

애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인에 미치는 영향: 회피 애착 수준의 조절 효과를 중심으로*

최 원 정

김 현 식†

서강대학교 / 석사 졸업

서강대학교 / 교수

본 연구는 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인에 미치는 영향을 살펴보고, 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인에 미치는 영향에서 회피 애착 수준의 조절 효과를 살피고자 한다. 초진단적 내재화 장애 요인은 우울과 불안의 공통 요인인 일반적 고통, 우울-특정적 요인, 불안-특정적 요인을 나타낸다. 본 글에서는 성인 83명을 대상으로 지각된 애착 안정감, 불안정 성인 애착 척도, 한국판 기분 및 불안 증상 질문지를 온라인으로 실시하였다. 또한, 애착 안정성 점화와 통제 집단의 점화를 온라인 상에서 실시하였다. 자료는 SPSS를 사용하여 다중회귀분석을 실시하여 분석하였다. 그 결과, 애착 안정성 점화가 불안-특정적 요인에 미치는 영향에서 회피 애착의 조절 효과를 확인하였다. 또한 애착 안정성 점화가 일반적 고통에 미치는 영향에서의 회피 애착의 유의 수준에 근접한(marginally significant) 조절 효과를 확인하였다. 그러나 애착 안정성 점화가 우울-특정적 요인에 미치는 영향에서의 회피 애착의 조절 효과는 유의하지 않았다. 이러한 결과를 토대로 애착 안정성 점화의 초진단적 내재화 장애 요인에 미치는 영향과 회피 애착의 조절 효과에 대해 논의하고, 결과들의 함의와 한계점, 추후 연구에 대한 방향을 제안하였다.

주요어 : 애착 안정성 점화, 초진단, 내재화 장애, 회피 애착, 불안정 애착, 초진단적 내재화 장애 요인, 우울, 불안

* 본 연구는 최원정(2023)의 서강대학교 석사학위논문 ‘애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인에 미치는 영향: 불안정 애착 수준의 조절 효과를 중심으로’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 김현식, 서강대학교 심리학과, (04107) 서울특별시 마포구 백범로 35

Tel: 02-705-4753, E-mail: hskim2@sogang.ac.kr



Copyright ©2024, The Korean Counseling Psychological Association
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

애착이란 개인이 가까운 사람에 대해 느끼는 강한 정서적 유대이다(Bowlby, 1969/1982). 유아는 필요할 때 접근 가능하고 반응적인 애착 대상과 상호작용함으로써 안정적인 애착 안정감과 자기와 타인에 대한 긍정적인 정신적 표상을 형성할 수 있게 된다(Bowlby, 1973). 지속적으로 안전감과 지지를 제공하는 애착 대상과의 상호작용은 개인에게 자신이 타인에게 사랑과 지지를 받을만한 존재임을 학습하는 데 도움을 준다. 애착 대상과의 지속적인 상호작용을 통하여 스스로 사랑과 지지를 받을 만하다고 여기는 긍정적 자기 표상과 타인이 편안함과 지지를 제공할 것이라는 긍정적 타인 표상을 가지고 있는 사람들은 안정 애착을 형성하였다고 간주된다(Bowlby, 1969/1982). 즉, 반응적인 애착 대상과의 반복적인 만남이 개인으로 하여금 자기와 타인에 대해 긍정적인 표상을 학습하도록 하고, 이는 안정 애착의 형성에 중요한 역할을 한다(De Wolff & van IJendoorn, 1997). 이렇게 안정적으로 애착이 형성된 개인은 지지적인 애착 대상을 떠올리는 것만으로도 정신적인 힘과 편안함을 얻을 수 있다(김광은, 2004).

특성적 애착 안정감(안정 애착)이 안정적이고 지지적인 대상과의 관계에서 형성되므로 특성적 애착 안정감이 형성되기 위해서는 일반적으로 상당히 긴 시간이 필요하다(Hazan & Zeifman, 1994; Hesse, 1999). 반면에, 외부에서 애착과 관련된 자극이 개인에게 주어졌을 때 이에 대한 반응으로 나타나는 상태적인 애착 안정감은 비교적 단기적인 개입으로도 변화할 수 있음이 밝혀졌다(Gillath et al., 2009). 이와 관련하여, Mikulincer와 Shaver(2004)는 의미 있는 타인으로부터 애정과 지지를 받은 기억을 일시적으로 떠올려보는 것만으로도 상태적인

로 애착 안정감을 획득하는 것이 가능함을 주장하면서 상태 애착에 대한 연구를 발전시켰다. 더 나아가, 개입을 통하여 반복적으로 형성된 상태 애착 안정감은 시간이 지나면서 특성적인 안정 애착 유형과 비슷해진다는 점이 선행 연구에서 제시되었다(Cuyvers et al., 2023). 즉, 이러한 연구 결과는 짧은 개입으로도 상태 애착 안정감을 강화할 수 있을 뿐만 아니라 장기적으로 특성적 안정 애착을 형성하는데도 기여할 수 있음을 시사한다. 이는 또한, 상담 장면에서도 상태 애착 안정감에 초점을 맞출 필요성을 제시한다.

상태 애착을 탐구하는 데 있어서 애착 안정성 점화라는 실험적 조작 방법이 개발되어 정서, 행동, 인지와 관련된 연구들에 사용되어 왔다. 애착 안정성 점화는 개인이 안정적인 관계를 맺은 애착 대상의 정신적 표상을 활성화하여 상태적인 애착 안정감을 형성하는 방법이다(Baldwin et al., 1993). 부연하자면, 애착 안정성 점화는 안정감과 관련된 자극(예, 단어, 사진, 글쓰기)이 언어적 연결망을 따라 확산되면서 이와 관련된 장기 기억이 활성화되는 과정(활성화 확산 과정; Spreading activation; Quillian, 1967)을 이용하여 지지적인 애착 대상과 관련된 정신적 표상을 상태적으로 활성화시키는 실험 방법이다(Collins & Loftus, 1975; Förster et al., 2007). 예를 들어, 아기를 안고 있는 어머니의 사진을 봄으로써 피험자의 애착과 관련된 연결망의 지점인 노드(node)가 자극되어 자신의 어린 시절 애착과 관련된 기억을 떠올리게 된다. 이러한 과정을 거치며 애착 대상으로부터 유발되는 것과 비슷한 안정감이 활성화된다. 그 결과, 개인은 실제 애착 대상의 존재와 대상과의 상호작용으로부터 경험되는 것과 유사한 정도의 안정감을 상태적인

으로 획득할 수 있으며, 이렇게 형성된 안정감은 개인의 정신 건강에도 긍정적인 영향을 미치는 것으로 밝혀져왔다.

애착 안정성 점화는 기분, 자비, 공격성과 같은 다양한 영역에 대해 그 효과가 확인되고 있다(Gillath et al., 2008; Mikulincer & Shaver, 2007). 애착 안정감이 우울, 불안과 높은 부적 상관성이 있다는 연구(ex. Hankin et al., 2005)를 고려할 때, 애착 안정성 점화는 상태적인 애착 안정감을 활성화시킴으로써 우울, 불안과 같은 내재화 장애 증상을 낮추는 데 영향을 미칠 것으로 추측된다. 실제로, 애착 안정성 점화는 다양한 내재화 장애군 증상(우울, 불안, 부정적 정서 등)을 줄이는 데에 효과가 있음이 여러 선행 연구에서 입증되었다(Carnelley et al., 2016, 2018; Dutton et al., 2016; Hutton et al., 2017; McGuire et al., 2018; Norman et al., 2015; Stupica et al., 2019). 구체적으로 살펴보면, 애착 대상을 떠올리고 글을 쓰는 과정은 우울한 기분(McGuire et al., 2018) 및 불안한 기분(Carnelley et al., 2016)을 유의미하게 낮추었으며, Stupica 등(2019)의 연구에서는 피험자에게 애착과 관련된 사진을 보여준 후 위협에 대한 피부전도도와 같이 불안과 관련된 신체적 반응이 감소되었다. 최근 메타 분석 연구에서도, 애착 안정성 점화가 불안, 우울과 관련된 내재화 장애 증상을 유의하게 감소시키는 효과가 있는 것으로 확인되었다(Gillath et al., 2022). 정리하면, 애착 안정성을 향상시키는 것은 상태적으로 애착 안정성을 활성화시킴으로써 내재화 장애 증상 감소로 이어질 수 있음이 여러 선행 연구들로부터 시사된다. 이에 본 연구에서는 애착 안정성 점화를 독립변인으로 설정하였다.

위와 같은 선행 연구 결과는 애착 안정성

점화가 우울 및 불안을 효과적으로 낮출 가능성을 제시했다는 점에서 의의가 있지만, 우울과 불안의 공통적인 요인을 통제하지 않고 각각의 장애들에 대해 탐구했다는 한계점이 있다. Huppert(2009)에 의하면 우울과 불안의 임상군 내 공병률은 20~40%에 달하고, Kessler 등(2005)과 Lamers 등(2011)에 의하면 우울장애와 불안장애의 하위 장애들 간에 40~80%의 확률로 공존 이환이 발생한다. 이러한 선행 연구들에 기반하여 우울과 불안의 상위의 공통 요인이 있을 가능성이 여러 연구자들에 의하여 탐색되어 왔다(예, Clark & Watson, 1991; Kotov et al., 2017). 초진단적(transdiagnostic) 관점에 근거하여 내재화 장애 증상을 탐구한 Clark와 Watson(1991)의 삼원모델(Tripartite model)에 따르면 우울, 불안과 같은 내재화 장애들은 높은 부정적 정서(negative affect/general distress)라는 공통적인 요인을 가지는 한편, 높은 생리적 각성은 불안에 특정적이고 낮은 긍정적 정서는 우울에 특정적이라는 개별적 특징을 지닌다. 비슷하게, 전통적 정신 병리 진단체계를 넘어서 차원적 분류법을 탐구하는 Hierarchical Taxonomy Of Psychopathology (HiTOP)에 따르면 불안 및 기분장애는 부정적 정서라는 공통적인 요인을 공유하는 한편, 불안은 공포(fear), 기분장애는 고통(distress)이라는 이질적인 하위 요인으로 설명된다(Kotov et al., 2017).

이렇게 우울과 불안의 초진단적 접근에 근거한 연구는 내재화 장애에 대해서 각각의 개별적인 진단들을 포괄하는 종합적인 개입 방안을 제안할 수 있기에 중요하다(McEvoy & Erceg-Hum, 2016). 예를 들어 다양한 종류의 불안장애를 공병으로 진단받은 내담자를 대상으로, 범주적 체계에 근거했을 때는 각각의

개별적인 불안장애에 특화된 다수의 치료 매뉴얼을 사용해서 치료를 할 것이다. 하지만 초진단적 관점에 근거했을 때는 해당 내담자가 경험하는 몇몇 상위적인 초진단적 요인들(예, 높은 부적 정서/정서적 고통과 높은 신체적 각성 증상)에 초점을 맞춘 치료로 접근할 수 있고 이는 훨씬 포괄적이고 근원적인 치료적 개입이 될 수 있다. 즉, 초진단적 접근을 통해 공통 요인에 대해 개입하면 다양한 정신 질환을 동시에 효과적으로 다룰 수 있다. 본 연구에서는 초진단적 내재화 장애 증상에 대한 개입 방안으로서 애착 안정성 점화의 효과를 검증하고자 한다. 이는 다양한 공병 패턴으로 나타나는 내재화 장애 증상에 대한 좀더 근원적이고 효율적인 치료 방안을 모색하는 데 도움을 줄 수 있겠다. 정리하자면, 내재화 장애 요인에 대한 애착 안정성 점화의 개입의 효과를 초진단적 관점에 근거하여 살펴보는 과정은 내재화 장애에 대한 범주적인 진단 및 분류 시스템의 한계에 대해 보완할 수 있는 시사점을 제공해 줄 수 있을 것으로 사료된다.

한편, 애착 안정성 점화가 내재화 장애에 미치는 영향에 대해서 여러 연구가 진행되어 왔지만, 애착 안정성 점화의 내재화 장애에 대한 효과와 관련해서 혼재된 연구 결과가 보고되어 왔다. 구체적으로 살펴보자면, 애착 안정성 점화가 부정적 정서를 유의하게 낮춘다는 결과와 부정적 정서를 유의하게 줄이지 않는다는 연구가 혼재되어 있다(Bryant & Chan, 2017; Herd, 2015; Hudson & Fraley, 2018). 불안과 관련하여서도 애착 안정성 점화가 불안을 효과적으로 낮춘다는 결과와(Carnelley et al., 2016, 2018; Dutton et al., 2016; Norman et al., 2015; Stupica et al., 2019), 불안을 유의하게 낮

추지 않음을 보고한 연구들(Carnelley et al., 2016, 2018)이 혼재되어 있다. 비슷하게, 애착 안정성 점화가 우울을 효과적으로 낮춘다는 결과를 보고한 연구와 유의하게 낮추지 못한다고 보고한 연구들이 혼재되어 있어(Carnelley, et al., 2016, 2018; McGuire et al., 2018) 애착 안정성 점화와 내재화 장애 요인들과의 관계를 조절하는 변인이 있을 가능성이 시사된다. 즉, 애착 안정성 점화가 특정 대상에게만 효과적이거나 증상의 심각도, 개인의 성격 특징, 정신장애 공존 이환 여부 등과 같은 조절 변인에 따라 애착 안정성 점화의 효과가 다르게 나타날 가능성이 있다.

애착 안정성 점화의 효과에 영향을 미칠 수 있는 다양한 조절 변인들이 존재할 수 있는데, 특히 기존의 애착 유형(특성 애착)에 따라 애착 안정성 점화의 효과가 달라질 수 있는 가능성이 여러 학자들에 의해 제시되었다(예: Braynt & Chan, 2017). Ainsworth(1978)은 “낮선 상황”이라는 실험실 연구를 통해 유아가 양육자에게 반응하는 행동 방식에 근거하여 애착 유형을 안정(secure), 회피(avoidance), 불안/양가(anxious/ambivalent)의 세 가지 유형으로 나누었다. 이 중 회피 애착과 불안 애착은 불안정 애착으로 분류가 된다. 구체적으로 말하자면, 회피 애착은 독립에 대한 강한 욕구에 기인해 타인과의 정서적 친밀함에 대해 불편감과 연관된 애착 체계를 나타내며, 불안 애착은 버림받음과 거부에 대한 두려움에 기인하여 돌봄을 받고 싶은 강한 욕구와 관련된 애착 체계를 나타낸다(Brennan et al., 1998; Rholes & Simpson, 2004). 이러한 불안정 애착의 하위 요인인 회피 애착과 불안 애착의 각각의 특성에 따라 애착 안정성 점화가 내재화 장애에 미치는 효과가 달라질 가능성이 여러 선행 연구에

서 제시되었다. Cuyvers 등(2023)에 의하면, 애착과 관련된 정보들은 개인이 형성한 애착 유형(혹은 특성 애착)과 일치하는 방향으로 제시가 될 때 더 빠르고 용이하게 처리될 수 있다. 예를 들어, 기존에 특성 애착이 안정적인 것으로 형성된 개인은 안정적인 대상을 떠올리도록 하는 애착 안정성 점화 시 내적으로 형성되어 있던 따뜻한 애착 대상의 정보를 더 빠르고 쉽게 떠올릴 수 있다. 실제로, 여러 선행 연구들에서 특성 애착과 관련된 정보 처리의 용이성 정도 차이로 인하여 애착 안정성 점화의 효과가 달라질 수 있음이 제시되었다(Dykas & Cassidy, 2011; Zimmermann & Iwanski, 2015). 이러한 선행 연구 결과에 근거할 때, 각 개인의 특성 애착의 수준에 따라 애착 안정성 점화의 효과가 조절될 것이라 예측할 수 있다.

특히, 본 연구에서는 불안정 애착의 두 가지 유형 중, 주양육자에 의해서 부정적인 정서가 무시되었던 경험이 있어서 대인관계에서 철수하는 경향이 있고(Sroufe et al., 1983) 부정적인 정서를 조절하는 데에 어려움이 크다고 보고되는(Grossmann & Grossmann, 1991) 회피 애착을 중심으로 살펴보고자 한다. 회피 애착은 애착 대상과 가까워지고 의지하는 것에 대한 불편감을 느끼고 거리를 두는 관계 방식을 나타낸다. 회피 애착이 높은 개인은 강박적으로 자기의존적이며 정서와 관계를 경시한다는 특징을 지닌다(안하얀, 서영석, 2010). 회피 애착이 높은 개인은 친밀감 형성에 불편함을 느끼고(성정아, 홍혜영, 2014), 파트너의 가용성에 대해서 신뢰하지 않고 스스로에 의지하기 때문에 정서적 위협 상황에서 상대방부터 정서적 거리를 유지하며 독립적으로 행동하려는 경향이 있다(Simpson & Rholes, 2012). 회피 애

착이 형성된 개인은 Bowlby가 말한 ‘강박적인 자기-의존(compulsive self-reliance)’으로 언급되는 타인과 가까이 지내는 것, 도움을 요청하는 것을 경시하는 행동을 보인다. 회피 애착의 이러한 특성은 대인관계에서의 어려움뿐만 아니라, 개인의 자기 이해와 감정 조절 능력에도 부정적인 영향을 미칠 수 있다(Grossmann & Grossmann, 1991). 또한 회피 애착은 장기적으로 개인의 정신 건강에 큰 영향을 미칠 수 있으며, 우울증, 불안 장애와 같은 내재화 장애와의 관련성도 시사되므로(Jinyao et al., 2012), 특히 이에 대해 탐구할 필요성이 크다. 회피 애착 수준이 높은 성인은 심리적 어려움에 처했을 때 타인에게 도움을 요청하기보다는 철수하는 경향이 있고(Sroufe et al., 1983), 상담 현장에서 잘 발견되지 않기 때문에(Connors, 1997; Dozier, 1990) 회피 애착 수준이 높은 사람들에게 대한 효과적인 상담 개입의 방안을 마련하는 것은 임상적으로 유용하다.

회피 애착은 지지와 친밀함에 대한 거부로 특징지어지기 때문에, 회피 애착이 높을수록 지지와 친밀감을 떠올리게 하는 애착 안정성 점화의 효과가 억제될 가능성이 있다(Gillath & Karantzas, 2019; Waters & Roisman, 2019). Gillath와 Kazantzas(2019)의 종설 논문에 따르면, 회피 애착 수준이 높은 개인은 애착 대상과의 안정적인 상호작용을 회상하는 것에 어려움이 있고 회상 내용이 구체적이지 않기 때문에 애착 안정성 점화가 덜 효과적일 수 있다. 실제로 Waters와 Roisman(2019)의 최근 연구에서는 회피 애착이 높은 개인이 애착 안정성 점화의 스크립트와 일치하는 긍정적인 정서적 내용을 포함하는 이야기를 떠올리기 어려울 수 있음이 보고되었다. 따라서 회피 애착 수준이 높은 개인은 안정적인 기억을 회상

하는 것이 어려울 뿐 아니라, 안정적인 대상과 상호작용에 대한 기억의 회상을 억제하려는 시도가 발생하여 결국 점화의 효과가 감소되는 결과로 나타날 수 있다(Gillath et al., 2022). 실제로, 애착 안정성 점화의 효과를 살펴본 Selcuk 등(2012)의 연구에 따르면 애착 안정성 점화가 부정적 정서를 낮추는 효과가 회피 애착이 높은 개인에게서는 낮았다. 이러한 결과들을 종합하면, 회피 애착이 높을수록 애착 안정성 점화의 효과가 작아질 수 있음이 시사된다.

이에 본 연구에서는 회피 애착 수준에 따라 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인들(일반적 고통, 불안-특정적 요인, 우울-특정적 요인)에 미치는 효과가 어떻게 조절되는지를 살펴보고자 한다. 회피 애착이 높을수록 일반적 고통/부정적 정서에 대한 애착 안정성 점화의 영향이 작았다는 선행 연구(Bryant & Chan, 2017; Pan et al., 2017; Selcuk et al., 2012)를 고려할 때, 회피 애착이 높을수록 애착 안정성 점화가 일반적 고통(중속 변인 1)에 미치는 효과가 낮을 것으로 예측된다.

다음으로, 애착 안정성 점화가 불안-특정적 요인(중속 변인 2)에 미치는 영향에서는 애착 안정성 점화가 불안을 낮춘다고 보고한 선행 연구들이 있다(Carnelley et al., 2018; Dutton et al., 2016; Norman et al., 2015; Stupica et al., 2019). 하지만 Carnelley 등(2016)의 연구에서는 애착 안정성 점화가 불안을 유의하게 줄이지 못했다고 보고하였고, Carnelley 등(2018)의 연구에서 애착 안정성 점화가 반복 점화 중 한번의 점화에서만 불안을 유의하게 줄인 것으로 나타났다. 불안에 대한 애착 안정성 점화의 혼재된 결과를 보고하는 이러한 선행 연구 결과에 대해, 회피 애착 수준이 높은 개인은

애착 대상과의 안정적인 상호작용 경험을 구체적으로 떠올리는 것에 어려움이 있다는 점을 고려했을 때(Main et al., 1985), 회피 애착이 높을수록 애착 안정성 점화가 불안-특정적 요인(중속 변인 2)에 미치는 효과가 작을 것으로 예측하였다.

마지막으로, 애착 안정성 점화가 우울에 미치는 영향에 대한 연구 결과가 혼재되어 있다는 점을 고려할 때, 조절 변인의 가능성이 시사되지만 현재까지 회피 애착 수준을 조절 변인으로 탐구한 선행 연구는 없었다. 회피 애착을 가진 사람들은 필요할 때 애착 대상이 부재했던 어린 시절의 경험들로 인하여 타인과의 친밀함, 내밀함에 대하여 불편감을 느낀다(Mikulincer & Shaver, 2007). 따라서 회피 애착 수준이 높은 사람들은 애착 안정성 점화를 통해 발생하는 친밀감이나 내밀함으로부터 회피하려는 경향이 활성화될 수 있다. 이는 결국 애착 안정성 점화가 우울-특정적 요인(중속 변인 3)에 미치는 영향을 감소시킬 것으로 예상된다.

정리하자면, 본 연구에서는 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인인 일반적 고통, 불안-특정적 요인, 우울-특정적 요인에 미치는 영향에 대해 살펴보고자 한다. 이러한 탐구는 애착 안정성 점화가 내재화 장애 증상 감소에 미치는 영향에 대해 초진단적 관점에서 탐구한 최초의 시도라는 점에서 의의가 있다. 더 나아가 본 연구에서는 애착 안정성 점화의 일회성 효과를 탐구하는 것을 넘어서 반복 점화에 따른 효과를 검증하려고 한다. 이러한 검증은 내재화 장애 증상에 대한 장기적인 개입 방안으로써의 애착 안정성 점화의 효과를 탐구할 수 있다는 점에서 가치가 있다. 또한, 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화

장애 요인에 미치는 영향이 회피 애착 수준에 따라 어떻게 조절되는지를 탐구함으로써 회피 애착과 관련된 특성을 고려한 상담 방법을 모색할 수 있다는 점에서 임상적 함의점이 있다. 본 연구의 연구 문제는 다음과 같다.

연구문제 1: 애착 안정성 점화는 초진단적 내재화 장애 요인(일반적 고통, 불안-특정적 요인, 우울-특정적 요인) 증상 감소를 예측하는가?

연구문제 2: 회피 애착은 애착 안정성 점화와 초진단적 내재화 장애 요인 간의 관계를 조절하는가?

방 법

연구 대상과 절차

본 연구는 전국의 만 19세 이상의 일반 성인을 대상으로 실험 및 설문 실시하였다. 여러 온라인 커뮤니티를 통해 90명의 참여자를 모집하였고, 실험 집단에 45명, 통제 집단에 45명을 무선 배정하였다. 참여자를 90명으로 모집한 근거는 다음과 같다. G-Power에서 1) 효과 크기 0.15로 설정, 2) 유의 수준 0.05로 설정, 3) 검정력 0.80으로 설정, 4) 예측 변인 3개로 설정하여 파워 분석을 한 결과, 필요한 최소한의 표본 크기는 77이었다. 본 연구에서는 중간 탈락과 무성의한 응답 가능성을 고려하여 90명의 피험자를 모집하였다. 스크리닝된 자료 및 불완전 응답 자료 7부를 제외하고 최종적으로 실험 집단에 44명, 통제 집단에 39명 총 83명이 실험을 완료하였다. 본 연구는 서강대학교 기관생명윤리위원

회의 승인을 받은 후 시행되었다(승인 번호: SGUIRB-A-2302-11). 분석에 포함된 83명의 인구통계학적 특성은 다음과 같다. 응답자의 평균 연령은 28.31세($SD=7.11$)였다. 성별은 여성이 68명(81.9%), 남성이 15명(18.1%)이었으며, 최종 학력은 고등학교 졸업이 1명(1.2%), 대학교 재학이 35명(42.2%), 대학교 졸업이 33명(39.8%), 대학원 재학이 8명(9.6%), 대학원 졸업이 6명(7.2%)이었다. 결혼 여부는 미혼이 73명(88.0%)이었고 기혼이 10명(12.0%)이었다.

실험 절차는 다음과 같았다. 점화 과정에서 애착 대상과의 안정적인 상호작용 경험을 떠올리며 글을 쓰는 것을 고려하여, 연구의 첫 단계인 피험자 모집 과정에서 애착 대상과의 안정적인 상호작용 경험이 한 번 이상 있는 질문은 스크리닝 질문을 실시하였다. 스크리닝에 통과한 사람들을 대상으로 점화 실험의 일주일 전, 기저선 측정을 위한 사전 검사 3가지(지각된 애착 안정감, 불안정 성인 애착 척도, 기분 및 불안 증상 질문지)를 실시하였다.

이후에 피험자들은 실험 집단과 통제 집단의 두 집단에 무선 할당되었다. 본 연구의 목표가 애착 안정성 점화의 다른 개입법과의 비교가 아닌 애착 안정성 점화의 내재화 장애 요인에 대한 효과를 탐구하는 것이었으며, 여러 선행 연구(예, Carnelley et al., 2016, 2018)에서 실험 조건과 슈퍼마켓 장보기라는 통제 조건을 사용하는 두 집단만 포함하여 애착 안정성 점화의 우울 및 불안 감소에 대한 효과를 탐구한 것을 고려하여, 본 연구에서도 위의 두 집단만을 포함하여 연구를 진행하였다. 구체적으로 기술하면, 실험 집단에는 Carnelley 등(2016)의 연구에서 사용된 자신에게 안정감, 따뜻함을 주었던 애착 대상과의 상호작용을 떠올리고 이에 관한 글을 쓰는 애착 안정성

점화 글쓰기 과제를 할당하였다. 통제 집단에는 여러 선행 연구들(Mikulincer & Shaver, 2001; Carnelley et al., 2016, 2018)에서 조작 점검을 위한 통제 조건으로 타당하다고 밝혀진 슈퍼마켓에서 장을 보는 상황(중립적 상황)에 대해 10분 간 떠올린 후에 이에 대한 글을 쓰는 과제를 할당하였다.

앞서 언급한 연구(Carnelley et al., 2016, 2018)에서도 이와 동일한 실험 디자인을 사용하였다. 5일 간의 점화를 연속으로 실시한 후, 마지막 점화 직후에 2가지 사후 검사(지각된 애착 안정감, 기분 및 불안 증상 질문지)를 실시하도록 안내하였다. 반복 점화를 실시한 이유는 애착 안정성 점화 과제 시 주로 1회성 효과만을 탐구한 선행 연구(예, McQuire et al., 2018; Stupica et al., 2019)의 한계를 극복하고 반복 점화에 따른 누적 효과를 살펴보기 위함이었다. 사전, 사후 검사와 점화 과정은 모두 온라인으로 이루어졌다. 사전 검사 후, 피험자들은 온라인으로 10분의 영상 안내에 따라 온라인 링크에 점화와 관련된 글을 쓰는 과정을 거쳤다. 점화와 관련된 10개의 질문에 대해 떠올리고 응답하는 시간이 각 질문에 1분씩 총 10분간 부여되었다. 피험자들의 점화 글쓰기 내용은 온라인으로 자동 저장되었으며, 실험이 끝나고 점화 과정에 따라 피험자가 충실히 글쓰기를 수행하였는지 확인하는 과정을 거쳤다.

측정 도구

지각된 애착 안정감 척도(The Felt Security Scale)

Luke 등(2012)이 애착 안정성 점화에 대한 조작 확인을 위해 개발한 지각된 애착 안정감

척도(The Felt Security Scale)를 연구에 맞게 수정하여 사용하였다. 원척도의 전체 문항 수는 16개이나, 본 연구에서는 황보람과 이승연(2018)이 번역한 척도를 사용하여, 한국어에서 의미가 중첩되거나, 문화적으로 어색한 문항(예, “흙모 받는 느낌이다”)을 제외하여 11개 문항만을 사용하였으며(예, “안정감을 느낀다”, “돌봄을 받는 느낌이다.”), 5점 리커트 척도(1점=전혀 아니다, 5점=매우 그렇다)에 따라 응답한다. 18-35세 성인 남녀를 대상으로 한 Rowe 등(2016)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .94로 나타났고, 본 연구에서는 .94로 나타났다.

불안정 성인 애착 척도(Experience of Close Relationship-R {ECR-R})

회피 애착의 정도를 측정하기 위해서, Brennan 등(1998)이 개발한 척도를 Fraley 등(2000)이 개정한 ‘친밀한 관계의 성인 애착 척도’(Experience of Close Relationship-R {ECR-R})를 김성현(2004)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 36문항으로 구성되어 있으며, 가까운 대인관계에서 느끼는 불안과 회피의 정도를 기준으로 회피 애착 18문항, 불안 애착 18문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 7점 리커트 척도(1점=전혀 그렇지 않다, 7점=매우 그렇다)로 평정하며 점수가 높을수록 불안정 애착 정도가 높음을 나타내며, 회피와 불안 점수에 따라 각 요인의 수준을 알 수 있다. 김성현(2004)의 연구에서 회피 하위 척도의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .85, 본 연구에서의 내적 합치도는 회피 차원이 .91로 나타났다.

한국판 기분 및 불안 증상 질문지(Mood and Anxiety Symptoms Questionnaire {K-MASQ})

MASQ는 Clark과 Watson(1991)의 삼원모델(Tripartite model)에 기반하여 우울, 불안의 공통 요인과 우울 특정 요인, 불안 특정 요인을 구별하여 측정하기 위해 개발된 척도이다. 5점 리커트 척도(1점=전혀 그렇지 않다, 5점=매우 그렇다)로 평정하며 3가지 하위요인(일반적 심리적 고통, 우울 특정 요인, 불안 특정 요인)으로 구성되어 있다. 원척도는 총 90문항으로 이루어져 있으나, 국내 성인을 대상으로 한 번안 및 타당화 연구에서 요인부하량이 낮거나 다른 요인과 부하량의 차이가 적게 나는 문항을 삭제한 후 77문항이 확인되었다(이현, 김근향, 2014). 이에 본 연구는 (1) 우울과 불안의 공통적인 증상인 일반적 고통 요인 33문항(예, “몸이 무감각해지거나 따끔거렸다”, “집중을 하기가 어려웠다”), (2) 우울-특정적 증상 14문항(예, 높은 정적 정동의 역문항 “활력이 넘치고 생기가 있다고 느꼈다”), (3) 불안-특정적 증상 30문항(예, “긴장되거나 고조된 느낌이었다”)로 구성된 한국판 기분 및 불안 증상 질문지 77문항을 사용하였다. 전체 내적 합치도(Cronbach's α)는 .98로 나타났고, 각 하위 요인 별 내적 합치도는 일반적 고통 요인 .96, 불안 특정 요인 .93, 우울 특정 요인 .94였다. 본 연구에서는 전체 내적 합치도는 .98로 나타났고 일반적 고통 요인은 .97, 불안 특정 요인은 .96, 우울 특정 요인은 .96로 나타났다.

자료 분석

IBM SPSS 26.0을 이용하여 통계 분석하였다.

우선, 실험 집단과 통제 집단의 인구통계학적 요인과 사전 시점에서 종속 변인인 일반적 고통 요인, 불안-특정적 요인, 우울-특정적 요인에 대한 사전동질성을 검증하기 위하여 독립 t-검증을 실시하였다. 또한, 주요 변수들의 분포와 변수들 간 관계를 확인하기 위하여 각 변수의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 확인한 후 상관분석을 실시하였다. 통제 집단과 실험 집단의 사전, 사후 시점에서의 초진단적 내재화 장애 요인의 평균과 표준편차를 살펴보았다. 이후 애착 안정성 점화의 조작 점검 여부를 확인하기 위하여, 점화 조건(실험, 통제)과 시간(사전, 사후)에 따라 지각된 애착 안정감에 어떠한 차이가 있는지 알아보기 위한 이원 분산분석(Two-way ANOVA)을 실시하였다.

초진단적 내재화 장애 요인에 대한 애착 안정성 점화의 효과와 회피 애착과의 상호작용 효과를 탐색하기 위해, 통제 집단을 0으로, 실험 집단을 1로 변환하였으며 조절 변인을 평균중심화를 시행하여 다중공산성 문제를 감소시킨 후 사전, 사후의 초진단적 내재화 장애 요인의 차이값(difference score)에 대해 다중회귀 분석을 실시한 후, 조절 효과의 유의성을 살펴보았다. 차이값을 분석에 사용한 것은 다음과 같은 이유에 기반하였다: (1) 측정 도구의 신뢰도가 높을 때 ANCOVA보다 사전-사후 차이값으로 분석하는 것이 추천되며 (Jennings & Cribbie, 2016), (2) 차이값은 동일한 샘플 단위에서 다른 시점에 측정된 값에 대한 시간에 따른 변화를 보기 위한 지표로 사회과학 연구에서 흔하게 사용된다. 또한, 반복적인 애착 안정성 점화의 효과를 살펴보고자 하는 것이 목적이기 때문에, 5일 간의 점화 직후에 사후 검사를 실시하여 반복 점화로 인한 차이를 측정하였다.

결 과

사전 동질성 검증

실험 집단과 통제 집단의 사전동질성을 확인하고자 인구통계학적 특성에 대한 독립 t-검증과 카이제곱 검증을 실시한 결과, 두 집단은 성별($\chi^2(1)=2.85, p=.09$), 연령($t=.24, p=.81$), 최종 학력($\chi^2(4)=8.47, p=.07$), 직업($\chi^2(4)=4.82, p=.31$), 결혼 여부($\chi^2(1)=0.77, p=.38$)에서 통계적 유의한 차이를 보이지 않았다. 또한 종속 변인인 일반적 고통, 불안-특정적 요인, 우울-특정적 요인에 대한 사전동질성 확인을 위해 독립 t-검증을 실시한 결과, 두 집단은 일반적 고통, 불안-특정적 요인, 우울-특정적 요인에 대해 통계적으로 유의한 차이를 보이지 않았다(각각 $t=.83, p=.41$; $t=.42, p=.27$; $t=.35, p=.49$). 즉, 실험 집단과 통제 집단은 성별 비율, 연령, 최종 학력, 직업, 결혼 여부와 종속 변인인 일반적 고통 요인, 불안-특정적 요인,

우울-특정적 요인에 대해 동질한 것으로 확인되었다.

기술통계 및 변인들 간의 관계

표 1에 변수별 기술통계 값과 상관분석 결과를 제시했다. 상관분석 결과, 지각된 애착 안정감은 불안 애착($r=-.34, p<.01$)과 부적인 상관을 보였으며 회피 애착($r=-.34, p<.01$)과도 부적인 상관을 보였다. 또한 일반적 고통 요인($r=-.40, p<.01$), 불안-특정적 요인($r=-.30, p<.01$), 우울-특정적 요인($r=-.52, p<.01$)과 모두 부적인 상관을 보였다. 다음으로, 불안 애착은 회피 애착과 정적인 상관($r=.40, p<.01$)을 보였고 일반적 고통 요인($r=.40, p<.01$), 불안-특정적 요인($r=.33, p<.01$), 우울-특정적 요인($r=.28, p<.01$)와 정적인 상관을 보였다. 회피 애착은 일반적 고통 요인($r=.40, p<.01$), 불안-특정적 요인($r=.30, p<.01$), 우울-특정적 요인($r=.53, p<.01$)과 정적 관련을 보였다. 일

표 1. 측정 변인들 간의 상관계수와 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 (N=83)

	1	2	3	4	5	6
1 지각된 애착 안정감	-					
2 불안 애착	-.34**	-				
3 회피 애착	-.39**	.40**	-			
4 일반적 고통 요인	-.40**	.40**	.40**	-		
5 불안-특정적 요인	-.30**	.33**	.30**	.82**	-	
6 우울-특정적 요인	-.52**	.28**	.53**	.39**	.19	-
평균	3.231	3.945	66.447	55.865	2.001	2.110
표준편차	1.622	.876	13.764	16.533	1.057	1.067
왜도	.165	-.052	-.262	.299	.931	.864
첨도	-1.252	.090	.417	.012	-.120	.049

주. * $p<.05$ ** $p<.01$ *** $p<.001$

반적 고통 요인은 불안-특정적 요인($r=.82, p<.01$), 우울-특정적 요인($r=.39, p<.01$)과 정적인 상관을 보였으나, 불안-특정적 요인과 우울-특정적 요인 간에는 유의한 상관이 없었다.

통제 집단, 실험 집단의 사전, 사후 초진단적 내재화 장애 요인 점수

본 연구에서 통제 집단과 실험 집단의 사전, 사후 시점에서의 초진단적 내재화 장애 요인(일반적 고통, 불안-특정적 요인, 우울-특정적 요인)의 평균과 표준편차는 표 2와 같았다.

조작 점검

애착 안정성 점화에 대한 조작 점검을 위하

여, 실험과 통제의 점화 조건에 따라 사전, 사후에 지각된 애착 안정감이 어떻게 달라지는지를 측정하는 이원변량분산분석을 실시하였다. 분석 결과는 표 3에 따라, 실험 조건과 통제 조건 사이에는 상호작용 효과가 있었다($F=9.02, p<.01$). 사전에 실험 조건과 통제 조건 사이에 애착 안정성은 차이가 없었으나, 사후에는 실험 조건의 애착 안정감이 통제 집단이 비해 유의하게 더 높았다.

애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인에 미치는 영향 및 회피 애착의 조절 효과

애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인에 미치는 영향과 회피 애착의 조절 효과를 살펴보기 위해 다중회귀분석을 실시한 결과는 표 4에 제시하였다. 실험 집단과 통제

표 2. 통제 집단, 실험 집단의 사전, 사후 초진단적 내재화 장애 요인 점수

	통제 집단				실험 집단			
	사전		사후		사전		사후	
	평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차	평균	표준편차
일반적 고통	73.67	30.26	63.74	26.57	68.52	26.45	59.82	23.04
불안-특정적 요인	53.97	20.73	50.41	19.54	49.02	19.66	45.59	17.82
우울-특정적 요인	51.54	10.80	50.87	11.52	53.39	13.11	50.20	12.08

표 3. 지각된 애착 안정감의 조작 점검

		시점		<i>F</i>	<i>p</i>
		점화 전	점화 후		
집단	실험 조건	38.93	42.34	시점	.02
	통제 조건	40.31	36.56	집단	1.87
				시점*집단	9.02**

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

표 4. 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 요인을 예측하는 관계에서 회피 애착의 상호작용 효과

예측 변인	준거 변인	초진단적 내재화 장애 요인				
		B	β	t	R ²	F
					.14	4.34*
점화(A)	일반적 고통	1.35	.03	.31		
회피 애착(B)		.10	.09	.57		
점화 x 회피 애착		.46	.24 [^]	1.92		
					.10	2.90*
점화(A)	불안-특정적 요인	.89	.03	.22		
회피 애착(B)		-.13	-.13	-.78		
점화 x 회피 애착		.55	.40*	2.46		
					.06	1.79
점화(A)	우울-특정적 요인	3.34	.16	1.40		
회피 애착(B)		.04	.06	.36		
점화 x 회피 애착		.14	.18	1.07		

주. [^]p<.10, *p<.05, **p<.01, ***p<.001

집단 간 유의미한 인구통계학적 변인의 차이가 검증되지 않아, 공변인으로 통제된 변인은 없었다.

먼저, 애착 안정성 점화와 일반적 고통 간의 관계에 대한 회피 애착의 조절 효과는 유의 수준에 근접하였다. 점화 조건(실험, 통제)과 조절 변인인 회피 애착의 상호작용항이 투입된 회귀모형은 통계적으로 유의했다 [F(1,81)=4.34, p<.05]. 점화 조건이 일반적 고통에 미치는 영향은 통계적으로 유의미하지 않았으며[β=.03, t(82)=.31, p=.76], 회피 애착이 일반적 고통에 미치는 영향도 통계적으로 유의하지 않았다[β=.10, t(82)=.57, p=.57]. 그러나, 점화 조건과 회피 애착의 상호작용항은 유의 수준에 근접한(marginally significant) 예측 변인으로 나타났다[β=.24, t(82)=1.92, p=.058].

점화 조건과 회피 애착의 상호작용항에 대한 효과 크기 f²값은 0.047로 나타났다. 이는 Cohen의 기준에 따르면 작은 효과에 해당한다(Cohen, 1988).

회피 애착의 점화 조건과 일반적 고통 요인 감소량에 대한 유의 수준에 근접한 조절 효과를 보다 구체적으로 살펴보기 위해, 회피 애착의 평균과 표준편차를 기준으로 집단을 구분한 후, 각 집단 별로 점화 조건에 따라 일반적 고통 요인 감소량이 어떻게 변화하는지 살펴보았다(그림 1). 그림 1에서 볼 수 있듯이, 실험 집단에서 회피 애착의 수준이 높을수록 일반적 고통이 통제 집단에 비해 크게 감소하였다.

다음으로, 점화 조건이 불안-특정적 요인에 미치는 영향에 있어 회피 애착이 조절 효과를

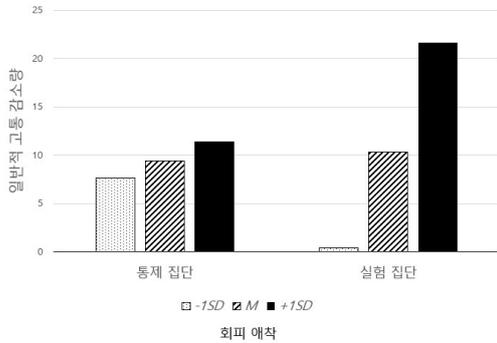


그림 1. 점화 조건의 일반적 고등 감소량에 대한 회피 애착의 조절 효과
 주. M=Mean, SD=Stand Deviation

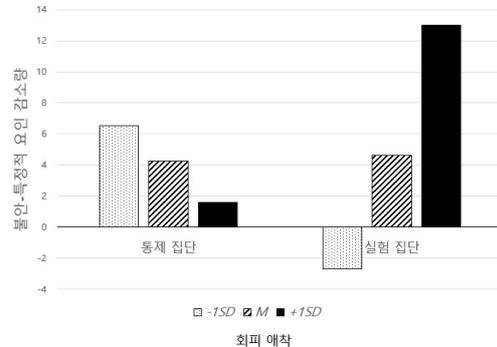


그림 2. 점화 조건의 불안-특정적 요인 감소량에 대한 회피 애착의 조절 효과
 주. M=Mean, SD=Stand Deviation

보이는지를 검증한 결과, 점화 조건이 불안-특정적 요인에 미치는 영향에서 회피 애착의 조절 효과는 유의하였다. 구체적인 결과를 살펴보면, 점화 조건과 회피 애착의 상호작용항이 투입된 회귀모형은 통계적으로 유의했다 [$F(1,81)=2.90, p<0.05$]. 점화 조건이 불안-특정적 요인에 미치는 영향은 통계적으로 유의미하지 않았으며 [$\beta=.03, t(82)=.22, p=.82$], 회피 애착이 불안-특정적 요인에 미치는 영향도 통계적으로 유의하지 않았다 [$\beta=-.13, t(82)=-.78, p=.44$]. 그러나, 점화 조건과 회피 애착의 상호작용항은 유의미한 예측 변인으로 나타났다 [$\beta=.40, t(82)=2.46, p<.05$]. 회피 애착의 상호작용항에 대한 효과 크기 f^2 값은 0.077로 나타났으며, 이는 작은 효과에 해당한다(Cohen, 1988). 회피 애착의 점화 조건과 불안-특정적 요인 감소량에 대한 조절 효과를 구체적으로 살펴보기 위해 회피 애착의 평균과 표준편차를 기준으로 집단을 구분한 후, 집단 별로 점화 조건에 따라 불안-특정적 요인 감소량이 어떻게 변화하는지를 살펴보았다(그림 2). 그림 2를 보면, 실험 집단에서 회피 애착의 수

준이 높을수록 불안-특정적 요인이 통제 집단에 비해 크게 감소함을 볼 수 있다.

마지막으로, 점화 조건이 우울-특정적 요인에 미치는 영향에 있어 회피 애착이 조절 효과를 보이는지를 다중회귀분석을 실시하여 검증하였다. 그 결과, 점화 조건이 우울-특정적 요인에 미치는 영향에서 회피 애착의 조절 효과는 유의하지 않았다. 점화 조건과 회피 애착의 상호작용항이 투입된 회귀모형은 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났으며 [$F(1,81)=1.79, p=.16$], 점화 조건이 우울-특정적 요인에 미치는 영향은 통계적으로 유의미하지 않았다 [$\beta=.16, t(82)=1.40, p=.17$]. 회피 애착이 우울-특정적 요인에 미치는 영향도 통계적으로 유의하지 않았다 [$\beta=.04, t(82)=.36, p=.72$]. 또한, 상호작용항이 우울-특정적 요인에 미치는 영향 역시 유의하지 않았다 [$\beta=.18, t(82)=1.07, p=.29$]. 회피 애착의 상호작용항에 대한 효과 크기 f^2 값은 0.015로 나타났으며, 이는 작은 효과에 해당한다(Cohen, 1988).

논 의

본 연구에서는 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인을 낮추는지를 확인하고자 하였다. 더 나아가, 아직까지 애착 안정성 점화가 내재화 장애에 미치는 영향에서 혼재된 결과들이 있기에(예, Bryant & Chan, 2017; Herd, 2015), 회피 애착 수준에 의해 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인에 미치는 영향이 조절되는지를 탐구하였다. 초진단적 내재화 장애 요인은 우울과 불안의 공통 요인인 일반적 고통, 우울과 불안의 개별적 요인인 우울-특정적 요인, 불안-특정적 요인으로 구분하였다.

연구 결과, 애착 안정성 점화의 초진단적 내재화 장애 요인(일반적 고통, 불안-특정적 요인, 우울-특정적 요인) 점수 감소에 대한 주효과는 유의하지 않았다. 하지만, 애착 안정성 점화와 초진단적 내재화 장애 요인과의 관계에서 회피 애착의 유의미한 조절 효과가 발견되었다. 구체적으로 살펴보면, 회피 애착 수준이 높을수록 애착 안정성 점화가 불안-특정적 요인을 유의미하게 감소시켰고, 일반적 고통도 한계적으로 유의미한(marginally significant) 수준으로 감소시켰다. 그러나 애착 안정성 점화가 우울-특정적 요인에 미치는 영향에 대한 회피 애착의 조절 효과는 유의하지 않았다. 이에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 애착 안정성 점화가 불안-특정적 요인 감소에 미치는 영향은 회피 애착 수준에 의해 유의하게 조절되었다. 구체적으로 살펴보면, 실험 집단에서 회피 애착 수준이 높은 개인들은 회피 애착 수준이 낮은 개인들에 비해 애착 안정성 점화가 불안-특정적 요인을 더 효과적으로 낮추는 경향을 보였다. 이는 회피

애착이 높을수록 애착 안정성 점화가 불안-특정적 요인에 대한 감소량이 작을 것이라는 가설과는 상반된다. 그러나 이러한 결과는 회피 애착이 높은 개인에게 반복적으로 애착 안정감과 관련된 자극을 노출시켰을 때, 평소 안정감이나 밀접함을 회피하는 방식으로 반응하는 회피 애착의 부적응적인 반응 방식을 줄이는 결과로 이어질 수 있다는 Canterbury와 Gillath(2012)의 주장과 일치한다.

회피 애착 수준이 높은 사람들은 일반적으로 애착 체계를 비활성화하고 밀접함과 안정감을 주는 자극이나 대상을 피하는 부적응적인 조절 전략을 사용한다(Mikulincer & Shaver, 2007). 그러나 본 연구 결과는 애착 안정성 점화에 반복적으로 노출될 때 회피 애착 성향이 높은 사람들이 사용하는 부적응적인 전략의 사용 정도가 상쇄되었을 가능성을 제시한다. 이는 어떤 개입이 목표한 효과를 달성하기 위해 특정 역치를 넘는 수준의 반복적인 개입이 필요하다는 용량-반응 효과(Creswell et al., 2021)를 참고했을 때, 애착 안정성 점화가 회피 애착 성향이 높은 사람들에게 긍정적인 효과를 내기 위해 특정 역치를 넘는 반복적인 개입이 필요할 수 있음을 시사한다. 즉, 애착 안정성 점화에 대한 초기 반응은 반복적인 노출을 통해 변화할 수 있으며, 그 결과로 불안 감소와 같은 긍정적인 효과를 가져왔을 가능성이 제시된다.

또한, 회피 애착이 높은 사람들은 안정 애착과 관련된 자극을 처리할 때 정서 정보를 처리하는 데 관여하는 편도체가 활성화된다는 연구가 있다(Canterberry & Gillath, 2012). 즉, 회피 애착이 높은 사람들에게 애착 안정성 점화에서 제시되는 자극이 더 두드러지게 인식되어 더 많은 주의가 할당될 가능성이 있다. 이

러한 증가된 주의로 인해 애착 안정감과 관련된 자극 처리가 활성화되어 애착 안정성 점화의 효과를 극대화했을 수 있다.

또한, 본 연구의 결과가 선행 연구와 다르게 나타난 이유는 안정감 관련 자극의 속성 차이에 기인했을 가능성이 있다. 많은 선행 연구에서는 개인화된 자극이 아닌 일반적인 안정감이나 안전감을 내포하는 단어들(예, comfort, love, support)을 사용하였다(McGuire et al., 2018). 이러한 단어들은 애착 체계가 비활성화되는 특징을 가진 회피 애착이 높은 사람들에게 유의미한 안정 관련 자극으로 인식되지 않았을 수 있으며, 그 결과 애착 안정성 점화의 효과가 제한적이었을 가능성이 있다. 반면, 본 연구에서 사용한 애착 안정성 점화 과제는 개인화된 안전감 관련 자극(예, 개인과 애착 관계를 맺고 있는 실존하는 애착 대상)을 구체적으로 떠올리도록 했다. 이로 인해 일반적인 안정과 관련된 단어 자극보다 본 연구에서의 자극이 회피 애착이 높은 사람들에게 유의미한 개입으로 작용하여, 일반적 고통과 불안-특정적 요인이 더 높은 수준으로 감소하는 결과를 초래했을 가능성이 있다.

위의 연구 결과는 회피 애착이 높은 개인에게 애착 안정성 점화를 실시하는 것이 불안-특정적인 요인을 줄이는 데에 긍정적인 효과가 있음을 밝혔다는 점에서 치료적인 함의가 있다. 불안-특정적 요인은 긴장되거나 고조된 느낌과 같은 신체적 과각성 상태를 특징으로 한다. 특히, 회피 애착 수준이 높을수록 근육 긴장, 고혈압, 심장 질환 등 신체적 과각성과 관련된 불안-특정적 요인에 취약하다는 보고가 있다(Mikulincer et al., 1993). 따라서 회피 애착이 높은 개인의 신체적 과각성을 애착 안정성 점화가 줄인다는 결과는 중요한 의미를

가진다. 예를 들어, 신체적 과각성을 경험하는 내담자가 상담소에 내방했을 때, 회피 애착 수준이 높다면 애착 안정성 점화를 반복적으로 실시함으로써 신체적 과각성을 낮출 수 있을 것이다. 이와 같이, 회피 애착이 높은 사람들에게 애착 안정성 점화가 불안-특정적 요인에 대한 유의미한 감소 효과를 보여준다는 연구 결과는 애착 안정성 점화가 향후 상담 장면에서 회피 애착과 신체적 과각성이 높은 내담자에게 효과적인 개입 방법이 될 수 있음을 시사한다.

둘째, 일반적 고통(부정적 정서)과 관련하여 애착 안정성 점화가 일반적 고통 요인에 미치는 영향이 회피 애착에 의해 유의 수준에 근접하게 조절되는 것으로 나타났다. 본 연구의 참여자 수가 83명인 점을 고려할 때, 추후 연구에서 더 많은 참여자를 대상으로 실험을 진행하면 애착 안정성 점화가 일반적 고통에 미치는 영향이 통계적으로 유의할 수 있다. 이러한 결과는, 회피 애착이 높을수록 반복적인 애착 안정성 점화가 일반적 고통을 줄이는 데 효과적일 수 있을 가능성을 시사한다. 이는 본 연구에서 가정한 바와는 반대로, 회피 애착이 높을수록 애착 안정성 점화가 일반적 고통에 미치는 영향을 감소시킬 것이라는 가설과는 상반되는 결과이다.

현재까지 우울과 불안의 공통 요인인 일반적 고통에 대한 애착 안정성 점화의 영향에 관한 연구는 Bryant와 Chan(2017) 이외에는 수행된 바가 없다. 해당 연구에서는 애착 대상을 3분 동안 떠올리도록 하였으며 점화를 한번만 실시했기 때문에 다른 결과가 나왔을 가능성이 있다. 본 연구는 반복적인 점화를 실시하고, 우울과 불안의 특정 요인을 통제된 초진단적 내재화 장애 도구를 사용했다는 점

에서 차별적이다. 이로 인해 반복적인 애착 안정성 점화가 우울과 불안의 공통적인 요인인 일반적 고통(부정적 정서)에 미치는 영향을 발견하였으며, 이는 회피 애착이 높은 사람들에게 관련된 치료적 개입 방법을 제시한다는 점에서 중요한 함의가 있다.

회피적인 성향을 지닌 아동들은 부정적 정서에 대해 수용받기보다는 주양육자에 의해 무시된 경험이 있으며(Grossmann & Grossmann, 1991), 이로 인해 자신의 부정적 정서를 다루는 데 어려움을 겪는다(Grossmann & Grossmann, 1991). 이러한 배경으로 인해, 부정적 정서를 무시하고 이를 야기할 수 있는 관계에서 철수하여 독립성을 주장하는 경향이 있다(Zeanah & Zeanah, 1989). 즉, 회피 애착 성향을 지닌 사람들은 어린 시절 주양육자로부터 부정적 정서를 다루는 법을 내재화하지 못했기 때문에 성인이 되어서도 높은 부정적 정서를 조절하기 어려울 수 있다. 따라서 부정적 정서를 효과적으로 다루는 방법을 찾는 것이 중요하며, 본 연구에서 애착 안정성 점화가 회피 애착이 높은 대상의 부정적 정서를 감소시키는데 효과적이라는 결과는 이러한 필요성을 시사한다.

그러나 반복적인 점화의 제시는 회피 애착이 높은 개인에게 부정적 정서를 특징으로 하는 일반적 고통과 신체적 과각성을 특징으로 하는 불안-특정적 요인, 즉 부정적인 정서 반응은 감소시켰지만, 낮은 긍정적 정서를 특징으로 하는 우울-특정적 요인은 감소시키지 않았으며, 애착 안정성 점화와 회피 애착의 조절 효과 또한 유의하지 않았다. 이는 애착 안정성과 관련된 자극을 침투적으로 받아들이는 회피 애착이 높은 사람들에게 반복적 점화가 부정적인 정서와 생리적 반응을 감소시킬 수

있지만, 긍정적인 정서를 증진시키지는 못할 수 있음을 시사한다. 이러한 결과는 정적 정서와 부적 정서는 독립된 차원으로 존재하며 (Watson et al., 1984), 한 차원의 증상 증가가 다른 차원의 감소로 반드시 이어지지 않는다는 선행 연구 결과(Watson & Tellegen, 1985) 와도 일치한다.

초진단적 내재화 장애의 분류에 따르면, 긍정적인 정서의 증진과 부정적인 정서의 감소는 독립적인 차원으로 검증되어 왔다(Clark & Watson, 1991). 신경생리적으로도 긍정적인 정서는 좌측 전전두엽에서 처리되며, 회피와 철수와 관련된 부정적 정서는 우측 전전두엽에서 더 큰 활성화를 보인다(Davidson et al., 2000). 이로 인해 긍정 정서와 부정 정서의 처리 과정에서 차이가 있음을 시사하며, 같은 애착 안정성 점화를 반복적으로 실시하더라도 긍정 정서와 부정 정서에 대한 결과가 달랐을 수 있다. 구체적으로 보면, 회피 애착이 높은 개인에게 긍정 정서를 증진시키는 효과가 없었던 이유는 회피 애착의 특성에 기인할 수 있다. 회피 애착이 높은 개인은 긍정적인 정서를 덜 자주 보고하며(Searle & Meara, 1999), 과거 경험을 떠올릴 때 긍정적인 정서에 대한 접촉이 어려운 특징이 있다(Main et al., 1985). 따라서, 회피 애착이 높은 사람들은 안정적인 애착 대상을 떠올리는 과제에서 긍정적인 기억을 떠올리고 긍정적인 정서를 느끼는 데 어려움을 겪었을 가능성이 있다. 즉, 긍정 정서를 증진시키기 위해서는 애착 안정성 점화의 반복적인 과정만으로는 부족하며, 마음 챙김 명상과 같은 다른 치료적 컴포넌트를 추가하는 것이 필요할 수 있다(Lindsay et al., 2018).

본 연구는 애착 안정성 점화와 관련된 실험 연구가 한국에서 황보람과 이승연(2018) 연구

를 제외하고는 전무하며, 최초로 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인에 미치는 영향과 회피 애착의 조절 효과를 살펴본 연구라는 점에서 의의가 있다. 또한, 기존 연구들과 같이 범주적인 내재화 장애 진단이 아닌 초진단적 내재화 장애 요인을 종속 변인으로 설정하여 우울과 불안의 공통 요인과 우울-특정적, 불안-특정적 요인과 관련한 애착 안정성 점화의 효과를 살펴보았다는 점에서도 의의가 있다. 특히, 회피 애착이 높은 개인에게 신체적 과각성과 관련된 불안-특정적 요인 및 부정 정서와 관련된 일반적 고통을 줄이는 데 애착 안정성 점화가 효과적임을 규명하였으며, 이는 회피 애착과 관련된 초점화된 치료적 개입에 대한 시사점을 제공한다는 점에서 중요한 의의를 가진다.

본 연구의 한계 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 분석된 표본은 몇 가지 한계를 가진다. 본 연구는 전국의 20세 이상 성인을 대상으로 연구를 진행했으나, 표본의 대다수가 여성(81.9%), 학생(56.6%), 미혼(88%)이기에 외적 타당도가 제한적일 수 있다. 이에 연구 결과를 우리나라 일반 성인으로 일반화하는 데 한계를 가진다. 애착 안정성 점화의 내재화 장애 요인에 대한 효과가 성별, 직업, 결혼 여부에 따라 변화할 수 있기에 다양한 성별 및 직업군, 더 많은 기혼자를 포함한 연구를 통해 반복 검증할 필요가 있을 것으로 보인다.

두 번째로, 본 연구는 인터넷 링크를 통해 자기보고식 설문 및 점화를 진행하였기 때문에, 피험자들이 설문과 점화를 수행하는 과정에 대한 외적 통제가 부족했을 수 있다. 인터넷을 통한 점화는 치료 접근성을 높이고, 시공간적 부담을 줄이며, 상담실과 같은 물리적

공간에 소요되는 비용을 절감할 수 있다는 장점이 있다(Yurayat & Seechalio, 2022). 그러나 온라인 개입 방법의 윤리적 측면과 효과의 일반화 여부에 대한 논의가 진행 중이므로(Ritterband et al., 2003; Shingleton et al., 2013), 추후 연구에서는 대면과 비대면 방식의 효과를 비교할 필요가 있다. 또한, 본 연구는 반복적인 점화 후 누적된 효과를 측정하였으나, 반복적인 점화에 따른 종속 변인의 시간에 따른 변화를 탐색하지는 않았다. 따라서 추후 연구에서는 각 반복 점화 시 종속 변인을 측정하여 반복적인 개입의 효과 변화를 탐색할 필요가 있다.

세 번째로, 애착 안정성 점화 시 피험자들이 떠올린 애착 대상의 특성이 연구 결과에 영향을 미쳤을 가능성이 있다. Gold 등(2023)에 따르면, 피험자들이 선택한 애착 대상의 특성은 긍정적 정서와 부정적 정서가 혼합된 반응을 일으킬 수 있다. 예를 들어, 돌아가신 가족 구성원이나 헤어진 애인과 같은 애착 대상을 떠올릴 때, 애착 안정성 점화가 마음의 아픔과 같은 부정적인 정서를 유발할 수 있다(Gold et al., 2023). 본 연구에서도 피험자들이 돌아가신 부모님이나 헤어진 애인을 떠올린 사례가 있었기에, 추후 연구에서는 애착 대상의 특성을 통제하여 연구를 진행할 필요가 있다. 예를 들어, 사전 과제로 피험자에게 여러 애착 대상을 떠올리게 하고, 각각의 애착 대상에 대해 애착감의 감정가(valence)를 평정하도록 할 수 있다. 이후, 긍정적인 애착감을 유발한 대상에 대해서만 글쓰기 과제를 실시함으로써 애착 대상의 속성에 따른 변량을 최소화할 수 있을 것이다.

네 번째로, 본 연구의 주요 변인인 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인 감소

에 미치는 주효과가 전체적으로 유의하지 않았다. 추가 분석을 통해 애착 안정성 점화의 효과 크기를 분석한 결과, 효과 크기는 일반적인 고통 요인에 대하여 0.03, 불안-특정적 요인에 대하여 0.03, 우울-특정적 요인에 대하여 0.16으로 나타났으며, 이는 애착 안정성 점화의 효과 크기가 작았음을 의미한다. 후속 연구에서는 실험 설계의 정밀성 증가, 실험 조작 강도의 강화, 오차 변량 감소 등을 통하여 애착 안정성 점화의 효과 크기를 극대화하여 연구를 진행할 필요가 있다.

다섯 번째로, 본 연구에서는 애착 안정성 점화가 초진단적 내재화 장애 요인을 어떻게 낮추는가를 탐구하고자 하는 주목적에 따라, 실험 조건(애착 안정성 점화)과 통제 조건(슈퍼마켓에서 장 보는 상황에 대한 글쓰기)만을 포함하여 두 집단 비교를 실시하였다. 그러나 애착 안정성 점화와 다른 우울 및 불안 개입 방안의 효과성을 비교한 연구가 부족한 실정이다. 따라서 추후 연구에서는 애착 안정성 점화가 다른 개입 방법(예: 마음챙김에 기반한 인지치료)보다 더 효과적이지를 탐색하기 위해 대조 집단을 포함한 세 집단 비교 연구가 필요하다. 이를 통해 애착 안정성 점화의 상담 개입 방법으로서의 독자성을 검증할 필요가 있다.

마지막으로, 본 연구에서 사용한 통제 조건의 점화 방식인 슈퍼마켓에서 장을 보는 활동을 떠올리고 기록하는 방법이 한국에서도 중립적인 자극으로 적절한지에 대한 논의가 필요하다. 이는 장을 보는 활동이 일상에서 긍정적인 정서를 활성화하거나 주의를 전환하여 주의 분산적 전략으로 정서 조절에 도움이 될 수 있기 때문이다. 따라서 슈퍼마켓에서 장을 보는 활동에 대한 한국 사람들의 인식을 알아

보는 질적 연구가 필요하다. 이를 통해, 해당 점화 방법이 중립 조건으로서 적절한지 여부를 검토할 수 있을 것이다.

참고문헌

- 김광은 (2004). 성인 애착 유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처방식. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 16(1), 53-69.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확장적 요인분석과 문항 반응 이론을 중심으로. *서울대학교 석사학위논문*.
- 성정아, 홍혜영 (2014). 대학생의 이성관계에서 불안정 성인애착이 친밀감 두려움에 미치는 영향: 거부민감성과 자기노출의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(2), 387-412.
- 안하얀, 서영석 (2010). 성인애착, 심리적 디스트레스, 대인관계문제: 피드백에 대한 반응, 정서적 대처, 사회적 지지 추구의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(3), 575-603.
- 이현, 김근향 (2014). 한국판 기분 및 불안 증상 질문지(K-MASQ)의 타당화. *한국임상심리학회*, 33(2), 395-411.
- 황보람, 이승연 (2018). 사회적 거절 경험 이후 애착 안정성 점화와 부정적 평가에 대한 두려움이여대생의 새로운 타인과의 연결성 회복 의향에 미치는 영향. *한국심리학회지: 발달*, 31(3), 77-97.
- Ainsworth, M. D. S. (1978). The bowlby-ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain sciences*, 1(3), 436-438.

- Baldwin, M. W., Fehr, B., Keedian, E., Seidel, M., & Thomson, D. W. (1993). An exploration of the relational schemata underlying attachment styles: Self-report and lexical decision approaches. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 19(6), 746-754.
- Bowlby, J. (1973). *Separation: Anxiety and anger* (Vol.2). Basic Books.
- Bowlby, J. (1982). *Attachment and loss: Vol. 1. Attachment* (2nd ed.). Basic Books. (Original work published 1969).
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. *Attachment theory and close relationships*, 46, 76.
- Bryant, R. A., & Chan, I. (2017). Activating attachment representations during memory retrieval modulates intrusive traumatic memories. *Consciousness and Cognition*, 55, 197-204.
- Canterberry, M., & Gillath, O. (2012). Attachment and caregiving. In *The Wiley-Blackwell handbook of couples and family relationships* (pp. 207-219). Wiley-Blackwell.
- Carnelley, K. B., Bejinaru, M.-M., Otway, L., Baldwin, D. S., & Rowe, A. C. (2018). Effects of repeated attachment security priming in outpatients with primary depressive disorders. *Journal of Affective Disorders*, 234, 201-206.
- Carnelley, K. B., Otway, L. J., & Rowe, A. C. (2016). The effects of attachment priming on depressed and anxious mood. *Clinical Psychological Science*, 4(3), 433-450.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: psychometric evidence and taxonomic implications. *Journal of Abnormal Psychology*, 100(3), 316.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Erlbaum.
- Collins, A. M., & Loftus, E. F. (1975). A spreading-activation theory of semantic processing. *Psychological Review*, 82(6), 407.
- Connors, M. E. (1997). The renunciation of love: Dismissive attachment and its treatment. *Psychoanalytic Psychology*, 14(4), 475.
- Creswell, C., Nauta, M. H., Hudson, J. L., March, S., Reardon, T., Arendt, K., & Kendall, P. C. (2021). Research review: Recommendations for reporting on treatment trials for child and adolescent anxiety disorders-An international consensus statement. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 62(3), 255-269.
- Cuyvers, B., Verhees, M. W., Van Ijzendoorn, M. H., Bakermans-Kranenburg, M. J., Rowe, A. C., Ceulemans, E., & Bosmans, G. (2023). The effect of attachment priming on state attachment security in middle childhood: The moderating roles of trait attachment and state attachment volatility. *The Journal of Early Adolescence*, 43(2), 164-193.
- Davidson, R. J., Jackson, D. C., & Kalin, N. H. (2000). Emotion, plasticity, context, and regulation: perspectives from affective neuroscience. *Psychological Bulletin*, 126(6), 890.
- De Wolff, M. S., & Van IJzendoorn, M. H. (1997). Sensitivity and attachment: A meta-analysis on parental antecedents of infant attachment. *Child Development*, 68(4), 571-591.

- Dozier, M. (1990). Attachment organization and treatment use for adults with serious psychopathological disorders. *Development and Psychopathology*, 2(1), 47-60.
- Dutton, D. G., Lane, R. A., Koren, T., & Bartholomew, K. (2016). Secure base priming diminishes conflict-based anger and anxiety. *Plos One*, 11(9).
- Dykas, M. J., & Cassidy, J. (2011). Attachment and the processing of social information across the life span: *Theory and evidence*. *Psychological Bulletin*, 137(1), 19-46.
- Förster, J., Liberman, N., & Friedman, R. S. (2007). Seven principles of goal activation: A systematic approach to distinguishing goal priming from priming of non-goal constructs. *Personality and Social Psychology Review*, 11(3), 211-233.
- 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.
- Gillath, O., Giesbrecht, B., & Shaver, P. R. (2009). Attachment, attention, and cognitive control: Attachment style and performance on general attention tasks. *Journal of Experimental Social Psychology*, 45(4), 647-654.
- Gillath, O., & Karantzas, G. (2019). Attachment security priming: A systematic review. *Current Opinion in Psychology*, 25, 86-95.
- Gillath, O., Karantzas, G. C., Romano, D., & Karantzas, K. M. (2022). Attachment security priming: A meta-analysis. *Personality and Social Psychology Review*, 26(3), 183-241.
- Gold, E. R., Carnelley, K. B., & Rowe, A. C. (2023). Attachment security priming: Increasing felt security in adolescents with social, emotional and mental health difficulties. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 85, 101-111.
- Grossmann, K., & Grossmann, K. E. (1991). Newborn behavior, the quality of early parenting and later toddler-parent relationships in a group of German infants. *The Cultural Context of Infancy*, 2, 3-38.
- Hankin, B. L., Kassel, J. D., & Abela, J. R. (2005). Adult attachment dimensions and specificity of emotional distress symptoms: Prospective investigations of cognitive risk and interpersonal stress generation as mediating mechanisms. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(1), 136-151.
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1994). Sex and the psychological tether. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in personal relationships: Vol. 5. Attachment processes in adulthood* (pp. 151-178). Jessica Kingsley.
- Herd, B. D. (2015). *Psychopathy and attachment: The effect of security priming on psychopathy in a college student sample* (Publication No. 1225) [Doctoral dissertation, Georgia Southern University]. ProQuest Dissertations and Theses Global.
- Hesse, E. (1999). The adult attachment interview: Historical and current perspectives. In *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications* (2nd ed). Guilford Press.
- Hudson, N. W., & Fraley, R. C. (2018). Moving toward greater security: The effects of

- repeatedly priming attachment security and anxiety. *Journal of Research in Personality*, 74, 147-157.
- Huppert, J. D. (2009). Anxiety disorders and depression comorbidity. In M. M. Antony & M. B. Stein (Eds.), *Oxford Handbook of Anxiety and Related Disorders* (pp.576-586). Oxford Library Press.
- Hutton, J., Ellett, L., & Berry, K. (2017). Adult attachment and paranoia: an experimental investigation. *The Cognitive Behaviour Therapist*, 10, e4.
- Jennings, M. A., & Cribbie, R. A. (2016). Comparing pre-post change across groups: Guidelines for choosing between difference scores, ANCOVA, and residual change scores. *Journal of Data Science*, 14(2), 205-229.
- Jinyao, Y., Xiongzhaohao, Z., Auerbach, R. P., Gardiner, C. K., Lin, C., Yuping, W., & Shuqiao, Y. (2012). Insecure attachment as a predictor of depressive and anxious symptomology. *Depression and Anxiety*, 29(9), 789-796.
- Kessler, R. C., Berglund, P., Demler, O., Jin, R., Merikangas, K. R., & Walters, E. E. (2005). Lifetime prevalence and age-of-onset distributions of DSM-IV disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Archives of General Psychiatry*, 62(6), 593-602.
- Kotov, R., Krueger, R. F., Watson, D., Achenbach, T. M., Althoff, R. R., Bagby, R. M., Brown, T. A., Carpenter, W. T., Caspi, A., & Clark, L. A. (2017). The Hierarchical Taxonomy of Psychopathology (HiTOP): A dimensional alternative to traditional nosologies. *Journal of Abnormal Psychology*, 126(4), 454.
- Lamers, F., van Oppen, P., Comijs, H. C., Smit, J. H., Spinhoven, P., van Balkom, A. J., Nolen, W. A., Zitman, F. G., Beekman, A. T., & Penninx, B. W. (2011). Comorbidity patterns of anxiety and depressive disorders in a large cohort study: the Netherlands Study of Depression and Anxiety (NESDA). *The Journal of Clinical Psychiatry*, 72(3), 3397.
- Lindsay, E. K., Chin, B., Greco, C. M., Young, S., Brown, K. W., Wright, A. G., Smyth, J. M., Burkett, D., & Creswell, J. D. (2018). How mindfulness training promotes positive emotions: Dismantling acceptance skills training in two randomized controlled trials. *Journal of Personality and Social Psychology*, 115(6), 944.
- Luke, M. A., Sedikides, C., & Carnelley, K. (2012). Your love lifts me higher! The energizing quality of secure relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(6), 721-733.
- Main, M., Kaplan, N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2), 66-104.
- McEvoy, P. M., & Erceg-Hurn, D. M. (2016). The search for universal transdiagnostic and trans-therapy change processes: Evidence for intolerance of uncertainty. *Journal of Anxiety Disorders*, 41, 96-107.
- McGuire, A., Gillath, O., Jackson, Y., & Ingram, R. (2018). Attachment security priming as a

- potential intervention for depressive symptoms. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 37(1), 44-68.
- Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and posttraumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(5), 817-826.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2001). Attachment theory and intergroup bias: evidence that priming the secure base schema attenuates negative reactions to out-groups. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(1), 97-115.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2004). Security-based self-representations in adulthood. In W. S. Rholes & J. A. Simpson (Eds.), *Adult attachment: Theory, Research, and Clinical Implications* (pp. 159-195). Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). Attachment, group-related processes, and psychotherapy. *International Journal of Group Psychotherapy*, 57(2), 233-245.
- Norman, L., Lawrence, N., Iles, A., Benattayallah, A., & Karl, A. (2015). Attachment-security priming attenuates amygdala activation to social and linguistic threat. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 10(6), 832-839.
- Pan, Y., Zhang, D., Liu, Y., Ran, G., & Teng, Z. (2017). The effects of attachment style and security priming on the perception of others' pain. *Journal of Social and Personal Relationships*, 34(2), 184-208.
- Quillian, M. R. (1967). Word concepts: A theory and simulation of some basic semantic capabilities. *Behavioral Science*, 12(5), 410-430.
- Rholes, W., & Simpson, J. A. (Eds.). (2004). *Adult attachment: Theory, Research, and Clinical Implications*. Guilford Press.
- Ritterband, L. M., Gonder-Frederick, L. A., Cox, D. J., Clifton, A. D., West, R. W., & Borowitz, S. M. (2003). Internet interventions: In review, in use, and into the future. *Professional Psychology: Research and Practice*, 34(5), 527.
- Rowe, A. C., Shepstone, L., Carnelley, K. B., Cavanagh, K., & Millings, A. (2016). Attachment security and self-compassion priming increase the likelihood that first-time engagers in mindfulness meditation will continue with mindfulness training. *Mindfulness*, 7, 642-650.
- Searle, B., & Meara, N. M. (1999). Affective dimensions of attachment styles: Exploring self-reported attachment style, gender, and emotional experience among college students. *Journal of Counseling Psychology*, 46(2), 147-158.
- Selcuk, E., Zayas, V., Günaydin, G., Hazan, C., & Kross, E. (2012). Mental representations of attachment figures facilitate recovery following upsetting autobiographical memory recall. *Journal of Personality and Social Psychology*, 103(2), 362-378.
- Shingleton, R. M., Richards, L. K., & Thompson-Brenner, H. (2013). Using technology within the treatment of eating disorders: a clinical practice review. *Psychotherapy*, 50(4), 576-582.
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2012). Adult attachment orientations, stress, and romantic

- relationships. In *Advances in experimental social psychology* (Vol. 45, pp. 279-328). Academic Press.
- Stroufe, L. A., Fox, N. E., & Pancake, V. R. (1983). Attachment and dependency in developmental perspective. *Child development*, 54(6), 1615-1627.
- Stupica, B., Brett, B. E., Woodhouse, S. S., & Cassidy, J. (2019). Attachment security priming decreases children's physiological response to threat. *Child development*, 90(4), 1254-1271.
- Waters, T. E., & Roisman, G. I. (2019). The secure base script concept: An overview. *Current Opinion in Psychology*, 25, 162-166.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1984). Cross-cultural convergence in the structure of mood: A Japanese replication and a comparison with US findings. *Journal of Personality and Social Psychology*, 47(1), 127-144.
- Watson, D., & Tellegen, A. (1985). Toward a consensual structure of mood. *Psychological Bulletin*, 98(2), 219-235.
- Yurayat, P., & Seechaliao, T. (2022). Undergraduate students' attitudes towards online counseling since the COVID-19 pandemic. *Higher Education Studies*, 12(1), 72-83.
- Zeanah, C. H., & Zeanah, P. D. (1989). Intergenerational transmission of maltreatment: Insights from attachment theory and research. *Psychiatry*, 52(2), 177-196.
- Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2015). Attachment in middle childhood: Associations with information processing. *New Directions for Child and Adolescent Development*, 2015(148), 47-61.

원 고 접 수 일 : 2024. 04. 12

수정원고접수일 : 2024. 06. 21

게재결정일 : 2024. 08. 27

The Effect of Attachment Security Priming on Transdiagnostic Internalizing Factors: The Moderating Effect of Attachment Avoidance

Wonjeong Choi

Sogang University / Master's Degree

Hyunsik Kim

Sogang University / Professor

The purpose of this study was to examine the influence of attachment security priming on transdiagnostic internalizing factors (i.e., negative affect, depression-specific, and anxiety-specific factors) and the moderating effect of attachment avoidance on the relationship between attachment security priming and these factors. Attachment security priming is a method by which individuals activate mental representations of an attachment figure. Eighty-three adults participated in the study and were randomly assigned to experimental and control conditions. To analyze the moderating effect of attachment avoidance on the relationship between attachment security priming and transdiagnostic internalizing factors, a series of multiple regression analyses were conducted. The results indicated that attachment avoidance had (a) a moderating effect on the relationship between attachment security priming and the anxiety-specific factor and (b) a marginally significant moderating effect on the relationship between attachment security priming and the negative affect factor. Implications for future research and counseling practice are discussed.

Key words : Attachment Security Priming, Transdiagnostic, Internalizing, Attachment, Priming, Transdiagnostic Internalizing factors