

## 불안애착과 회피애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 우울경험양식의 매개효과

박 영 주\*

이 영 호

가톨릭대학교 심리학과

본 연구는 불안애착과 회피애착이 대인관계문제에 영향을 미치는 과정에서 우울경험양식이 매개 역할을 하는지를 검증하고자, 대학생 455명을 대상으로 성인기 낭만적 애착척도(ECR), 우울 경험 질문지(DEQ), 대인관계 문제 원형 척도(IIP-C)를 실시하였다. 연구결과, 불안애착은 의존적 우울경험양식의 매개를 거쳐 비주장성, 피착취성, 현신성, 간섭성 영역인 의존적 대인관계문제에 영향을 주었다. 뿐만 아니라 불안애착은 의존적 우울경험양식의 매개 없이 의존적 대인관계문제에 직접적으로 영향을 미쳤고, 부가적으로 자기비판적 우울양식과 독립적 대인관계문제에도 영향을 미쳤다. 그리고 회피애착은 자기비판적 우울경험양식의 매개를 거쳐 지배성, 적의성, 냉담성, 회피성 영역인 독립적 대인관계문제에 영향을 미쳤고, 자기비판적 우울양식의 매개 없이도 독립적 대인관계문제에 직접적인 영향을 미쳤다. 즉, 회피애착보다 불안애착이 우울경험양식과 대인관계문제에 대해 폭넓은 설명력을 가지는 것을 알 수 있었다. 또한 추가적으로 자기비판적 우울경험양식은 독립적 대인관계문제 뿐만 아니라 의존적 대인관계문제에도 영향을 주는 것으로 나타났으며, 의존적 우울양식은 의존적 대인관계문제 뿐만 아니라 독립적 대인관계문제에도 영향을 주는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 토대로 애착이 우울경험양식과 대인관계문제에 미치는 영향과 과정을 논의하였다. 또한 본 연구의 임상적 함의와 제한점, 후속 연구의 필요성이 논의되었다.

주요어 : 회피애착, 불안애착, 우울경험양식, 대인관계문제

\* 교신저자(Corresponding Author) : 박영주 / 가톨릭대학교 심리학과 / E-mail : labum33@paran.com

정신장애는 만족스러운 대인관계를 어렵게 만들기 때문에 최근 들어 대인관계 문제와 정신장애를 관련시키는 연구들이 늘고 있다. 우울증이나 불안장애처럼 정신장애를 호소하는 경우 사실상 어려움의 구체적인 내용은 대인관계문제와 밀접한 관련을 맺고 있는 경우가 많으며, 성격장애도 대인관계로 인한 어려움을 주된 호소로 하여 치료자를 찾는 경우가 많다. 기존 연구에서도 우울한 사람들은 높은 빈도의 대인관계 갈등 사건을 보고하며, 다른 사람과의 상호작용에 흥미가 적다고 하였다 (Barnett & Gotlib, 1988; Blatt & Zuroff, 1992; Hammen, Burge, Daley, Davila, Paley, & Rudolph, 1995). 국내에서도 최근 우울증과 대인관계문제 영역간의 관련성을 다루는 연구(김은정, 권정혜, 1998; 오현주, 1997; 이정희, 심혜숙, 2007)가 있었고, 대인관계에 지나치게 몰입하는 집단이 우울증상의 수준이 가장 높은 것으로 나타났다.

Blatt(1974)는 자기 평가와 관련된 우울증과 대인관계와 관련된 우울증을 구분했다. 그는 우울증의 증상보다는 주관적인 경험에 초점을 맞추었으며, 특정 조건하에서 사람을 우울하게 만드는 개인적 취약성 요인을 강조하였다. Blatt은 우울증에 작용하는 개인차 변인으로 지지와 만족을 위해 타인에게 의존하는 유형(analitic type)과 강한 열등감, 죄책감, 무가치감 등이 특징인 내사적 유형(introjective type)을 구분하였다. 이것은 이후 우울하게 만드는 사건이나 경험에 따라 우울한 사람에게 의존 혹은 죄책감 중 어느 것이 더 우세하게 작용하는지에 따라 ‘자기비판적 우울(self-critical depression)’과 ‘의존적 우울(dependent depression)’로 명칭이 바뀐다. 여기서 Blatt이 분류한 우울 경험의 두 요인은 기분상태를 의미하기도 하

며, 우울증상을 유발하는 특정 유형의 성격구조를 의미하기도 한다. 예를 들어 ‘의존적 우울’은 특정 유형의 기분과 그런 기분에 빠지기 쉬운 성격구조 모두를 의미한다. 그러므로 우울경험양식은 우울경험에 대한 개인의 취약성을 나타낸다고 할 수 있다(김순진, 1988). 이런 맥락에서 최근 우울경험양식(depressive experience styles: 이하 우울양식으로 약함)과 대인관계문제의 관련성에 대한 연구가 있어왔다 (Robert, Gotlib, & Kassel, 1996). 이들은 우울한 사람들이 경험하는 개인적 취약성과 역기능적인 대인관계가 우울증에 중요한 역할을 한다고 주장한다.

최근 우울증에 대한 인지적-대인관계적 접근에서는 애착관계의 발달이 역기능적인 인지 발달에 영향을 미친다는 것에 초점을 맞추고 있다(Whisman & McGarvey, 1995). 애착이론에 따르면, 개인은 양육자와의 초기 대인관계 경험을 통해 자기개념과 세상에 대한 관점 및 정신 표상을 갖게 되고(Ainsworth, Belchar, Waters, & Wall, 1978; Bowlby, 1988), 이를 기반으로 대인관계 패턴을 결정하는 내적 작동 모델(internal working model)을 형성한다(Hammen et al., 1995). 내적 작동 모델이란, 개인이 대인관계에서 자기 및 타인에 대한 도식 또는 인지적 표상을 지니고 있다는 것이며, 이것이 자신에 대한 지각과 외부세계에 대한 반응유형에 영향을 미친다는 것이다. Carnelley 등(1994)은 불안정한 내적 작동 모델이 우울을 경험하는 취약성으로 작용할 수 있는데, 우울한 사람들은 부모와의 초기 경험에서 자기 자신과 타인에 대한 부정적인 도식을 형성하고, 이것이 우울을 경험하는 취약성을 증가시킨다고 보았다. Blatt(1976)에 따르면, 의존적 우울양식은 박탈적이고, 거부적이며, 비밀관적이고

예측 불가능하며 과도하게 개입하는 부모상에서 비롯된 것으로 보고, 자기비판적 우울양식은 통제하고, 간섭하며, 과도하게 비판적이고 처벌적인 부모상에서 비롯된다고 한다.

본 연구에서 관심을 가지는 것은 개인의 우울양식과 대인관계문제에 영향을 주었을 것으로 가정되는 애착유형이다. 애착연구의 초기에는 애착이 영아와 양육자 사이의 정서적 유대관계만을 의미하였으나, 최근에 와서는 영아기에 형성된 애착의 질적 특성이 전 생애동안 지속되며, 성인기에도 어머니와의 어떤 사람과도 형성할 수 있는 정서적 유대로 인식된다(장휘숙, 1997). Bowlby(1973, 1988)는 우울증에 걸리기 쉬운 소질을 불안애착과 회피애착으로 구분하였다. 불안애착은 끊임없이 대인 접촉을 원하며 타인에게 과도하게 의존적이고, 대인관계에서 불안해하고, 타인에게 거부당하는 두려움이 심하여 중요한 타인에게 수동적인 적대감을 보인다. 또한 회피애착인 사람은 타인과의 거리를 유지하고, 대인관계에 깊이 개입하거나 관계맺기를 피한다. 이전 연구(Carnelley et al., 1994)에서 불안애착은 의존적이고 몰두적인 대인관계 취약성과, 회피애착은 성공, 실패, 비난에 반응적인 자기평가적 취약성과 관련이 있었다. 즉, 불안애착의 사람들은 의존적인 우울경험에 취약하며, 대인관계에서 상실, 방임, 거부의 경험에 민감하고, 회피애착의 사람들은 자기비판적인 우울경험에 취약하며, 실패경험, 비난, 비웃음의 경험에 민감하다. 또 다른 연구(Brennan, Clark, & Shaver, 1998; Fraley & Shaver, 2000)에서 불안애착은 유기, 공포, 거부, 상실과 관련된 예민성과 관련이 있었고, 회피애착은 친밀함을 가지고 가까워지고 의지하게 되는 것과 관련이 있었다. 이러한 연구 결과를 토대로, 불안애착과

회피애착이 각각 Blatt, D'Afflitti 및 Quinlan (1976)이 제안한 의존적 우울양식 및 자기비판적 우울양식과 차별적으로 관련될 것이라 예측해 볼 수 있다.

애착유형에 따라 우울양식에 차이가 있다면 그 취약성에 따라 경험하게 될 대인관계문제도 다르게 나타날 수 있을 것이다. 자기비판적 우울양식을 가진 사람들은 의존적인 방식의 대인관계보다는 독립적인 방식의 대인관계양상을 보일 가능성이 높다. 따라서 이들은 지배성, 적의성, 냉담성, 그리고 회피성 등의 영역의 문제, 즉 독립적 대인관계문제를 경험할 가능성이 높다. 한편, 의존적 우울양식을 가진 사람들은 의존적인 방식으로 대인관계를 추구할 가능성이 높으며, 비주장성, 피착취성, 현신성, 간섭성 등의 영역의 문제, 즉 의존적 대인관계문제를 나타낼 가능성이 높다.

본 연구에서는 애착이 대인관계문제에 영향을 미치는 과정에서 우울양식이 매개 변인으로 작용하는지를 검증하고자 한다. 이를 위해 Blatt 등(1976)의 우울양식을 사용하여 개인이 경험하는 우울을 자기비판적인 차원과 의존적인 차원으로 나누어, 각각의 우울양식이 애착과 주로 보이는 대인관계문제의 관계를 어떻게 매개하는지 확인하고자 한다. 구체적으로 애착을 불안애착과 회피애착으로 구분하여, 각각 의존적 대인관계문제와 독립적 대인관계문제에 영향을 미칠 것으로 가정하고, 이들 관계에 매개하는 요인으로서 의존적인 우울양식과 자기비판적인 우울양식의 영향을 검증해 보는 것이다. 다음과 같은 두 가지의 가설을 세워, 경로분석을 통해 매개모형을 검증하고자 한다.

**가설 1.** 회피애착은 자기비판적 우울양식의 매개를 거쳐 독립적 대인관계문제를 설명할

것이다.

**가설 2.** 불안애착은 의존적 우울양식의 매개를 거쳐 의존적 대인관계문제를 설명할 것이다.

## 방 법

### 연구대상

C대학교에 재학 중인 학부생 478명을 대상으로 질문지를 실시하였고, 무성의한 응답 및 일부 자료의 생략으로 인해 455명의 자료가 분석에 사용되었다. 이 중 남자는 114명(25.1%), 여자는 341(74.9%)명이며, 평균 연령은 23세(표준편차=7.81)였다.

### 측정도구

#### 성인기 낭만적 애착척도(ECR)

애착을 전 생애를 통해 계속적으로 기능하는 관계형성의 기본체계로 보고, 성인이 지니고 있는 애착 양식을 측정하기 위해 Brennan과 Shaver(1998)가 개발하고 정태연, 최상진, 강진경(2000)이 번안한 성인기 낭만적 애착척도(Experiences in Close Relationships Scales: ECR)를 사용하였다. 이 척도는 성인기 애착을 회피와 불안 두 차원으로 구분하여 측정하며, 각 차원 당 18문항씩 총 36문항으로 구성되어 있고, 7점 척도로 되어 있다. 본 연구에서 불안 차원, 회피 차원 및 전체 척도의 내적합치도 계수(Cronbach'  $\alpha$ )는 각각 .88, .82, .86이었다.

#### 대인관계문제 원형 척도(IIP-C)

대인관계문제 영역을 평가하기 위하여 대인

관계문제 원형 척도(Inventory of Interpersonal Problems-Circumplex Scales: IIP-C; Alden, Wiggins, & Pincus, 1990)를 사용하였다. IIP-C는 Horowitz, Rosenberg, Baer, Ureno 및 Villasenor (1988)가 Leary의 대인관계이론에 근거하여 개발한 127 문항의 척도를 Alden 등(1990)이 통계적 절차를 통해 8개의 하위차원으로 구성된 총 64문항을 재구성한 것이다. 본 연구에서는 임혜진(1996)이 번안한 척도를 사용하였다. 대인관계 문제들은 통제와 친밀의 두 축을 중심으로 지배성, 적의성, 냉담성, 회피성, 비주장성, 비착취성, 현신성, 간접성의 하위 영역으로 구분되며, 각 하위 차원마다 8개의 문항으로 구성되어 있고, 5점 척도이다. 본 연구에서는 최대우도법과 사각회전을 사용한 요인분석을 통해 두 개의 요인을 추출하였다. 8개의 하위 영역 중 피착취성, 비주장성, 현신성, 회피성은 '의존적 대인관계문제'로 명명하고, 간접성, 냉담성, 적의성, 지배성은 '독립적 대인관계문제'로 명명하였다. 본 연구에서 IIP-C 전체 척도의 내적 합치도 계수(Cronbach'  $\alpha$ )는 .96이었고 의존적 대인관계문제 요인과 독립적 대인관계문제 요인의 내적 합치도는 각각 .94, .93이었다. 8개의 하위 영역의 내적 합치도 계수는 순서대로 .83, .82, .86, .88, .88, .82, .75, .81이었다.

#### 우울 경험 질문지(DEQ)

우울양식을 평가하기 위하여 Blatt 등(1976)이 개발하고 조재임(1996)이 번안한 우울 경험 질문지(Depression Experiences Questionnaire: DEQ)를 사용하였다. 질문지는 총 66문항으로 구성되어 있고, 7점 척도이며, 자기비판성, 의존성 및 자기 효능감 등 세 요인으로 나누어 측정하도록 되어 있다. 채점은 조재임(1996)이 Blatt

의 채점 프로그램을 이용해 한국 대학생의 기준에 맞게 수정한 표준화된 요인점수를 이용하여 컴퓨터 프로그램으로 계산하였다. 조재임(1996)의 우울경험질문지 타당화 연구에서는 대학생 피험자의 경우  $\alpha$ 계수는 .84(자기비판성 요인), .82(의존성 요인), .78(자기 효능감 요인)이었으며, 임상집단의 경우  $\alpha$ 계수는 각각 .81, .68, .79이었다. 본 연구에서 요인별  $\alpha$ 계수는 각각 .89, .85, .64로 나타났으며, 자료 분석에는 자기비판성 요인 점수와 의존성 요인 점수만을 사용하였다.

#### 연구 절차 및 자료 분석 방법

연구 대상자들에게 질문지가 묶여진 소책자를 나눠주고 답하도록 하였다. 수집된 자료는 상관분석과 경로분석을 사용하여 분석하였다. 경로분석을 위해 AMOS(Analysis of Moment Structure) 4.0을 이용하였고, 그 외 통계분석은 SPSS 15.0을 사용하였다.

## 결 과

### 각 변인들 간의 상관관계 분석

불안애착, 회피애착, 자기비판적 우울양식, 의존적 우울양식, 독립적 대인관계문제, 의존적 대인관계문제 사이의 상관을 알아보기 위한 상관분석 결과를 표 1에 제시하였다. 불안애착은 자기비판적 우울양식( $r=.63$ ), 의존적 우울양식( $r=.28$ ), 독립적 대인관계문제( $r=.42$ ), 의존적 대인관계문제( $r=.55$ ) 모두와  $p<.01$  수준에서 유의미한 상관이 있는 것으로 나타났다. 회피애착은 자기비판적 우울양식( $r=.28$ )과 독립적 대인관계문제( $r=.45$ )와는  $p<.01$  수준에서 유의미한 상관을 보였고, 의존적 우울양식( $r=.12$ ) 및 의존적 대인관계문제( $r=.11$ )와는  $p<.05$  수준에서 유의미한 상관이 있는 것으로 나타났다.

표 1. 각 변인 간 상관계수와 각 변인의 평균 및 표준편차

	1	2	3	4	5	6
불안애착	1.00					
회피애착	.18**	1.00				
자기비판적 우울양식	.63**	.28**	1.00			
의존적 우울양식	.28**	.12*	.20**	1.00		
독립적 대인관계문제	.42**	.45**	.47**	.25**	1.00	
의존적 대인관계문제	.55**	.11*	.52**	.28**	.61**	1.00
평균	4.74	4.25	-0.11	-0.63	6.42	8.98
표준편차	0.87	0.73	0.84	0.52	4.57	4.80

\*  $p < .05$ , \*\*  $p < .01$

1. 불안애착 2. 회피애착 3. 자기비판적 우울양식 4. 의존적 우울양식 5. 독립적 대인관계문제 6. 의존적 대인관계문제

애착, 우울양식, 대인관계문제 간의 경로 모형 검증

애착유형이 우울양식의 매개를 거쳐 대인관계문제를 설명하는 모형을 검증하기 위해 경로분석을 실시하였다. 변인 간 모든 경로를 포함시키고, 불안애착-회피애착의 잔차 간 상관과 독립적 대인관계문제-의존적 대인관계문제의 잔차간 상관을 포함시킨 모형의 적합도가 적절하였다,  $\chi^2(1, N=455) = 0.17, p=.68$ ; CFI = 1.00; TLI = 1.01; RMSEA = .00(.00 ~ .09). 각 경로의 직접효과와 간접효과의 표준화 계수가 표 2에 제시되어 있으며, 각 경로의 경로계수가 그림 1에 제시되어 있다.

그림 1에 나타난 바와 같이 회피애착에서 자기비판적 우울양식으로 가는 경로계수가 유의미하였으며( $\beta = .18, p<.001$ ), 자기비판적 우

울양식에서 독립적 대인관계문제로 가는 경로계수도 유의미하였다( $\beta = .25, p<.001$ ). 한편 회피애착에서 독립적 대인관계문제로 가는 직접효과의 경로계수도 유의미하였다( $\beta = .34, p<.001$ ). 이러한 결과는 회피애착이 독립적 대인관계문제를 설명하는 과정에서 자기비판적 우울양식이 부분 매개 효과를 보인 것으로, 가설 1이 지지되었다.

그림 1에 나타난 바와 같이 불안애착에서 의존적 우울양식으로 가는 경로계수가 유의미하였으며( $\beta = .27, p<.001$ ), 의존적 우울양식에서 의존적 대인관계문제로 가는 경로계수도 유의미하였다( $\beta = .13, p<.01$ ). 한편 불안애착에서 의존적 대인관계문제로 가는 직접효과의 경로계수도 유의미하였다( $\beta = .33, p<.001$ ). 이러한 결과는 불안애착이 의존적 대인관계문제를 설명하는 과정에서 의존적 우울양식이 부

표 2. 각 경로의 직접효과와 간접효과의 표준화 계수

독립변인	매개변인	종속변인	직접효과	간접효과
회피애착 →		독립적 대인관계문제	.34***	
회피애착 →	자기비판적 우울양식 →	독립적 대인관계문제		.05
회피애착 →	의존적 우울양식 →	독립적 대인관계문제		.01
회피애착 →		의존적 대인관계문제	-.05	
회피애착 →	자기비판적 우울양식 →	의존적 대인관계문제		.05
회피애착 →	의존적 우울양식 →	의존적 대인관계문제		.01
불안애착 →		독립적 대인관계문제	.17**	
불안애착 →	자기비판적 우울양식 →	독립적 대인관계문제		.15**
불안애착 →	의존적 우울양식 →	독립적 대인관계문제		.03
불안애착 →		의존적 대인관계문제	.33***	
불안애착 →	자기비판적 우울양식 →	의존적 대인관계문제		.18**
불안애착 →	의존적 우울양식 →	의존적 대인관계문제		.04

\*\*  $p < .01$ , \*\*\*  $p < .001$

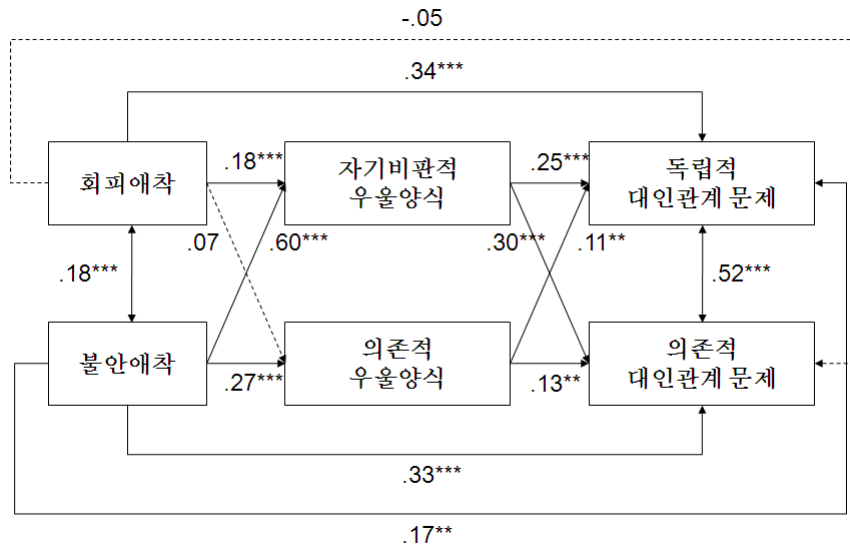


그림 1. 애착유형, 우울양식, 대인관계문제에 대한 경로분석 결과

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

분 매개 효과를 보인 것으로, 가설 2가 지지되었다.

본 연구에서 가정한 매개 경로 외에도 유의미한 네 가지 경로들이 추가적으로 나타났다. 그림 1에 나타난 바와 같이, 불안애착에서 자기비판적 우울양식으로 가는 경로계수( $\beta = .60, p < .001$ ), 자기비판적 우울양식에서 의존적 대인관계문제로 가는 경로계수( $\beta = .30, p < .001$ ), 의존적 우울양식에서 독립적 대인관계문제로 가는 경로계수( $\beta = .11, p < .01$ ), 그리고 불안애착에서 독립적 대인관계문제로 가는 직접효과의 경로계수가( $\beta = .17, p < .01$ ) 각각 유의미하였다. 이러한 결과는 다음과 같이 해석될 수 있다. 첫째, 독립적 대인관계문제가 회피애착의 직접 효과와 회피애착-자기비판적 우울양식-독립적 대인관계문제의 매개경로를 거친 간접 효과뿐 아니라, 불안애착의 직접 효과에 의해서도 유의미하게 설명이 된다. 둘

째, 의존적 대인관계문제가 불안애착의 직접 효과와 불안애착-의존적 우울양식-의존적 대인관계문제의 매개경로를 거친 간접 효과뿐 아니라, 불안애착-자기비판적 우울양식-의존적 대인관계문제의 매개경로를 거친 간접 효과에 의해서도 유의미하게 설명이 된다.

## 논 의

본 연구는 개인의 대인관계문제 및 우울양식과 특정 애착 유형과의 관련성을 알아보고자 하였다. 이는 기존의 연구들을 통해 밝혀진 바와 같이 특정 조건하에서 사람을 우울하게 만드는 개인적 취약성 요인을 강조하는 우울양식과 대인관계 장면에서 보이는 역기능적인 문제를 이해하여 우울증의 악화를 예방하는데 중요한 정보로 사용될 수 있을 것이다.

본 연구 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 회피애착과 독립적 대인관계문제간의 관계에서 자기비판적 우울양식이 매개 요인의 역할을 하는 것으로 나타났다. 또한 불안애착과 의존적 대인관계문제간의 관계에서는 의존적 우울양식이 매개 요인의 역할을 하는 것으로 나타났다. 둘째, 회피애착은 자기비판적 우울양식의 매개 효과를 거치지 않고서도 독립적 대인관계문제에 직접적인 효과를 보였고, 불안애착도 의존적 우울양식의 매개 효과를 거치지 않고서 의존적 대인관계문제에 직접 효과를 미쳤다. 뿐만 아니라 불안애착은 독립적 대인관계문제에도 직접적인 영향을 미쳤다. 셋째, 불안애착은 의존적 우울양식 뿐만 아니라 자기비판적 우울양식에도 영향을 미치며, 자기비판적 우울양식은 독립적 대인관계문제 뿐만 아니라 의존적 대인관계문제에도 영향을 미치고, 의존적 우울양식은 의존적 대인관계문제 뿐만 아니라 독립적 대인관계문제에도 영향을 미쳤다.

이와 같은 결과는 회피애착과 불안애착이 우울양식이나 대인관계문제에서 다른 방식으로 역할을 한다는 점을 의미한다. 즉, 회피애착은 자기비판적 우울양식과 독립적 대인관계문제에만 특징적으로 작용을 하는 반면, 불안애착은 모든 우울양식과 모든 대인관계문제에 영향을 미치는 바, 광범위한 영향력을 나타내고 있다고 볼 수 있다. 본 연구 결과, 불안애착의 수준이 높은 개인은 대인관계 장면에서 자기주장을 하지 않음으로써 거부당할 위협으로부터 안전을 유지함과 동시에 타인에게 거부당하지 않기 위해 상대방을 과잉 통제하려는 대인관계문제를 보임으로써 관계적 어려움을 경험하고, 우울을 반복하는 것으로 판단된다. 즉, 관계 장면에서 타인을 과도하게 신뢰

하고, 자신의 감정을 감추며, 사회적 불안을 표현하지 못해서 겪는 어려움뿐만 아니라 타인에 대한 분노 및 적의와 관련된 어려움도 함께 경험하고 있는 것으로 보인다. 한편, 회피애착의 수준이 높은 개인은 자기주장을 거의 하지 않음으로써 평가와 비난으로부터 자신을 보호하고 안정을 유지하려 하는 것으로 보인다. 이것은 애착 유형에 따라 개인은 스트레스에 서로 다른 정서 반응을 보인다는 기존 연구(Mikulincer & Orbach, 1995; Shaver & Hazan, 1993; Mikulincer & Shaver, 2004)와 유사한 결과이다. Mikulincer와 Shaver(2003)에 따르면, 불안 애착을 지닌 사람은 스트레스 상황에서 애착 대상과의 거리를 최소화하면서 안정감을 느끼려고 하며, 타인의 지지와 도움을 얻기 위해 자신의 부정적인 정서와 생각에 지나치게 주의를 기울이고 과도한 불안을 나타낸다고 한다. 한편 회피 애착을 지닌 사람은 스트레스 상황에서 타인으로부터 지지와 도움을 받지 못하는 데에서 오는 좌절감을 회피하기 위해 타인과 거리를 최대화 한다. 이들은 자율성과 통제감을 느끼기 위해 감정적인 개입을 최소화하고, 애착에 대한 욕구를 부인하며, 부정적인 정서와 생각을 억제한다고 한다.

한편, 본 연구 결과는 애착의 각 차원과 특정 우울양식이 관련된다는 이전 연구(Blatt & Zuroff, 1992)와 다소 차이점을 보인다. 불안애착이 ‘슬프고, 외롭고, 거부당하고, 쓸모없고, 사랑 받지 못하고, 방임 받는 듯한’ 의존적 우울양식 뿐만 아니라, ‘가치 없고, 자기 비판적이며, 죄책감을 느끼고, 열등감에 의한’ 자기비판적 우울양식에도 영향을 주고 있으며, 이에 비해 회피애착은 자기비판적 우울양식에만 특징적으로 영향을 미치고 있다.

우울양식과 대인관계문제의 관계에서는 자



자기비판적 우울양식과 의존적 우울양식이 모두 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기비판적 우울양식과 의존적 우울양식이 모두 지배성, 적의성, 냉담성, 회피성 영역과 비주장성, 피착취성, 헌신성, 간섭성 영역에서 대인관계문제를 나타낸다는 것을 의미한다. 즉 자기비판적 우울양식을 가진 사람은 대상에 대한 양가적 감정으로 인해 자신의 정서와 애정에 대한 표현에 어려움이 있고, 정서 통합 능력도 결여되어 있기 때문에 독립적 대인관계문제 뿐만 아니라 의존적 대인관계문제도 함께 경험할 가능성이 높아 보인다. 또한 의존적 우울양식을 가진 사람은 보호받고 싶은 욕구와 거부에 대한 병적인 두려움과 미분화된 대상관계가 특징적인데, 보살핌과 위로를 받고자 하는 강렬한 소망과 타인에게 상처를 입히거나 공격하는 것에 대해 관심이 있으며, 대상 상실에 대한 공포와 분노 및 통제 조절에 어려움이 있기 때문에 의존적 대인관계문제 뿐만 아니라 독립적 대인관계문제도 함께 경험할 가능성이 높아 보인다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 애착 경험이 대인관계문제에 영향을 미치는 과정에서 우울경험양식이 중요한 매개 역할을 한다는 점을 처음으로 확인하였다. 매개효과가 부분적이고, 매개효과의 특정성이 다소 부족하다는 결과가 나타났지만, 불안애착과 회피애착이 서로 다른 방식으로 우울양식을 거쳐 대인관계문제에 영향을 미친다는 점은 사람들이 보이는 대인관계문제를 애착과 우울양식의 유형에 따라 보다 차별적으로 이해할 수 있는 토대를 마련한 것으로 볼 수 있다.

본 연구의 제한점과 미래의 연구 방향을 살

펴보면 다음과 같다. 연구대상이 대학생 집단에 국한되었다는 점이다. 따라서 연구 결과를 일반화 하는데 어려움이 있으며, 앞으로 일반인 집단이나 정신과 환자 집단과 같은 보다 다양한 표집을 대상으로 연구가 이루어질 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 애착을 측정하는 도구로 ‘성인기 낭만적 애착척도’가 사용되었는데, 이 도구가 애착 이론을 연구하는데 사용되는 전형적인 도구는 아니다. 또한 이 도구는 영아기에 형성된 애착양식이 성인기에 도 계속된다고 가정하고, 성인이 지니고 있는 애착양식을 현재의 조망에서 평가하고자 하였다. 그러나 이 도구는 현재 파트너와의 관계에서의 애착양식에 초점이 맞추어져 있다. 따라서 다른 도구를 사용하여 애착을 측정하고, 애착 유형을 집단으로 구분하였을 때 특정 우울양식과 대인관계문제의 연관성이 어떻게 나타나는지를 확인할 필요가 있다. 셋째, 본 연구에서는 대인관계문제를 두 가지 요인으로 묶어서 보았는데, 대인관계문제를 다른 방식이나 다른 요인으로 측정하는 도구들을 사용해 후속 연구를 진행한다면 애착, 우울양식, 대인관계문제의 관계를 보다 다각적으로 검토해 볼 수 있을 것이다.

## 참고문헌

- 김순진 (1988). 성취 및 대인 스트레스 상황에서 자기비판형-의존형 우울취약성이 우울정서에 미치는 차별적 영향. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김은정, 권정혜 (1998). 우울증상과 관련된 대인관계 특성: 성인기 애착관계형성을 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 17(1), 139-

- 153.
- 오현주 (1997). 자기 비판적 우울 취약성과 의존적 우울 취약성에 따른 대인관계 문제 연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 임혜진 (1996). 완벽주의 성향에 따른 대인관계에 관한 연구, 고려대학교 대학원 석사학위 논문.
- 조재임 (1996). 우울의 두 차원에 관한 연구. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 정태연, 최상진, 강진경 (2000). 성인기 애착특성과 낭만적 사랑 및 성격특성과의 관계: 성차를 중심으로. 한국심리학회지:여성, 5(2), 85-102.
- 이정희, 심혜숙 (2007). 성인애착이 대인관계에 미치는 영향에 관한 공변량 구조분석. 한국상담학회, 8(3), 899-915.
- Alden, L. E., Wiggins, J. S., & Pincus, A. L. (1990). Construction of circumplex scales for the inventory of interpersonal problems. *Journal of Personality Assessment*, 55, 521-536.
- Ainsworth, M. D. S., Behehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment; A psychological study of the strange situation*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Barnett, P. A., & Gotlib, I. H. (1988). Psychosocial functioning and depression: Distinguishing among antecedents, concomitants, and consequences. *Psychological Bulletin*, 104, 97-126.
- Blatt, S. J. (1974). Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. *Psychoanalytic Study of the Child*, 29, 107-157.
- Blatt, S. J., D'Afflitti, J. P., & Quinlan, D. M. (1976). Experiences of depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 85, 383-389.
- Blatt, S. J., & Zuroff D. C. (1992). Interpersonal relatedness and if-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 527-562.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Separation, anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Clinical applications of attachment theory*. London: Routledge.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver. P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An interview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships*(pp.46-76). New York: Guilford Press.
- Brennan, K. A., & Shaver, P. R. (1998). Attachment styles and personality disorders: Their connections to each other and to parental divorce, parental death, and perception of parental caregiving. *Journal of Personality*, 66, 835-878.
- Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R., & Jaffe, K.(1994). Depression, working models of others, and relationship functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 127-140.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (2000). Adult romantic attachment: Theoretical developments emerging controversies, and unanswered questions. *Review of General Psychology*, 4, 132-154.
- Hammen, C. L., Burge, D., Daley, S. E., Davila, J., Paley, B., & Rudolph, K. D. (1995). Interpersonal attachment cognitions and prediction of symptomatic responses to interpersonal stress. *Journal of Abnormal*

- Psychology*, 104, 436-443.
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., Baer, B. A., Ureño, G., & Villaseñor, V. S. (1988). Inventory of Interpersonal Problems: Psychometric properties and clinical applications. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 885-892.
- Mikulincer, M., & Orbach, I. (1995). Attachment styles and repressive defensiveness; The accessibility and architecture of affective memories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68, 917-925.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2003). The attachment behavior system in adulthood: Activation, psychodynamics, and interpersonal processes, In M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology*(Vol. 35, pp.53-152). San Diego, CA: Academic Press.
- Mikulincer, M., Dolve, T., & Shaver, P. R. (2004). Attachment-related strategies during thought suppression: Ironic rebounds and vulnerable self-representations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87, 940-956.
- Roberts, J. E., Gotlib, I. H., & Kassel, J. D. (1996). Adults attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 310-320.
- Shaver, P. R., & Hazan, C. (1993). Attachment styles and internal working models of self and relationship partners. In G. Fletcher & J. Fitness(Eds.), *Knowledge structures in close relationships: A social psychological approach*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Whisman, M. A., & McGarvey, A. L. (1995). Attachment, depressotypic cognitions, and dysphoria. *Cognitive Therapy and Research*, 16, 557-568.
- 원고접수일 : 2009. 12. 15.  
1차수정원고접수일 : 2010. 1. 18.  
2차수정원고접수일: 2010. 1. 28.  
게재결정일 : 2010. 1. 29.

## **The Effects of Anxious Attachment and Avoidant Attachment on Interpersonal Problems: The Mediation Effects of Depressive Experience Styles**

**Young Joo Park**

**Young Ho Lee**

the Catholic University of Korea

This study examined the mediation effects of depressive experience styles between anxiety-avoidance dimensions of attachment and interpersonal problems. 455 undergraduate students were asked to complete the Experiences in Close Relationships Scales(ECR), the Inventory of Interpersonal Problems Circumplex Scales(IIP-C), and the Depression Experiences Questionnaire(DEQ). The results showed that dependency depressive experience style mediated the association between anxious attachment and dependent interpersonal problems. And self-criticism depressive experience style mediated the association between avoidant attachment and independent interpersonal problems. Besides, anxious attachment predicted dependent interpersonal problems and independent interpersonal problems directly, and also predicted self-criticism depressive experience style. And avoidant attachment predicted independent interpersonal problems directly. Additionally, self-criticism depressive experience style predicted dependent interpersonal problems. These results meant that anxiety attachment influences depressive experience styles and interpersonal problems more expansively than avoidant attachment. Based on these results, the processes that attachment influences depressive experience styles and interpersonal problems were discussed. And the clinical implications and limitations of these results and the suggestions for future researches were also discussed.

*Key words : avoidant attachment, anxious attachment, depressive experience style, interpersonal problems*