.05$, 사회불안: $\beta=.19, p<.001$)를 보였는데, 이는 애착회피가 높을수록 경험회피 전략을 많이 사용하며, 사회불안이 높다는 것을 뜻한다. 거부민감성은 다차원적 경험회피와 사회불안에 유의한 정적 경로(다차원적 경험회피: $\beta=.34, p<.001$, 사회불안: $\beta=.26,$

표 5. 최종모형의 경로계수

경로	B	β	S.E	Z
애착불안 → 거부민감성	.43	.78	.02	19.98***
애착불안 → 경험회피	.09	.19	.04	2.33*
애착불안 → 사회불안	.13	.30	.03	4.81***
애착회피 → 경험회피	.06	.11	.03	2.27*
애착회피 → 사회불안	.10	.19	.02	5.10***
거부민감성 → 경험회피	.29	.34	.07	4.07***
거부민감성 → 사회불안	.20	.26	.05	3.99***
경험회피 → 사회불안	.24	.26	.04	5.79***

주. * $p < .05$, *** $p < .001$

$p<.001$)를 보였는데, 이는 거부민감성이 높을수록 경험회피와 사회불안이 높아진다는 것을 나타낸다. 마지막으로 다차원적 경험회피는 사회불안에 유의한 정적 경로($\beta=.26, p<.001$)를 보였는데, 이는 경험회피를 많이 사용할수록 사회불안이 높아짐을 의미한다. 최종모형의 경로계수는 표 5와 같다.

최종모형의 매개효과 검증

본 연구는 원자료($N=500$)에서 10,000개의 부트스트랩 표본을 추출하여 95% 신뢰구간에서 매개효과를 검증하였다. 부트스트랩을 통한 매개효과 검증결과는 표 6에 제시하였다.

매개효과 검증 결과 모든 경로가 유의한 것으로 나타났다. 즉 부트스트랩을 통해 애착불안이 거부민감성을 통해 사회불안에 영향을 미치는 경로와 애착불안이 다차원적 경험회피를 통해 사회불안에 영향을 미치는 경로, 애착회피가 거부민감성에 영향을 미치고 거부민감성이 다차원적 경험회피에, 다차원적 경험

회피가 사회불안에 영향을 미치는 경로가 간접효과가 유의하게 나타났다. 또한, 애착회피가 다차원적 경험회피를 통해 사회불안에 영향을 미치는 경로도 간접효과가 유의한 것으로 나타났다.

개별간접효과를 확인하기 위해 팬텀변수를 활용한 결과, 애착불안에서 거부민감성을 매개로 하여 사회불안에 영향을 미치는 경로는 $.08(CI=.044-.129, p<.001)$, 애착불안에서 다차원적 경험회피를 매개로 하여 사회불안에 영향을 미치는 경로는 $.03(CI=.014-.050, p<.001)$, 애착불안에서 거부민감성과 다차원적 경험회피를 이중매개하여 사회불안에 미치는 경로는 $.02(CI=.013-.036, p<.001)$, 애착회피에서 다차원적 경험회피를 매개로 하여 사회불안에 영향을 미치는 경로는 $.02(CI=.001-.032, p<.05)$ 즉, 네 개의 경로에서 유의하게 나타났다. 경로는 각각 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않아 모든 개별간접효과의 유의성이 검증되었다. 팬텀변수를 통한 개별간접효과의 유의성은 표 7에 제시하였다.

표 6. 매개효과의 검증결과

경로	직접효과	간접효과	총효과	Lower	Upper
애착불안 → 거부민감성	.43***	-	.43***		
애착불안 → 경험회피	.09*	.12***	.21***	.065	.192
애착불안 → 사회불안	.13***	.13***	.26***	.094	.179
애착회피 → 경험회피	.06*	-	.06*		
애착회피 → 사회불안	.10***	.02*	.12***	.001	.032
거부민감성 → 사회불안	.20***	.07***	.26***	.032	.114
경험회피 → 사회불안	.24***	-	.24***		
거부민감성 → 경험회피	.29***	-	.29***		

주. * $p<.05$, *** $p<.001$

표 7. 팬텀변수를 통한 개별간접효과의 유의성 검증

경로	Estimate	Lower	Upper
애착불안 → 거부민감성 → 사회불안	.08***	.044	.129
애착불안 → 거부민감성 → 경험회피 → 사회불안	.03***	.014	.050
애착불안 → 경험회피 → 사회불안	.02***	.013	.036
애착회피 → 경험회피 → 사회불안	.02*	.001	.032

주. * $p < .05$, *** $p < .001$

논 의

본 연구는 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 다차원적 경험회피의 매개효과 및 주요 변인들의 구조적 관계를 확인하였다. 본 연구의 결과를 바탕으로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 성인애착, 거부민감성, 다차원적 경험회피, 사회불안이 어떤 관련이 있는지 알아보기 위해 상관분석을 실시한 결과 모두 유의한 정적상관을 나타내었다. 이는 성인애착이 거부민감성과 다차원적 경험회피, 사회불안과 서로 밀접한 관련이 있는 개념임을 의미하며 연구자의 첫 번째 가설을 지지하는 결과이다.

둘째, 성인애착, 거부민감성, 다차원적 경험회피 그리고 사회불안의 관계를 가장 잘 설명하는 구조모형을 알아보기 위해 연구모형과 경쟁모형의 모형적합도를 살펴보았다. 모형적합도는 모두 양호한 모형으로 나타나 더 적합한 모형을 선정하기 위해 χ^2 차이검증을 실시하였다. 그 결과 애착불안 및 애착회피와 사회불안 사이를 거부민감성과 경험회피가 부분 매개하는 모형에서 애착회피와 거부민감성 간의 관계를 가정하지 않은 경쟁모형이 더 적합하다고 나타났으며 이것이 최종모형으로 채택되었다. 따라서 변인 간의 모든 경로가 유의한

연구모형이 변인 간의 관계를 가장 잘 설명할 것이라는 연구자의 두 번째 가설은 지지되지 않았다. 이는 본 연구의 연구모형과 부합되는 애착불안과 애착회피가 모두 거부민감성에 영향을 미친다고 나타난 여러 선행연구(김혜원, 이지연, 2018; 성정아, 홍혜영, 2014; 윤희경, 윤현식, 2013)와는 일치하지 않는 결과이다. 반면, 본 연구의 경쟁모형과 부합되는 애착회피가 거부민감성에 영향을 미치지 않는다고 나타난 선행연구(최연재, 신나나, 2019; 황지선, 안명희, 2015)와는 일치한다.

이러한 결과는 우선, 애착불안과 애착회피의 특성 때문에 나타난 결과로 이해할 수 있다. 애착불안과 애착회피의 특성은 다음과 같다. 애착불안이 높은 사람은 타인에게 관심과 지지를 받고자 지속해서 확인하는 모습이 나타난다. 반면 애착회피가 높은 사람은 타인과의 친밀감을 불편하게 여겨 관계를 형성하지 않으려 하므로 거부에 대해 민감하지 않을 수 있다(Brennan et al., 1998). 따라서 거부민감성은 애착불안과 더 관련이 있다고 예상할 수 있으며 애착회피보다 애착불안이 거부민감성을 더 많이 설명하여 애착회피가 거부민감성으로 가는 영향이 축소되었다고 판단된다.

척도와 관련된 내용을 살펴보면, 선행연구와 다른 대학생 거부민감성 척도(박명진, 양난

미, 2017)를 사용하였기 때문에 나타난 차이로 해석해볼 수 있다. 기존에 많이 사용하던 Downey와 Feldman(1996)이 개발한 거부민감성 척도(Rejection Sensitivity Questionnaire: RSQ)는 두 하위요인인 거부 또는 수용에 대한 기대와 예기불안으로 거부민감성을 측정한다. 예를 들어 ‘부모님에게 용돈을 더 달라고 부탁한다.’ 등 중요한 타인과의 관계에 있어 거부를 예상할 수 있는 구체적인 상황에 관한 문항으로만 구성되어 있다. 반면, 박명진과 양난미(2017)가 개발한 대학생 거부민감성 척도는 예기분노, 예기불안, 과잉반응, 거부지각의 네 요인으로 측정한다. 이 척도는 ‘관계가 점점 멀어진다고 생각되면 짜증이 나거나 화가 난다.’ 등 중요한 타인 또는 대인관계에서 일어날 수 있는 상황에서 자신의 인지, 정서, 행동을 예측해볼 수 있는 문항으로 구성되어 있다. 따라서 두 척도가 측정하는 구성개념이 달라 선행연구의 결과와 다른 결과가 도출되었을 가능성을 고려해 볼 수 있다.

종합하면, 애착불안과 애착회피의 특성에 따라 거부민감성에 미치는 영향이 달라질 수 있다. 특히 애착불안이 보다 거부민감성과 관련이 있어 애착불안이 높은 사람들은 타인의 관심을 원하여 거부에 대해 민감함을 더욱 나타내는 경향이 있는 것으로 볼 수 있다. 반면 애착회피는 거부민감성과 관련은 있지만, 애착불안과 같이 분석할 경우 애착회피의 친밀감을 불편하게 여기는 경향으로 인해 영향이 축소될 수 있다(김혜원, 이지연, 2018). 이처럼 성인애착이 거부민감성에 미치는 영향이 다르다는 특성을 통해 성인애착을 애착불안과 애착회피로 구분하여 살펴보는 것이 의미가 있다는 것을 확인하였다.

셋째, 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부

민감성의 매개효과를 확인하였다. 그 결과 거부민감성은 애착불안과 사회불안의 사이만을 부분매개하여 연구자의 세 번째 가설을 일부 지지하였다. 이는 애착불안이 거부민감성에 유의한 정적 영향을 미친다는 선행연구(김혜원, 이지연, 2018; 성정아, 홍혜영, 2014; 윤희경, 윤행식, 2013)와 일치하는 결과이다. 그리고 거부민감성이 사회불안에 정적 영향을 미친다는 선행연구(배라영, 최지영, 2018; 백지영, 2020; 하지영, 2017)와도 일치하였다. 또한, 애착불안이 사회불안에 정적 영향을 미친다는 선행연구(김나경, 양난미, 2016; 이유정, 2017)와도 일치하는 결과이다. 즉, 애착불안이 높은 사람들은 초기 거절 경험의 영향으로 사회적 상황에서 불안이 유발될 수 있으며, 거부 단서를 지각할 때 자신에 대한 위협으로 지각하여 사회적으로 위축된다고 볼 수 있다(Levy et al., 2001). 이 과정이 반복되는 경우 사회불안이 유발되며 더욱 심화될 것으로 예상할 수 있다.

넷째, 성인애착과 사회불안의 관계에서 다차원적 경험회피의 매개효과를 확인하였다. 그 결과 다차원적 경험회피는 애착불안과 사회불안, 애착회피와 사회불안 사이를 부분매개하여 연구자의 네 번째 가설을 지지하였다. 이는 애착불안과 애착회피가 다차원적 경험회피에 정적 영향을 준다는 선행연구(고아라, 이경순, 2018; 조영미, 이희경, 2013)와 일치하는 결과이다. 이는 불안정 성인애착 수준이 높으면 경험회피를 많이 한다는 결과를 뒷받침하는 것으로 볼 수 있다. 또한, 다차원적 경험회피가 사회불안에 정적 영향을 준다는 선행연구(배미록, 2020; 오준호, 2019; 이수인, 김충명, 2019; Barlow et al., 2004; Eifert & Forsyth, 2005)와도 일치하는 결과였다. 그리고 성인애착이

사회불안에 정적 영향을 미친다는 선행연구(김지은, 2018; 송진옥, 2017)와도 일치한다. 즉, 애착불안과 애착회피가 높은 사람들은 정서조절의 어려움으로 인해 자신의 경험을 더 많이 회피할 수 있으며, 만성적으로 경험을 회피할수록 사회불안이 지속될 수 있을 것이라 볼 수 있다.

마지막으로, 구조모형의 매개효과가 통계적으로 유의한지 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트랩 절차를 사용하였다. 그 결과 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않아 모든 간접효과가 유의미하게 나타났다. 그리고 팬텀변수를 활용하여 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 다차원적 경험회피의 이중매개효과를 통합적으로 확인하였다. 그 결과 거부민감성과 다차원적 경험회피는 애착불안과 사회불안의 사이만을 이중매개하여 연구자의 다섯 번째 가설을 일부 지지하였다. 이러한 연구결과는 두 가지로 해석할 수 있다. 첫째, 어렸을 때 비일관적으로 반응하거나 반응하지 않는 양육을 통해 자란 애착불안 유형의 대학생일수록 거부에 대한 두려움이 크며, 그로 인해 대인관계나 사회적 상황을 회피하고 사회불안이 높아지는 것을 의미한다. 언제 떠나갈지 모르는 관계에 대한 집착 때문에 대인관계에서의 극도의 친밀감을 추구하지만, 거부에 대한 두려움이 남아있어 적극적으로 관계를 맺지 못하게 되어 결과적으로 사회불안을 더 느끼게 된다. 둘째, 어렸을 때 거부적이거나 비수용적인 양육을 통해 자란 애착회피 유형의 대학생일수록 친밀감에 대해 두려워하여 정서적인 거리감을 두기 위해 대인관계나 사회적 상황을 회피하려 하여 사회불안이 높아지는 것을 의미한다. 어릴 때부터 거부에 노출되어 새로운 대인관계에서도 거부가 반복될지도 모

른다는 불안에 타인과 친밀해지는 것을 불편해하여 정서적인 교류를 회피하여 결과적으로 사회불안을 더 느끼게 된다. 이를 통해 대학생이 경험하는 성인애착과 사회불안을 이해하는 데 있어 다양한 요인들을 동시에 고려할 필요가 있다.

본 연구의 의의와 시사점은 다음과 같다.

첫째, 애착불안과 사회불안의 관계를 매개하는 거부민감성과 다차원적 경험회피의 이중매개효과를 검증하였다는 데 의의가 있다. 이는 각각의 매개변인의 매개효과를 따로 검증한 연구에서 한 단계 더 발전한 연구라 할 수 있다. 이를 통해 사회불안으로 인해 심리적 어려움을 겪고 있는 대학생을 상담할 때 어떤 순서로 접근하는 것이 더욱 효과적인지에 대한 시사점을 얻을 수 있다. 구체적으로 애착불안으로 인해 거부 단서에 예민한 대학생들에게 부정적 경험을 회피하지 않는 다양한 개입이 사회불안을 완화하는데 효과적일 수 있음을 밝혔다.

둘째, 본 연구는 국내에서 개발된 대학생 사회불안 척도(최명희, 김진숙, 2019)와 대학생 거부민감성 척도(박명진, 양난미, 2017)를 사용하여 대학생의 사회불안과 거부민감성을 측정하였다. 본 연구에서 사용한 대학생 사회불안 척도는 기존 척도와는 달리 DSM-5에서 제시하는 수행 단독형 불안에 관한 내용과 불안을 발생시킬 수 있는 권위의 대상에 관한 내용을 추가하여 우리나라 대학생의 사회불안에 대해 더 잘 이해할 수 있다는 점에서 의의가 있다. 또한, 대학생 거부민감성 척도를 사용하여 우리나라 문화적 특성의 차이를 고려하여 일반적인 거부상황을 측정하였다는 데 의의가 있다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언

은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 수도권, 강원도, 충청도, 전라도, 경상도 지역 12개 대학의 대학생들을 대상으로 하였다. 그러므로 연구결과로 우리나라 4년제 대학생 전체집단을 일반화하기에는 한계가 있으며, 후속연구에서는 다양한 지역의 대학생들을 대상으로 연구할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 사회불안의 하위요인을 나누지 않고 통합해서 사용했기 때문에 하위요인인 수행상황과 일상적 사회상황을 나누어서 살펴볼 필요가 있다. 이를 통해 사회불안을 겪고 있는 대학생들이 수행상황에 불안이 심한 학생들과 일상적 사회상황에서 불안이 심한 학생들을 구별하여 다른 개입으로 도움을 줄 수 있을 것이다.

셋째, 사회불안이 높은 대학생들을 대상으로 심리적 개입을 할 때는 거부민감성을 완화하거나 부정적인 감정 및 사고를 수용할 수 있도록 통합적으로 개입하는 것이 도움이 될 수 있을 것이다. 따라서 이러한 개입이 사회불안을 줄일 수 있는지에 대한 치료 효과 연구가 요청된다. 본 연구의 결과를 토대로 후속연구가 이루어진다면 사회불안으로 인해 어려움을 겪는 대학생들에게 실제적인 도움을 제공하는데 기여할 것이다.

참고문헌

고아라, 이경순 (2018). 성인애착과 소셜미디어 중독경향성 관계에서 경험회피의 매개효과. *교육정보미디어연구*, 24(3), 593-619.

김나경, 양난미 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 거부민감성과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과. *상담학*

연구, 17(2), 217-238.

김남재 (1996). 대인불안이 높은 사람들의 인지적 특성 연구. *사회과학연구*, 3, 55-64.

김록현 (2018). 불안정 성인애착이 대인관계능력에 미치는 영향: 경험회피의 매개효과. 대구대학교 대학원 석사학위논문.

김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확장적 요인분석과 문항 반응이론을 중심으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.

김은혜, 장문선, 조현춘 (2014). 성인애착과 사회불안의 관계에서 취약성과 내현적 자기애의 매개효과. *가족과 상담*, 4(1), 35-57.

김지은 (2018). 성인애착과 사회불안의 관계: 다차원적 경험회피와 자기자비의 조절된 매개효과. *광운대학교 상담복지정책대학원 석사학위논문*.

김혜원, 이지연 (2018). 대학생의 불안정 성인애착이 정서조절곤란에 미치는 영향: 거부민감성, 부적응적 자기초점주의 및 분노억제의 다중매개효과 검증. *사회과학연구논총*, 34(2), 233-267.

노윤영, 남숙경 (2019). 거부민감성과 사회불안의 관계에서 경험회피의 매개효과. *상담학연구*, 20(4), 285-304.

류혜림 (2016). 아동의 거부민감성과 대인불안의 관계에서 부정정서 회피와 사회적 지지의 매개효과. 서울교육대학교 석사학위논문.

박명진, 양난미 (2017). 대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(1), 103-127.

박형주 (2019). 부정적 평가에 대한 두려움이 대학생의 발표불안에 미치는 영향: 내면화된 수치심의 매개효과. *한국외국어대학교 교육대학원 석사학위논문*.

- 배라영, 최지영 (2018). 정서적 학대가 관계적 공격성에 미치는 영향: 친구관계 문제, 거부민감성, 사회불안, 분노반추의 매개효과. *교육심리연구*, 32(1), 29-52.
- 배미록 (2020). 경험회피와 사회불안의 관계에 안전행동이 미치는 매개효과. *아주대학교 대학원 석사학위논문*.
- 배애진, 심혜원 (2018). 성인애착과 대인관계문제의 관계에서 자비불안과 정서조절의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 30(4), 1193-1217.
- 백지영 (2020). 대학생의 거부민감성과 사회불안의 관계에서 대인존재감의 매개효과. *국민대학교 교육대학원 석사학위논문*.
- 성정아, 홍혜영 (2014). 대학생의 이성관계에서 불안정 성인애착이 친밀감 두려움에 미치는 영향: 거부민감성과 자기노출의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(2), 387-412.
- 송진옥 (2017). 대학생의 불안정 애착과 사회공포증 경향성의 관계에서 다차원적 경험회피의 매개효과. *전남대학교 대학원 석사학위논문*.
- 스냅타임 (2020.02.18.). 2030들이 비대면을 추구하는 이유.
<<http://snaptime.edaily.co.kr/2020/02/2030%EB%93%A4%EC%9D%B4-%EB%B9%84%EB%8C%80%EB%A9%B4%EC%9D%84-%EC%B6%94%EA%B5%AC%ED%95%98%EB%8A%94-%EC%9D%B4%EC%9C%A0/>>.
- 오준호 (2019). 내현적 자기애와 사회불안의 관계: 경험회피의 매개효과와 자기자비의 조절효과. *한신대학교 정신분석대학원 석사학위논문*.
- 유승령, 김은하 (2019). 내현적 자기애와 사회불안의 관계에서 자기자비로 조절된 자의식의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 31(1), 243-261.
- 윤희경, 윤형식 (2013). 성인애착이 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향: 거부민감성의 매개효과. *사회과학논총*, 16, 75-100.
- 이수인, 김충명 (2019). 대학생의 비합리적 신념과 사회불안 간 관계에서의 경험회피의 매개효과. *사회과학연구*, 30(3), 121-138.
- 이영아, 이인혜 (2016). 남녀 대학생에서 거부민감성과 사회불안 간의 관계: 주의초점의 매개효과와 주의전환의 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 21(3), 641-660.
- 이유정 (2017). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 정서표현 양가성의 매개효과. *동아대학교 대학원 석사학위논문*.
- 이인재, 양난미 (2017). 성인 애착 불안과 외상 후 성장의 관계에서 경험회피와 정서인식 명확성의 매개효과 검증: 외상경험을 한 대학생을 대상으로. *상담학연구*, 18(1), 329-348.
- 이주연, 유성은 (2017). 한국판 다차원적 경험회피 척도(K-MEAQ)의 타당화 및 단축형(K-MEAQ-24) 개발. *인지행동치료*, 17(2), 181-208.
- 이지수 (2018). 대학생의 거부민감성과 사회불안의 관계에서 부적응적 자기초점주의의 매개효과. *조선대학교 대학원 석사학위논문*.
- 이지현, 김수영 (2016). 문항묶음 원리의 이해와 적용. *한국심리학회지: 일반*, 35(2), 327-353.
- 조영미, 이희경 (2013). 성인애착과 사회불안의 관계: 기본 심리적 욕구 만족과 경험적 회피의 매개효과. *상담학연구*, 14(2), 1227-

- 1245.
- 조재숙 (2017). 연애경험에서 거부민감성이 이성 관계 만족에 미치는 영향: 갈등대처 행동을 매개로. 순천향대학교 대학원 석사학위 논문.
- 차지연, 김정규 (2018). 불안정 성인애착과 사회불안의 관계: 자기자비의 매개효과. 한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제, 4(3), 377-394.
- 최명희, 김진숙 (2019). 대학생 사회불안 척도 개발과 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 31(2), 645-670.
- 최연숙 (2015). 대학생의 불안정 애착과 우울의 관계에서 거부민감성과 정서표현 양가성의 매개효과. 명지대학교 사회교육대학원 석사학위논문.
- 최연재, 신나나 (2019). 대학생의 성인애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 거부민감성의 매개효과. 사회과학연구논총, 35(2), 205-235.
- 최진경 (2020). 대학생의 부모애착과 성인애착의 관계에서 아동청소년기 집단따돌림 피해경험과 거부민감성의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 하재필 (2015). 성인애착과 우울의 관계: 정서조절곤란과 경험회피의 매개효과. 경상대학교 대학원 석사학위논문.
- 하지영 (2017). 거부민감성이 우울 및 사회불안 경향성에 미치는 영향: 주의조절의 매개효과를 중심으로. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 한유정 (2014). 대학생의 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계: 경험회피와 친밀한 관계에 대한 두려움의 매개효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 황지선, 안명희 (2015). 불안정 성인애착이 거절민감성에 미치는 영향: 외로움과 수치심의 매개효과. 인간이해, 36(1), 1-20.
- American Psychiatric Association (2015). DSM-5 정신질환의 진단 및 통계편람 (권준수 역). 서울: 학지사. (원전은 2013에 출판)
- Barlow, D. H., Allen, L. B., & Choate, M. L. (2004). Toward a unified treatment for emotional disorders. *Behavior Therapy*, 35(2), 205 - 230.
- Bowlby, J. (1980). Attachment and loss: Volume III: Loss, sadness and depression. In Attachment and Loss: Volume III: Loss, Sadness and Depression (pp. 1-462). London: The Hogarth press and the institute of psycho-analysis.
- Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1998). Attachment style and personality disorders: Their connections to each other and to parental divorce, parental death, and perceptions of parental caregiving. *Journal of Personality*, 66(4), 835-878.
- 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.
- Cicirelli, V. G. (1983). Adult children's attachment and helping behavior to elderly parents: A path model. *Journal of Marriage and the Family*, 45(3), 815-825.
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of personality and social*

- psychology*, 70(6), 1327-1343.
- Downey, G., Feldman, S., & Ayduk, O. (2000). Rejection sensitivity and male violence in romantic relationships. *Personal Relationships*, 7(1), 45-61.
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychopathology*, 6(1), 231-247.
- Eifert, G. H., & Forsyth, J. P. (2005). *Acceptance and commitment therapy for anxiety disorders: A practitioner's treatment guide to using mindfulness, acceptance, and values-based behavior change strategies*. Oakland: New Harbinger Publications.
- 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.
- Gómez, W., Chmielewski, M., Kotov, R., Ruggero, C., & Watson, D. (2011). Development of a measure of experiential avoidance: The multidimensional experiential avoidance questionnaire. *Psychological Assessment*, 23(3), 692-713.
- Hayes, S. C., Wilson, K. G., Gifford, E. V., Follette, V. M., & Strosahl, K. (1996). Experiential avoidance and behavioral disorders: A functional dimensional approach to diagnosis and treatment. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(6), 1152-1168.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Impett, E. A., Gable, S. L., & Peplau, L. A. (2005). Giving up and giving in: The costs and benefits of daily sacrifice in intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 89(3), 327-344.
- Kennedy, J. H. (1999). Romantic attachment and ego identity, attributional style, and family of origin in first-year college students. *College Student Journal*, 33, 171-180.
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups. In M. R. Leary (Ed.), *Interpersonal rejection* (pp. 251 - 289). New York: Oxford University Press.
- Parker, G. (1979). Reported parental characteristics in relation to trait depression and anxiety levels in a non-clinical group. *Australian and New Zealand Journal of Psychiatry*, 13(3), 260-264.
- Schneier, F. R., Heckelman, L. R., Garfinkel, R., Campeas, R., Fallon, B. A., Gitow, A., Street, L., Del Bene, D., & Liebowitz, M. R. (1994). Functional impairment in social phobia. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 55(8), 322 - 331.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Waller, E., & Scheidt, C. E. (2004). Somatoform disorders as disorders of affect regulation: A study comparing the TAS-20 with non-self-report measures of alexithymia. *Journal of Psychosomatic Research*, 57(3), 239-247.

West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995).
Structural equation models with nonnormal
variables: Problems and remedies. In R. H.
Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling:
Concepts, issues, and applications* (pp. 56 - 75).
Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications,
Inc.

원 고 접 수 일 : 2021. 03. 22

수정원고접수일 : 2021. 06. 16

게 재 결 정 일 : 2021. 06. 28

The Dual Mediation Effect of Rejection Sensitivity and Multidimensional Experience Avoidance on the Relationship Between Adult Attachment and Social Anxiety in College Students

Hyun-Seung Noh¹⁾

Jung Ha²⁾

¹⁾Jeonju University, Counseling Psychology / Student

²⁾Jeonju University, Counseling Psychology / Professor

This study investigated whether rejection sensitivity and multidimensional experience avoidance have a double mediating effect on the relationship between adult attachment and social anxiety among college students. Data were analyzed using structural equation modeling. In a comparison between the research model and the competition model, the competition model best explained the relationships. The relationship between adult attachment anxiety and social anxiety was partially mediated by sensitivity to rejection. Additionally, the relationship between adult attachment and social anxiety was partially mediated by multidimensional experience avoidance. Finally, the relationship between adult attachment and social anxiety was double mediated by sensitivity to rejection and avoidance of multidimensional experiences. Based on the results, the significance and limitations of this study, and recommendations for further research are discussed.

Key words : adult attachment, social anxiety, rejection sensitivity, multidimensional experience avoidance