

반려동물 상호작용이 회복탄력성에 미치는 영향: 지각된 반려동물 사회적 지지의 매개 효과*

이 나 라

석사과정

충북대학교 심리학과

최 현 정†

조교수

본 연구는 사회적 지지 가설에 입각하여 반려동물 효과로서 회복탄력성과 더불어, 반려동물 상호작용과 회복탄력성의 관계에서 반려동물 사회적 지지의 매개효과를 분석하여 반려동물 효과 기제를 살펴보았다. 국내 지역사회 만 19세 이상 성인 632명을 대상으로 인간-동물 상호작용 척도(HAIS), 다차원적 지각된 사회적 지지 척도(MSPSS), 한국형 회복탄력성 척도(KRQ-53), 한국판 지각된 스트레스 척도(PSS)를 사용하여 측정하였다. 연구 결과, 반려동물 소유 자체보다 동물과의 상호작용이 회복탄력성에 긍정적 영향을 미칠 가능성을 보여주었으며, 반려동물 소유자 집단에서 반려동물 상호작용은 회복탄력성을 설명하였고, 이를 특히 지각된 반려동물 사회적 지지가 완전 매개하는 것으로 나타났다. 개인 회복탄력성 증진을 위하여 반려동물과의 상호작용과 특히 지각된 반려동물 사회적 지지를 향상시키는 개입이 도움이 될 수 있음을 시사한다.

주요어 : 반려동물 효과, 반려동물 상호작용, 지각된 반려동물 사회적 지지, 회복탄력성

* 본 연구는 이나라(2020)의 충북대학교 석사학위논문 ‘반려동물과의 상호작용과 회복탄력성의 관계: 지각된 반려동물 사회적 지지의 매개 효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 최현정, 충북대학교, 충청북도 청주시 서원구 충대로 1

Tel: 043-261-2179, E-mail : hchoi@cbnu.ac.kr

반려동물은 사람과 함께 살아가는 동물 (companion animal)이라는 의미로 동물을 반려 상대로서 인식한 단어이다(국립축산과학원, 2019). 2018년 기준 국내 반려동물 양육 가구의 비율은 23.7%, 전국의 반려동물 양육가구의 수는 약 511만 가구로 추산되며, 그 비율은 꾸준히 증가하는 추세를 보이고 있다(농림축산검역본부, 2018; 한국농촌경제연구원, 2017). 빅데이터 분석결과, 한국 사회 주체어가 애완동물에서 반려동물로 변경된 것으로 나타나 한국 사회에서 반려동물과 생활이 보편화하고, 반려동물에 대한 인식이 향상되었음을 확인할 수 있다(농림축산검역본부, 2018).

반려동물 문화가 보다 일찍 자리 잡은 서구 문화권에서는 인간-동물 상호작용(human-animal interactions, HAI)과 유대(human-animal bond, HAB)에 대해 관심을 갖고 연구를 축적하고 있다(Fine, 2010). HAB는 인간과 동물 사이의 끈끈한 유대감을 말하며, 이에 따라 인간과 동물 간의 긍정적이거나 유익한 관계의 의미를 내포하고 있다(박종두, 김성호, 2020). 반면, HAI는 인간과 동물 간의 상호작용을 의미하며, 인간과 동물 간의 긍정적인 상호작용부터 동물 학대와 같은 부정적인 상호작용까지 인간과 동물 사이에 발생 가능한 다양한 행동들을 모두 포함하므로 HAB보다 포괄적인 개념이다(박종두, 김성호, 2020).

선행 연구에서 동물로 인한 여러 긍정적 영향을 확인하면서 인간의 신체적 및 심리적 건강에 대한 동물의 유익한 효과를 일컫는 ‘반려동물 효과(pet effect)’가 제안되었다(Allen, 2003). 반려동물 소유자는 비소유자보다 신체적으로 더 건강한 편이었는데, 고혈압이나 심장질환 환자들의 혈압 증가를 완화시키고, 사망률을 감소시키는 것으로 나타났다(Allen,

2003; Friedmann, Katcher, Lynch & Thomas, 1980; Friedmann, Thomas & Son, 2011). 이 외에도 반려동물 소유자는 비소유자보다 신체 통증이 적었고, 더 높은 수준의 신체적 활동과 활력을 보고했으며, 수면의 질도 더 좋은 것으로 나타났다(Headey, Na & Zheng, 2008; Headey & Grabka, 2011; Ramírez & Hernández, 2014). 이에 대해 연구자들은 반려동물이 규칙적인 생활과 운동 습관 형성을 촉진하여 신체적 건강에 기여할 수 있다고 설명한다(Brown & Rhodes, 2006; Serpell, 1991).

또한, 심리 건강 측면에서 반려동물 소유자는 대부분 반려동물과의 유대 관계에 만족하며, 비소유자보다 더 건강한 편이었다(Wells, 2009). 반려동물은 소유자가 더 높은 자존감과 긍정적인 기분을 갖게 하고, 더 큰 의욕과 삶의 만족을 느끼게 하였으며, 외로움과 우울, 불안을 감소시키는 것으로 나타났다(Barker, Pandurangi & Best, 2003; Knight & Edwards, 2008). 이 밖에도 반려동물 소유자는 비소유자보다 정신 증상과 스트레스 역시 현저히 낮은 것으로 나타났다(Ramírez & Hernández, 2014).

이러한 선행 연구를 토대로 ‘동물매개치료’를 활발히 연구하고, 관련 협회까지 설립하였으며, 국내에서도 이를 적용하여 치료 장면에서 동물을 촉매제, 매개체로서 활용하려 하고 있다(신정인, 강영걸, 2016). 동물매개치료는 대상자의 치료나 개선을 위해 기준을 충족하는 동물을 이용하는 목표 지향적인 활동을 말한다(김옥진, 2012). 이는 정서장애, 불안장애, 성격장애(Berget, Ekeberg & Braastad, 2008), 자폐 스펙트럼 장애(O’Haire, 2017), 조현병(Barak, Savorai, Mavashey & Beni, 2001) 등등 임상집단에서 자기효능감(Berget et al., 2008), 사회적 상호작용 및 의사소통, 자기관리 능력 증진

및 스트레스 감소(Granger & Kogan, 2000; O'Haire, 2017), 정서 조절(Barker et al., 2003)에 긍정적인 영향을 미쳤으며, 이밖에도 통제력, 공감능력 증진에도 긍정적인 영향을 나타냈다(Granger & Kogan, 2000; O'Haire, 2017). 하지만 반려동물 효과는 주로 임상 집단이나 아동 및 노인 등의 일반 성인이 아닌 특정 집단을 대상으로 연구하였기 때문에 비임상 집단이나 일반 성인 인구 집단에서도 일반화가 가능한 것인지 한계점으로 제시되어 왔다(김세영, 박형인, 2017; McConnell, Brown, Shoda, Stayton & Martin, 2011).

최근에는 반려동물 비소유자더라도 동물카페, 봉사활동, 유기동물 임시보호 및 돌봄 등 다양한 경로로 동물들과 상호작용하고 있으며(강규민, 2019; 김보영, 박서영, 2018; 장우리, 2021), 동물매개치료에 대한 인식 조사 결과, 동물매개치료의 필요성과 해당 서비스를 제공 받을 의향에 대해 묻는 문항에 과반수 이상의 사람들이 긍정적으로 답변한 것으로 나타나(강원국 등, 2019) 동물매개치료에 대한 수요를 확인할 수 있다. 동물매개치료는 자기 효능감(Berget et al., 2008), 사회적 상호작용과 스트레스(Granger & Kogan, 2000; O'Haire, 2017), 정서조절(Barker et al., 2003) 등에 긍정적인 영향을 미칠 수 있으며, 이러한 변인들은 임상 집단뿐만 아니라 비임상 집단의 정신 건강에도 중요한 변인이다. 이에 따라 다양한 집단에서 동물 관련 연구를 통해 정신 건강에 대한 동물의 긍정적 효과를 탐색할 필요가 있다. 비임상 지역사회 성인 표본에서 반려동물 효과성을 검증하여 심리 건강 예방 및 증진 차원에서 적용 범위의 확장이 필요해 보인다.

본 연구는 반려동물이 심리 건강에 미치는 긍정적 효과에 주목하였다. 선행 연구는 이

효과가 반려동물이 사회적 지지의 원천이 될 수 있으며, 사회적 상호작용의 촉매 역할을 할 수 있기 때문이라고 설명한다(Beetz, 2017; McConnell et al., 2011; Wood et al., 2015). 사람들은 반려동물을 조건 없는 신뢰와 사랑 등 무조건적인 긍정적 관심을 보여주는 무비판적이고 수용적인 존재라고 지각하기 때문에 안전감을 느끼며, 이는 사회적 지지로서 작용할 수 있다(신정인, 강영걸, 2016). 안전감은 정서를 더 쉽게 드러낼 수 있도록 만들고, 사회적 상호작용을 더 많이 시도할 수 있게 하며, 상황에 대한 긍정적인 인식을 촉진시킬 수 있다(신정인, 강영걸, 2016). 이로써 반려동물이 자연스럽게 사회적 지지의 제공자로서 인식될 수 있으며, 반려동물로부터 얻은 사회적 지지는 정서적 안정감과 위안을 주기 때문에 부정적인 정서를 감소시키고, 긍정적 정서를 증가시켜 정신 건강에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다(신정인, 강영걸, 2016; Beetz, 2017).

이렇듯 사회적 지지 가설은 반려동물이 동반자로서 사회적 지지를 제공하는 역할을 하거나 대인관계에서 사회적 상호작용을 촉진하는 역할을 함으로써 타인의 사회적 지지를 이끌어낸다는 가설로, 많은 선행 연구자들이 반려동물 효과의 기제에 대한 이론으로 제안하였다(Beetz, 2017; McConnell et al., 2011; Wood et al., 2015). 반려동물과의 상호작용 그 자체가 사회적 행동의 한 형태이므로 사회적 상호작용을 더 많이 하도록 유도하며, 동물의 존재는 인간에 대한 신뢰를 높이기 때문에 타인과의 상호작용을 이끌어낼 수도 있다(Beetz, Uvnäs-Moberg, Julius & Kotrschal, 2012). 산책과 같은 반려동물과의 여가 시간이나 반려동물에 대한 정보 공유 목적의 모임 등등 더 많은 사회적 접촉을 이끌어내어 사회적 상호작용이

증가하고, 이는 외로움과 우울 등을 감소시켜 정신 건강에 긍정적 기여를 할 수 있다(Beetz, 2017; Beetz et al., 2012). 사람들은 반려동물을 사회적 지지의 원천으로서 인식하고 있었으며, 반려동물로부터 사회적 지지를 받고 있다고 지각하고 있었다(Meehan, Massavelli & Pachana, 2017). 국내 반려동물 인식 조사에서도 사람들은 반려동물로부터 친밀감과 정서적 안정과 같은 지각된 사회적 지지를 얻고, 이에 만족하는 것으로 나타났다(한국농촌경제연구원, 2017). 반려동물 효과 기제에 대한 이론으로 사회적 지지 가설이 타당할 가능성이 충분하며, 이로써 반려동물과의 상호작용과 지각된 반려동물 사회적 지지의 정적인 관련성을 예측해볼 수 있다.

사회적 지지는 주로 대인관계 영역에서 논의되었고, 지각된 사회적 지지는 여러 선행 연구들에서 회복탄력성과의 정적인 관련성을 나타냈다(강수운, 이동훈, 2019; 송현심, 성승연, 2015; 장진아, 신희천, 2006; Pidgeon, Rowe, Stapleton, Magyar & Lo, 2014). 사회적 지지는 회복탄력성의 중요한 보호 요인이며, 가족 지지, 동료 지지 등 다양한 관계에서의 사회적 지지가 포함되어 있다(노치경, 2018). 사회적 지지는 정서적 상호작용을 통해 회복탄력성에 도움이 되는데(길현주, 김수영, 2016), 마찬가지로 반려동물은 정서적 교류가 가능하며, 소유자들은 가족이나 친구에게서 받는 것과 같은 사회적 지지를 지각할 수 있다(김세영, 박형인, 2018; Amiot, Bastian & Martens, 2016). 따라서 반려동물로부터 지각된 사회적 지지 역시 회복탄력성에 중요한 요인이 될 수 있다. 반려동물 효과는 군인(Stem et al., 2013), 가정 폭력 피해 자녀(송운오, 김종수, 조재현, 박배근, 김충희, 2011), 학대 및 방임 피해자

(Parish-Plass, 2008), 정서 장애(Berget et al., 2008) 등 삶의 위기에 처한 사람에게 긍정적 영향을 미친 것으로 보고되었는데, 이는 반려동물 효과가 회복탄력성 증진으로 발현될 가능성을 보여준다.

따라서 본 연구는 국내 비임상 지역사회 성인 표본에서 회복탄력성 증진의 반려동물 효과에 대해 살펴보았고, 효과 기제에 대해 사회적 지지 가설에 입각하여 검증하였다. 이를 위해 반려동물과의 상호작용과 지각된 반려동물 사회적 지지, 회복탄력성을 주요 변인으로 설정하였다. 우선 반려동물 소유자 집단과 비소유자 집단에서 소유 여부와 상호작용 수준에 따른 회복탄력성에서의 차이를 밝힘으로써 반려동물 효과성을 확인하였다. 이어 소유자 집단 내에서 주요 변인들 간의 상관관계를 살펴본 뒤 반려동물 상호작용과 회복탄력성의 관계에서 지각된 반려동물 사회적 지지의 매개효과를 살펴봄으로써 반려동물 효과의 기제를 검증하였다.

한편, 분석에서는 회복탄력성의 위협요인인 지각된 스트레스를 함께 고려할 필요가 있다. 선행 연구결과, 회복탄력성의 위협요인은 크게 개인요인, 가족요인, 사회 및 조직 요인으로 나뉘며, 개인요인에 속하는 변인들 중에서는 지각된 스트레스가 가장 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다(노치경, 2018). 따라서 본 연구에서는 지각된 스트레스를 측정하여 회복탄력성에 미치는 영향을 통계적으로 통제하고자 하였다.

본 연구의 가설은 다음과 같다.

1. 반려동물 고-상호작용 소유자 집단이 저-상호작용 소유자 집단과 비소유자 집단 보다 지각된 (반려) 동물 사회적 지지와 회복탄력성 수준이 더 높을 것이다.

2. 반려동물 소유자 집단에서 반려동물과의 상호작용과 회복탄력성은 정적 관계를 보일 것이며, 지각된 반려동물 사회적 지지가 두 변인 사이를 매개할 것이다.

방 법

연구 대상

본 연구는 연구자 소속 대학 생명윤리위원회 승인을 받았다. 만 19세 이상의 성인을 대상으로 온라인 설문 링크를 통해 647명의 자료를 수집하였다. 연구 참여 거부 또는 중단, 만 19세 미만인 경우, 무선응답을 한 15명의 자료를 제외하여 총 632명의 자료를 분석에 포함하였다. 남자 152명(24.1%), 여자 480명(75.9%)이었으며, 전체 평균 연령은 27.61세($SD=9.02$)였으며, 연령 범위는 19-68세였다. 만 19세~29세 485명(76.7%), 30~39세 73명(11.6%), 40~49세 42명(6.6%), 50~59세 25명(4.0%), 60~69세 7명(1.1%)으로 나타났다. 연구 참여자들 중 상품 추천을 위한 연락처(전자메일 또는 전화번호) 제공에 동의한 사람들에게 한하여 추천 프로그램을 통해 상품 추천을 진행하였고, 총 50명의 참여자들에게 3천원 상당의 기프티콘을 보상으로 제공하였다.

측정 도구

인구통계학적 및 반려동물 관련 정보

성별, 연령, 반려동물 소유 여부를 항목으로 설정하였으며, 반려동물 소유 집단만을 대상으로 반려동물 종류 항목을 추가하였다.

인간-동물 상호작용 척도(Human-Animal Interaction Scale, HAIS)

본 연구에서는 반려동물 또는 동물과의 상호작용 수준을 측정하기 위해 Fournier, Berry, Lelson과 Chanen(2016)이 개발한 인간-동물 상호작용 척도를 원저자에게 승인받아 연구자 본인이 번안하여 사용하였다. 이 척도는 행동에 근거한 상호작용을 측정하기 위하여 개발된 자기 보고식 척도이며, '동물을 쓰다듬는다.', '동물을 안는다.'와 같이 동물에 대한 인간의 바람직하다고 지각될 수 있는 행동 12문항, '동물에게 공격적으로 행동한다.'와 같이 동물에 대한 인간의 바람직하지 않다고 지각될 수 있는 행동 2문항, '동물은 당신을 낫는다.'와 같이 인간에 대한 동물의 바람직하다고 지각될 수 있는 행동 6문항, '동물은 당신에게 공격적으로 행동한다.'와 같이 인간에 대한 동물의 바람직하지 않다고 지각될 수 있는 행동 4문항 총 24개의 문항으로 구성되어 있다. 지난 한 주 동안 경험한 동물과의 상호작용에 대해 0점(전혀 아니다)에서부터 4점(매우 그렇다)까지 평정할 수 있다. 본 척도의 점수는 바람직한 것으로 인식될 수 있는 행동(예, 놀이, 손질)의 항목 점수들을 합한 합산 점수에서, 바람직하지 않은 것으로 인식될 수 있는 행동(예, 상호작용 거부, 공격적 행동) 항목들의 합산 점수를 빼는 방식으로 산출하며, 인간의 동물에 대한 행동의 부분 점수, 동물의 인간에 대한 행동의 부분 점수, 총 HAI 점수를 산출할 수 있다. 점수가 높을수록(반려)동물과의 긍정적·바람직한 상호작용이 많다는 것을 의미하며, 낮을수록(반려)동물과의 부정적·바람직하지 않은 상호작용이 많다는 것을 의미한다. Fournier 등(2016)의 연구에서 내적 일치도(Cronbach's α)는 .72~.89로 나타났

고, 본 연구에서는 동물에 대한 인간의 행동 .94, 인간에 대한 동물의 행동 .86, 전체 .95로 나타났다.

**다차원적 지각된 사회적 지지 척도
(Multidimensional Scale Perceived Social Support; MSPSS)**

본 척도는 Zimet, Dahlem, Zime과 Farley (1988)가 지각된 사회적 지지를 측정하기 위해 개발하고, 신준섭과 이영분(1999)이 번안하고 타당화한 척도이다. 이 척도는 자기 보고식 척도이며, 가족 지지, 친구 지지, 주요 타인 지지 각 4문항씩 총 12문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 5점 리커트 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)이며, 점수가 높을수록 지각된 사회적 지지의 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서는 원 척도의 문항들에 주요 타인 지지에 대한 문항 내용을 동물 대상으로 수정하여 동물 지지 문항을 추가하였다(예: ‘나는 내 기쁨과 슬픔을 함께 나눌 수 있는 동물/반려동물이 있다). 이에 총 16문항을 사용하였다. Zimet 등(1988)의 연구에서는 내적 일치도(Cronbach's α)가 .88로 나타났으며, 신준섭과 이영분(1999)의 연구에서는 .89로 나타났다. 본 연구에서는 전체 내적 일치도(Cronbach's α)는 .88, 각 하위 요인별로 가족 지지 .88, 친구 지지 .89, 주요 타인 지지 .91, 동물 지지 .96으로 나타났다.

한국형 회복탄력성 척도(김주환, 2011)

본 척도는 김주환(2011)이 한국 중·고·대학생, 성인을 대상으로 개발 및 타당화한 회복탄력성을 측정하기 위한 자기 보고식 척도이다. 본 척도에서 회복탄력성의 구성요소는 자기조절능력, 대인관계능력, 긍정성이며, 각

구성요소의 하위 구성 요소는 자기조절능력은 감정조절력, 충동통제력, 원인분석력으로, 대인관계능력은 소통 능력, 공감능력, 자아확장력으로, 긍정성은 자아 낙관성, 생활만족도, 감사하기로 구성되어 있다. 총 53문항, 5점 리커트 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)이며, 점수가 높을수록 회복탄력성이 높음을 의미한다. 김주환(2011)의 연구에서 내적 일치도(Cronbach's α)는 .89로 나타났으며, 본 연구에서는 .93으로 나타났다.

한국판 지각된 스트레스 척도(박준호, 서영석, 2010)

지각된 스트레스 척도(Perceived Stress Scale: PSS)는 Cohen, Kamarck와 Mermelstein(1983)이 일상적인 스트레스를 측정하기 위해 개발하였고, 이를 Cohen과 Williamson(1988)이 단축형으로 수정하였다. 이를 박준호, 서영석(2010)이 번안하였고, 번안한 것을 본 연구에서 스트레스 수준을 측정하기 위해 사용하였다. 본 척도는 일상에서 경험하는 상황에 대해 개인이 스트레스로 지각하는 정도를 측정하는 자기 보고식 척도이다. 하위 요인으로 부정적 지각, 긍정적 지각이 있으며, 총 10문항으로 구성되어 있다. 5점(0 = 전혀 없었다, 4 = 매우 자주 있었다) 리커트 척도이며, 총점이 높을수록 지각된 스트레스 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서는 긍정적 지각 문항들의 내용이 회복탄력성의 내용과 유사한 부분이 있어 부정적 지각 문항들(5문항)만을 사용하였다. 박준호, 서영석(2010)의 연구에서 부정적 지각의 내적 일치도(Cronbach's α)는 .76~.77로 나타났으며, 본 연구에서는 .86으로 나타났다.

분석 방법

가설 1 검증을 위해 반려동물 소유 여부와 인간-동물 상호작용 척도의 총점의 평균(54.71)에서 $\pm 1SD$ 를 기준으로 구분하여 반려동물 소유자 중 상호작용이 높은 집단(이하 고-상호작용 집단)과 낮은 집단(이하 저-상호작용 집단), 비소유자 집단으로 나누어 비교 분석하였으며, 나머지 가설 검증을 위해서는 반려동물 소유자 집단만을 대상으로 분석하였다.

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 21.0과 PROCESS Macro v3.4를 이용하여 분석하였다. 첫째, 반려동물 소유자 집단(고-상호작용, 저-상호작용 집단)과 비소유자 집단의 집단 간 주요 변인 차이를 알아보기 위해 일반선형모형분석을 실시하였다. 둘째, 반려동물 소유자 집단에서 주요 변인들(반려동물과의 상호작용, 지각된 반려동물 사회적 지지, 회복탄력성) 간 관련성을 알아보기 위해 상관관계 분석을 실시하였다. 셋째, 반려동물과의 상호작용과 회복탄력성의 관계에서 지각된 반려동물 사회적 지지의 매개 효과를 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 3단계 매개효과 검증을 실시하였다. 마지막으로 매개효과의 유의성을 확인하기 위해 Hayes(2009)가 제안한 부트스트랩 분석을 실시하였다.

결 과

집단 간 주요 변인 비교(가설 1)

일반선형모형분석 결과를 표 1에 제시하였다. 분석 결과, 인구통계학적 특성들을 통제했을 때도 지각된 사회적 지지, $F(2,384)=42.21$,

$p=.000$, 회복탄력성, $F(2,384)=14.06$, $p=.000$, 에서 집단 간 유의미한 차이가 나타났다. 고-상호작용 집단은 저-상호작용 집단과 비소유자 집단보다 지각된 사회적 지지의 수준이 가장 높은 것으로 나타났고, 고-상호작용 집단과 비소유자 집단이 저-상호작용 집단보다 회복탄력성의 수준이 더 높은 것으로 나타났다.

각 변인들의 하위 요인들에서의 차이를 자세히 살펴보면, 동물과의 상호작용에 있어서 인간의 바람직한 행동은 고-상호작용 집단($M=46.33$), 저-상호작용 집단($M=26.03$), 비소유자 집단($M=19.41$) 순으로 높았고, 동물의 바람직한 행동은 저-상호작용 집단($M=13.78$)과 비소유자 집단($M=11.77$)보다 고-상호작용 집단($M=23.54$)에서 유의미하게 더 높은 것으로 나타났다. 인간의 바람직하지 않은 행동은 고-상호작용 집단($M=-0.03$), 비소유자 집단($M=0.92$), 저-상호작용 집단($M=2.16$) 순으로 낮게 나타났다. 동물의 바람직하지 않은 행동 역시 고-상호작용 집단($M=0.43$), 비소유자 집단($M=3.04$), 저-상호작용 집단($M=5.61$) 순으로 낮게 나타났다.

지각된 사회적 지지 수준에 있어서는 특별한 사람으로부터 지각된 사회적 지지 수준은 고-상호작용 집단($M=17.04$)이 저-상호작용 집단($M=14.43$)과 비소유자 집단($M=15.57$)보다 유의미하게 더 높았으며, 가족으로부터 지각된 사회적 지지 수준은 고-상호작용 집단($M=16.20$)과 비소유자 집단($M=15.40$)이 저-상호작용 집단($M=13.91$)보다 유의미하게 높았다. 친구로부터 지각된 사회적 지지 수준은 역시 고-상호작용 집단($M=16.47$)과 비소유자 집단($M=15.50$)이 저-상호작용 집단($M=14.00$)보다 유의미하게 더 높았다. 지각된 (반려)동물 사회적 지지 수준은 비소유자 집단($M=8.03$),

표 1. 일반선형모형분석 결과 및 집단에 따른 추정된 주변평균의 비교

	고-상호작용 (n=59) 평균(표준오차)	저-상호작용 (n=62) 평균(표준오차)	비소유자 (n=276) 평균(표준오차)	F(df)	부분 에타 제곱	집단 비교
HAIS(동물과의 상호작용)						
총점	69.46(2.23)	32.05(2.00)	27.22(0.97)	142.39*** (2,384)	.426	고>저,비
인간의 바람직한 행동	46.33(1.50)	26.03(1.34)	19.41(0.65)	125.27*** (2,384)	.395	고>저>비
인간의 바람직하지 않은 행동	-0.03(0.18)	2.16(0.17)	0.92(0.08)	43.14*** (2,384)	.183	저>비>고
동물의 바람직한 행동	23.54(0.84)	13.78(0.75)	11.77(0.37)	76.31*** (2,384)	.284	고>저,비
동물의 바람직하지 않은 행동	0.43(0.38)	5.61(0.34)	3.04(0.16)	56.62*** (2,384)	.228	저>비>고
MSPSS(지각된 사회적 지지)						
총점	68.65(1.37)	56.11(1.23)	54.51(0.60)	42.21*** (2,384)	.180	고>저,비
특별한 사람(주요 타인)	17.04(0.49)	14.43(0.44)	15.57(0.21)	8.44*** (2,384)	.042	고>저,비
가족	16.20(0.48)	13.91(0.43)	15.40(0.21)	7.43** (2,384)	.037	고,비>저
친구	16.47(0.46)	14.00(0.41)	15.50(0.20)	9.14*** (2,384)	.045	고,비>저
(반려)동물	18.94(0.53)	13.76(0.48)	8.03(0.23)	182.71*** (2,384)	.488	고>저>비
KRQ-53(회복탄력성)						
총점	191.99(3.40)	171.36(3.05)	187.45(1.48)	14.06*** (2,384)	.068	고,비>저
자기조절능력	62.20(1.21)	56.17(1.08)	61.72(0.53)	11.60*** (2,384)	.057	고,비>저
대인관계능력	68.97(1.34)	60.34(1.20)	65.93(0.58)	13.66*** (2,384)	.066	고,비>저
긍정성	60.83(1.44)	54.85(1.29)	59.80(0.63)	7.00** (2,384)	.035	고,비>저
PSS(지각된 스트레스)	8.54(0.58)	10.07(0.52)	9.75(0.25)	2.28(2,384)	.012	고=저=비

주. ** $p < .01$. *** $p < .001$, 고=고-상호작용 집단, 저=저-상호작용 집단, 비=비소유자 집단

저-상호작용 집단($M=13.76$), 고-상호작용 집단 ($M=18.94$) 순으로 낮게 나타났다.

회복탄력성의 모든 하위 요인들에서 고-상호작용 집단과 비소유자 집단이 저-상호작용 집단보다 유의미하게 더 높은 것으로 나타났다. 자기조절능력의 평균은 고-상호작용 집단, $M=62.20$, 비소유자 집단, $M=61.72$, 저-상호작용 집단, $M=56.17$, 로 나타났다. 대인관계능력은 고-상호작용 집단, $M=68.97$, 비소유자 집단, $M=65.93$, 저-상호작용 집단, $M=60.34$,

로 나타났다. 긍정성은 고-상호작용 집단, $M=60.83$, 비소유자 집단, $M=59.80$, 저-상호작용 집단, $M=54.85$, 로 나타났다.

고-상호작용 집단과 저-상호작용 집단, 비소유자 집단 간 주요 변인들 간에 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났으며, 고-상호작용 집단이 지각된 (반려)동물 사회적 지지와 회복탄력성의 수준이 가장 높은 것으로 나타났다가설 1이 검증되었음을 확인할 수 있다.

소유자 집단 내 주요 변인들 간의 상관분석 (가설 2)

반려동물 소유자 집단($n=356$) 내에서 매개 효과를 확인하기에 앞서, 주요 변인들 간의 관련성을 확인하고자 상관분석을 실시하였다. 반려동물과의 상호작용, 지각된 반려동물 사회적지지, 회복탄력성 변인들에 대한 상관분석 결과를 표 2에 제시하였다. 회복탄력성은 반려동물과의 상호작용($r=.26, p<.001$), 지각된 반려동물 사회적지지($r=.24, p<.001$)와 통계적

으로 유의한 정적 상관을 보였으며, 반려동물과의 상호작용은 지각된 반려동물 사회적 지지와 통계적으로 유의한 정적 상관을 나타냈다($r=.67, p<.001$). 따라서 가설 2가 검증되었음을 확인할 수 있다.

반려동물과의 상호작용, 회복탄력성의 관계에서 지각된 반려동물 사회적 지지의 매개 효과 (가설 2)

반려동물 효과의 기제를 확인하기 위해 반

표 2. 소유자 집단 내 주요 변인의 상관관계 ($n=356$)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1 HAIS (동물과의 상호작용)	-														
2 인간의 바람직한 행동	.92***	-													
3 인간의 바람직하지 않은 행동	-.50***	-.26***	-												
4 동물의 바람직한 행동	.88***	.74***	-.35***	-											
5 동물의 바람직하지 않은 행동	-.56***	-.27***	.61***	-.40***	-										
6 MSPSS (지각된 사회적 지지)	.43***	.37***	-.24***	.39***	-.27***	-									
7 특별한 사람	.26***	.21***	-.17**	.25***	-.17**	.86***	-								
8 가족	.23***	.19***	-.13*	.19***	-.18***	.80***	.60***	-							
9 친구	.19***	.16**	-.09	.19***	-.13*	.80***	.64***	.51***	-						
10 지각된 반려동물 사회적 지지	.67***	.62***	-.36***	.60***	-.37***	.53***	.29***	.23***	.20***	-					
11 KRQ-53 (회복탄력성)	.26***	.15**	-.20***	.29***	-.30***	.64***	.53***	.50***	.63***	.24***	-				
12 자기조절능력	.22***	.12*	-.17**	.24***	-.27***	.37***	.29***	.29***	.34***	.21***	.82***	-			
13 대인관계능력	.27***	.15**	-.25***	.28***	-.31***	.620***	.50***	.43***	.67***	.23***	.87***	.58***	-		
14 긍정성	.19***	.11*	-.10	.23***	-.20***	.64***	.56***	.55***	.59***	.18***	.88***	.56***	.65***	-	
15 PSS (지각된 스트레스)	-.10	-.06	.07	-.05	.20***	-.27***	-.20***	-.20***	-.30***	-.09	-.47***	-.46***	-.35***	-.40***	-

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

려동물 소유자 집단 내에서 매개 효과를 검증하였다. 검증 모형은 그림 1에 제시하였으며, 매개 효과와 매개 효과의 유의성을 검증한 결과는 표 3에 제시하였다. 독립 변인은 반려동

물과의 상호작용, 종속 변인은 회복탄력성, 매개 변인은 지각된 반려동물 사회적 지지, 통제 변인은 성별, 연령, 반려동물 종류, 지각된 스트레스(PSS)로 설정하였다. 성별은 여자 0,

표 3. 소유자 집단 내 매개효과와 매개효과 유의성 검증

단계	독립변인	종속변인	비표준화 계수		표준화 계수	t
			B	표준오차	β	
1	성별		-.942	3.235	-.014	-.291
	연령		-.087	.112	-.036	-.778
	반려동물 종류	회복탄력성	-8.718	4.988	-.083	-1.748
	지각된 스트레스		-2.984	.303	-.457	-9.839***
	반려동물과의 상호작용		.381	.094	.196	4.034***
$R^2 = .28, F = 26.72^{***}$						
2	성별		-15.955	10.115	-.065	-1.577
	연령	지각된	-.070	.351	-.008	-.200
	반려동물 종류	반려동물	-10.625	15.597	-.028	-.681
	지각된 스트레스	사회적 지지	-.668	.948	-.029	-.704
	반려동물과의 상호작용		4.422	.295	.640	14.987***
$R^2 = .44, F = 55.74^{***}$						
3	성별		-.403	3.233	-.006	-.125
	연령		-.085	.112	-.035	-.760
	반려동물 종류	회복탄력성	-8.359	4.970	-.080	-1.682
	지각된 스트레스		-2.961	.302	-.454	-9.798***
	반려동물과의 상호작용		.231	.120	.119	1.920
	지각된 반려동물 사회적 지지		.034	.017	.121	1.986***
$R^2 = .28, F = 23.11^{***}$						
부트스트랩 검증 결과						
	변인	간접효과 계수	Boot SE	95% 신뢰구간		
				하한값	상한값	
	지각된 반려동물 사회적 지지	.1495	.747	.0046	.3030	

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

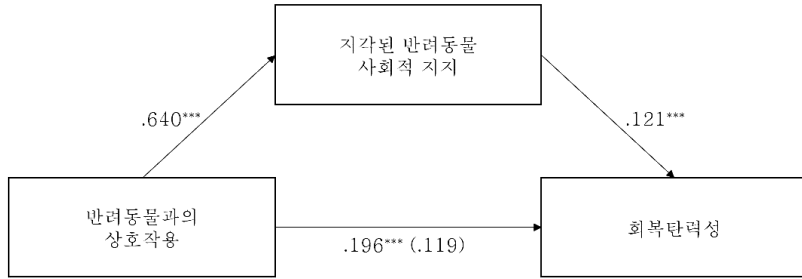


그림 1. 반려동물과의 상호작용이 회복탄력성에 영향을 미치는 매개모형

주. *** $p < .001$, 괄호 안 숫자는 3단계에서 독립 변인이 종속 변인에 미치는 영향력을 의미함.

남자 1, 반려동물 종류는 개와 고양이 0, 기타 동물 1로 더미 코딩한 후, 투입하였다. 또한, 지각된 반려동물 사회적 지지를 측정하는 문항 응답이 부적 편포하여 이를 보완하고자 점수를 변환하였다.

독립 변인과 종속 변인의 관계에서 매개 변인이 매개효과를 갖는지 알아보기 위해 Baron과 Kenny가 제시한 단계에 따라 위계적 다중회귀분석을 실시하였다. 1단계, 독립변인(반려동물과의 상호작용)이 종속변인(회복탄력성)에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = 0.196, p < .001$). 2단계, 독립변인(반려동물과의 상호작용)이 매개변인(지각된 반려동물 사회적 지지)을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다($\beta = 0.640, p < .001$). 3단계, 독립변인(반려동물과의 상호작용)과 매개변인(지각된 반려동물 사회적 지지)을 동시에 투입하여 종속변인(회복탄력성)에 미치는 영향력을 검증한 결과, 매개 변인은 종속 변인에 유의미한 영향을 미쳤지만, 독립 변인은 유의미한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 1단계에서 독립 변인과 종속 변인의 관계가 유의미하였으나, 3단계에서 유의미하지 않은 관계가 된 것으로 보아, 이는 매개 변인이 독립 변인과 종속 변인 사이에서 완전 매개효과를 가진다

고 볼 수 있다. 마지막으로 매개효과의 유의성을 확인하기 위한 부트스트랩 분석 결과, 매개효과가 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다, 95%CI [.0046, .3030].

논 의

본 연구는 국내 일반 성인 인구 집단에서 반려동물 효과와 그 기제를 확인하였다. 첫째, 고-상호작용 소유자, 저-상호작용 소유자, 비소유자 세 집단 간 지각된 반려동물 사회적 지지와 회복탄력성의 수준에서 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났고, 고-상호작용 집단이 지각된 반려동물 사회적 지지를 비롯하여 인간(주요타인, 가족, 친구)으로부터 지각된 사회적 지지, 회복탄력성과 같이 긍정적인 변인들의 점수가 가장 높은 것으로 나타났다.

고-상호작용 집단이 비소유자 집단보다 지각된 사회적 지지 수준이 높은 것은 선행 연구와 일치하는 결과이다(김세영, 윤가현, 2014; Wood et al., 2015). 인간으로부터 지각된 사회적 지지 수준이 높은 것은 반려동물을 양육하는 사람의 특성일 수도 있지만, 선행 연구에 따르면 반려동물이 소유자의 사회적 관계를

촉진시켜주는 역할을 한다는 점에서 설명할 수 있다(McNicholas & Collis, 2006; Wood et al., 2015). Wood 등(2015)의 연구에서 반려동물 소유자는 동물에 대한 관심, 정보 공유, 반려동물들 간 친분 등등 다양한 방식으로 비소유자보다 새로운 이웃을 알 수 있는 가능성이 훨씬 높고, 소유자들 중 약 42%는 반려동물을 통해 알게 된 사람으로부터 사회적 지지를 받았다고 보고하였다. 본 연구에서도 반려동물이 동물들에 우호적인 사람들과의 사회적 관계를 촉진시켜 인간으로부터 지각된 사회적 지지 수준 또한 높을 가능성이 있다. 고-상호작용 집단에서 회복탄력성의 수준이 높은 것 역시 선행 연구와 같이 반려동물의 긍정적인 이점으로 보인다(Friedmann & Son, 2009; Walsh, 2009; Wood et al., 2015). 따라서 고-상호작용 집단에서 반려동물 효과성을 확인할 수 있다.

하지만 저-상호작용 집단은 비소유자 집단보다 긍정적인 변인들의 수준이 더 낮게 나타났다. 저-상호작용 집단은 비소유자 집단보다 지각된 반려동물 사회적 지지의 수준은 더 높았으나, 이를 제외한 다른 대상들로부터 지각된 사회적 지지의 수준은 비소유자 집단과 차이가 없거나 비소유자 집단보다 오히려 더 낮은 것으로 나타났으며, 회복탄력성의 수준 역시 비소유자 집단보다 더 낮은 것으로 나타났다. 저-상호작용 집단은 비소유자 집단보다 동물과의 바람직하지 않은 상호작용(예, 공격적 행동, 회피)이 더 많은 것으로 나타났다.

이러한 결과는 단지 반려동물 소유 그 자체보다 상호작용이 반려동물 효과에 더 중요한 요인인 점을 보여준다. 선행 연구에서 반려동물 소유 여부와 별개로 애착이나 만족감과 같은 동물과의 관계가 긍정적 효과를 조절

하는 것으로 나타난 점(김세영, 박형인, 2017)과 일치한다. 또한 저-상호작용 집단이 비소유자 집단보다 대인관계 사회적 지지 지각이 보다 낮고 동물과의 바람직하지 않은 상호작용이 높다는 점은 전반적으로 이 집단이 인간 및 동물을 포함한 관계 상호작용에 어려움이 있거나 심리적 자원이 부족한 집단일 가능성을 보여준다. 본 연구는 이를 파악하는데 한계가 있으나, 저-상호작용 집단의 특징은 부정정서, 불안정 애착, 소진과 같은 심리적 자원 변인(노치경, 2018), 반려동물 성격(Gosling, Kwan & John, 2003; McConnell et al., 2011), 반려동물 돌봄부담감과 그에 영향을 미칠 수 있는 반려동물 나이·병력, 소득 수준(신차미, 2017)과 관련되어 있을 수 있다. 다만, 집단 간 표본 수의 차이가 미치는 영향을 고려해야 하므로 추후 재검증이 요청된다.

두 번째, 반려동물과의 상호작용과 지각된 반려동물 사회적 지지, 회복탄력성은 모두 정적 상관관계가 있었다. 선행 연구결과, 대인관계에서 지각된 사회적 지지와 회복탄력성의 상관계수의 범위는 .36~.50이었으며(손덕순, 문영희, 2011; 송현심, 성승연, 2015; 우재희, 2015; Pidgeon et al., 2014), 본 연구에서 지각된 반려동물 사회적 지지와 회복탄력성의 상관계수는 .24로 나타났다. 지각된 반려동물 사회적 지지는 인간으로부터 지각된 사회적 지지보다 다소 약하지만 회복탄력성에 영향을 줄 수 있다. 이러한 관련성에 대해 다른 선행 연구에서는 반려동물로부터 얻는 사회적 지지에 대한 지각이 높아짐으로써 안정적인 접근성의 지지 체계라는 믿음이 증가하고, 이에 따라 긍정 정서나 만족도가 증가하거나 부정 정서가 감소할 수 있다고 설명한다(Langston, 2014).

또한, 소유자 집단 내에서 반려동물과의 상호작용과 회복탄력성의 관계에서 지각된 반려동물 사회적 지지가 완전 매개하는 것으로 나타났다. 반려동물이 인간에게 긍정적인 영향을 미치는 데 사회적 지지를 제공하는 역할을 하며, 동물과의 상호작용으로 인해 얻는 사회적 지지의 직접적인 효과와 동물로 인해 촉발되는 사회적 지지의 간접적인 효과가 있다는 사회적 지지 가설(Beetz, 2017; McConnell et al., 2011; Wood et al., 2015)을 지지하는 결과가 나타났다. 따라서 개인의 회복탄력성을 증진할 수 있는 여러 알려진 변인 중에 반려동물과의 상호작용에서 오는 사회적 지지 역시 회복탄력성을 향상시킬 수 있는 매개 변인임을 확인하였다. 반려인들에게 동물과의 올바른 상호작용에 대한 교육을 함으로써 동물에게 더 많은 지지를 얻게 하고, 결과적으로 회복탄력성의 향상을 도모할 수 있을 것으로 기대할 수 있다.

더 나아가 반려동물과의 상호작용 과정에서 반려동물로부터 지지를 얻는 데에는 애착, 심리적 욕구 충족 등과 같이 본 연구에서는 확인하지 못한 다른 심리적 변인들에 의한 영향이 있을 수 있다. 선행 연구에서 반려동물이 애착 대상의 역할을 하며(Sable, 2013), 반려동물에 대한 애착이 높을수록 삶의 질이 높은 것으로 나타났고(한아람, 2017), 반려동물이 자율성, 유능성, 관계에 대한 심리적인 욕구를 충족할수록 안녕감이 높은 것으로 나타났다(Kanat-Maymon, Antebi & Zilcha-Mano, 2016). 따라서 반려동물과의 상호작용 시 애착이나 심리적인 욕구 충족을 유도하는 활동을 하도록 개입하는 것이 반려동물로부터 지지를 더 많이 얻게 할 수 있으며, 회복탄력성 증진에 보다 효과적인 개입이 될 수 있다.

이러한 결과는 동물매개치료에 대한 심리학적인 근거를 제공할 수 있다. 현재 국내에서도 동물매개치료의 효과가 실증적으로 입증되고 있으며, 적용하려는 움직임이 있다(신연호, 2014; 신정인, 강영걸, 2016). 동물매개치료는 동물과의 상호작용 및 유대를 토대로 하지만, 이러한 동물매개치료와 반려동물 효과의 기제에 대해 아직 명료하게 정리된 것은 없는 상황이며, 의학, 간호학, 수의학, 심리학 등의 다학제간 협업의 필요성을 강조하고 있다(신정인, 강영걸, 2016). 따라서 본 연구의 결과가 동물매개치료에 대한 하나의 심리학적 근거가 될 수 있다.

본 연구의 제한점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 횡단연구 설계로 인과관계를 설명하지는 못한다. 이에 따라 실험 연구나 종단 연구를 통한 후속 연구가 필요하다. 둘째, 비교 집단을 세분화하지 못하여 실제 집단의 특징과 다소 다를 수 있다. 본 연구에서 집단 간 비교 분석을 할 때 비교 집단인 비소유자 집단을 비소유자지만 동물과의 상호작용이 있는 집단과 비소유자면서 동물과의 상호작용도 없는 집단으로 나누어 비교하고자 하였으나, 비소유자면서 동물과의 상호작용도 없는 집단이 7명으로 인원이 너무 적어 비소유자 집단을 세분화하지 못하였다. 그러므로 본래 의도했던 대로 비교 집단을 세분화하지 못하여 실제 집단의 특징과 다소 다른 결과를 나타냈을 수 있다. 셋째, 반려동물 종류에 다양한 종류를 골고루 포함하지 못하였다. 본 연구에서는 반려동물 종류에 제한을 두지 않고 표집하였으나, 설치/토끼류, 조류, 수족관 동물을 키우는 23명의 소수의 반려인들만 응답하는 등 개와 고양이를 제외한 다른 종류의 반려동물을 키우는 반려인들의 수가 상대적으로 적어 반려

동물 유형에 따른 분석이 불가능하였다. 추후 연구에서는 반려동물 유형에 따른 표집을 통해 반려동물 유형별 특징을 탐색하는 것도 필요할 것이다. 마지막으로 본 연구에서는 기존 사회적지지 척도를 수정하여 반려동물 사회적 지지를 측정하였으나, 후속 연구에서는 반려동물 사회적 지지에 관한 척도를 개발하여 매개 효과에 대한 재검증이 필요하다.

하지만 이러한 제한점들에도 불구하고, 본 연구는 몇 가지 의의가 있다. 첫째, 국내에서 부족했던 반려동물 및 반려동물 효과의 심리학적 기제에 대한 연구를 시도했다는 데에 의의가 있다. 둘째, 기존 연구가 임상 집단이나 취약 집단을 대상으로 한데 비해 본 연구는 지역사회 표본에서도 반려동물의 긍정적 효과가 나타날 수 있음을 밝혔다. 이어서, 회복탄력성에 관해 반려동물 사회적 지지라는 매개변인을 확인하여, 인간 회복탄력성의 발달에 반려동물이 기여하는 기제를 밝힌 바, 이를 바탕으로 반려동물을 동반하는 지역사회 정신건강 증진 및 예방 서비스 프로그램의 기초 자료가 될 수 있다.

참고문헌

- 강규민 (2019. 1. 14). ‘길친’ 도와줄 멤버 있나요? 페이스북 통해 퍼지는 ‘동물사랑’. 파이낸셜뉴스. <https://www.fnnews.com/news/201901131113565166> 에서 검색
- 강수운, 이동훈 (2019). 출소자가 인식한 사회적 지지와 자활의지의 관계에서 자아탄력성과 적극적인 스트레스 대처방식의 매개 효과: 수감횟수 및 최초범죄연령별 다집단분석. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 31(3), 749-777.
- 강원국, 이형석, 고영주, 김태영, 남진식, 이민지, 이준표, 정성우, 제민우, 황효정, 김옥진 (2019). 동물매개치료에 대한 인식 조사 및 향후 방향성 제시. 한국동물매개심리치료학회지, 8(1), 55-66.
- 국립축산과학원. 국립축산과학원 반려동물 [웹사이트]. (2019). http://www.nias.go.kr/companion/new_petBoard.do?cmCode=M170718155107250.
- 길현주, 김수영 (2016). 유아 교사의 정서 지능, 심리적 안녕감, 사회적지지, 회복탄력성 간의 구조적 관계. 아동교육, 25(2), 201-220.
- 김보영, 박서영 (2018. 10. 1). 국내 동물카페의 현주소, 법의 사각지대에 놓인 동물들. 이대학보. <http://inews.ewha.ac.kr/news/articleView.html?idxno=30359> 에서 검색
- 김세영, 박형인 (2017). 반려동물효과: 반려동물 소유와 심리적 건강 간 관계의 메타분석 연구. 사회과학연구, 28(1), 101-115.
- 김세영, 박형인 (2018). 반려동물이 지지추구적 정서조절을 통해 행복에 미치는 효과 - 마음챙김에 의해 조절된 매개모형. 한국심리학회지: 건강, 23(4), 1001-1018.
- 김세영, 윤가현 (2014). 반려견, 좋은 친구의 몇 가지 조건. 사회과학연구, 25(1), 215-233.
- 김옥진 (2012). 동물매개치료의 개요. 대한수의사회지, 48(7), 436-438.
- 김주환 (2011). 회복 탄력성: 시련을 행운으로 바꾸는 유쾌한 비밀. 서울: 위즈덤 하우스.
- 노치경 (2018). 성인 회복탄력성 관련변인에 관

- 한 메타분석 - 보호요인과 위험요인을 중심으로. 박사학위논문, 명지대학교 대학원. 농림축산검역본부 (2018). 2018년 동물보호에 대한 국민의식 조사 보고서.
https://www.animal.go.kr/front/community/index.do;jsessionid=btHj02khw9xoq2Qnx1HnfQB45pUJ6KU3d4M8EV2LsAouz9kQVgsar4qbxqBxzI4k.anibas_servlet_front?boardId=boardID03&menuNo=7000000005 에서 검색.
- 박종두, 김성호 (2020). 인간-동물 유대(HAB)에 근거한 지역사회 비영리기관의 역할에 대한 탐색적 연구. *한국비영리연구*, 19(1), 37-57.
- 박준호, 서영석 (2010). 대학생을 대상으로 한 한국판 지각된 스트레스 척도 타당화 연구. *한국심리학회지: 일반*, 29(3), 611-62.
- 손덕순, 문영희 (2011). 사회복지전공 대학생의 회복탄력성에 영향을 미치는 요인 - Y시 전문대학 학생을 중심으로 -. *한국사회복지교육*, 16, 48-69.
- 송윤오, 김종수, 조재현, 박배근, 김충희 (2011). 가정폭력 여성피해자 자녀의 공격성 및 우울에 대한 동물매개치료의 효과. *한국놀이치료학회지*, 14(3), 93-105.
- 송현심, 성승연 (2015). 사회적 지지가 중학생의 학교생활 적응과 삶의 만족에 미치는 영향: 자아탄력성, 자기조절의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 27(1), 129-157.
- 신연호 (2014). 치료적 활용 프로그램으로써 동물매개활동과 동물보조치료의 비교. *한국산학기술학회 학술대회논문집*, 683-685.
- 신정인, 강영걸 (2016). 동물매개치료 (AAT: Animal-Assisted Therapy)에 대한 이해와 상담 적용적 함의. *특수교육재활과학연구*, 55(1), 191-214.
- 신준섭, 이영분 (1999). 사회적 지지가 실직자의 심리사회적 안녕감에 미치는 영향에 관한 연구. *한국사회복지학*, 37, 241-269.
- 신차미 (2017). 반려동물 애착과 돌봄부담감이 정신건강에 미치는 영향. *동아대학교 석사학위논문*.
- 우재희 (2015). 알코올중독자의 스트레스와 회복탄력성에 관한 연구. *정신건강과 사회복지*, 43(3), 279-303.
- 장우리 (2021. 3. 15). 반려동물 파양·유기 증가...정부 대신 '임보맘' 나섰다. *연합뉴스*.
<https://www.yna.co.kr/view/AKR20210314032300004?input=1195m> 에서 검색
- 장진아, 신희천 (2006). 부부갈등이 청소년 자녀의 부적응에 미치는 영향: 자아탄력성, 부모 양육태도, 사회적 지지의 매개과정. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 18(3), 569-592.
- 한국농촌경제연구원 (2017). 반려동물 연관 산업 발전방안 연구(연구보고 R824).
<https://www.krei.re.kr/krei/research.do?key=67&pageType=010101> 에서 검색
- 한아람 (2017). 성인의 반려동물에 대한 태도 및 애착과 삶의 질과의 관계. *인문사회* 21, 8(6), 1093-1107.
- Allen, K. (2003). Are pets a healthy pleasure? The influence of pets on blood pressure. *Current Directions in Psychological Science*, 12(6), 236-239.
- Amiot, C., Bastian, B., & Martens, P. (2016). People and companion animals: It takes two to tango. *BioScience*, 66(7), 552-560.
- Barak, Y., Savorai, O., Mavashev, S., & Beni, A. (2001). Animal-assisted therapy for elderly

- schizophrenic patients: A one-year controlled trial. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 9(4), 439-442.
- Barker, S. B., Pandurangi, A. K., & Best, A. M. (2003). Effects of animal-assisted therapy on patients' anxiety, fear, and depression before ECT. *The Journal of ECT*, 19(1), 38-44.
- 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.
- Beetz, A. M. (2017). Theories and possible processes of action in animal assisted interventions. *Applied Developmental Science*, 21(2), 139-149.
- Beetz, A., Uvnäs-Moberg, K., Julius, H., & Kotrschal, K. (2012). Psychosocial and psychophysiological effects of human-animal interactions: The possible role of oxytocin. *Frontiers in Psychology*, 3(234), 1-15.
- Berget, B., Ekeberg, Ø., & Braastad, B. O. (2008). Animal-assisted therapy with farm animals for persons with psychiatric disorders: Effects on self-efficacy, coping ability and quality of life, a randomized controlled trial. *Clinical Practice and Epidemiology in Mental Health*, 4(9), 1-7.
- Brown, S. G., & Rhodes, R. E. (2006). Relationships among dog ownership and leisure-time walking in western Canadian adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 30(2), 131-136.
- Cohen, S., Kamarck, T., & Mermelstein, R. (1983). A global measure of perceived stress. *Journal of Health and Social Behavior*, 24(4), 385-396.
- Cohen, S., & Williamson, G. (1988). Perceived stress in a probability sample of the United States. In S. Spacapan & S. Oskamp (Eds.) *The Social Psychology of Health: Claremont Symposium on Applied Social Psychology* (pp. 31-67). Newbury Park, CA: Sage.
- Fine, A. H. (Ed.). (2010). *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (3rd ed.). London, UK: Academic Press.
- Fournier, A. K., Berry, T. D., Letson, E., & Chanen, R. (2016). The human - animal interaction scale: Development and evaluation. *Anthrozoös*, 29(3), 455-467.
- Friedmann, E., Katcher, A. H., Lynch, J. J., & Thomas, S. A. (1980). Animal companions and one-year survival of patients after discharge from a coronary care unit. *Public Health Reports*, 95(4), 307-312.
- Friedmann, E., & Son, H. (2009). The human - companion animal bond: How humans benefit. *Veterinary Clinics of North America: Small Animal Practice*, 39(2), 293-326.
- Friedmann, E., Thomas, S. A., & Son, H. (2011). Pets, depression and long-term survival in community living patients following myocardial infarction. *Anthrozoös*, 24(3), 273-285.
- Gosling, S. D., Kwan, V. S. Y., & John, O. P. (2003). A dog's got personality: A cross-species comparative approach to personality judgments in dogs and humans. *Journal of Personality and Social Psychology*,

- 85(6), 1161-1169.
doi:10.1037/0022-3514.85.6.1161
- Granger, B. P., & Kogan, L. (2000). Animal-assisted therapy in specialized settings. In A. H. Fine (Ed.) *Handbook on animal-assisted therapy: Theoretical foundations and guidelines for practice* (pp. 213-236). San Diego, CA, US: Academic Press.
- Hayes, A. F. (2009). Beyond baron and kenny: Statistical mediation analysis in the new millennium. *Communication Monographs*, 76(4), 408-420.
- Headey, B., & Grabka, M. (2011). Health correlates of pet ownership from national surveys. In P. McCardle, S. McCune, J. A. Griffin & V. Maholmes (Eds.) *How animals affect us: Examining the influence of human - animal interaction on child development and human health* (pp.153-162). Washington, DC: American Psychological Association.
- Headey, B., Na, F., & Zheng, R. (2008). Pet dogs benefit owners' health: A 'natural experiment' in China. *Social Indicators Research*, 87(3), 481-493.
- Kanat-Maymon, Y., Antebi, A., & Zilcha-Mano, S. (2016). Basic psychological need fulfillment in human-pet relationships and well-being. *Personality and Individual Differences*, 92, 69-73.
- Knight, S., & Edwards, V. (2008). In the company of wolves, the physical, social, and psychological benefits of dog ownership. *Journal of Aging and Health*, 20(4), 437-455.
- Langston, S. C. (2014). *Understanding and quantifying the roles of perceived social support, pet attachment, and adult attachment in adult pet owners' sense of well-being*. (Unpublished doctoral dissertation), Washington State University, USA.
- McConnell, A. R., Brown, C. M., Shoda, T. M., Stayton, L. E., & Martin, C. E. (2011). Friends with benefits: On the positive consequences of pet ownership. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(6), 1239-1252.
- McNicholas, J., & Collis, G. (2006). Animals as social supports: Insights for understanding animal-assisted therapy. In A. H. Fine (Ed.) *Handbook on animal-assisted therapy: theoretical foundations and guidelines for practice* (2nd ed.) (pp. 49-72). NY, US: Academic Press.
- Meehan, M., Massavelli, B., & Pachana, N. (2017). Using attachment theory and social support theory to examine and measure pets as sources of social support and attachment figures. *Anthrozoös*, 30(2), 273-289.
- O'Haire, M. E. (2017). Research on animal-assisted intervention and autism spectrum disorder, 2012-2015. *Applied Developmental Science*, 21(3), 200-216.
- Parish-Plass, N. (2008). Animal-assisted therapy with children suffering from insecure attachment due to abuse and neglect: A method to lower the risk of intergenerational transmission of abuse?. *Clinical Child Psychology and Psychiatry*, 13(1), 7-30.
- Pidgeon, A. M., Rowe, N. F., Stapleton, P., Magyar, H. B., & Lo, B. C. Y. (2014). Examining characteristics of resilience among university students: An international study. *Open Journal of Social Sciences*, 2(11), 14-22.

- Ramírez, M. T. G., & Hernández, R. L. (2014). Benefits of dog ownership: Comparative study of equivalent samples. *Journal of Veterinary Behavior, 9*(6), 311-315.
- Sable, P. (2013). The pet connection: An attachment perspective. *Clinical Social Work Journal, 41*(1), 93-99.
- Serpell, J. A. (1991). Beneficial effects of pet ownership on some aspects of human health and behaviour. *Journal of The Royal Society of Medicine, 84*(12), 717-720.
- Stem, S., Donahue, D., Allison, S., Hatch, J., Lancaster, C., Benson, T., ..., & Peterson, A. (2013). Potential benefits of canine companionship for military veterans with posttraumatic stress disorder (PTSD). *Society & Animals, 21*(6), 568-581.
- Walsh, F. (2009). Human animal bonds I: The relational significance of companion animals. *Family Process, 48*(4), 462-480.
- Wells, D. L. (2009). The effects of animals on human health and well being. *Journal of Social Issue, 65*(3), 523-543.
- Wood, L., Martin, K., Christian, H., Nathan, A., Lauritsen, C., Houghton, S., ..., & McCune, S. (2015). The pet factor-companion animals as a conduit for getting to know people, friendship formation and social support. *Plos One, 10*(4), 1-17.
- Zimet, G. D., Dahlem, N. W., Zimet, S. G., & Farley, G. K. (1988). The multidimensional scale of perceived social support. *Journal of Personality Assessment, 52*(1), 30-41.

원 고 접 수 일 : 2021. 03. 23

수정원고접수일 : 2021. 08. 02

게 재 결 정 일 : 2021. 08. 30

The Effect of Companion Animal Interaction on Resilience: The Mediating Effect of Perceived Companion Animal Social Support

Nara Lee

Graduate student

Hyunjung Choi

Assistant professor

Chungbuk National University

Based on the social support hypothesis, this study examined the mechanism of companion animal effect measured by resiliency, and analyzed the mediating effect of companion animal social support in the relationship between companion animal interaction and resilience. A total of 632 community sample adults completed the Human-Animal Interaction Scale(HAIS), Multidimensional Scale Perceived Social Support(MSPSS), Korean Resilience Questionnaire-53(KRQ-53), and Perceived Stress Scale(PSS). The results showed that interaction with one's companion animal has a positive effect on resilience than simply owning one. Among companion animal owners, companion animal interaction explained resilience, and perceived companion animal social support, in particular, completely mediated this relationship. Therefore, interventions that improve companion animal interaction, particularly perceived companion animal social support, may help increase resilience.

Key words : companion animal effect, companion animal interaction, perceived companion animal social support, resilience