한국심리학회지 : 임 상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2004. Vol. 23, No. 4, 949-968

성인 애착 유형과 자기개념, 효능감, 대처 양식, 사회적지지 수준과 대인불안의 관계*

신 노 라† 안 창 일

강남성모병원 신경정신과 고려대학교 심리학과

본 연구는 애착 유형별 대인불안 수준 및 자기개념, 자기효능감, 대처양식, 사회적 지지의 지각 수준에 차이가 있는지 알아보고, 각 애착 유형별로 어떤 변인이 대인불안을 설명해주는지를 알아보기 위해 수행되었다. 541명의 대학생을 대상으로 설문조사를 실시한 결과, 애착 유형별 종속변인들 수준의 유의미한 차이가 발견되었다. 대인불안 수준은 회피>양가>안정 집단 순으로 높게 나타났으며, 자기개념은 안정>양가, 회피 순으로 높게 지각하고 있었다. 적극적 인지적 대처는 안정, 양가>회피 순으로 빈번히 사용하고 있었고, 회피적 대처는 양가>안정 순으로 사용되고 있었다. 사회적 지지수준은 안정>양가, 회피 순으로 높게 지각하고 있었다. 마지막으로 대인불안을 설명해주는 변인들을 확인하기 위해 애착 집단별로 단계적 중다회귀 분석을 실시하였다. 그 결과 안정 애착 내에서 대인불안을 설명해주는 변인은 사회적 자기개념, 자기효능감, 적극적 인지적 대처양식으로 대인불안의 59.3%를 설명해주고 있었다. 양가 애착 집단의 경우 사회적 자기개념, 자기효능감, 성격적 자기개념이 대인불안의 52.7%를 설명해주고 있었으며, 회피애착의 경우 사회적 자기개념, 신체적 자기개념, 가정적 자기개념이 대인불안의 79.7%를 설명해주고 있었다.

주요어 : 성인 애착 유형, 대인 불안, 자기 개념, 자기 효능감, 대처 양식, 사회적 지지

---

* 본 연구는 2000년 고려대학교 심리학과 석사학위 논문의 일부임.

† 교신저자(Corresponding Author) : 신 노 라 / 가톨릭 의과대학부속 강남성모병원 정신과 임상심리실 / 서울시 서초구 반포동 505 / TEL : 02-590-1993 / FAX : 02-594-3870 / E-mail : noras@hanmail.net

인간의 일생에 있어서 애착의 중요성은 아무리 강조해도 지나치지 않다. 애착은 영아의 생존을 강화해줄 뿐 아니라, 평생에 걸친 정서, 인지, 사회성 발달을 이끌어주는 정신건강의 원천인 것이다. 인간은 이러한 애착 관계를 통해 자신과 타인에 대한 심리적 표상을 형성하게 되며, 이는 이후 대인관계 시 자신과 타인의 반응을 예상하고 대인관계 상황의 의미를 해석하는 인지적 바탕의 역할을 함으로써 대인관계에 지대한 영향을 미치게 된다(Kiesler, 1996). 대인관계 문제는 심리적 갈등을 겪고 있는 사람들 대부분이 공통적으로 경험하고 있는 중요한 주제로, 이러한 대인관계의 문제를 발생시키는 근본적인 심리적 요인을 밝혀내고, 이를 적응적인 방향으로 치료해 나아갈 수 있는 개입 전략을 수립해 나아가는 것은 정신적 어려움에 대한 이해와 치료에서 핵심적인 과제라고 할 수 있겠다.

애착이란 하나, 혹은 몇몇 특정인에 대한 정서적 결속 혹은 유대를 뜻하는 용어로, 유아는 친밀하고 지속적인 양육 관계를 필요로 한다는 개념에 착안한 Bowlby(1969)가 정신분석 이론, 행동생물학, 정보처리 이론, 시스템 이론을 근간으로 하여 처음 주창하였다. 애착은 유아가 환경을 탐색할 때 양육자와 지나치게 멀리 떨어지는 것을 막아주어, 신체적, 심리적인 잠재적 위험성을 낮춰주는 생물학적, 진화론적인 의미가 있는데, 이를 안전기지 하에서의 탐색이라 한다(Ainsworth, 1967). 이후 Ainsworth, Blehar, Waters와 Wall(1978)은 낯선 상황이라는 실험실 절차를 걸쳐 질적으로 상이한 세가지 애착 양식-안정, 양가, 회피-를 구분해내었다. 환경초기 양육자와의 관계에서 형성된 애착은 자기와 타인에 대한 표상으로 재조직되어 이후의 발달을 이끌게 되는데, 유아가 필요로 할 때 양육자로부터 관심과 안심을 이끌어낼 수 있었는지, 혹은 양육자가 예민하고 민감한 돌봄을 제공했는지에 따라 긍정적이거나 부정적인 자신과 타인에 대한 표상이 담긴 내적 작동 모델을 형성하게 된다. 즉, 긍정적 자기 표상을 갖고있는 개인은 유능감과 자기가치감이 높고, 타인이 자신을 긍정적으로 대할 것이라는 기대를 갖게 된다. 또한 긍정적인 타인 표상을 소유하고 있는 개인은 타인에 대해, 나의 요구에 응할 것이고 지지적이며 신뢰할 만 하고 친밀한 관계를 허용할 것이라는 기대를 갖게 될 것이라 하였다(Bartholomew, 1990). 이러한 내적 작동 모델을 통해 개인은 자기 자신과 타인에 대한 기대, 신념, 목표를 구성하게 되며, 이는 대인관계 시의 상황에 대한 해석, 감정, 행동에 영향을 미치게 되어 이후의 대인관계에 영향을 주게 된다(Bowlby, 1973).

한편 Bowlby(1980)는 내적 실행 모델은 일단 조직화된 후 외부 의식과 인식에 영향을 끼치며 극적 변화에 대해 저항적이라고 하였지만, 또한 재조직화 될 수 있는 가능성에 대해서도 언급하였다. 그가 '실행'이라는 어휘를 사용한 것은 애착의 내적 표상은 역동적이며, 그러므로 변화할 수도 있다는 의미를 강조하기 위한 것이었다. 애착 유형은 이후 양육자의 태도 변화나 친한 친구, 애인, 혹은 배우자와의 또 다른 경험에 의해서도 수정 가능하다고 하였는데, 이는 초기 아동기에 형성된 애착 유형이 성장 발달해감에 따라 변화 발달된다는 연구 결과들(Buelow, McClain, & McIntosh, 1996; Fox, 1995; Halverson, 1988; Nancy, Weinfield, Sroufe, & Egeland, 2000; Vaughn, Egeland, Sroufe, & Waters, 1979)에 의해서도 지지가 된다. 또한 Berscheid(1994)의 연구에서는 1년 동안 3번 반복 측정한 결과 성인 애착 유형에서 22%의 변화율이 나타났다는 놀라운 결과를 보였다. 이는 그 기간동안 과거 내적 실행 모델과 일치하지 않는 관계를 경험했기 때문인 것으로 생각된다.

그러므로 성인의 애착 형태를 연구할 때, 과거 애착 대상과의 관계를 회상하는 것보다는 현재의 애착 상태를 측정하는 것이 바람직하리라고 본다. 왜냐하면 위의 연구 결과와 같이, 어린 시절 형성된 애착 유형은 이후 경험한 관계의 질에 따라 변화 가능하며, 또한, 과거 관계를 회상하는 것은 현재 의식이나 방어 등에 의해 혼탁, 왜곡될 수 있기 때문이다.

한편, 애착 관계에서 형성된 내적 작동모델은 이후 사회적 상황을 어떻게 해석하고 반응할지에 대한 내적 안내 지도 역할을 하게 된다. 즉 개인은 초기 부모와의 관계에서 상호작용하는 방식을 배우며, 이는 타인에 대한 반응의 잠재적 결정 요인으로 작용하게 된다. 안정된 애착은 대인관계시 안전기지의 역할을 해 주어 안정된 정서 상태에서 자신감을 갖고 타인을 대할 수 있게 해 주기 때문에(Sroufe, 1996), 애착 양식은 대인불안과 밀접한 관련을 보일 것임을 예상할 수 있다.

애착 양식과 대인관계에 관한 연구들을 살펴보면, 안정 애착 집단은 인간관계에 있어서 전반적으로 긍정적인 관점을 유지한다고 한다. 즉 그들은 자신에 대한 자신감이 높고, 사회 상황에서 보다 확신에 차있고 자기 주장적이며, 더 신뢰성 있고, 덜 냉담하고, 덜 내향적이다(Bartholomew & Horrowitz, 1991; Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990). 양가 애착 집단은 타인과의 친밀한 관계를 열망하나 대인관계에 대해서 불만족하게 느끼며, 사회적 상황에서 자기 확신과 주장성이 약하고 자기 가치감이 빈약하다(Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990). 타인에 대한 신뢰나 인간 본성에 대한 긍정적 관점을 갖고 있다고 보여지나(Bartholomew & Horowitz, 1991), 일면 타인에 대한 믿음은 안정 애착 유형만큼 확고하지 않고, 인간 본성에 대한 믿음에서도 다소 부정적인 관점을 가지고 있다(Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987). 회피 애착 집단은 애착 욕구 좌절에 의한 잠재적인 적의를 더 많이 보유하고 있으며, 그 적의를 대인관계 불신이나 반항, 경쟁행동, 자기 말살적 행동 등으로 나타낼 것이라고 하였다(Collins & Read, 1990). 그들은 타인과의 친밀감을 덜 추구하며 자기 노출을 꺼리고(Bartholomew & Horowitz, 1991; Feeney & Noller, 1990), 대인관계에 큰 의미를 두지 않으며 사회적으로 덜 확신적이며, 타인에 대해서는 의존할만하지 않다고 여기면서도, 자신에 대해서는 긍정적인 관점을 유지하는 경향이 있다(Collins & Read, 1990).

한편, 사회성이 높은 집단의 사람들은 양육자에 대해 수용적, 자율적이었다(이지윤, 2000)고 한 반면, 대인불안은 느끼는 사람들은 그들 부모의 양육방식에 대해 정서적 온정이 부족하고 거부적이었으며(Arrindell, EmmelKamp, Monsma, & Brillman, 1983), 높은 기대 수준, 통제적인 태도를 보였다(허묘연, 오강섭, 이시형, 1998)고 보고하고 있다. 이와 같이 부모의 양육태도와 애착 유형은 대인불안과 밀접한 연관을 갖고 있다. 불안한 아동의 부모는 아동의 회피행동을 강화하고, 용기있는 행동을 막는 경향이 있다. 불안한 아동의 부모가 자녀의 어려운 과제를 대신하거나 간섭하는 것은 오히려 아동을 두려워하는 상황에 노출되지 못하게 하여 결국 사회공포증으로 발전하게 하는 원인이 될 수 있다(Turner, Beidel, & Cooley-Quille, 1995). 거부적이거나 과보호적인 양육방식, 사회적 예법의 지나친 강조, 아이의 사회화를 고무하지 않는 양육방식 등은 다른 사람의 평가적인 의견에 지나치게 예민하게 만들고 이러한 경험이 부정적인 평가에 대한 일반화된 두려움으로 이끌게 되는데, 이는 대인불안과 밀접하게 관련된다고 하였다(Allaman, Joyce, &

Crandell, 1972; Baumrind, 1967). 이전 연구에서도 애착 양식에 따른 대인불안의 수준 차이가 유의미하였다(임지은, 2003)는 결과를 보이고 있다.

한편, Bowlby(1977)는 인생 초기의 애착 경험에 대한 정신적 표상들이 개인의 자아존중감은 물론 정서와 행동의 자기규제 능력에 영향을 주어 이후의 관계 형성시에 활성화되게 된다고 하였다. 이전 연구 결과들을 살펴보면 안정된 애착은 자기존중감과 자기 표현력(박은경, 1993; Armsden & Greenberg, 1987; Bell, Avery, Jekins, Feld, & Schoenroch, 1985), 자아개념(김민동, 2003; 임진영, 장재숙, 2003), 자기 효능감(Mikulincer, 1998; Mikulincer, Florian, & Weller, 1993)과 정적 상관을 보이며, 지각된 사회적지지 수준(오가혜, 2001; Mikulincer, 1998; Mikulincer, Florian, & Weller, 1993)과, 스트레스 대처 양식(정민현, 2003; Mikulincer, 1998; Mikulincer, Florian, & Weller, 1993)에 영향을 미쳐, 주변 사람들과 더 빈번하고 만족스러운 의사소통 및 원만한 대인관계, 수줍음. 대인불안에 유의미한 영향을 주었다(김민동, 2003; 박은경, 1993; 오가혜, 2001; 임진영, 장재숙 2003; 정민현, 2003; Armsden & Greenberg, 1987; Bell, Avery, Jekins, Feld, & Schoenroch, 1985)고 하였다.

이에 비추어 볼 때 자신에 대한 자기평가, 어려운 일이 닥쳤을 때 자신이 어떻게 대처할 수 있는지에 대한 자신감과 대처 방식, 필요할 때 주변 사람들에게 지지를 추구하고 활용할 수 있으리라는 기대 등의 자기 관련적 변인은 애착과 밀접한 연관을 보일 것이며, 이러한 특징들이 연합되어 부차적으로 대인불안에 영향을 미칠 것임을 가정해 볼 수 있다.

구체적 변인들과 애착, 불안간의 관련들을 살펴보면, 부모의 양육태도에 대해 애정적, 수용적, 긍정적이고 성취동기를 부여해주며 자녀의 행동에 대해 분명한 한계를 설정하여 지도와 훈육이 일관적이라고 지각할수록 자기개념이 긍정적이며, 거부적, 무관심, 애정부족, 무시, 훈육의 비일관성, 방임적 태도라고 지각할수록 자기개념이 부정적이다(김기정, 1984; 길동환, 1993; 오성심, 이종승, 1982; Coopersmith, 1981)라는 연구 결과에서 지지되듯이, 안정 애착 유형으로 분류된 사람들은 불안정애착집단에 비해 높은 자기 가치감과 사회적 자신감을 갖고 있음이 증명되었다(김선희, 오경자, 박중규, 이은정, 2001; Armsden & Greenberg, 1987; Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990). 또한 대인불안이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람에 비해 자기 말이 더 부정적이고, 자기의 가치에 대해 부정적인 신념을 보이고 있었다(Clark & Wells, 1995). 그들은 자신에 대한 지나친 주의와 관심을 갖고 있으며(이시형, 1993; Smith, Ingram, & Brehm, 1983), 자신의 외양이나 행동에 대해 매우 부정적으로(이정윤, 1996), 자신의 작은 신체적 결함에 대해서도 높은 관심을 보여, 때로는 정상적인 신체 상태를 왜곡 해석하는 경우도 있다고 하였다(이시형, 1993). Leary와 Kowalski(1995)는 대인불안에 결정적 영향을 미치는 자기 개념 하위영역으로 '사회적 자기'에 대한 평가와 자신의 '신체적 매력'에 대한 평가를 들었는데, 조용래(1998)와 김정호, 조용래, 이민규 (2000)는 그 중 '사회적 자기'에 대한 부정적인 개념이 대인불안을 설명하는 핵심적인 인지라는 연구 결과를 보였다. 즉, 대인불안이 높은 사람일수록 자신의 사회적 기술을 과소평가하고 사회적 상황에 대하여 더 부정적인 자기 진술을 한다는 것이다(Smith, Ingram, & Brehm, 1983).

애착과 자기 효능감, 불안간의 관련을 살펴보면, Bandura(1997)는 낮은 사회적 자기 효능감은 개인의 생활에 만족을 가져다주는 긍정적인 사회적 관계의 형성을 방해하고 스트레스 사건을

다루지 못하도록 하며, 또한 자신이 다른 사람의 평가 기준에 부합하지 않는다고 믿도록 만들어, 사회적 상황에서의 불안을 증가시키게 된다고 하였다. 선행 연구 결과들도 애착 유형은 자아존중감 및 자기 효능감 발달과 관련이 있으며(장휘숙, 1997a; Cooper, Shaver, & Collins, 1998), 자기 효능감이 낮을수록 높은 수준의 대인불안을 보인다는 일치된 결과를 보이고 있다(조용래, 원호택, 1997; Beck, Emery, & Greenberg, 1985; Edelman, 1985; Matsuo & Arai, 1998; Muris, 2002).

애착 양식과 대처 방식의 관계를 살펴보면, 안정 유형은 스트레스 사건과 관련하여 고통감을 인정하고 그것을 경감시키기 위한 건설적 행동을 하는 대처 양식을 사용하는 경향이 있었으나, 양가형 집단은 높은 수준의 불안과 낮은 자아탄력성으로 인해 스트레스 사건에 대처하는데 어려움이 있었으며, 회피형 애착 집단은 내적 고통감을 부정하거나 회피하는 전략을 주로 사용하는 것으로 나타났다(Kobak & Sceery, 1988). 한편, 적극적이고 문제 지향적인 대처전략은 스트레스로 인한 영향을 조절하는 역할을 하는 반면 회피적 대처 전략은 스트레스를 효율적으로 다루지 못하여 심리적 부적응을 초래한 것으로 나타나(Billings & Moos, 1981; Kobasa, Madddi, & Kahn, 1982) 심리적 적응에 대처 전략이 중요한 영향을 미친다는 것을 말해주고 있다.

또한 애착 유형에 따라 사회적 지지의 지각 수준이 차이가 날 수 있다는 결과가 여러 연구들에서 지지되고 있는데, 안정 애착 유형의 성인은 불안정 애착유형 집단에 비해 사회적 지지를 더 높게 지각하며(고은정, 1996), 지지 관계망에 대해 긍정적 지향을 가지고 사회적 지지를 유지, 발전시키는 방향으로 노력하는 경향이 있다고 하였다. 이에 비해 불안정 애착 유형의 성인들은 과도하게 독립적이거나 불신 등의 부정적 관계망을 지향하는 경향이 있는 것으로 드러났다(Lanier, 1996; Nemeroff, 1999; Vaux & Harrison, 1985). 애착 안정형은 힘들 때 다른 사람으로부터 편안함을 찾으려는 무의식적 내적 규칙을 소유하고 있기 때문에 필요할 때 타인으로부터 효율적인 지지를 얻어내지만, 회피형은 자신의 정서적 고통을 부인하기 때문에 다른 사람의 도움을 구하는 행동을 잘 하지 않는다고 하였다. 양가형은 지나치게 자신의 고통에 집착하고 자신이 사랑 받을 가치가 있는지, 타인으로부터 지지를 받을 수 있을 지에 대해 과도하게 염려하고 타인으로부터의 거부에 지나치게 민감하면서도, 스트레스 상황에서 애착 인물에게 지나치게 매달리고 의존하는 행동을 보임으로써 오히려 타인으로부터 효율적인 지지를 이끌어내지 못한다고 하였다(Collins & Feeny, 2000; Kobak & Sceery, 1988). 한편 사회적지지 수준은 수행불안, 상황불안, 문제행동 등과 역의 상관을 보였다는 연구가 있어(김광웅, 조미영, 1999; 소희영, 김현리, 1986; 원호택, 송종용, 1988), 지지수준의 지각은 불안정서와 밀접한 연관이 있다는 결과를 보여주고 있다.

이상 살펴본 바에 의하면 애착은 자기개념, 효능감, 대처양식, 사회적 지지추구 성향과 밀접한 관계를 갖고 발달할 것이며, 또한 이들은 대인불안에 영향을 미칠 것이라는 가설을 세워볼 수 있다. 지금까지의 연구들은 애착과 대인불안(임지은, 2003), 모의 양육태도와 자아개념 및 대인관계(임진영, 장재숙, 2003), 애착과 자기존중감 및 대인관계(Armsden & Greenberg, 1987; Bell, Avery, Jekins, Feld, & Schoenroch, 1985), 수줍음과 관계지향성 및 지각된 사회적지지 수준(오가혜, 2001) 등에 대해 살펴보았으나, 애착 유형별로 대인불안 수준을 설명해 주는 다양한 변인들을 통합하여 연구한 논문은 없는 실정이다. 이에 본

연구에서는 먼저 애착 유형에 따라 대인불안 수준에 차이가 있는지 살펴보고, 애착 유형에 따라 자기개념, 효능감, 대처양식, 사회적 지지추구 수준간 차이를 알아본 후, 마지막으로 애착 유형별 대인불안 수준을 가장 잘 설명해 줄 수 있는 변인으로 어떤 것이 있는지 확인해 보도록 하겠다.

연구 방법

연구 대상 및 분석 방법

서울 시내 대학교에 재학하는 남녀 학생 557명을 대상으로 성인 애착 질문지, 사회적 회피 및 불안 척도, 자기개념 척도, 자기 효능감 기대 척도, 대처방식 척도, 사회적지지 척도를 실시하였다. 설문에 누락했거나 불성실하게 응답한 자료를 제외한 541명의 자료를 결과 분석에 사용하였다.

연구 대상자의 주요 인구통계학적 특징을 살펴보면, 먼저 연령별로 10대는 269명(49.8%), 20대는 231명(43.4%), 30대는 7명(1.8%)이었다. 성별로는 남자가 230명(42.5%), 여자가 291명(53.8%)이었고, 학년은 1학년이 305명(56.4%), 2학년이 102명(18.9%), 3학년이 50명(9.2%), 4학년이 3명(6.7%)이었다.

애착 유형간 종속 변인 차이를 검증하기 위해 ANOVA를 실시하였으며, 변량분석 결과 집단간 유의미한 차이를 나타내는 변인에 대해서는 사후분석으로 scheffe를 실시하였다. 마지막으로 대인불안 수준을 가장 잘 설명해주는 변인을 확인하기 위해 각 애착 집단별로 단계적 중다회귀분석을 실시하였다.

측정 도구

성인 애착 질문지(RAAS: Revised Adult Attachment Scale).

Collins와 Read(1990)가 개발한 성인 애착 질문지로, 18문항으로 된 자기 보고식 질문지이다. 이 질문지는 긍정적 진술 10문항과 부정적 진술 8문항의 총 18문항으로 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다' 까지 5점 척도로 평정한다. 이 척도에 포함된 문항들은 요인분석에 의해 의존, 친밀, 불안의 세 하위척도로 나뉘어진다.

애착 유형별 특징에 근거하여 집단을 구분한 고은정(1996)의 방법을 사용하여 애착 집단을 구분하였는데, 안정 유형은 친밀과 의존 척도에서 상위 30%, 불안 척도에서 하위 70%인 피험자로, 양가 유형은 불안 점수에서 상위 30%인 피험자로, 회피 유형은 친밀과 의존 점수에서 하위 30%, 불안 점수에서 하위 70%인 피험자로 구성되었다.

Collins와 Read(1990)는 검사 재검사 신뢰도를 친밀 .68, 의존 .71, 불안 .52로 보고하였다. 본 연구에서의 내적 신뢰도는 친밀 .56, 의존 .62, 불안 .69로 나왔다.

사회적 회피 및 불안 척도(SAD: Social Avoidance and Distress Scale).

Watson과 Friend(1969)가 제작한 것으로, 사회적 상황에서 불안을 경험하는 정도와 부정적 평가가 예상되는 상황을 회피하려는 경향을 측정하고 있다. 총 28문항으로 구성되어 있으며, 진위형으로 응답하도록 되어있다. 내적 신뢰도는 .94로 나왔다.

자기개념 척도.

이훈진과 원호택(1995)이 자기 개념과 자존감을 알아보기 위해 제작한 척도로, 신체, 도덕, 성

격, 가정, 사회, 능력의 각 소척도별로 각각 5문항씩 총 30문항에 대해 5점 척도로 평정한다. 소척도별 내적 신뢰도는 각각 .54, .77, .74, .82, .86, .83이었고, 전체 내적 신뢰도는 .90 이었다.

자기 효능감 기대 척도.

Bandura(1977)가 자기 효능감을 측정하기 위히 만든 검사로 '어떤 결과를 만들어낼 때 필요한 행동을 성공적으로 해 낼 수 있다는 신념'을 측정한다. Bandura는 10점 간격의 100점 척도를 사용하였으나, 본 연구에서는 5점 척도로 사용하였다. 내적 신뢰도는 .88 로 나왔다.

대처방식 척도.

Holahan과 Moos(1987)가 개발한 척도로 총 32문항으로 되어 있으며, 적극적-인지적 대처 전략, 적극적-행동적 대처 전략, 회피적 대처 전략의 3가지 하위 영역으로 구성되어 있다. 문항별 4점 척도로 이루어져 있으며, 각 하위 척도에 대한 신뢰도 계수는 각각 .74, .74, .63이었다.

사회적지지 척도.

이영자(1996)가 사용한 척도로, 개인이 지각한 사회적 지지를 측정하기 위한 척도이다. 총 25문항으로 구성되어 있으며, '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'까지 5점 척도로 평정한다. 본 연구에서의 내적 신뢰도는 .96으로 나왔다.

결 과

먼저 연구에 사용된 주요 변인 하위 변인들간 관련성을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 결과는 표 1에 제시하였다. 분석결과 대인불안은 회피적 대처 양식과 정적 상관(r=.13, p<.01)을, 나머지 적극적-인지적 대처(r=-.36, p<.001), 적극적-행동적 대처(r=-.40, p<.001), 신체적 자기개념(r=-.38, p<.001), 도덕적 자기개념(r=-.17, p<.001), 성격적 자기개념(r=-.56, p<.001), 가정적 자기개념(r=-.25, p<.001), 사회적 자기개념(r=-.74, p<.001), 능력적 자기개념(r=-.38, p<.001) 및 통합적인 자기개념(r=-.60, p<.001), 자기 효능감(r=-.59, p<.001), 정서적지지(r=-.38, p<.001), 평가적지지(r=-.31, p<.001), 정보적지지(r=-.28, p<.001), 물질적지지(r=-.32, p<.001) 및 통합적인 사회적지지(r=-.37, p<.001) 변인들과 부적 상관을 보였다. 이는 적극적-인지적 대처, 적극적 행동적 대처양식을 사용할수록, 회피적 대처를 적게 사용할수록, 자기 개념과 자기 효능감이 좋을수록, 사회적 지지를 높게 지각할수록 대인불안을 낮게 느낄 가능성이 높다는 것으로 이해할 수 있다.

다른 변인들간에도, 회피적 대처 변인과 사회적 자기개념, 자기 효능감, 정보적 지지간 유의미한 상관을 보이지 않은 것을 제외하고는 모두 정적, 부적 상관을 보이고 있었다.

다음으로 애착 유형을 분류하여 결과는 표 2에 제시하였다. 분류 결과 안정유형이 가장 많은 212명으로 39.2%, 다음으로 양가 유형이 158명으로 29.2%, 회피 유형은 가장 적은 39명으로 7.2%의 분포를 보였다.

다음으로 애착 유형에 따른 대인불안, 대처양식, 자기개념 및 자기개념 하위척도, 자기효능감 사회적지지 및 사회적지지 하위척도에서의 차이를 살펴보기 위해 변량분석을 실시하였고, 유의미한 집단 차이를 나타내는 변인에 대해 사후분석을 실시하였다. 결과는 표 3에 제시하였다.

먼저 애착유형별 대인불안 수준을 살펴보면, 안정<양가<회피 유형 순으로 대인불안을 높게 느끼고 있다는 결과를 보이고 있다. 애착 유형별 대처양식을 살펴보면, 안정, 양가 유형에 비해

표 1

KCI

회피 유형은 적극적-인지적 대처를 적게 사용하고 있으며, 회피적 대처에서는 양가유형이 안정 유형에 비해 높게 사용하고 있었다. 적극적-행동적 대처 방식은 유형간 차이가 나타나지 않았다. 애착 유형별 자기개념을 살펴보면, 먼저, 신체적 자기개념은 안정유형이 양가유형에 비해 높게 지각하고 있었으며, 성격적 자기개념은 안정유형이 양가, 회피유형에 비해 높게 지각하고 있었다. 사회적 자기개념은 안정, 양가유형에 비해 회피유형이 유의미하게 낮게 지각하고 있었다. 능력 관련 자기개념은 안정유형이 양가유형에 비해 높게 지각하고 있었다. 전체 자기 개념에 대해서는 안정형이 양가형, 회피형에 비해 높게 지각하

표 2. 애착 유형 분류

		사례수	백분율
애착유형	안정	212	39.2
	양가	158	29.2
	회피	39	7.2
유형 미분류		132	24.4
전체		541	100.0

표 3. 애착유형별 종속변인에 대한 변량분석

	1. 안정애착 (n=40)	2. 양가애착 (n=40)	3. 회피애착 (n=39)	F	df	사후검증
대인불안	70.02(15.68)	80.12(15.05)	90.56(14.26)	18.48***	2	3 >2 >1
자기개념	111.32(14.73)	99.80(14.30)	98.28(13.66)	9.97***	2	1 > 2 , 3
자기개념-신체	16.90(2.84)	15.07(3.15)	15.43(2.91)	4.21*	2	1 > 2
자기개념-도덕	18.30(3.27)	16.82(3.70)	16.67(3.28)	2.75	2	
자기개념-성격	18.67(3.61)	16.17(3.12)	15.97(3.88)	7.16***	2	1 > 2, 3
자기개념-가정	20.70(4.04)	19.12(4.12)	19.33(3.99)	1.78	2	
자기개념-사회	19.22(3.89)	17.35(3.53)	14.92(3.40)	14.04***	2	1, 2 > 3
자기개념-능력	17.52(3.43)	15.25(4.01)	15.95(3.43)	4.11*	2	1 > 2
자기효능감	56.87(9.25)	52.25(9.54)	52.46(9.79)	2.99	2	
적극적-인지적대처	24.32(2.48)	23.92(3.06)	22.46(2.05)	5.74**	2	1, 2 > 3
적극적-행동적대처	31.35(4.34)	30.45(4.27)	29.77(3.48)	1.51	2	
회피적 대처	19.00(3.27)	21.05(4.04)	20.38(2.53)	3.91*	2	2 >1
사회적지지	103.92(14.06)	90.87(14.71)	90.56(11.52)	12.68***	2	1 > 2, 3
정서적지지	29.90(4.31)	25.85(5.64)	25.67(3.64)	10.71***	2	1 > 2, 3
평가적지지	24.75(3.64)	21.80(3.56)	21.51(3.42)	10.18***	2	1 > 2, 3
정보적지지	24.17(3.27)	21.00(3.82)	21.77(3.82)	8.25***	2	1 > 2, 3
물질적지지	25.10(4.06)	22.22(4.15)	21.61(3.17)	9.40***	2	1 > 2, 3

주. ( )안은 표준편차

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

고 있었다. 도덕적 자기개념이나 가정적 자기개념은 유형간 차이가 나타나지 않았다. 애착유형별 자기 효능감 정도를 살펴보니, 유형간 유의미한 차이를 보이지 않았다. 애착 유형별 사회적지지 지각의 차이를 살펴보니, 정서적지지, 평가적지지, 정보적지지, 물질적지지 모든 하위 척도에서 안정 유형이 양가, 회피 유형에 비해 높게 지각하고 있었다. 통합적 사회적 지지에서도 안정 유형은 양가, 회피 유형에 비해 높은 지지 수준의 지각을 보이고 있었다.

다음으로 대인불안을 가장 잘 설명해 주는 변인이 무엇인지를 알아보기 위해, 대인불안 점수를 종속변인으로 하고, 대처 양식, 자기개념, 자기 효능감, 사회적 지지를 예언변인으로 하여 각 애착 집단 내에서 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. 결과는 표 4, 5, 6에 제시하였다.

분석결과, 안정 애착 유형 내에서 대인불안을 가장 잘 설명해주는 변인은 사회적 자기개념(F=210.06, p<.001)으로 설명변량은 50.0%이었다. 그 다음으로 자기 효능감, 적극적-인지적 대처 양식 순이었고, 이들 세 변인의 전체 설명변량은 59.3%이었다. 이는 안정애착의 경우, 사회적 상황에서의 자기 자신을 스스로 어떻게 평가하고 있는지, 어려운 상황에서 얼마만큼 자신이 대처해 나갈 자신이 있는지, 그리고 스트레스 상황에 대처해 나가기 위해 얼마만큼 적극적인 인지적 대처

표 4. 안정애착집단에서 대인불안을 설명하는 변인들의 단계적 회귀분석 결과 (n=212)

단계, 변인	Beta	t	R^2	ΔR^2	F	df1	df2
자기개념-사회	-2.94	-14.49	.50	.50	210.07***	1	210
자기개념-사회	-2.15	-9.37	.57	.07	36.39***	1	209
자기효능감	-.49	-6.03					
자기개념-사회	-2.05	-9.06					
자기효능감	-.43	-5.21	.59	.02	9.51**	1	208
적극적-인지적대처	-.82	-3.08					

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

표 5. 양가애착집단에서 대인불안을 설명하는 변인들의 단계적 회귀분석 결과 (n=158)

단계, 변인	Beta	t	R^2	ΔR^2	F	df1	df2
자기개념-사회	-2.34	-11.92	.48	.48	142.20***	1	156
자기개념-사회	-2.54	-9.31	.51	.30	9.32**	1	155
자기효능감	-.31	-3.05					
자기개념-사회	-2.10	-6.59					
자기효능감	-.29	-2.88	.53	.20	6.58*	1	154
자기개념-성격	-.84	-2.57					

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

표 6. 회피애착집단에서 대인불안을 설명하는 변인들의 단계적 회귀분석 결과 (n=39)

단계, 변인	Beta	t	R^2	ΔR^2	F	df1	df2
자기개념-사회	-3.32	-7.90	.63	.63	62.34***	1	37
자기개념-사회	-2.68	-7.13	.75	.13	18.82***	1	36
자기개념-신체	-1.90	-4.34					
자기개념-사회	-2.77	-7.94					
자기개념-신체	-1.62	-3.88	.80	.04	7.09*	1	35
자기개념-가정	-.75	-2.66					

*p<.05 **p<.01 ***p<.001

양식을 사용할 지에 대해 스스로 지각하는 정도에 의해 대인불안의 수준이 영향을 받는다는 것을 알 수 있다.

다음으로, 양가 애착 유형 내에서 대인불안을 가장 잘 설명해주는 변인은, 사회적 자기개념(F=142.20, p<.001)으로, 설명변량은 47.7%이었다. 그 다음으로 자기 효능감, 성격적 자기개념 순이었고, 이들 세 변인의 전체 설명변량은 52.7%이었다. 즉, 양가 애착 유형의 사람들은, 사회적 상황에서의 자기 자신을 어떻게 생각하고 있는지, 어려운 상황에서 얼마만큼 대처해 나아갈 수 있는 효능감이 있는지, 그리고 자신의 성격에 대한 스스로에 대한 평가가 어떠한지에 따라 대인불안의 수준에 차이가 날 수 있다는 것을 의미한다.

다음으로 회피애착 유형 내에서 대인불안을 가장 잘 설명해주는 변인 역시 사회적 자기개념(F=62.34, p<.001)으로 설명변량은 62.8%이었다. 그 다음으로 신체적 자기개념과 가정적 자기개념 순으로, 이들 전체의 대인불안에 대한 설명변량은 79.7%이었다. 회피 애착 유형의 사람들의 경우 스스로에 대한 평가, 즉 자신이 사회적으로 어떠한 사람인지, 자신의 신체에 대한 개념은 어떠한지, 스스로의 가정에 대한 개념은 어떠한지에 의해 대인불안 수준이 영향 받는다는 것을 알 수 있다.

논 의

본 연구의 목적은 대인불안의 발생과 유지에 기여하는 애착의 유형별 특성 및 애착관계에서 비롯되는 개인적 특징들을 밝혀내어 대인불안의 이해와 치료에 일조하는 동시에, 개인이 일생을 살아가는데 있어서 애착의 중요성을 강조하여, 보다 많은 사람들이 행복하고 즐거운 생활을 영위할 수 있도록 도움을 주고자 하는데 있다. 본 연구에서는 먼저 대인불안, 대처양식, 자기개념, 자기효능감, 사회적지지 및 하위척도간 상관을 살펴보고, 애착 유형별 대인불안, 대처양식, 자기개념, 자기효능감, 사회적지지 수준의 차이를 알아보았다. 그리고 애착 유형별로 대인불안을 가장 잘 설명해주는 변인이 어떤 것인지를 대처양식, 자기개념, 자기효능감, 사회적지지 및 하위변인들 중심으로 살펴보았다.

연구결과 첫 번째로, 대인불안과 다른 변인간 상관을 살펴보니 회피적 대처 양식과 정적 상관을, 나머지 적극적-인지적 대처, 적극적-행동적

대처, 신체적 자기개념, 도덕적 자기개념, 성격적 자기개념, 가정적 자기개념, 사회적 자기개념, 능력적 자기개념 및 통합적인 자기개념, 자기 효능감, 정서적지지, 평가적지지, 정보적지지, 물질적 지지 및 통합적인 사회적지지 변인들과 부적 상관을 보이고 있었다. 이는 효율적 대처 양식을 사용할수록, 자기개념과 자기 효능감이 좋을수록, 사회적 지지를 높게 지각할수록 대인 불안을 낮게 느낀다는 것을 의미하는 것으로, 선행연구(김광웅, 조미영, 1999; 소희영, 김현리, 1986; 원호택, 송종용, 1988; 조용래, 원호택 1997; Beck, Emery, & Greenberg, 1985; Billings & Moos, 1981; Clark & Wells, 1995; Edelman, 1985; Kobasa, Madddi, & Kahn, 1982; Matsuo & Arai, 1998; Muris, 2002)들과 일치하는 결과를 보이고 있다.

다음으로 애착 유형을 분류하여 이들의 분포를 알아보니, 안정(39.2%)>양가(29.2%)>회피(7.2%)의 분포가 나타났다. 이는 Ainsworth(1973)의 연구에서 드러난 분포(안정 65%>회피 20%>양가10%)와 다른 결과로, 다른 해외 연구들에서도 이러한 유형간 분포는 일관되게 나타나고 있다(Campos, Barret, Lamb, Golgsmith와 Sternberg(1983)의 연구에서 안정형 62% 회피형 23%, 양가형 15%의 분포 / Hazan과 Shaver(1987)의 연구에서 안정형 56%, 회피형 23%, 양가형 20%의 분포를 보임). 이러한 차이는 개별성과 독립성을 강조하는 미국 문화와 집단주의적이고 관계 지향적인 한국 문화의 차이로 이해할 수 있을 것이다(김동직, 한성열 1997). 즉 미국에서는 회피형이 양가형보다 문화적으로 더 선호되는 유형으로, 높은 의존 욕구와 관계 지향성이 주된 특징인 양가형보다는, 낮은 의존 욕구와 높은 독립 욕구 및 자율성의 침해에 대한 두려움이 주된 특징인 회피형이 개인주의적이고 독립성을 강조하는 미국 문화에서 더 선호되는 유형일 것이라는 것을 추측할 수 있다. 반면, '공동체 의식', '동질감' 등의 친밀감과 상호 의존을 지향하는 한국 문화권에서는 회피형보다 양가형을 더 선호할 것임을 가정해 볼 수 있을 것이다.

다음으로 애착 유형에 따라 대인불안에 차이가 있는지 살펴본 결과, 안정 < 양가 < 회피 애착 집단 순으로 대인불안을 높게 느끼고 있다는 결과가 나타났다. 이전 연구 결과에서도 안정 애착 집단은 인간관계에 있어서 더 신뢰성 있고, 자신감이 높으며, 더 표현적, 덜 내향적(Bartholomew & Horrowitz, 1991; Feeney & Noller, 1990)이라고 하여, 본 결과를 지지하고 있다. 한편 양가 유형은 사회적 상황에서 자기 확신과 주장성이 약하고 자기 가치감이 빈약하다(Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990)는 점으로 인해 안정유형에 비해 대인불안에 취약할 것임을 추측해 볼 수 있다. 한편, 기존 연구에서는 양가 유형이 회피 애착 유형에 비해 일반적인 불안과 상관이 높다는 결과(Bowlby, 1973; Chambless, 1985; Sroufe, 1996; Warren, Hustone, Egeland, & Sroufe, 1997)를 보이고 있지만, 대인불안에서는 이와 다른 결과가 나타났다. 즉, 양가유형에 비해 회피 유형이 더 높은 대인불안을 보이고 있었다. 이는 대인불안의 핵심적인 인지 특성과 회피 애착 집단의 심리적 특성과의 관련성으로 설명해 볼 수 있을 것이다. 즉, 대인불안의 인지 특성은 사회적으로 부과된 완벽주의, 실수에 대한 염려, 부모의 비난, 수행에 대한 의심 등으로 요약할 수 있는데(이정윤, 조영아, 2001), 이는 회피 유형에서 보이는 낮은 자기 개방성(Bartholomew & Horowitz, 1991; Dozier, 1990; Feeney & Noller, 1990), 자신의 약점을 인정하지 못하고 타인에게 완벽하게 보이고자하는 욕구(Cassidy, 1988) 및 긍정적 자기 개념 기저의 억압된 부정적 감정(Bartholomew & Horrowitz, 1991)으로 인해 위협적

사건에 대해 취약할 수밖에 없는 자기 표상 등과 유사한 점이 많다. 즉, 일반적으로 불안 감정은 양가 유형이 많이 느낄 것이나, 자신의 능력, 이미지 등이 드러나 보일 수 있는 대인관계 상황에서는 타인들에게 자신의 근본적인 모습을 드러내기 꺼려하며 완벽하게 보이고 싶어 하는 회피 유형들의 현실적-이상적 자기 불일치로 인해 대인 불안을 비교적 강하게 느낄 수 있을 것으로 생각해 볼 수 있다.

다음으로 애착 유형별로 자기개념의 차이를 살펴보면, 전체적인 자기개념 척도에서 안정유형이 양가, 회피유형에 비해 높은 자기개념을 보이고 있었다. 자기개념 하위 척도들을 살펴보면, 신체적 자기개념과 능력적 자기개념에서는 안정유형이 양가유형보다 높았고, 성격적 자기개념에서는 안정유형이 양가, 회피유형보다 높은 수준을 보였다. 사회적 자기개념에서는 회피유형이 안정, 양가유형에 비해 낮은 자기개념을 보이고 있었다. 이는 안정 애착 유형 집단이 불안정애착집단에 비해 높은 자기 가치감과 사회적 자신감을 갖고 있는 이전 연구(김선희, 오경자, 박중규, 이은정, 2001; Armsden & Greenberg; 1987; Bartholomew & Horowitz, 1991; Collins & Read, 1990; Feeney & Noller, 1990)와 일치하는 결과로, 안정형은 양가형에 비해 자신의 신체나 능력 면에서 높은 자기개념을 소유하고 있으며, 성격적인 면에서는 양가, 회피유형보다 뛰어난 자기개념을 갖고 있다는 것을 의미한다. 사회적 자기개념은 안정, 양가 유형에 비해 회피유형이 가장 낮게 느끼고 있는데, 이는 회피 유형이 대인관계에 큰 의미를 두지 않으며 사회적으로 덜 확신적이며, 타인에 대해서는 의존할만하지 않다고 여기는 경향이 있다(Collins & Read, 1990)는 이전 결과에서 볼 수 있듯이, 이들의 사회적 장면에서의 적응과 관련된 자기개념이 가장 뒤떨어진다는 점을 시사하고 있다.

다음으로 애착 유형간 자기 효능감의 차이를 살펴보았더니, 집단간 유의한 차이가 나타나지 않았다. 선행 연구들(장휘숙, 1997a; Cooper, Shaver, & Collins, 1998)과 달리 본 연구에서 통계적 차이가 나타나지 않은 이유를 생각해보면 애착 집단간 종속변인 차이 검증시 사용된 표본 수가 작았던 것을 들 수 있겠다. 차이 검증시 집단 크기 차이로 인한 1종 오류의 위험을 방지하기 위해 안정, 양가 집단 내 표본 수를 회피집단 내 표본 수준(40명)으로 맞추었는데, 이는 통계적으로 이상적인 집단 내 표본 수에 미치지 못하는 크기이다. 최종 분석에 사용된 전체 표본의 수는 541명에 달하나, 회피 애착 집단이 전체 집단의 7.2%의 낮은 분포를 보여 결과적으로 39명의 적은 인원으로 이루어진 집단을 구성하게 되었다. 추후 연구들에서는 전체 모집 표본에서 회피 집단이 차지하는 분포를 고려하여 충분히 큰 표본을 모집한 후 애착 집단 간 자기 효능감 수준에서 차이가 나타나는지 다시 살펴볼 필요가 있겠다.

다음으로, 애착 유형별로 대처 양식에 차이가 있는지 살펴보니, 회피 유형은 안정, 양가 유형에 비해 적극적-인지적 대처를 적게 사용하며, 양가유형은 안정유형에 비해 회피적 대처를 많이 사용하고 있는 것으로 나타났다. 이는 안정유형이 스트레스 사건에 대해 건설적 대처 양식을 많이 사용하나, 양가, 회피형 집단은 스트레스에 효율적으로 대처하기 어려워하거나 부정, 회피의 전략을 주로 사용한다는 기존연구(Kobak & Sceery, 1988)와 일치하는 결과로, 회피 유형은 스트레스 사건과 직면했을 때, 이에 대해 대처할 수 있는 여러 방법들을 고려하는 정도가 다른 애착 유형에 비해 낮으며, 양가 유형은 스트레스 사건에 대해 문제에 직면하는 것을 회피하거나

더 많이 먹고 담배를 피우는 등의 행동을 통해 긴장을 간접적으로 감소시키려는 회피적 대처 전략을 많이 사용한다는 것을 확인할 수 있다.

애착 유형에 따라 사회적 지지의 지각이 차이가 있는지 살펴 본 결과, 안정 애착 집단이 양가, 회피 유형에 비해 정서적지지, 평가적지지, 정보적지지, 물질적지지 및 전체 사회적 지지 척도에서 일관되게 높은 수준의 지지를 지각하고 있는 것으로 나타났다. 이는 애착 유형에 따라 사회적 지지의 지각 수준에 차이가 있다는 이전 연구(고은정, 1996; Lanier, 1996; Nemeroff, 1999; Vaux & Harrison, 1985)들과 일관된 결과로서, 타인에 대해 긍정적인 표상을 지닌 안정 애착 유형의 성인은 자신이 필요로 할 때 도움을 요청할 수 있는 자원이 있다고 믿는 자신감이 있음을 시사한다.

다음으로 애착 유형별 대인불안을 가장 잘 설명해 줄 수 있는 변인을 확인하기 위해 대인불안 점수를 종속변인으로 하고, 대처 양식, 자기개념, 자기 효능감, 사회적 지지를 예언변인으로 하여 단계적 중다회귀분석을 실시하였다. 연구결과, 안정 애착 유형 내에서 대인불안을 가장 잘 설명해주는 변인은 사회적 자기개념, 자기 효능감, 적극적-인지적 대처 양식 순이었고, 이들 세 변인의 전체 설명변량은 59.3%이었다. 즉, 안정 애착 유형의 사람들은 사회 상황에서 확신에 차 있을수록, 어떤 결과를 만들어 낼 때 필요한 행동을 자신이 성공적으로 해 낼 수 있다고 믿을수록, 그리고 스트레스 사건에 대한 평가를 다루려는 적극적 노력을 기울일수록 대인불안을 낮게 느낄 가능성이 있음을 시사하고 있다.

양가 애착 집단에서 대인불안을 가장 잘 설명해주는 변인은 사회적 자기개념, 자기 효능감, 성격적 자기개념으로, 설명변량은 52.7%이었다. 즉, 양가애착집단의 사람들은 사회적 상황에서의 자기 확신이 낮을수록, 요구되는 행동을 자신이 수행할 수 있으리라는 자신감이 낮을수록, 그리고 자신의 성격에 대해 부정적으로 지각할수록 대인불안을 느낄 가능성이 높아질 가능성이 있다고 할 수 있다.

마지막으로 회피 애착 집단 내에서 대인불안을 가장 잘 설명해주는 변인은, 사회적 자기개념, 신체적 자기개념, 가정적 자기개념으로, 설명변량은 62.8%이었다. 회피애착 집단은 사회적 상황에서 대처하는 자기에 대한 자신감, 신체적 건강과 매력에 대한 자기평가, 가족들과의 관계에 대한 자기 평가 등에 의해 대인불안이 가장 많은 영향을 받는다는 사실을 알 수 있다.

모든 애착 유형을 통해서 대인불안을 가장 잘 설명해주는 변인은 사회적 자기개념으로, 이는 자기개념 중 '사회적 자기'에 대한 부정적인 개념이 대인불안을 설명하는 핵심적인 인지(김정호, 조용래, 이민규, 2000; 조용래, 1998; Smith, Ingram, & Brehm, 1983)라는 선행연구와 일치하는 결과이다. 즉, 대인불안이 높은 사람일수록 자신의 사회적 기술을 과소평가하고 사회적 상황에 대하여 더 부정적인 자기 지각을 소유하고 있을 가능성이 높을 것임을 생각해 볼 수 있다. 또한 회피 애착 집단은 신체적 자기 개념이 대인불안을 설명해주는 제2변인으로, 이는 자신의 신체적 매력에 대한 평가가 대인불안에 영향을 미친다는 Leary와 Kowalski(1995)의 연구와 일치하는 결과이다. 따라서 대인 불안을 느끼는 사람들에 대한 치료적 접근에서 부정적 자기개념, 특히 사회적 상황에서의 대처 효능감과 관련된 부정적 자기 개념을 긍정적으로 수정, 보완해 줄 수 있는 치료 및 개입 전략-예를 들면 구체적인 사회 기술 훈련이나 부정적으로 왜곡된 자기 평가 기준 수정 프로그램 등-을 포함시키는 것이 도움이 될 것이다. 이와 더불어 자기자신에 대한 지나친 민

감성 및 대처 효능감을 키워주는 개입전략이 필요할 것으로 보인다.

이상 살펴본 바에 의하면, 안정된 애착 관계를 맺는 것은, 개인으로 하여금 좋은 자기개념, 효능감을 소유하고, 스트레스 상황에 대해 건설적인 대처를 사용하게 하며, 필요로 할 시에 주변 인물들에게 지지를 요청할 수 있는 자신감을 소유하게 하여, 종국의 심리적 고통감이나 정신 병리를 예방, 경감시키는 것과 밀접한 연관이 있다는(Bowlby, 1977) 사실을 일깨워준다. 결국 정신적으로 건강한 성인으로 성장, 발달하고, 심리적으로 안정된 생활을 영위해 나아가는데 있어서 안정된 애착을 형성하는 것의 중요성을 다시 한번 강조해 주는 결과라고 할 수 있다.

본 연구의 제한점은 첫째, 대학생 집단을 대상으로 실시되었기 때문에 연구 결과를 전체 성인 집단에 일반화시키기는 어렵다는 점이다. 대학생 집단의 특성상 연령은 10대 후반-20대 중반, 교육 수준은 전체 인구 대비 상 집단 이상, 사회경제적 수준도 중류층 이상으로 편중되어 있기 때문이다. 향후 보다 다양한 표집을 대상으로 연구할 필요가 있겠다.

둘째 회피 집단 내 표본수가 작았던 점을 들 수 있다. 회피 애착 집단의 전체 표본에 대한 비율이 7.2%의 낮은 분포를 보이고 있어, 집단 내 표본 수는 39명밖에 모집되지 않았다. 통계적으로 사용 가능한 인원이긴 하지만, 이상적인 크기의 표본을 모집하지 못하여, 통계적 유의미성이 낮아지는 결과를 초래하게 되었다. 추후 연구에서는 회피 애착 집단의 낮은 분포를 고려하여 충분히 큰 전체 피험자를 모집할 필요가 있겠다.

마지막으로, 본 연구에서는 피험자의 자기보고식 설문지를 통해 자료를 구하였는데, 이러한 방식에는 피험자가 방어적으로 반응할 소지가 있으며, 방어적이지 않게 반응하더라도 피험자의 통찰 수준에 의존해야 한다는 단점이 있음을 주지해야 한다. Cassidy와 Kobak(1988)은 이에 대해 경고하면서, 특히 회피형 애착 집단의 경우 자신이나 부모의 유형에 대해 이상화된 반응을 하는 경향이 있다는 증거를 보였다. 이를 보완하기 위해 면접법을 사용할 경우 피험자의 방어나 통찰 수준의 영향은 덜 받을 수 있지만, 이 역시 많은 시간과 비용이 소요되며, 면접자의 숙련도나 주관적 편향에 의해 결과가 영향 받을 수 있다는 단점이 있다. 각각의 단점을 보완할 수 있는 보다 효율적인 측정 방식을 개발할 필요가 있다.

참고문헌

고은정 (1996). 애착 유형에 따른 자아 탄력성과 사회적 지지가 우울에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.

길동환 (1993). 자녀가 지각한 부모의 양육태도가 자아개념과 학업성취에 미치는 영향. 충남대학교 대학원 석사학위 논문.

김광웅, 조미영 (1999). 가정의 경제적 불안, 부모의 우울, 아동의 사회적지지 지각이 아동의 행동문제에 미치는 영향. 아동연구, 13

김기정 (1984). 학업성취와 지각된 양육태도가 자아개념에 미치는 영향. 중앙대학교 대학원 석사학위 논문.

김동직, 한성열 (1997). 한국 대학생의 애착 유형 분포와 대인 관계 특성. 한국심리학회지. 11(2), 91-110.

김민동 (2003). 애착유형과 자기개념 우우 및 불안과의 관련성. 성신여자대학교 대학원 석사학위 논문.

김선희, 오경자, 박중규, 이은정 (2001). 애착 유형

에 따른 심리적 특성-인지적 변인을 중심으로- 한국심리학회지: 임상, 29(1), 105-119.

김정호, 조용래, 이민규 (2000). 사회불안과 우울의 자기개념에 대한 비교. 한국심리학회지: 임상, 19(1), 1-6.

박은경 (1993). 애착 유형이 자존감 및 대인관계에 미치는 영향. 이화여자대학교 석사학위 논문.

소희영, 김현리 (1986). 수술환자의 불안, 성격, 가족지지에 관한 조사연구. 충남의대잡지, 13(2).

오가혜 (2001). 수줍음과 우울에 대한 관계지향성과 사회적 지지의 매개효과. 고려대학교 대학원 석사학위 논문.

오성심, 이종승 1982). 부모의 양육방식에 대한 아동의 지각과 정의적 특성의 관계. 한국행동과학연구소 연구 노트, 11(1), 1-15.

원호택, 송종용 (1988). 스트레스 상황에서 사회적 지지가 성취과제의 수행과 불안에 미치는 영향. 한국심리학회지 : 임상, 7(1), 271-283.

이시형 (1993). 대인공포증. 서울: 일조각

이영자 (1996). 스트레스, 사회적지지, 자아 존중감과 우울 및 불안과의 관계. 서울여자대학교 박사학위 논문.

이정윤 (1996). 사회불안증에 대한 인지행동치료와 노출치료의 효과연구. 연세대학교 대학원 박사학위 논문.

이정윤, 조영아 (2001). 사회공포증과 완벽주의의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 13(2), 93-104.

이지윤 (2000). 자녀가 지각한 어머니의 양육태도와 애착 및 사회성간의 관계. 서강대학교 대학원 석사학위논문.

이훈진, 원호택 (1995). 편집증적 경향, 자기 개념, 자의식간의 관계에 대한 탐색적 연구. 한국심리학회편 연차학술발표논문집, 277-290.

임지은 (2003). 아동의 부모에 대한 애착과 대인불안의 관계. 인하대학교 대학원 석사학위논문.

임진영, 장재숙 (2003). 어머니의 양육태도와 아동의 자아개념이 아동의 대인관계에 주는 영향: 종단적 분석. 초등교육연구, 16(1), 379-399.

장휘숙 (1997). 애착과 희망의 관계에서 자아상과 자아존중감의 중재역할. 인간발달연구.

장휘숙 (1998). 애착과 정신증의 관계에서 자기관련적 변인의 중재역할. 한국심리학회지 : 발달, 11, 110-121.

정민현 (2003). 애착유형, 스트레스 대처 방식과 대인불안의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 논문.

조용래 (1998). 역기능적 신념과 부적응적인 자동적 사고가 사회공포증상에 미치는 영향. 서울대학교 대학원 박사학위논문.

조용래, 원호택 (1997). 대인불안에 대한 인지적 평가: 사회적 상호작용에 대한 자기효능감 척도의 개발과 타당도에 관한 연구. 심리학의 연구문제, 4, 397-434.

허묘연, 오강섭, 이시형 (1998). 사회공포증과 관련된 양육태도검사의 개발연구. 소아, 청소년 정신의학, 9, 19-208.

Ainsworth, M. D. S. (1967). *Infancy in Uganda; Infant care and the growth of love.* Baltimore: John Hopkins University Press.

Ainsworth, M. D. S. (1973). The development of infant-mother attachment. In B. Caldwell & H. Ricciuiti(Ed.), *Review of Child Development Research. 4,* Chicago: University of Chicago Press, 1-94.

Ainsworth, M. D. S., Blehar, M., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of Attachment,* Hillsdale,

NJ: Erlbaum.

Allaman, J. D., Joyce, C. S., & Crandall, V. C. (1972). The antecedents of social desirability response tendency of children and young adults. *Child Development. 43(4),* 1135-60.

Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationships to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence. 16(5),* 427-454.

Arrindell, W. A., Emmelkamp, P. M. G., Monsma, A., & Brillman, E. L. S. (1983). The role of perceived parental rearing practices in the ethology of phobic disorders: a controlled study. *British Journal of Psychiatry. 143,* 183-187.

Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review. 84,* 191-215.

Bartholomew, K. (1990). *Attachment style in young adults: Implication of self-concept and interpersonal functioning*. unpublished doctoral dissertation, Stanford University.

Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology. 61,* 226-244.

Baumrind, D. (1967). Child care practices anteceding three patterns of preschool behavior. *General Psychological Monograph. 75(1),* 43-88.

Beck, A. T., Emery, G., & Greenberg, R. L. (1985). *Anxiety disorders and phobias: A cognitive perspective.* New York: Basic books.

Bell, N. J., Avery, A. V., Jekins, D., Feld, J., & Schoenrock, C. J. (1985). Family relationships and social competence during late adolescence. *Journal of Youth and Adolescence. 14,* 109-115.

Berscheid, E. (1994). Interpersonal relationships. *Annual Review of Psychology. 45,* 79-129.

Billing, A. G., & Moos, R. H. (1981). The role of coping responses and social resources in attenuating the stress of life events. *Journal of Behavioral Medicine. 4,* 139-157.

Bowlby, J. (1969). *Attachment and Loss, Vol. 1, Attachment* (2nd ed.). New York: I. Basic Books.

Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss, Vol. 2. Separation, anxiety, and anger.* New York: Basic Books.

Bowlby, J. (1977). The Making and Breaking of Affectional Bonds. *British Journal of Psychiatry. 130,* 421-431.

Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss, Vol. 3, Loss: Sadness and depression.* London : Hogarth Press

Buelow, G., McClain, M., & McIntosh, I. (1996). A new measure for an important construct: The attachment and object relations inventory. *Journal of Personality Assessment. 66,* 604-623.

Campos, J. J., Barret, K., Lamb, M. E., Goldsmith, H. H., & Sternberg, C. (1983). Socioemotional development. In M. M. Haith & J. J. Campos. Eds. *Handbook of child psychology: Vol.2. Infancy and psychology.* New York. Wiley.

Cassidy, J. (1988). Child-mother attachment and the self in six-year-olds. *Child Development. 59,* 121-134.

Cassidy, J., & Kobak, R. (1988). Avoidance and its relation to other defensive processes. In J. Belsky & T. Nezworski (Eds.), *Clinical implications of attachment* (pp. 300-323). Hillsdale, NJ:

Lawrence Erlbaum Associates.

Chambless, D. L. (1985). The relationship of severity of agoraphobia to associated psychopathology. *Behav Res The. 23,* 305-310.

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Leibowitz, D. A. Hope, & F.R. Schineier(Eds.). *Social Phobia: Diagnosis, Assessment, & Treatment* (69-73). New York: Guilford Press.

Collins, N. L., & Feeney, B. C. (2000). A Safe Heaven: An attachment theory perspective on seeking and caregiving in adult romantic relationships. *Journal of Personality and Social Psychology. 78,* 1053-1073.

Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology. 58,* 644-663.

Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology. 28,* 474-483.

Coopersmith, S. (1981). *The antecedents of self-esteem* (2nd ed.). Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.

Dozier, M. (1990). Attachment Organization and Treatment Use for Adult with Serious Psychopathological Disorders. *Developmental and Psychopathology. 2,* 47-60.

Edelman, R. J. (1985). Dealing with socially embarrassing events: Socially anxious and non-socially anxious groups compared. *British Journal of Clinical Psychology. 24,* 281-288.

Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment style as a predictor of adult romantic relationships. *Journal of personality and Social Psychology 58,* 281-291.

Fox, N. A. (1995). Of the way we were: Adult memories about attachment experiences and their role in determining infant-parent relationships: A commentary on van IJzendoom. *Psychological Bulletin. 117,* 404-410.

Glass, C. R., & Furlong, M. (1990). Cognitive assessment of social anxiety: Affective and behavioral correlates. *Cognitive Therapy and Research. 14(4),* 365-384.

Halverson, C. F., Jr. (1988). Remembering your parents: Reflections on the retrospective methods. *Journal of Personality. 56,* 435-443.

Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality & Social Psychology. 52,* 511-524.

Holahan, C. J., & Moos, R. H. (1987). Personality and contextual determinants of coping strategy. *Journal of Personality and Social Psychology. 52,* 946-955.

Kiesler, D. J. (1996). *Contemporary interpersonal theory and research: Personality, psychopathology, and psychotherapy.* New York: John Wiley & Sons.

Kobak, R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affective regulation, and representation of self and others. *Child Development. 59,* 135-146.

Kobasa, S. C., Maddi, S. R., & Khan, S. (1982). Hardiness and health: A prospective study. *Journal of Personality and Social Psychology. 42,* 168-172.

Lanier, J. G. (1996). *Attachment style, social support, and psychological adjustment among the elderly.* University of Southern Mississippi Ph

Dissertation.

Leary, M. R., & Kowalski, R. M. (1995). *Social anxiety.* New York: Guilford Press.

Matsuo, N., & Arai, K. (1998). Relationship among social anxiousness, public self-consciousness, and social self-efficacy in children. *Japanese Journal of Educational Psychology. 46,* 21-30.

Mikulincer, M. (1998). Adult attachment styles and affect regulation: Strategic variations in self-appraisal. *Journal of Personality and Social Psychology. 75(2),* 420-435.

Mikulincer, M., Florian, V., & Weller, A. (1993). Attachment styles, coping strategies, and post-traumatic psychological distress: The impact of the Gulf War in Israel. *Journal of Personality and Social Psychology. 64,* 817-826.

Muris, P. (2002). Relationship between self-efficacy and symptoms of anxiety disorders and depression in a normal adolescent sample. *Personality and Individual Differences. 32,* 337-348.

Nancy, S., Weinfield, L., Sroufe, A., & Egeland, B. (2000). Attachment from Infancy to Early Adulthood in a High Risk Sample: Continuity, Discontinuity, and Their Correlates. *Child Development. 71,* 695.

Nemeroff, R. K. (1999). *Stress, Social, and psychological distress in late life: The moderating effects of perceived control and attachment.* Columbia University Ph Dissertation.

Roberts, J. E., Gotlib, I. H., & Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology. 70(2),* 310-320.

Smith, T. W., Ingram, R. E., & Brehm, S. S. (1983). Social aniety, anxious self-preoccupation, and recall of self-relevant information. *Journal of Personality and Social Psychology. 44,* 1276-1283.

Smith, T. W., Ingram, R. E., & Brehm, S. S. (1983). Social anxiety, anxious self-preoccupation, and recall of self-relevant information. *Journal of Personality and Social Psychology. 44,* 1276-1283.

Sroufe, L. A. (1996). *Emotional Development.* New York: Cambridge University Press.

Turner, S. M., Beidel, D. C., & Cooley-Quille, M. R. (1995). Two year follow-up of social phobics treated with Social effectiveness therapy. *Behavior Research and Therapy. 33,* 553-556.

Vaughn, B., Egeland, B., Sroufe, L. A., & Waters, E. (1979). Individual differences in infant-mother attachment at twelve and eighteen months: stability and change family under stress. *Child Development. 50(4),* 971-5.

Vaux, A., & Harrison, D. (1985). Support network characteristics associated with support satisfaction and perceived support. *American Journal of Community Psychology. 13,* 245-268.

Warren, S. L., Huston, L., Egeland, B., & Sroufe, L. A. (1997). Child and adolescent anxiety disorders and early attachment. *Journal of American Academy of Child and Adolescent Psychiatry. 36(5),* 637-44.

Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology. 33,* 448-457.

원고접수일 : 2003. 11. 25
게재결정일 : 2004. 11. 8

한국심리학회지 : 임 상
The Korean Journal of Clinical Psychology
2004. Vol. 23, No. 4, 949-968

The Relationships among Adult Attachment Styles, Social Anxiety, Self-concept, Self-efficacy, Coping Strategy, and Social Support

Shin, No Ra
Department of Clinical Psychology
Kangnam St. Mary's Hospital

Ahn, Chang Yil
Department of Psychology
Korea University

The purpose of this study is to examine the relationships among adult attachment styles, social anxiety, perceptions of self-concept, self-efficacy, coping style, and social support. The subject of this study was 291 female and 230 male college students. Revised Adult Attachment Scale(RAAS), Social Avoidance and Distress Scale(SAD), Self-concept Scale, Self-efficacy Scale, Coping Style Scale, and Social Support Scale were used. The relationships between attachment styles and social anxiety show that participants of avoidant attachment were the most socially anxious ones, and participants of ambivalent attachment were less socially anxious than the ones of avoidant attachment but more socially anxious than the ones of secure attachment. The relationships between attachment styles and self-concept show that the participants of secure attachment perceived higher level of self-concept than participants of avoidant and ambivalent. The relationships between attachment styles and active-cognitive coping style show that the participants of secure and ambivalent attachment use more frequently active-cognitive coping style than the participants of avoidant attachment. The relationships between attachment styles and avoidance coping style show that the participants of ambivalent attachment use more frequently avoidance coping style than the participants of secure attachment. The relationships between attachment styles and social support show that the participants of secure attachment perceived higher level of social support than participants of avoidant and ambivalent attachment. To determine the relative contributions of variables to explaining social anxiety, stepwise multiple regression was conducted in each attachment group. In secure attachment group, it was demonstrated that social self-concept, self-efficacy, and active-cognitive coping style explained 59.3% of variance of social anxiety. In ambivalent group, social self-concept, self-efficacy, and personal self-concept explained 52.7% of variance of social anxiety. In avoidant group, social self-concept, physical self-concept, and home-parent self-concept explained 79.7% of variance of social anxiety.

Keyword : adult attachment style, social anxiety, self-concept, self-efficacy, coping style, social support