



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

교 육 학 석 사 학 위 논 문

대학생의 성인애착, 무조건적 자기수용 및
자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에
미치는 영향



2019년 2월

부 경 대 학 교 대 학 원

교육컨설팅협동과정

양 도 연

교 육 학 석 사 학 위 논 문

대학생의 성인애착, 무조건적 자기수용 및
자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에
미치는 영향

지도교수 천 성 문

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함.



2018년 12월

부 경 대 학 교 대 학 원

교육건설팀협동과정

양 도 연

양도연의 교육학석사 학위논문을 인준함.

2019년 2월 22일



위 원 장 교육학박사 원 효 헌



위 원 철 학 박 사 주 동 범



위 원 교육학박사 천 성 문



목 차

Abstract

I. 서 론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 연구 문제	7
3. 용어의 정의	9
II. 이론적 배경	12
1. 성인애착	12
2. 무조건적 자기수용	17
3. 자기방어적 양가성	19
4. 대인관계 유능성	22
5. 변인들 간의 관계	26
III. 연구 방법	33
1. 연구 대상 및 자료 수집	33
2. 측정도구	34
3. 자료 분석	38
IV. 결 과	41
1. 예비 분석	41
2. 경로분석	43

3. 간접효과 검증	48
 V. 논 의	50
 참고문헌	56
국문초록	70
 부 록	71
1. 성인애착 척도	72
2. 무조건적 자기수용 척도	74
3. 자기방어적 양가성 척도	75
4. 대인관계 유능성 척도	76

표 목 차

표 1. 연구대상자의 인구통계학적 특성	33
표 2. 성인애착의 하위요인별 문항 구성과 신뢰도	35
표 3. 무조건적 자기수용의 하위요인별 문항구성과 신뢰도	36
표 4. 대인관계 유능성의 하위요인별 문항구성과 신뢰도	38
표 5. 변인별 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도	41
표 6. 변인별 상관계수	42
표 7. 애착회피가 대인관계 유능성에 미치는 영향의 경로분석	43
표 8. 애착불안이 대인관계 유능성에 미치는 영향의 경로분석	46
표 9. 간접효과 검증	48

그림 목차

그림 1. 애착회피가 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대인 관계 유능성에 영향을 미치는 경로 모형	8
그림 2. 애착불안이 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대인 관계 유능성에 영향을 미치는 경로 모형	9
그림 3. 애착회피가 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대인 관계 유능성에 영향을 미치는 경로	45
그림 4. 애착불안이 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대인 관계 유능성에 영향을 미치는 경로	47

The Effects of College Student's Adult Attachment,
Unconditional Self-Acceptance, and Self-Defensive Ambivalence
on Interpersonal Competence

Do Yeon Yang

The Graduate School
Pukyong National University
Advisor : Seong Moon Cheon

Abstract

The purpose of this study is to investigate the path of effect of adult attachment, unconditional self-acceptance, and self-defensive ambivalence of university students on interpersonal relations competence. For this purpose, 368 university students located in 3 city were asked to complete surveys which used to the insecure adult attachment questionnaire, unconditional self-acceptance questionnaire, self-defensive ambivalence questionnaire and interpersonal relations competence questionnaire.

The result were as follows: First, avoidant attachment had indirect effect on interpersonal relations competence through unconditional self-acceptance. Second, anxious attachment had indirect effect on interpersonal relations competence through unconditional self-acceptance and self-defensive ambivalence. Finally, unconditional self-acceptance partially mediated the relationship between avoidant attachment and interpersonal relations competence, and unconditional self-acceptance and self-defensive ambivalence full mediated the relationship between anxious attachment and interpersonal relations competence.

The path of effect of adult attachment with unconditional self-acceptance and self-defensive ambivalence on interpersonal relations competence was investigated in this study. Especially, this study has significance in that it shows difference of path of avoidant attachment and anxious attachment with unconditional self-acceptance and self-defensive ambivalence on interpersonal competence. The

findings of this study can be employed as basic steps for development of education and counseling program to improve interpersonal competence of university students on the grounds that there are differences of avoidant attachment and anxious attachment with unconditional self-acceptance and self-defensive ambivalence on interpersonal competence.

key words: adult attachment, avoidant attachment, anxious attachment, unconditional self-acceptance, self-defensive ambivalence, interpersonal relations competence.



I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

대학생은 대인관계에 대해 가장 치열하게 고민하는 시기이다. 대학생 시기는 같은 반 친구들과의 소속감으로 제한된 대인관계를 경험했던 청소년 시기와는 달리, 대인관계의 폭이 넓어지고 그 형태도 다양해진다. 대학생들은 이러한 새롭고 복잡해진 상황 속에서 새로운 관계를 형성하고 바람직한 대인관계를 유지하기 위해서 다양한 노력과 시도를 하게 된다. 특히, 우리나라 대학생의 경우, 치열한 입시경쟁으로 인해 청소년기에 적절한 대인관계 경험이 부족한 경우가 많으므로, 초기청년기인 대학생 시기의 대인관계 형성은 더욱 중요한 과업이라고 볼 수 있다(한나리, 이동귀, 2010). 대학생들은 타인과의 관계를 통해 즐거움을 느끼기도 하고 고통을 겪기도 하며 자신의 정체감을 확립하고 사회성을 발달시켜 나간다. 그러므로 이 시기는 타인과 효과적으로 관계를 형성하고 지속할 수 있는 능력인 대인관계 유능성(Spitzberg & Cupach, 1989)을 함양시키는 것이 매우 중요한 시기라고 볼 수 있다.

최근 대학생의 심리적 위기 극복 및 인성계발 지원사업 설계연구(한국대학교육협의회, 2018)에서 대학생 약 2,600여명을 대상으로 심리건강 및 대학생활 적응 실태를 조사한 결과, 대학생의 73.3%가 대인관계에 어려움을 호소하는 것으로 나타났다. 이 중 관계적응에 어려움을 호소하는 학생은 61.1%였으며, 관계적응에 위기를 느끼는 학생은 12.2%로 나타나, 우리나라 대학생들의 대인관계 적응수준이 심각한 수준으로 나타났다. 따라서 대학

생들의 바람직한 대인관계 형성과 적응을 돕기 위한 방안을 마련하는 것이 시급한 실정이다. 또한 대학생의 대인관계 유능성이 부족할 경우 우울(박경, 2003), 사회불안(설보경, 2017), 성격장애(Soldz, Budman, Demby, & Merry, 1995; Pincus & Wiggins, 1990)와 같은 다양한 심리적 부적응으로 연결되며, 학교적응(구승희, 이영순, 2011), 진로 결정, 진로준비행동(정솔희, 2017) 및 직업적 부적응(이창배, 전해성, 2015)에도 영향을 미친다. 따라서 대학생 시기의 대인관계 유능성은 이후의 삶의 질을 결정할 수 있는 중요한 요인이므로 대인관계 유능성에 영향을 미치는 변인들을 찾고 변인들간의 경로를 탐색할 필요가 있다.

인간의 행동을 가장 잘 설명하고 예측하기 위해서는 행위자의 개인 특성과 그러한 행동을 하는 행위자가 처한 환경요인을 동시에 고려해야 하므로(문수백, 2009; Lewin, 1943) 본 연구에서는 대학생의 대인관계 유능성을 개인변인과 환경변인을 동시에 고려하여 설명하고자 한다. 또한 개인 변인을 인지적 변인과 정서적 변인으로 구분하여 대인관계 유능성에 영향을 미치는 인지적, 정서적, 환경적 변인을 모두 고려하여 설명하고자 한다.

먼저 대학생의 대인관계 유능성에 영향을 미치는 환경변인으로는 가족분화(이창배, 전해성, 2015), 부모-자녀 관계(이지선, 정혜정, 2016), 부모의 조건적 관심(이한울, 2018), 부모애착(김소현, 2018), 부모양육태도(박지혜, 2017), 성인애착(고은별, 2018; 김지연, 2016; 박용주, 박원주, 2016), 사회적 지지(김희진, 주은지, 2018; 홍나영, 2017) 등이 연구되어 왔다. 대인관계에 영향을 미치는 중요한 요소 중 하나가 바로 애착이며(신지옥, 2006), 대학생이 성인기로 접어드는 발달적 시기라는 점을 고려했을 때 대학생의 성인애착과 대인관계의 관련성을 탐색하는 것이 필요해 보이므로, 본 연구에서는 성인애착이 대인관계 유능성에 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

성인애착이란 성인기에 신체적, 심리적 안정감을 주는 특정 대상과 친밀

감을 유지하려는 경향성을 말한다(Sperling & Berman, 1994). 어린시절 양육자와의 상호작용을 통해 형성된 애착은 내적작동모델을 통해 전 생애에 걸쳐 지속적으로 영향을 주며, 개인의 인지, 정서, 행동, 대인관계 등에 영향을 미친다(Bowlby, 1988). 따라서 어린시절 형성한 애착은 성인애착을 형성하는 중요한 틀이 되어, 성인이 된 개인의 대인관계 방식에 영향을 미치는 중요한 요인으로 작용한다. 성인애착은 애착회피와 애착불안의 두 가지 차원으로 분류할 수 있는데 애착회피는 친밀해지는 것을 꺼리거나 불편해하는 차원을 말하며 애착불안은 관계에 지나치게 몰두하며 거절당하고 버림받는 것을 두려워하는 차원을 말한다.

성인애착의 두가지 차원인 애착회피와 애착불안은 대인관계에서 서로 독립적이며 개별적인 영향을 미치며(김민선, 서영석, 2010; Brennan, Clark, & Shaver, 1998; Wei et al., 2005), 애착회피와 애착불안이 경험하는 정서와 정서조절에 사용하는 전략이 서로 다르고 이러한 차이로 인해 당면하는 어려움이 다를 수 있어(전현수, 2013) 애착회피와 애착불안이 서로 다른 경로로 대인관계 유능성에 영향을 미칠것으로 예측할 수 있다. 대학생을 대상으로 한 연구에서 애착회피는 직접적으로 대인관계 유능성에 영향을 주는 동시에 정서주의와 정서조절(신지옥, 2006), 인지편향(이정희, 2005) 등을 매개로 간접적으로도 영향을 주었으나, 애착불안의 경우 직접적인 경로는 유의미하지 않고 정서주의와 정서조절(신지옥, 2006), 부정정서와 인지편향(이정희, 2005) 등을 매개로 한 간접경로만 유의한 것으로 나타났다. 따라서 애착회피와 애착불안이 대인관계 유능성에 서로 다른 경로로 영향을 미칠 것으로 예상할 수 있다.

대학생의 대인관계 유능성에 영향을 미치는 개인변인으로는 정서인식 명확성(박용주, 박원주, 2016), 인지적 정서조절(김지연, 2016), 인지적 공감(김경희, 이희경, 2015), 거부민감성(김향선, 이영순, 2011), 내현적 자기에

(이성욱, 송현주, 2011), 자기수용(허토실, 최수미, 2017), 긍정 정서(김경희, 이희경, 2015), 부정정서(박용주, 박원주, 2016), 완벽주의(이연실, 서인균, 2017) 등의 변인이 연구되어 왔다. 그 중에서 무조건적 자기수용은 개인의 내적 보호요인이자 치료적 개입에 활용될 수 있는 변인이므로(류지희, 2017), 대학생의 대인관계 유능성에 영향을 미치는 인지적 변인으로 무조건적 자기수용을 살펴보고자 한다. 무조건적 자기수용이란 개인이 지적으로 올바르게 유능하게 행동하는가에 관계 없이, 다른 사람들이 자신을 인정하고 존중하고 사랑하는가에 상관없이 자기 자신을 무조건적으로 수용하는 것을 의미한다(Ellis, 1970).

자기 자신의 모습을 있는 그대로 수용하는 개인은 자신을 수용하는 것과 비슷하게 타인을 수용할 수 있어 대인관계를 좀 더 유능하게 맺을 수 있다(Omwake, 1954; Rogers, 1951). 따라서 타인의 권리를 존중하고 타인의 단점에도 불구하고 그들에게 긍정적으로 반응할 수 있어(Shepard, 1979) 보다 원만한 대인관계를 형성할 수 있다. 자기수용이 높은 개인은 타인에 대한 공감을 더 잘하고(이주연, 2014; 차명숙, 2005), 대인관계 만족도가 높으며(안상원, 2014), 타인에 대한 친밀감이 높고(유성민, 2014), 대인관계 유능성이 높은 것으로 나타났다(김경진, 2013; 남여정, 2017; 한자연, 2017; 허토실, 최수미, 2017). 따라서 무조건적 자기수용이 높을수록 대인관계 유능성이 높게 나타날 것으로 예측할 수 있다.

또한 수용적인 양육환경에서 안정적인 애착을 형성한 개인은 자신에 대해서 수용적인 내적작동모델을 형성할 수 있으나, 거부적인 부모와의 애착을 형성한 개인은 스스로에 대해서 수용적인 내적 작동모델을 형성하기 힘들 것을 예상할 수 있다. 아동의 경우 애착의존이 높을수록(최현국, 2010), 부모애착이 높을수록(우유정, 2018), 자기수용이 높으며 성인의 경우, 불안정한 성인애착이 높을수록 자기수용이 낮게 나타났다. 그러므로 불안정한

성인애착이 높을수록 무조건적 자기수용이 낮게 나타날 것으로 예측할 수 있다.

마지막으로 대학생의 대인관계 유능성에 영향을 미치는 정서적 변인으로 자기방어적 양가성을 들 수 있다. 자기방어적 양가성이란 자신의 정서를 표현하는 데에 있어서 정서표현 후 부정적인 결과에 대한 두려움으로 정서표현에 대한 불능을 느끼거나, 정서를 표현하지 못하고 갇게 되는 불충족한 욕구를 말한다(최해연, 민경환, 2007). 원만하게 대인관계를 하기 위해서는 타인과의 상호작용에서 일어나는 일을 정확하게 판단하여 적절하게 대응하는 능력이 필요하다(심혜숙, 왕정희, 2001). 하지만 자기방어적 양가성이 높은 개인은 대인관계 상황에서 친밀감에 대한 두려움을 가지며 자신을 드러내는 것을 두려워하기 때문에 주변사람들에게 친밀한 감정을 표현하지 않으려고 한다(Emmons, & Colby, 1995). 자기방어적 양가성만을 단독으로 본 선행연구는 거의 없는 실정이나 정서표현 양가성과 대인관계와의 관계 연구를 살펴보면, 정서표현 양가성이 높은 개인은 자기개방 및 상호작용에 소극적인 태도를 보이며(오충광, 정남운, 2007), 대인관계에서 바람직하지 못한 특성이 나타났다(안희애, 2006). 그리고 정서표현 양가성이 높을수록 대인관계 문제를 더 많이 호소했으며(김영희, 신현숙, 2017), 대인관계 유능성에 부적인 영향을 끼쳤다(구승희, 이영순, 2011). 이렇게 볼 때, 자기방어적 양가성이 높을수록 대인관계 유능성이 낮게 나타날 것으로 예측할 수 있다.

또한 불안정한 성인애착이 높은 개인은 자신의 정서를 제대로 수용받은 경험이 없으므로 정서표현을 억압하는 특징을 가진다(Levy, Ayduk, & Downey, 2001). 불안정한 성인애착이 높을수록 정서표현 양가성도 높아지는데 애착불안이 애착회피보다 정서표현 양가성에 더 큰 영향을 끼치는 것으로 나타났다(김민정, 조민아, 2017; 김성주, 이영순, 2016; 김영희, 신현숙,

2017). 그러므로 불안정 성인애착이 높을수록 자기방어적 양가성이 높아지며, 애착회피보다 애착불안이 자기방어적 양가성에 더 큰 영향을 미칠 것을 가정할 수 있다.

그런데 정서표현 양가성은 관계관여적 양가성과 자기방어적 양가성의 두 하위변인으로 이루어져 있고 두 하위변인이 대인관계 유능성에 미치는 영향이 차별적일 수 있다. 관계관여적 양가성은 관계성을 고려하여 행동을 자제하는 성격을 가지며, 자기방어적 양가성은 자신의 정서를 표현했을 때 수용되지 않고 오해되거나 거부되거나 웃음거리가 되는 등 부정적인 표현 결과를 두려워하여 정서상황을 억제하고 회피하는 성격을 가진다(최해연, 민경환, 2007). 이렇듯 정서표현에 양가적이게 되는 동기가 다르고 두 하위변인이 차별적일 수 있으므로 최근에는 정서표현 양가성을 두 하위차원으로 나누어 살펴보는 연구가 증가하는 추세이다(김은하, 김도연, 2016; 홍운정, 이영선, 2017). 정서표현 양가성 중 자기방어적 양가성이 심리적 건강에 보다 역기능적으로 작용으로 작용할 수 있으며, 정서표현 양가성과 심리적 문제 사이의 관련성은 대부분 자기 방어적 양가성에 의해 설명된다(최해연, 민경환, 2007). 이러한 점을 고려했을 때, 타인과의 관계성을 고려하여 정서를 억제하는 것 보다, 표현결과를 두려워하여 자신의 정서를 억제하고 경험을 회피하는 것이 대인관계 유능성을 저해하는 더 큰 요소로 작용할 것으로 보인다. 그러므로 본 연구에서는 정서표현 양가성의 하위차원 중 자기방어적 양가성을 선택하여 대인관계 유능성에 미치는 영향을 알아보고자 한다.

이상의 선행연구들을 통해서 대학생의 성인애착과 무조건적 자기수용, 자기방어적 양가성 및 대인관계 유능성 간에는 서로 관련이 있고, 이들 변인들 간의 일련의 인과 관계가 있음을 추론할 수 있다. 특히 성인애착의 하위유형인 애착회피와 애착불안이 대인관계 유능성에 미치는 영향이 다르

다는 점에서 애착회피와 애착불안이 대인관계 유능성에 미치는 경로의 차이를 탐색할 필요가 있다. 더욱이 대학생의 대인관계 유능성에 영향을 미치는 환경변인, 개인변인 중 인지적 변인과 정서적 변인의 관계를 하나의 모형 내에서 종합적으로 고찰하는 연구는 드물다. 따라서 대학생의 대인관계 유능성에 영향을 미치는 환경변인, 인지적 · 정서적 변인들 간의 관계를 보다 정확하게 이해하고, 대인관계 유능성을 함양시키기 위한 이론적 · 실천적 함의를 제공하기 위해서는 이들 변인간에 어떤 관계가 있으며 어떤 식으로 영향을 주는지에 대한 분석적 고찰이 필요하다. 그러므로 본 연구에서는 성인애착, 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성 및 대학생의 대인관계 유능성 간의 관계를 종합적으로 고찰하고 그 인과적 관계에 대한 가설적인 경로 모형을 검증하고자 한다.

본 연구에서는 대학생의 대인관계 유능성에 영향을 미치는 환경적, 인지적, 정서적 변인간의 경로를 탐색함으로써 대학생의 대인관계 유능성 함양을 도모하는 데 도움이 되고자 한다. 본 연구를 통해서 서로 다른 성인애착 유형을 가진 대학생의 대인관계 유능성을 향상시키기 위한 상담전략을 세우고 프로그램을 개발하는데 효과적으로 개입할 수 있는 근거를 마련하며 향후 정서적, 행동적, 직업적 부적응을 예방할 수 있을 것으로 기대한다.

2. 연구 문제

이상에서 논의한 연구의 필요성과 목적을 바탕으로 대학생의 성인애착, 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에 미치는 영

향을 알아보기 위해 다음과 같은 연구 문제를 선정하였다.

첫째, 애착회피는 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성을 통해서 대인관계 유능성에 간접적인 영향을 미칠 것인가?

둘째, 애착불안은 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성을 통해서 대인관계 유능성에 간접적인 영향을 미칠 것인가?

셋째, 애착회피, 애착불안과 대인관계 유능성의 관계에서 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성의 매개효과는 어떠한가?

이러한 연구문제를 기초로 한 연구모형은 그림 1, 그림 2와 같다.

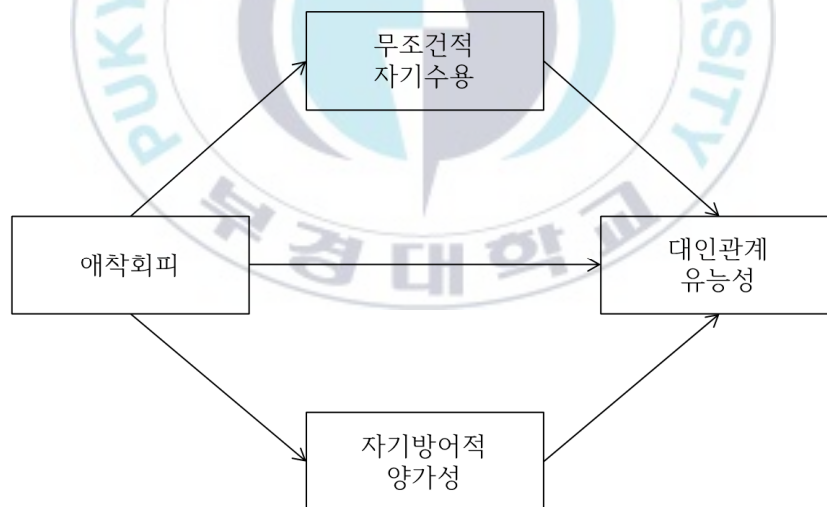


그림 2. 애착회피가 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로 모형

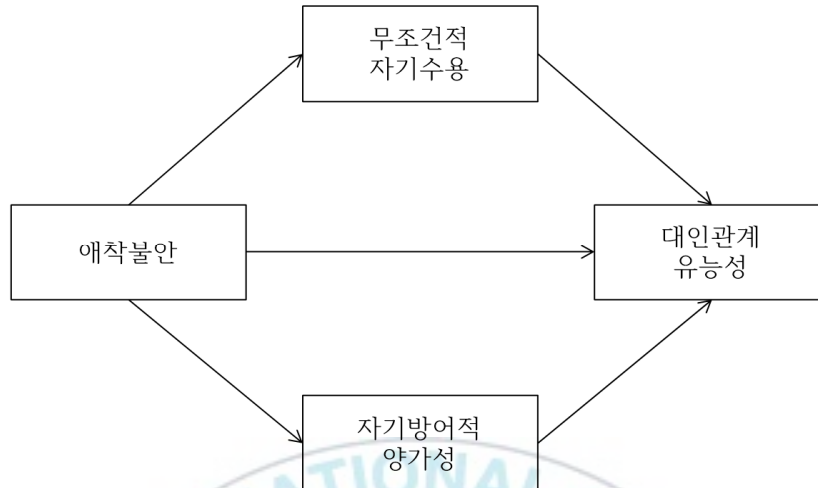


그림 3. 애착불안이 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로 모형

3. 용어의 정의

본 연구에서 사용되는 성인애착, 무조건적 자기수용, 자기방어적 양가성 및 대인관계 유능성을 다음과 같이 정의 하였다.

가. 성인 애착

성인애착은 성인기에 신체적, 심리적 안정감을 주는 특정 대상과 친밀감을 유지하려는 경향성을 의미한다(Sperling & Berman, 1994). 성인애착의 하위요소인 애착회피는 친밀해지는 것을 꺼리거나 불편해 하는 경향으로,

애착불안은 관계에 지나치게 몰두하며 거절당하고 버림받는 것을 두려워하는 경향으로 정의한다(Brennan, Clark, & Shaver, 1998).

본 연구에서 성인 애착은 Brennan 등(1998)이 개발한 친밀관계 경험 척도(Experiences Close Relationship Scale)를 Fraley, Waller와 Brennan(2000)이 보완하고, 김성현(2004)이 번안한 한국판 친밀관계 경험 검사를 사용하여 측정된 점수를 말한다.

나. 무조건적 자기수용

무조건적 자기수용은 개인이 지적으로 올바르게 유능하게 행동하는가에 관계없이, 다른 사람들이 자신을 인정하고 존중하고 혹은 사랑하는가에 상관없이 자기 자신을 온전히 무조건적으로 수용하는 것으로 정의한다(Ellis, 1971).

본 연구에서 무조건적 자기수용은 Chamberlain과 Haaga(2001a)가 개발하고 수정한(Chamberlain & Haaga, 2001b) 무조건적 자기수용 척도(Unconditional Self Acceptance Questionnaire)를 추미례와 이영순(2014)이 번안, 타당화한 무조건적 자기수용척도를 사용하여 측정된 점수를 말한다.

다. 자기방어적 양가성

자기방어적 양가성은 정서표현 후 부정적인 결과에 대한 두려움으로 정서표현에 대한 불능감을 느끼거나, 정서를 표현하지 못하고 갖게 되는 불충족한 욕구로 정의한다(최해연, 민경환, 2007).

본 연구에서 자기방어적 양가성은 King과 Emmons(1990)가 개발한 정서

표현갈등질문지(Ambivalence over Emotional Expressiveness Questionnaire)를 최해연과 민경환(2007)이 번안, 타당화한 한국판 정서표현양가성 척도 중 자기방어적 양가성 13문항을 사용하여 측정된 점수를 말한다.

라. 대인관계 유능성

대인관계 유능성은 타인과 효과적으로 관계를 형성하고 지속할 수 있는 능력으로 정의한다(Spitzberg & Cupach, 1989).

본 연구에서 대인관계 유능성은 Buhrmester, Furman, Wittenberg와 Reis(1988)가 개발한 대인관계 능력 검사지(Interpersonal Competence Questionnaire)를 한나리와 이동귀(2010)가 번안, 타당화한 한국판 대인관계 유능성 척도를 사용하여 측정된 점수를 말한다.

II. 이론적 배경

1. 성인애착

가. 성인애착의 개념

성인애착(adult attachment)이란 성인기에 신체적, 심리적 안정감을 주는 특정 대상과 친밀감을 유지하려는 경향성이다(Sperling & Berman, 1994). 또한 신체적·심리적 안정감에 주관적으로 도움을 제공하는 중요한 타인과 함께있는 것을 추구하며, 그것을 유지하기 위해서 실제로 노력하는 안정적 경향성을 의미한다(Aisworth, 1973).

성인애착에 대한 연구는 성인이 사별이나 이별을 경험하는 과정에서 영아의 애착과 유사한 양상이 나타난다고 밝혀내는 Parkes, Benjamin 와 Fitzgerald(1969)의 연구에서부터 시작되었다. 이후 Bowlby(1979)는 애착이론을 통해, 유아는 주양육자와의 관계를 통해 형성된 애착관계를 기반으로 자신과 세상에 대한 관점, 혹은 인식을 내적작용모델(internal working model)로 형성하여 전 생애에 걸쳐 사회적 관계에 영향을 미친다는 주장을 하였으며, Ijzendoorn, Juffer와 Duyvesteyn(1995)은 이미 형성된 애착유형이 청소년기를 거쳐 평생동안 유지되며 자녀세대까지 전이된다고 주장하였다. 이를 통해 어린시절 양육자와의 상호작용을 통해 형성된 애착은 전 생애에 걸쳐 지속적으로 영향을 주며, 개인의 인지, 정서, 행동, 대인관계 등에 영향을 미치게 된다(Bowlby, 1988)고 볼 수 있다.

성인애착은 초기에 형성된 애착으로부터 영향을 받지만, 초기 양육자와

의 관계 방식이 그대로 이어진다고 볼 수는 없다. 유아나 아동의 경우 주 양육자의 보살핌이 아동에게로 일방적으로 전달되는 반면, 성인기에는 애착을 추구하는 대상과 애착대상 사이의 애착행동과 보살핌이 상호 호혜적으로 이루어진다(김광은, 2004). 또한 성인애착은 어느 한 관계에 한정되지 않고 친구, 연인 등 다른 관계로 전이되며, 관계의 목적과 대상에 따라 다양하게 변화되는 특징이 있다(Brumbaugh & Fraley, 2006; Hazan & Shaver, 1987). 따라서 다양한 구성원들과의 상호작용을 통해 새로운 애착 경험을 하게되는 대학생 시기는 초기에 형성된 애착관계가 변화되고 수정될 수 있는 기회가 있는 중요한 시기(박신영, 2018)라고 할 수 있다.

종합해보면, 성인애착은 초기 애착을 바탕으로 형성되어 개인의 인지, 정서, 행동, 대인관계 등에 영향을 미치는 변화 가능한 성인기의 상호작용 방식으로, 신체적·심리적 안정감을 주는 특정 대상과 친밀감을 유지하려는 경향성을 말한다. 본 연구에서는 성인애착을 성인기에 신체적, 심리적 안정감을 주는 특정 대상과 친밀감을 유지하려는 경향성(Sperling & Berman, 1994)으로 보며, Fraley와 Waller(2000)의 성인애착척도의 하위변인인 애착회피와 애착불안을 독립적 변인으로 놓고 애착회피와 애착불안이 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로를 밝히고자 한다.

나. 성인애착의 하위 요인

성인애착에 대한 연구는 범주적 접근(categorical approach)과 차원적 접근(dimensional approach)의 두 가지로 분류할 수 있다. 범주적 접근은 애착의 성격을 특정한 기준에 따라 몇 개의 유형으로 나누어 분류한 것으로 Hazan과 Shaver(1987)의 3범주 유형(안정형, 회피형, 불안-양가형)과 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 4범주 유형(안정형, 집착형, 거부형, 두

려움형)이 있다. 차원적 접근은 애착의 성격을 서로 다른 차원으로 나누어 분류한 것으로, Brennan, Clark와 Shaver(1998)가 성인애착을 두 개의 독립적인 차원(애착불안(attachment anxiety), 애착회피(attachment avoidance)으로 분류한 2차원 유형이 있다.

먼저, Hazan과 Shaver(1987)가 제시한 3범주 유형은 영유아기에 형성된 애착관계의 패턴이 연인과의 관계에서도 활성화 된다고 가정하여, 영유아기 양육자와 형성되는 정서적 유대관계를 성인의 관계에 적용시켰다. 따라서 성인애착 유형을 안정형, 회피형, 불안-양가형으로 분류하였다. 안정형은 연인과의 관계를 친밀하고 신뢰롭게 형성하며, 회피형은 연인과 함께 있는 것이 두렵고 힘들어서 연인을 신뢰하는데 어려움을 나타낸다. 마지막으로 불안-양가형은 연인과 함께 친밀한 관계를 원하면서도 상대방을 의심하고 상대방이 떠날까봐 두려워하며 불안해한다(Hazan & Shaver, 1987).

다음으로 Bartholomew와 Horowitz(1991)가 제시한 4범주 유형은 자신과 타인에 대한 애착 표상을 긍정적인 것과 부정적인 것으로 구분한, 네 가지 애착유형을 제안하였다. 이들이 제시한 성인애착의 유형은 자신에 대한 표상과 타인에 대한 표상에 따라 안정형, 거부형, 집착형, 두려움형으로 분류된다. 안정형은 자신과 타인에 대한 만족과 신뢰감이 높고 자신과 타인에 대해 긍정적이다. 거부형은 자신에 대해서는 긍정적이지만 타인에 대해 부정적으로 대인관계에 적대적이다. 집착형은 자신에 대해 부정적이거나 타인에 대해 긍정적이어서 타인에게 지나치게 의존한다. 두려움형은 자신과 타인 모두에게 부정적이어서 타인과 친밀한 관계를 형성하지 않고 관계를 회피함으로써 자신을 보호하려는 경향이 있다(Bartholomew & Horowitz, 1991).

마지막으로 Brennan, Clark와 Shaver(1998), Fraley와 Waller(2000)은 요

인분석을 통해 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 4범주 척도를 타당화시켰고 애착유형의 분류기준이 되는 두 개의 차원을 자신과 타인에 대한 내적 지각이 아닌 회피(Avoidance)와 불안(Anxiety)이라는 애착 행동전략으로 바꾸어 성인애착 유형을 설명하였다. 본 연구에서는 성인애착을 애착의 차원별로 분류한 Brennan(1988) 등의 분류에 따라 애착회피와 애착불안 차원으로 구분하여 살펴보고자 한다.

애착회피는 친밀해지는 것을 꺼리거나 불편해 하는 차원을 말하며 이 차원의 개인은 자기 의존성을 과도하게 나타내는 경향이 있다. 애착회피를 형성한 개인은 자신의 나약함을 표현하는 것이 금지되는 경험을 하거나 양육자로부터 지속적인 무관심과 거절을 경험하였기 때문에 자신의 애착행동이 처벌받지 않을까에 대한 두려움을 느낀다. 이들은 애착에 대한 욕구를 부정하고 강박적으로 독립성을 유지하려고하기 때문에 애착체계를 활성화시킬 수 있는 부정적인 정서를 억제한다(Mikulincer & Shaver, 2007). 애착 회피가 높은 사람은 긍정적인 정서를 느끼는 것에서도 불편함을 경험할 수 있는데, 이들에게는 긍정적인 정서가 대인관계에서 상대방과의 친밀한 관계를 맺고 유지하려는 신호로 해석될 수 있기 때문이다(Cassidy, 1994). 이러한 비활성화 전략은 정서와 관련된 사고 및 욕구를 억제·회피하며 정서를 밖으로 표현하지 않고 내적으로만 유지하게 된다.

애착불안은 관계에 지나치게 몰두하며 거절당하고 버림받는 것을 두려워하는 차원을 말하며 이 차원의 개인은 타인의 관심과 애정에 대한 과도한 욕구와 자신에 대해 부정적인 경향을 보인다. 애착불안에서 불안은 타인이 자신을 과소평가하거나 거부하는 것에 대해 염려하여 불안해하는 것을 말하며(Simpson & Rholes, 2012) 이러한 불안은 생애 초기에 자신의 요구와 맞지 않는 보살핌을 받거나 예측 불가능하고 신뢰할만하지 못한 양육경험을 하였을 때 형성될 가능성이 높다(Mikulincer & Shaver, 2007). 애착불

안 성향을 가진 사람들은 애착을 형성한 상대방이 자신을 신뢰할 수 있는 좋은 사람이라고 생각하는지에 대해 계속해서 걱정하며 불안해하는 특성을 가지고 있다. 그로 인해 이들은 인정에 대한 욕구가 있으면서도 동시에 거부와 버림받음에 대한 두려움을 가지고 있어 상대방에게 지나치게 의존하는 성향이 있다(Brennan et al., 1998). 또한 이들은 상대가 자신에게 더 많은 관심을 갖기를 바라며 보살핌 받기를 원하는 소망을 채우기 위해 자신의 부정적인 정서를 지속하고 과장하는 경향이 있다. 즉, 대인관계를 할 때 질투, 분노 등의 정서나 자신의 취약성과 나약함을 드러내는 슬픔, 불안, 두려움 등의 정서를 증폭시키는 과잉활성화 전략을 선택하여 타인의 주목과 관심을 불러일으키려고 한다(Mikulincer & Shaver, 2007; Pascuzzo, Cyr, & Moss, 2013). 애착불안이 높은 사람들은 반추, 자기 비난, 과묵화와 같은 부적응적인 대처 전략을 사용하여 정서를 조절하려고 하므로 (Pascuzzo et al., 2013) 대인관계에서 거부당할까봐 불안해하며 내적 고통을 증폭시켜 정서 표현을 억압하고, 대인관계에서 적응적인 행동을 취하는 태도가 부족할 수 있다(Levy et al., 2001).

애착회피와 애착불안의 두 차원을 교차시키면 4개의 애착유형이 산출된다. 낮은 불안과 낮은 회피가 특징인 ‘안전형’, 높은 불안과 낮은 회피가 특징인 ‘집착형’, 낮은 불안과 높은 회피가 특징인 ‘거부형’, 높은 불안과 높은 회피가 특징인 ‘두려움형’이다. 일반적으로 높은 애착불안과 애착회피 성향을 가진 사람들은 자기 지각, 스트레스 대처 방식, 관계 패턴 등에 대해 부정적 인식 및 부적응적인 행동을 나타낸다(Brennan et al., 1998).

성인애착의 두 가지 차원인 애착회피와 애착불안은 대인관계에서 서로 독립적이며 개별적인 영향을 미친다(김민선, 서영석, 2010; Brennan et al., 1998; Wei et al., 2005). 따라서 애착회피와 애착불안이 경험하는 정서와 정서조절에 사용하는 전략이 서로 다르고, 이러한 차이로 인해 당면하는

어려움이 다를 수 있다(전현수, 2013). 그러므로 본 연구에서는 성인애착의 두 가지 차원인 애착불안과 애착회피를 독립적인 변인으로 놓고 다른 변인들에 미치는 영향에 대해 연구하고자 한다.

2. 무조건적 자기수용

자기수용(self-acceptance)이란 자기 자신을 있는 그대로 만족스럽게 받아들이고 인정하는 것을 의미하며(MacInnes, 2006), 자신의 신체적 조건이나 심리적 현상을 그대로 경험하고 받아들이는 것, 자신의 생각이나 느낌, 행동 등 여러 심리적인 현상을 인정하고 책임지는 것, 자신의 처지를 인정하고 이에 직면하는 태도를 포함한다(이형득, 1979). 이것은 Rosers가 창안한 무조건적 긍정적 관심을 개인 자신에게 적용하는 것으로, 어떤 조건이나 전제 없이 자신의 존재 자체를 있는 그대로 수용하는 것을 의미한다(강진령, 2008). 무조건적 자기수용(unconditional self-acceptance)이란 개인이 지적으로 올바르게 유능하게 행동하는가에 관계없이, 다른 사람들이 자신을 인정하고 존중하고 혹은 사랑하는가에 상관없이 자기 자신을 온전히 무조건적으로 수용하는 것을 의미한다(Ellis, 1977).

자기수용과 유사한 개념으로 자기평가(self-evaluation), 자기사랑(self-love), 자기만족(self-satisfaction) 등이 쓰이고 있지만, 이 중에서 자기수용과 가장 관련성 있는 것은 자존감이다(Rogers, 1959). 자존감은 자신에 대한 주관적인 평가로, 자신을 수용하고 존중하며 스스로를 가치 있는 존재라고 느끼는 것이다. 즉 자신이 유능하고 중요한 존재이며, 바람직한 존재라고 생각하는 것을 말한다(Rosenberg, 1965). 하지만 자존감은 자기평

자의 과정이 반영되어있어 부정적인 평가 상황에서 자기 가치감에 대한 위협을 받을 수 있다는 점에서 자기수용과 차이가 있다(김사라형선, 2005). Ellis(1995)는 한 인간의 가치를 결정할 객관적인 근거는 없기 때문에 자기 평가는 비합리적이며, 사실상 불가능한 것이라고 말하며, 자기평가 문제에 대한 해결방법으로, 자기평가 과정을 거부하는 ‘무조건적 자기수용’을 제시했다. 즉, 무조건적 자기수용은 자존감보다 더 안정적인 특성을 지니고 있으며, 이는 개인의 심리적 건강을 지키는 중요한 역할을 하는 것으로 밝혀졌다(이기은, 2008).

최근 추미례와 이영순(2014)의 연구에서 무조건적 자기수용을 존재로서 자기수용, 판단분별로부터 자기수용, 피드백으로부터의 자기수용의 3가지 요인으로 구분하였다. 존재로서 자기수용은 인간으로서 다른 것(성취, 사람)과 비교할 수 없는 고유한 존재로서의 자신을 수용하는 것이며, 판단분별로부터의 자기수용은 성공이나 실패, 능숙함이나 미숙함, 가치있는 사람이나 그렇지 않은 사람과 같은 판단과 관계 없이 자신을 수용하는 것이다. 피드백으로부터 자기수용은 칭찬이나 비난과 같은 피드백과 관계없이 자신을 수용하는 것을 의미한다.

무조건적 자기수용이 높은 사람은 부정적인 사건을 경험해도 우울이나 불안 등 부정적인 정서가 덜 나타나며 행복한 경향을 보인다(Chamberlain & Haaga, 2001). 또한 무조건적 자기수용은 심리적 안녕감과 정적 상관을 보이며(Flett, Besser, Davis, & Hewitt, 2003), 정신건강에 중요한 요인으로 작용한다(전수진, 2014). 대학생을 대상으로 한 연구에서 무조건적 자기수용이 높은 사람은 타인과의 친밀감 수준이 높고(유성민, 2014), 취업스트레스에도 부적인 영향을 받는 것으로 밝혀졌다.

종합해보면, 무조건적 자기수용은 자기수용에서 더 발전된 개념으로 스스로에 대한 어떤 평가도 하지 않고 있는 그대로 자신을 수용하는 것을 의

미하는 개인의 안정된 특징으로 심리적 건강을 지키는 중요한 역할을 하는 개념이다. 본 연구에서는 무조건적 자기수용을 Ellis(1977)의 정의에 따라 개인이 지적으로 올바르게 유능하게 행동하는가에 관계 없이, 다른 사람들이 자신을 인정하고 존중하고 혹은 사랑하는가에 상관없이 자기 자신을 온전히 무조건적으로 수용하는 것으로 정의하며, 무조건적 자기수용이 대인관계 유능성에 미치는 영향을 밝히고자 한다.

3. 자기방어적 양가성

정서표현 양가성(Ambivalence over Expressing Emotion)이란 자신의 감정을 표현하고 싶지만 표현하는 것에 대해 억제하며 갈등하는 것을 말한다(King & Emmons, 1990). 즉, 정서를 표현하고 싶지만 적극적으로 억제하거나, 정서를 표현한 것을 후회하거나, 원하지 않는 정서를 표현하는 등 욕구간의 갈등으로 인한 정서표현 양가성의 내용을 포함하는 의미이다(최해연, 민경환, 2008).

개인은 대부분 관계를 해치지 않도록 내면화된 표현규칙에 따라 정서표현을 조절하거나 억제하며, 때때로 정서표현에 대한 양가적인 상태를 경험한다. 그러므로 정서표현을 억제하거나 양가감정을 느끼는 것이 나쁘기만하다는 것을 의미하는 것이 아니다. 이러한 억압적 양식이 범상황적이고 경직된 형태로 나타난다면 이는 개인의 적응을 저해할 수 있다는 것이다. 대다수의 사람들에게 명확하고 단순한 상황에서 자신의 욕구를 표현하는데 갈등하고, 표현해도 좋은 상황에서 표현을 억제한다면, 정서의 기능에 역행하며 관계적, 심리적, 생리적 어려움을 겪을 수 있을 것이다(김정문, 2010).

정서표현 양가성이 높은 개인은 공감이나 사회적 지지를 덜 받는다고 지적하며(Emmons & Colby, 1995), 심리적 고통을 더 많이 호소하고 우울한 것으로 나타났다(King & Emmons, 1990). 또한 주관적 안녕감 및 심리적 안녕감이 낮게 나타나며(김태희, 김갑숙, 2014; 박하얀, 정윤경, 최해연, 2015), 부정적인 방어기제인 미성숙한 방어기제, 자기 억제, 갈등 회피 등을 더 많이 사용하는 것으로 나타나(김우석, 2004) 개인의 삶에 부정적인 영향을 주는 것으로 나타났다.

정서표현양가성은 몇 가지 속성에 따라 구분되어 연구되어 왔다. King과 Emmons(1990)는 정서표현 양가성을 긍정 정서표현 양가성(positive)과 부정 정서표현 양가성(negative)으로 구분하였으며 이후의 연구들에서도 대부분 이들의 구분에 따라 2요인을 사용하였다. 일부 연구에서는 ‘정서를 표현하고 싶지만 억제하거나(inhibited)’, ‘표현하지 않으면서 표현하거나(reluctant)’, ‘정서를 표현하고는 후회하는(regretted)’ 양가성의 차원(Katz & Campbell, 1994) 또는 ‘정서표현 결과에 대해 지나친 반추(Rumination)와 부정 정서 표현 통제(Control)’의 차원이 구분될 것이라고 논의되었다(최해연, 2008; Chen, Cheung, Bond, & Leung, 2004; Emmons & Colby, 1995). 최해연과 민경환(2007)은 한국의 문화적 상황을 고려하고, 정서표현 억제 행동의 동기적 속성에 따라 ‘자기방어적 양가성(Self-Defensive Ambivalence)’과 ‘관계관여적 양가성(Relationship-Involved Ambivalence)’으로 구분하였다. 자기방어적 양가성은 자기방어적인 동기를 가진 정서표현양가성의 개념으로, 자신의 정서를 표현하는 데에 있어서 정서표현 후 부정적인 결과에 대한 두려움과 정서표현에 대한 불능감 및 표현하지 못하고 갖게 되는 불충족한 욕구를 포함한다. 관계관여적 양가성은 관계를 고려하거나 체면을 유지하려는 동기를 가진 정서표현양가성의 개념으로, 의식적인 행동이나 표현의 통제, 신중함, 관계 민감성을 포함한다.

최해연 등(2007)은 한국이라는 문화적 맥락을 고려했을 때 정서표현 양가성의 두 하위변인이 차별적 효과를 가질수 있다는 점을 지적하였다. 관계 관여적 양가성은 관계성을 고려하여 행동을 자제하는 성격을 가지므로 보다 적응적이며, 자기방어적 양가성은 자신의 정서를 표현했을 때 수용되지 않고 오해되거나 거부되거나 웃음거리가 되는 등 부정적인 표현결과를 두려워하여 정서상황을 억제하고 회피하는 성격을 가지므로, 후자가 심리적 건강에 보다 역기능적 작용을 한다는 것이다. 정서표현에 양가적이게 되는 동기가 다르며, 정서표현 양가성의 두 하위변인이 차별적으로 영향을 미칠수 있다는 점을 고려했을 때, 타인과의 관계성을 고려하여 정서를 억제하는 것 보다, 표현결과를 두려워하여 자신의 정서를 억제하고 경험을 회피하는 것이 대인관계 유능성을 저해하는 더 큰 요소로 작용할 수 있으므로, 본 연구에서는 정서표현 양가성 중 자기방어적 양가성을 선택하여 대인관계 유능성에 미치는 영향을 알아보고자 한다.

종합해보면 자기방어적 양가성은 정서표현 양가성의 두 하위차원 중 하나로, 정서를 표현했을 때 거부당하거나 오해받을 수 있을 것 같은 걱정으로 인해 정서를 제대로 표현하지 못하는 것을 말한다. 이러한 자기방어적 양가성이 범상황적으로 경직되게 나타날 때 개인은 각종 심리적·신체적 문제를 나타낼 수 있다. 본 연구에서는 자기방어적 양가성을 정서표현 후 부정적인 결과에 대한 두려움으로 정서표현에 대한 불능감을 느끼거나, 정서를 표현하지 못하고 갇게 되는 불충족한 욕구로 정의하며(최해연, 민경환, 2007), 자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에 미치는 영향을 밝히고자 한다.

4. 대인관계 유능성

가. 대인관계 유능성의 개념

대인관계란 다른 사람과의 상호작용을 말하며(Ellenson, 1982), 개인이 타인을 대하는 보편적인 심리적 지향성이자 내적인 특성과 외적인 행동 간의 관계이다(Heider, 1964). 인간은 소속감과 사랑의 욕구를 기본적 욕구로 가진 사회적 존재로, 태어나 죽음에 이르기까지 일생에 걸쳐 타인과 상호작용한다. 따라서 개인이 사회에 잘 적응해 나가기 위해 대인관계가 차지하는 비중이 크며 삶에 있어 매우 중요한 부분을 차지한다고(권석만, 2004) 볼 수 있다.

대인관계 유능성(interpersonal competence)은 Spitzberg와 Cupach(1989)가 명명한 개념으로 타인과 효과적으로 관계를 형성하고 지속할 수 있는 능력을 의미한다. 대인관계 유능성에 대한 연구는 Thorndike(1920)의 사회지능(social intelligence) 연구에서부터 시작되었다. Thorndike(1920)는 자신과 타인의 내적 동기, 상태, 행동을 인식하고 이를 바탕으로 적절히 대처하는 능력을 사회지능이라 정의하며 다른 유형의 지능과 구분하였다. 이후로 대인관계와 관련된 능력이나 기술은 사회적 기술(social skills), 사회적 유능성(social competence), 의사소통 유능성 (communicative competence), 관계적 유능성(relational competence) 등으로 불리며 연구되어 왔으나 이러한 용어들이 모두 유사한 개념을 설명하고 있기 때문에 Spitzberg와 Cupach(1989)가 가장 일반적인 용어로 ‘대인관계 유능성’을 사용할 것을 제안하였다.

대인관계 유능성은 효과성(effectiveness)과 적절성(appropriateness)의 두

가지 개념으로 구성되어 있다(Spitzberg & Cupach, 1989). 효과성은 타인과 상호작용 과정에서 상대방을 잘 통제할 수 있는 능력을 가지고 효과적으로 목표 및 과업을 달성하는 것을 말하며(하지희, 2015; 한나리, 이동귀, 2010), 적절성은 사회적으로 요구되는 기대, 규범, 규칙 등을 위배하지 않으면서 예의 바르고 재치 있게 다른 사람과의 관계를 형성하는 것을 말한다(한나리, 2009) 즉, 적절한 맥락에서 효과적으로 상호작용하는 것이 대인관계 유능성을 높인다고 볼 수 있다.

대인관계 유능성은 다른 사람과의 관계 및 상호작용 하는 능력, 자신의 권리나 불쾌감을 적절하게 주장하는 능력, 타인을 정서적으로 지지하는 능력, 다른 사람과의 갈등을 관리하는 능력, 자신을 다른 사람에게 개방하는 능력의 다섯 가지 영역으로 구분할 수 있다(Buhrmester, Furman, Wittenberg, & Reis, 1988). 관계 형성 및 개시 능력은 만남이나 모임을 제안하고 참여하거나 새로 만난 사람들에게 좋은 인상을 주는 능력으로, 확장된 대인관계 속에서 새로운 관계를 형성하고 성인기의 사회생활을 준비하는 데 기반이 되는 능력이다. 권리나 불쾌함을 주장하는 능력은 상대방에게 자신의 권리나 권한을 주장하고 적절하게 불쾌함을 표출할 수 있는 능력을 의미한다. 개인적인 정보를 개방하는 능력은 신뢰하는 상대방에게 본인의 개인적인 부분을 신중하게 개방하는 것을 의미한다. 갈등을 관리하는 능력은 다른 사람과의 관계에서 발생하는 문제를 적절히 해결할 수 있는 능력을 말한다. 마지막으로 타인을 정서적으로 지지하는 능력은 상대방의 감정에 대한 공감을 표현하는 것을 뜻한다(정솔피, 2017).

한나리와 이동귀(2009)가 한국 대학생들을 대상으로 타당화한 연구에서는 대인관계 유능성의 영역은 타인에 대한 배려, 적절한 자기개방, 관계형성 및 개시, 권리나 불쾌함에 대한 주장, 갈등관리의 5가지 영역으로 나타났다. 그 중 Buhrmester 등(1988)에 비해 새롭게 나타난 영역은 타인에 대

한 배려와 적절한 자기개방이다. ‘타인에 대한 배려’는 실질적 조언이나 도움을 넘어 타인의 기분이 상하지 않도록 배려하고 더 좋은 기분을 느낄 수 있도록 돕는 것을 의미하며 이 영역은 한국 대학생에게서 나타나는 독특한 대인관계 유능성 영역이자 동시에 가장 높게 지각하는 영역이었다(한나리, 2009). ‘적절한 자기개방’은 관계, 시기 및 내용 면에서 얼마나 적절한지 고려하여 신중하게 자신을 개방하는 능력을 말한다.

종합해보면 대인관계 유능성은 사회지능의 일부분으로, 효과적이고 적절하게 다른 사람과 관계를 맺고 유지하는 능력을 말한다. 외국과 우리나라에서 대인관계에 영향을 미치는 중요한 요인에는 사회·문화적인 차이가 있으므로 그 차이를 고려하여 대인관계 유능성에 대해 살펴보는 것이 필요하다. 본 연구에서는 대인관계 유능성을 Spitzberg와 Cupach(1989)가 정의한 개념인 타인과 효과적으로 관계를 형성하고 지속할 수 있는 능력으로 보고 연구를 진행하고자 한다.

나. 대학생과 대인관계 유능성

심리사회적 발달 이론에서 대학생 시기는 성인초기로 이성 관계와 친구 관계 속에서 자아를 발견하고, 이 과정에서 타인과의 친밀감을 형성하는 과업을 수행한다고 하였다. 이 시기에 사회적인 친밀감을 형성하지 못할 경우 고립감으로 이어지게 되고 그로 인해 심리적인 어려움에 봉착한다고 주장하며, 성인초기인 대학생 시기의 중요한 발달과업은 자아정체감의 형성과 타인과의 친밀한 대인관계 능력을 갖추는 것(Erickson, 1982)이라고 강조하였다.

특히, 우리나라 대학생의 경우, 치열한 입시경쟁으로 인해 청소년기에 적절한 대인관계 경험이 부족한 경우가 많으므로, 초기청년기인 대학생 시기

의 대인관계 형성은 더욱 중요한 과업이라고 볼 수 있다. 대학생 시기는 같은반 친구들과의 소속감으로 제한된 대인관계를 경험했던 청소년 시기와는 달리, 대인관계의 폭이 넓어지고 그 형태도 다양해진다. 따라서 바람직한 대인관계를 형성하기 위해서는 새로운 노력과 시도가 필요하다. 대학생은 새롭고 복잡해진 상황 속에서 주어진 규칙 없이 스스로 관계를 만들어가는 시기로, 이러한 과정에서 어려움과 불안을 겪게 된다. 또한 진지한 이성 교제가 이루어지는 시기로, 이를 통해 성인으로서 진지하고 강렬한 감정이 개입되는 새로운 대인관계를 경험하게 되고 만남과 이별을 하게 되는 경우도 있다(권석만, 2004).

대인관계 문제를 경험하는 대학생들은 고립감, 공허감, 스트레스 등 다양한 심리적 어려움을 경험하게 되며, 이러한 어려움은 우울, 사회불안 또는 성격장애와 같은 다양한 심리적 부적응으로 연결되기도 한다(박경, 2003; 안희애, 2006; Soldz et al., 1995; Pincus & Wiggins, 1990). 따라서 대학생들의 바람직한 대인관계 형성과 생활적응을 돕기 위해서는 다른 사람과 효과적으로 관계를 형성하고 유지하는 능력(Spitzberg & Cupach, 1989)인 대인관계 유능성에 대한 체계적인 연구가 요구된다.

대인관계 유능성이 높은 개인은 삶에 있어서 주관적 안녕감과 만족감 수준이 더 높게 나타나며(오지혜, 윤혜미, 2017), 대인관계를 원만하게 형성하지 못하는 사람들에 비해 더 건강하고 행복한 삶을 사는 것으로 밝혀졌다(Oishi, Dieneri, & Lucas, 2007). 반면에 대인관계 유능성이 낮을 경우 신체적·정신적 건강에 악영향을 미쳐, 우울과 불안 등에 취약하게 되고 부적응이 초래된다(한나리, 이동귀, 2010; Spitzberg & Cupach, 1989). 또한 인간의 기본적 욕구 뿐만 아니라 상위 수준 욕구의 대부분이 타인과 상호작용하는 과정을 통해서만 충족될 수 있으므로, 대인관계 유능성은 욕구 충족을 위해서도 기본적으로 갖추어야 할 필수능력으로 볼 수 있다. 이외에도

대인관계 유능성이 부족할 경우 대학생활 뿐만 아니라 이후의 직업적 부적응에도 영향을 미칠 수 있으므로(이창배, 전해성, 2015), 대학생 시기에 대인관계 유능성을 획득하는 것은 매우 중요하다.

대학생의 대인관계 유능성을 예측하는 변인들을 개인 외적인 요인인 환경변인과 개인 내적인 요인인 개인변인으로 구분해서 보면 다음과 같다. 환경변인으로는 가족분화(이창배, 전해성, 2015), 부모-자녀 관계(이지선, 정혜정, 2016), 부모의 조건적 관심(이한울, 2018), 부모애착(김소현, 2018), 부모양육태도(박지혜, 2017), 성인애착(고은별, 2018; 김지연, 2016; 박용주, 박원주, 2016), 사회적지지(김희진, 주은지, 2018; 홍나영, 2017)를 들 수 있으며, 개인변인은 정서인식 명확성(박용주, 박원주, 2016), 인지적 정서조절(김지연, 2016), 인지적 공감(김경희, 이희경, 2015), 거부민감성(김향선, 이영순, 2011), 내현적 자기에(이성욱, 송현주, 2011), 자기수용(허토실, 최수미, 2017), 긍정정서(김경희, 이희경, 2015), 부정정서(박용주, 박원주, 2016), 완벽주의(이연실, 서인균, 2017) 등의 변인이 포함된다.

종합해보면 대학생 시기는 타인과의 친밀감을 형성하는 과업을 수행하는 시기로, 관계에 대한 새로운 시도와 노력이 필요한 시기이며, 다양하고 새로운 관계들을 경험하는 시기이다. 이 시기의 대인관계 유능성은 심리적 안녕감, 학교적응 및 직업적 부적응에도 영향을 미칠 수 있으므로 대인관계를 잘 할 수 있는 능력인 대인관계 유능성을 길러주는 것은 향후 정서적, 행동적, 직업적 부적응을 예방한다는 측면에서 의의가 있을 것이다.

5. 변인들간의 관계

가. 성인애착과 대인관계 유능성

Bowlby(1969)의 애착이론에 의하면, 인간은 유아기부터 성인기에 이르기까지 역동적인 내적작동모델을 통하여 세상을 이해한다. 즉, 양육자와의 애착관계를 통하여 자신과 타인에 대한 심리적 표상을 형성하게 되며, 이를 통해 이후의 대인관계에서 자신에 대한 개념을 구축하고 타인의 반응을 예상하는 것이다. 초기 부모와의 안정된 애착 관계는 아동기와 청소년기, 성인기에 이르기까지 대인 관계의 기초가 되며, 전 생애에 걸쳐 개인의 심리적 발달에 영향을 끼치고, 한 개인이 지속적으로 맺게 되는 대인관계의 질을 결정한다(Egeland, Carlson, & Sroufe, 1993). 따라서 안정적인 애착을 형성할 경우, 대인관계에서 보다 적응적으로 기능할 수 있으며, 불안정한 애착을 형성할 경우 대인관계에서 보다 부적응적으로 기능할 수 있다는 것을 예상할 수 있다.

실제로 애착 및 성인애착과 대인관계간의 관계를 밝히고 있는 여러 선행 연구에서는 일관성 있는 결과들이 도출되고 있는데, 안정된 애착을 형성할수록 대인관계의 다양한 영역에서 보다 적응적으로 기능하며(장석진, 2007), 불안정한 애착을 형성할수록 대인관계 유능성이 낮아진다(박원주, 2016)는 점을 보여주고 있다.

최근에는 성인애착을 애착불안과 애착회피 차원으로 나누어 각각의 차원이 대인관계유능성에 영향을 미치는 경로를 탐색하는 연구들이 진행되고 있는데, 두 차원이 다소 상이한 경로를 지니는 것으로 밝혀지고 있다(박용주, 박원주 2016; 신지옥, 2006; 이정희, 심혜숙, 2007, 정경민, 이영호, 2014). 성인남녀를 대상으로 한 연구에서 애착회피는 직접적으로 대인관계 유능성에 영향을 주는 동시에 정서주의와 정서조절(신지옥, 2006), 부정정서 혹은 정서인식명확성과 부정정서의 이중매개로(박용주, 박원주, 2016)

간접적으로도 영향을 주었으나, 애착불안의 경우 직접적인 경로는 유의미하지 않고 정서주의와 정서조절(신지옥, 2006), 정서인식명확성과 부정정서의 이중매개로(박용주, 박원주, 2016) 간접경로만 유의한 것으로 나타났다. 대학생들을 대상으로 한 연구에서도 애착회피는 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 주었으나 애착불안은 인지편향을 매개로 간접적인 영향을 주는 것으로 밝혀졌다(이정희, 심혜숙, 2007). 즉, 애착유형에 따라 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로에 차이가 있음을 보이고 있다. 따라서 애착회피와 애착불안을 구분하여 이들이 대인관계 유능성에 미치는 영향에 대한 추가적인 연구가 필요할 것으로 보인다.

이상으로 애착체계의 내적작동모델이 대인관계 유능성에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 하지만 아직까지 애착회피와 애착불안이 대인관계 유능성에 미치는 경로의 차이에 대한 연구는 부족한 실정이므로 추가적인 연구가 필요하다. 본 연구에서는 애착회피와 애착불안이 대인관계 유능성에 미치는 경로를 확인함으로써 서로 다른 차원의 불안정 성인애착을 형성한 대학생의 대인관계 유능성을 증진시키는데 도움이 될 수 있을 것으로 보인다.

나. 성인애착과 무조건적 자기수용

내적작동모델에 의하면, 어렸을 때 양육자와의 관계는 내면화 되어 개인 삶의 원형으로 작동한다. 따라서 수용과 존중적인 양육을 경험한 개인은 자신을 수용할 수 있는 긍정적 내적 작동 모델을 형성할 것이며, 거부, 방임등의 부정적인 양육을 경험한 개인은 자기 자신에 대해 왜곡되거나 부정적인 자아상을 형성할 수 있다. 즉, 수용적인 부모와의 관계에서 건강하고 안정적인 애착을 형성한 아동은 자신의 능력을 긍정적으로 평가하고 수행

에 대해 확신을 갖지만, 거부적인 부모와의 애착을 형성한 아동은 스스로를 부적절하거나 무가치한 사람으로 인식하게 되어 낮은 자존감을 나타내게 된다(이영숙, 2003). 또한 지지적 환경에서 스스로를 긍정적으로 지각한 개인은 자신에 대한 강한 자신감을 갖지만, 반복적인 부정적 피드백에 노출된 개인은 스스로를 부정적으로 평가하며 부정적 자아상을 가질 가능성이 높아진다(안상원, 2014). 이를 통해 애착이론이 무조건적 자기수용을 이해하는 중요한 틀을 제공할 수 있음을 가정할 수 있다.

아동을 대상으로 한 연구에서는, 아동의 모애착이 높을수록 무조건적 자기수용이 높게 나타났다(정성연, 최희철, 2013). 미혼여성을 대상으로 한 연구에서는 타인을 믿고 신뢰하여 그들을 심리적 안전기지로 활용할 수 있는 정도를 의미하는 애착의존이 높을수록 자기수용이 높게 나타났고, 타인에게 거절당하거나 버림받을 것에 대해 불안해하는 것을 의미하는 애착불안이 높을수록 자기수용이 낮게 나타났다(최현국, 2010). 대학생들을 대상으로 한 연구에서는 부모애착이 높을수록 자기수용이 높게 나타났으며(우유정, 2018), 성인애착의 두 차원인 애착회피와 애착불안이 높을수록 무조건적 자기수용이 낮은 것으로 나타났다(김혜경, 2015; 류지희, 2017; 안상원, 2014). 부모애착은 성인애착에 직접적(선상화, 2009; 신미, 2006; 조영주, 최해림, 2001), 간접적(조화진, 서영석, 2010; 주은지, 2011)으로 영향을 미친다는 점을 고려했을 때 부모애착이 높을수록 애착회피와 애착불안이 낮게 나타나서 무조건적 자기수용이 높아지는 것으로 볼 수 있다.

이상의 연구에서 성인애착이 높을수록 무조건적 자기수용이 낮게 나타날 것이라는 가정이 가능하며, 본 연구에서는 성인애착이 무조건적 자기수용을 통해서 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로를 살펴보고자 한다.

다. 무조건적 자기수용과 대인관계 유능성

자기수용은 사람과의 관계에 있어서 유용한 변인으로 인식된다(임전옥, 장성숙, 2012). Rogers(1951)는 사람들은 자신을 바라보는 방식과 자신에 대한 태도를 가지고 주위 사람들을 바라보고 대하는 경향이 있기 때문에, 자기 자신의 모습을 있는 그대로 수용하는 사람들은 이와 비슷하게 타인을 수용할 수 있어 대인관계를 좀 더 유능하게 맺을 수 있다고 설명하였다(Omwake, 1954). 따라서 자기를 있는 그대로 수용할 수 있는 사람은, 타인도 있는 그대로 수용할 수 있으므로, 타인의 권리를 존중하고 타인의 단점에도 불구하고 그들에게 긍정적으로 반응할 수 있어(Shepard, 1979) 보다 원만한 대인관계를 형성할 수 있다.

실제로 자기수용이 높은 사람은 타인에 대한 공감을 더 잘하고(이주연, 2014; 차명숙, 2005), 대인관계 만족도가 높으며(안상원, 2014), 타인에 대한 친밀감이 높고(유성민, 2014) 대인관계 능력이 높은 것으로(김경진, 2013) 밝혀졌다. 또한 대학생을 대상으로 한 연구에서 자기수용이 높을수록 대인관계 유능성이 높은 것으로 나타났다(남여정, 2017; 한자연, 2017; 허토실, 최수미, 2017).

이상의 연구에서 무조건적 자기수용이 높을수록 대인관계 유능성이 높게 나타날 것이라는 가정이 가능하며, 본 연구에서 성인애착이 무조건적 자기수용을 통해서 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로를 밝히고자 한다.

라. 성인애착과 자기방어적 양가성

불안정한 성인애착은 정서표현을 억압하는 특징을 가진다. 애착 회피가 높은 개인은 상대에 대한 거절감과 두려움이 커서 타인과 친밀해지는 것을 불편해 하므로 타인과 관계된 정서를 느끼는 것 자체에 불편함을 느낀다.

이들은 정서와 관련된 사고 및 욕구를 억제·회피하며 정서를 밖으로 표현하지 않고 내적으로만 유지하게 된다. 애착불안이 높은 개인은 대인관계에서 거부당할까봐 불안해하며 내적 고통을 증폭시켜 타인의 관심을 받고자 한다. 하지만, 정작 타인의 도움이 필요할 때는 거절 당할 것 같은 두려움으로 정서 표현을 억압하고, 상대방에게 거절당하지 않도록 간접적으로 도움을 요청하는 경향이 있다(Mikulincer & Shaver, 2007). 따라서 애착회피와 애착회불안이 높은 개인은 관계에서 거부당할 것 같은 두려움으로 자신의 정서표현을 억제하는 자기방어적 양가성이 높아질 것으로 예측할 수 있다.

정서표현 양가성의 하위개념을 구분한 연구가 많지 않고, 정서표현 양가성 전체를 측정한 연구가 대부분이므로 성인애착이 정서표현 양가성에 미치는 영향을 살펴보면 다음과 같다. 불안정 성인애착이 높을수록 정서표현 양가성 높아지는 것을 볼 수 있는데 애착불안이 애착회피보다 정서표현 양가성에 더 큰 영향을 끼치는 공통된 결과를 보여준다(김민정, 조민아, 2017; 김성주, 이영순, 2016; 김영희, 신현숙, 2017). 또한 대학생을 대상으로 한 연구에서 애착불안이 높을수록 자기방어적 양가성과 관계관여적 양가성이 모두 높게 나타났다(이건화, 2017).

성인애착과 자기방어적 양가성을 따로 구분해서 본 연구가 많지는 않지만 성인애착이 정서표현양가성에 미치는 영향을 보았을 때 성인애착이 높을수록 자기방어적 양가성이 높을 것이라는 가정이 가능하며, 본 연구에서 성인애착이 자기방어적 양가성을 통해서 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로를 밝히고자 한다.

마. 자기방어적 양가성과 대인관계 유능성

원만한 대인관계에서 가장 핵심 역할을 하는 능력은 타인과의 상호작용에서 일어나는 일을 정확하게 판단하여 적절하게 대응하는 것이다. 즉, 자신의 정서를 정확하게 인식하고 표현하는 능력이 원만한 대인관계 형성의 핵심이 된다고 할 수 있다(심혜숙, 왕정희, 2001). 따라서 거부당할 것 같은 두려움과 감정을 표현하는 것 자체에 어려움을 느껴 정서표현을 억제하는 자기방어적 양가성은 대인관계에 역기능적으로 작용할 수 있음을 예측할 수 있다.

자기방어적 양가성과 대인관계 유능성을 따로 구분해서 본 연구가 거의 없으므로, 정서표현 양가성과 대인관계에 관한 선행연구를 살펴보면 다음과 같다. 정서표현에 대해 갈등하는 사람들은 대인관계 상황에서도 친밀감에 대한 두려움을 가진다. 이들은 자신이 다른 사람으로부터 도움을 받을 수 없다고 생각하고 자신을 드러내는 것을 두려워하기 때문에 주변사람들에게 친밀한 감정을 표현하지 않으려고 한다(Emmons & Colby, 1995). 정서표현 양가성이 높은 사람들은 자기개방 및 상호작용에 소극적인 태도를 보이며(오충광, 정남운, 2007), 대인관계에서 바람직하지 못한 특성인 비판, 통제, 냉담, 의심, 회피, 고립, 소심 등이 나타난다(안희애, 2006). 또한 정서표현 양가성이 높을수록 대인관계 문제를 더 많이 호소했으며(김영희, 신현숙, 2017), 대인관계 만족도가 떨어지는 것으로 나타났고(홍윤정, 이영선, 2017) 대학생을 대상으로 한 연구에서 정서표현 양가성이 대인관계 유능성에 부적인 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다(구승희, 이영순, 2011).

이상의 연구에서 자기방어적 양가성은 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 미칠 것이라는 가정이 가능하며, 본 연구에서는 성인애착이 자기방어적 양가성을 통해서 대인관계 유능성에 미치는 경로를 밝히고자 한다.

Ⅲ. 연구 방법

1. 연구대상 및 자료수집

가. 연구대상

본 연구는 A시, B시, C시에 소재하고 있는 대학 4곳에 재학 중인 남, 여 대학생 368명을 대상으로 실시하였다. 연구대상자의 인구통계학적 특성은 표 1과 같다.

표 1. 연구대상자의 인구통계학적 특성

구분		빈도(명)	백분율(%)
성별	남	132	35.9
	여	236	64.1
학년	1	105	28.5
	2	112	30.4
	3	82	22.3
	4	69	18.8
합계		368	100

연구 대상자의 성별은 전체 응답자 368명 중 남성 132명(35.9%), 여성 236명(64.1%)으로 여성이 더 많았다. 연구대상자의 학년은 1학년 105명(28.5%), 2학년 112명(30.4%), 3학년 82명(22.3%), 4학년 69명(18.8%)로 나타났다.

나. 자료수집

2018년 9월부터 10일부터 21일 까지 12일간 A시, B시, C시에 소재한 대학 4개교에서 설문지의 배포 및 수거가 이루어졌다. 설문조사 실시 전에 담당 강사에게 조사 실시 지침 및 안내사항을 전달하였고 대학 강의가 종료된 후 설문을 실시하였다.

설문에 응답하기 전, 연구자의 연구목적과 설문지에 대한 설명 및 결과 처리 방법, 주의 사항, 익명성 보장 등에 대해 충분히 설명하고 이에 동의한 학생들을 연구에 참여시켰다.

설문지는 410부를 배부하였고, 그 중 385부가 회수되어 90%의 회수율을 보였으며, 회수된 설문지 중 무작위 응답 및 불성실한 응답을 한 설문지 17부는 분석에서 제외하였다. 그 결과 총 368부가 최종 분석 자료로 사용되었다.

설문지는 일반적 특성을 조사하기 위한 인적사항과 성인애착 척도, 무조건적 자기수용 척도, 자기방어적 양가성 척도, 대인관계 유능성 척도 순으로 구성되어 있으며, 모두 자기보고식 검사지를 사용하였다. 이 검사들은 시간차에 따른 외부변인의 영향을 최소화하기 위해 동시에 사용되었으며, 설문을 완료한 대상자들에게는 적절한 보상을 지급하였다. 전체 설문지 작성 시간은 약 10-15분 정도 소요되었다.

2. 측정도구

가. 성인애착 척도

본 연구에서는 성인애착을 측정하기 위해서 Brennan 등(1998)이 개발한 친밀관계 경험 척도(Experiences Close Relationship Scale)를 Fraley 등(2000)이 보완하고, 김성현(2004)이 번안한 한국판 친밀관계 경험 검사를 사용하였다. 이 척도는 애착회피(18문항), 애착불안(18문항)으로 모두 36문항으로 구성되어 있다. 각 문항들은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다(7점)’ 까지 7점 Likert식 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 불안정한 성인애착 수준이 높음을 의미한다. 김성현(2004)의 연구에서는 애착회피의 신뢰도(Cronbach’s α)는 .85, 애착불안의 신뢰도(Cronbach’s α)는 .89로 나타났다.

본 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach’s α)는 .94로 나타났으며 전체신뢰도 및 하위요인별 문항구성과 신뢰도는 표 2와 같다.

표 2. 성인애착의 하위요인별 문항 구성과 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
애착회피	2, 6, 8*, 10, 12, 13, 14, 15, 17, 20, 21, 22, 23*, 24, 25, 26, 31, 36	18	.90
애착불안	1, 3*, 4, 5*, 7*, 9*, 11, 16, 18*, 19, 27*, 28*, 29*, 30*, 32*, 33*, 34*, 35	18	.93
전체		36	.94

* 역채점 문항

나. 무조건적 자기수용 척도

본 연구에서는 무조건적 자기수용을 측정하기 위해서 Chamberlain과 Haaga(2001a)가 개발한 무조건적 자기수용 척도(Unconditional Self

Acceptance Questionnaire)를 Chamberlain과 Haaga(2001b)가 수정한 USAQ-R을 추미례와 이영순(2014)이 번안, 타당화한 무조건적 자기수용척도를 사용하였다. 이 척도는 존재로서의 자기수용(5문항), 판단분별로부터 자기수용(6문항), 피드백으로부터 자기수용(4문항)으로 모두 15문항으로 구성되어 있다. 각 문항들은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다(5점)’ 까지 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 무조건적 자기수용 수준이 높음을 의미한다. 추미례와 이영순(2014)의 연구에서는 존재로서의 자기수용의 신뢰도(Cronbach’s α)는 .71, 판단분별로부터 자기수용의 신뢰도(Cronbach’s α)는 .72, 피드백으로부터 자기수용의 신뢰도(Cronbach’s α)는 .58로 나타났으며 전체 신뢰도(Cronbach’s α)는 .78로 나타났다.

본 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach’s α)는 .83으로 나타났으며 전체신뢰도 및 하위요인별 문항구성과 신뢰도는 표 3과 같다.

표 3. 무조건적 자기수용의 하위요인별 문항 구성과 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
존재로서의 자기수용	2, 5, 9, 13, 14	5	.80
판단분별로부터 자기수용	4*, 6*, 7*, 8*, 11*, 12*	6	.72
피드백으로부터 자기수용	1*, 3, 10*, 15*	4	.63
전체		15	.83

* 역채점 문항

다. 자기방어적 양가성 척도

본 연구에서는 자기방어적 양가성을 측정하기 위해서 King과 Emmons(1990)가 개발하고 최해연과 민경환(2007)이 번안, 타당화한 한국판 정서표현 양가성 척도를 사용하였다. 이 척도는 관계관여적 양가성(8문항), 자기방어적 양가성(13문항)으로 모두 21문항으로 구성되어 있으며 본 연구에서는 정서표현 양가성의 두 가지 차원 중 자기방어적 양가성을 알아보기 위해 자기방어적 양가성 13문항만을 사용하였다. 각 문항들은 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)에서 ‘매우 그렇다(5점)’ 까지 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 자기방어적 양가성이 높음을 의미하며 척도에 역문항은 포함되지 않았다. 최해연과 민경환(2007)의 연구에서는 관계관여적 양가성의 신뢰도(Cronbach's α)는 .78, 자기방어적 양가성의 신뢰도(Cronbach's α)는 .89로 나타났으며 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .90으로 나타났다.

본 연구에서 자기방어적 양가성의 신뢰도(Cronbach's α)는 .90으로 나타났다.

라. 대인관계 유능성 척도

본 연구에서는 대인관계 유능성을 측정하기 위해서 Buhrmester 등(1988)이 개발한 ‘대인관계 능력 검사지’(Interpersonal Competence Questionnaire)를 한나리와 이동귀(2010)가 번안, 타당화한 한국판 대인관계 유능성 척도를 사용하였다. 이 척도는 관계 형성 및 개시(8문항), 권리나 불쾌감에 대한 주장(7문항), 타인에 대한 배려(7문항), 갈등관리(6문항), 적절한 자기개방(3문항)으로 모두 31문항으로 구성되어 있다. 각 문항들은 ‘잘 못한다’(1점)에서 ‘매우 잘한다(5점)’ 까지 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 대인관계 유능성이 높음을 의미한다. 한나리와 이

동귀(2010)의 연구에서는 관계 형성 및 개시의 신뢰도(Cronbach's α)는 .90, 권리나 불쾌감에 대한 주장의 신뢰도(Cronbach's α)는 .83, 타인에 대한 배려의 신뢰도(Cronbach's α)는 .78, 갈등관리의 신뢰도(Cronbach's α)는 .74, 적절한 자기개방의 신뢰도(Cronbach's α)는 .63로 나타났으며 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .63으로 나타났다.

본 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .91로 나타났으며 전체신뢰도 및 하위요인별 문항구성과 신뢰도는 표 4와 같다.

표 4. 대인관계 유능성의 하위요인별 문항 구성과 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	신뢰도
관계 형성 및 개시	1, 5, 9, 12, 17, 19, 23, 28	8	.87
권리나 불쾌감에 대한 주장	2, 6, 10, 13, 20, 24, 29	7	.83
타인에 대한 배려	3, 15, 21, 22, 25, 26, 30	7	.83
갈등관리	4, 8, 16, 18, 27, 31	6	.76
적절한 자기개방	7, 11, 14	3	.64
전체		31	.91

3. 자료 분석

본 연구의 자료는 SPSS 24.0과 SPSS MACRO PROCESS 3.1을 사용하여 다음과 같은 방법으로 분석하였다.

첫째, 연구 참가자의 인구통계학적 특성을 살펴보기 위하여 SPSS 프로

그램을 이용하여 각 변인별로 빈도와 백분율을 산출하였다. 그리고 각 척도의 신뢰도를 살펴보기 위하여 Cronbach's α 계수에 의한 내적합치도를 산출하였다.

둘째, 연구 변인들 간의 상관관계를 확인하기 위하여 SPSS 프로그램을 이용하여 Pearson의 적률상관계수를 산출하였다.

셋째, 회귀식의 모수들을 추정하기 위하여 Hayes(2013)가 개발한 SPSS MACRO PROCESS를 사용하여 회귀기반 경로분석(ordinary least squares regression-based path analysis)을 실시하였다. SPSS MACRO PROCESS는 기존 SPSS 프로그램에서 사용되어 온 Baron과 Kenny(1986), Sobel(1982)의 매개효과 분석 방법들의 제한점을 보완하기 위하여 Hayes와 그의 동료들(2013)이 개발한 응용프로그램이다. 기존 연구들에서 매개효과 분석을 위하여 주로 사용했던 것은 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 분석과 MacKinnon 등(2002)의 Sobel test를 병행하는 방법으로, 다중매개모형(multiple mediator model) 혹은 이중매개모형(double mediator model)과 같은 정교한 매개모형을 검증하는 경우 연구모형의 측정오차를 반영하지 못하고, 정규분포를 항상 가정하지 못하는 한계가 있다(Preacher & Hayes, 2008). PROCESS는 기존의 방법들과 달리 정규성 분포를 가정하지 않아도 되는 이점이 있어 표본 크기가 작아 정규 분포 조건을 위배할 가능성이 있는 경우에도 사용할 수 있다. 또한 PROCESS에는 다양한 조절 및 매개모형을 나타내는 총 76개의 모형들이 미리 프로그래밍 되어 있어 동시에 여러 개의 회귀분석이 가능하며, AMOS 프로그램과 달리 추가적인 모형을 제시하지 않아도 개별 매개효과의 유의도를 검증할 수 있는 이점이 있다. 따라서 본 연구는 Hayes(2013)가 제안한 매개 모형의 절차에 따라 모델 4를 사용하여 두 개의 매개변인의 매개효과를 확인하였다.

마지막으로 PROCESS는 부트스트래핑(bootstrapping)을 사용하여 간접

효과의 유의성을 산출한다. 부트스트래핑은 대규모의 가상적 무선 표본을 만들어 모수추정치들의 표본분포를 추정하는 방법으로, 근사적인 (approximate) 표준오차 및 신뢰구간, 유의확률을 구하는 방법이다. 부트스트래핑을 위하여 재추출한 표본수는 Hayes(2013)가 제안한 10,000개로 설정하였고, 95% 신뢰구간에서 구한 간접효과를 검증하였다. 신뢰구간의 상한값과 하한값 사이에 0이 포함되지 않으면 간접효과가 통계적으로 유의한 것이다. PROCESS에서는 표준화 계수인 β 값이 산출되지 않으며, 직접 효과, 간접 효과 및 총 효과 값은 비표준화 계수인 B 값으로 보고하는 것이 권장된다(Hayes, 2013). 이에 본 연구에서는 회귀계수를 표준화 계수 대신 비표준화 계수로 제시하였다.



IV. 결 과

1. 예비 분석

가. 기술통계

본 연구의 주요 변인인 성인애착, 무조건적 자기수용, 자기방어적 양가성 및 대인관계 유능성에 대한 경로분석에 앞서 주요 변인들에 대한 기술통계를 산출하여 표 5에 제시하였다.

표 5. 변인별 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도 (N=368)

변인	성인애착		무조건적 자기수용	자기방어적 양가성	대인관계 유능성
	애착회피	애착불안			
평균	3.60	3.30	3.27	2.87	3.22
표준편차	.87	1.05	.67	.72	.55
왜도	.10	.01	.00	-.12	-.24
첨도	-.30	-.30	.65	-.08	.51

우선 변인들의 정규 분포성 충족 여부에 대한 유의성 검증을 확인하기 위하여 왜도와 첨도를 확인하였다. 그 결과, 모든 변인들의 왜도가 절대값 3미만, 첨도는 절대값 7미만으로 나타나 정규성 기준(West, Finch, & Curran, 1995)을 충족하였다.

나. 상관분석

연구변인간 상관관계를 살펴보기 위하여 Pearson의 적률상관계수를 산출한 결과를 표 6에 제시하였다.

표 6. 변인별 상관관계수

(N=368)

변인	성인애착		무조건적 자기수용	자기방어적 양가성	대인관계 유능성
	애착회피	애착불안			
성인애착 애착회피	-				
성인애착 애착불안	.46***	-			
무조건적 자기수용	-.43***	-.62***	-		
자기방어적 양가성	.46***	.71***	-.54***	-	
대인관계 유능성	-.45***	-.27***	.37***	-.31***	-

*** $p < .001$

이를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

먼저 애착회피와 무조건적 자기수용, 정서표현 양가성 및 대인관계 유능성의 상관은 다음과 같다. 첫째, 애착회피($r = -.45$, $p < .001$)는 대인관계 유능성과 부적상관을 보였다. 즉, 애착회피가 높을수록 대인관계 유능성은 낮게 나타났다. 둘째, 애착회피는 무조건적 자기수용과 부적 상관을 보여($r = -.43$, $p < .001$), 애착회피가 높을수록 무조건적 자기수용이 낮게 나타났다. 셋째, 애착회피는 자기방어적 양가성과 정적 상관을 보여($r = .46$, $p < .001$), 애착회피가 높을수록 자기방어적 양가성도 높게 나타났다. 넷째, 무조건적 자기수용은 대인관계 유능성과 정적 상관을 보여($r = .37$, $p < .001$), 무조건적 자기수용이 높을수록 대인관계 유능성이 더 높게 나타났다. 다섯째, 자기방어적 양가성은 대인관계 유능성과 부적 상관을 보여($r =$

-31, $p < .001$), 자기방어적 양가성을 더 많이 보일수록 대인관계 유능성은 낮아지는 것으로 나타났다.

다음으로 애착불안과 무조건적 자기수용, 자기방어적 양가성 및 대인관계 유능성의 상관은 다음과 같다. 첫째, 애착불안($r = -.27, p < .001$)은 대인관계 유능성과 부적상관을 보였다. 즉, 애착불안이 높을수록 대인관계 유능성은 낮게 나타났다. 둘째, 애착불안은 무조건적 자기수용과 부적 상관을 보여($r = -.62, p < .001$), 애착불안이 높을수록 무조건적 자기수용이 낮아졌다. 셋째, 애착불안은 정서표현 양가성과 정적 상관을 보여($r = .71, p < .001$), 애착불안이 높을수록 정서표현 양가성도 높게 나타났다.

2. 경로분석

가. 애착회피가 대인관계 유능성에 미치는 영향의 경로분석

애착회피가 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대학생의 대인관계 유능성에 미치는 영향에 대한 경로를 분석하여 표 7에 제시하였다.

표 7. 애착회피가 대인관계 유능성에 미치는 영향의 경로분석 (N=368)

경로		B	SE	t	F(df ₁ , df ₂)	R ²
애착회피	→ 무조건적 자기수용	-.24	.03	-9.07***	82.18***(1, 366)	.18
애착회피	→ 자기방어적 양가성	.28	.03	9.88***	97.62***(1, 366)	.21

애착회피	→	대인관계 유능성	-.37	.06	-6.35***		
무조건적 자기수용	→	대인관계 유능성	.38	.11	3.45***	37.92*** (3, 364)	.24
자기방어적 양가성	→	대인관계 유능성	-.10	.10	-.96		

*** $p < .001$

이를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 애착회피와 대인관계 유능성 사이의 개별적 관계에서 매개변인이 포함되지 않았을 때 애착회피는 대인관계 유능성에 직접적으로 부적 영향을 주었으며($B = -.37, p < .001$), 이 모형의 설명력은 23.8%였다. 둘째, 애착회피가 무조건적 자기수용을 통해 대인관계 유능성에 미치는 경로와 관련하여 애착회피가 무조건적 자기수용에 영향을 미치는 경로는 부적으로 유의하여($B = -.24, p < .001, R^2 = .18$), 애착회피가 높을수록 무조건적 자기수용이 낮아졌다. 또한 무조건적 자기수용이 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로는 정적으로 유의하여($B = .38, p < .001$) 무조건적 자기수용이 높을수록 대인관계 유능성이 높아지는 것으로 나타났다. 즉, 애착회피가 높으면 자기를 수용하는데 어려움을 느끼며 그로 인해 대인관계 유능성이 낮아지는 것이다. 셋째, 애착회피가 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 미치는 경로와 관련하여 애착회피가 자기방어적 양가성에 영향을 미치는 경로는 정적으로 유의하여($B = .28, p < .001, R^2 = .21$), 애착회피가 높을수록 자기방어적 양가성도 높아졌다. 그러나 자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에 미치는 경로는 유의하지 않았다($B = -.10, p > .05$). 즉, 애착회피가 높으면 자기방어적 양가성이 높아지지만 높아진 자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에 영향을 미치지 않는 것이다.

이와 같은 결과를 바탕으로한 본 연구의 모형은 그림3과 같다.

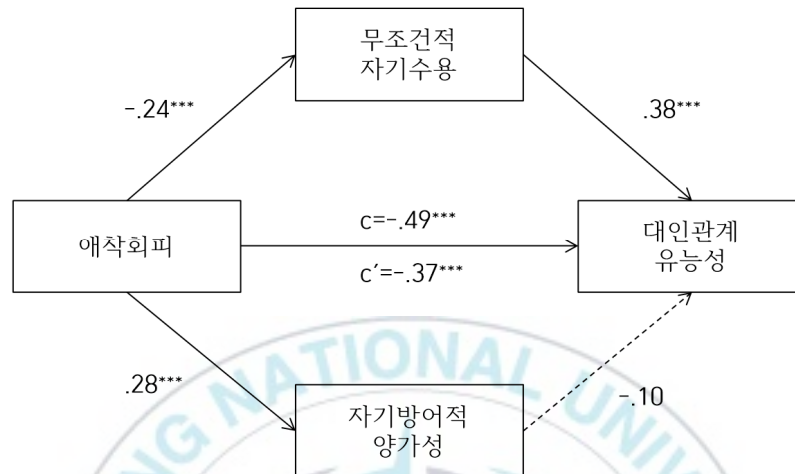


그림 3. 애착회피가 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로

- 1) 제시된 수치는 비표준화계수임.
 - 2) 실선은 유의한 경로를, 점선은 유의하지 않은 경로를 의미함.
 - 3) c = 총효과, c' = 직접효과
- *** p < .001

나. 애착불안이 대인관계 유능성에 미치는 영향의 경로분석

애착불안이 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대학생의 대인관계 유능성에 미치는 영향에 대한 경로를 분석하여 표 8에 제시하였다.

표 8. 애착불안이 대인관계 유능성에 미치는 영향의 경로분석 (N=368)

경로		B	SE	t	F(df ₁ , df ₂)	R ²
애착불안	→ 무조건적 자기수용	-.28	.02	-15.03***	226.03***(1,366)	.38
애착불안	→ 자기방어적 양가성	.35	.02	19.27***	371.41***(1,366)	.50
애착불안	→ 대인관계 유능성	.04	.07	.63		
무조건적 자기수용	→ 대인관계 유능성	.58	.12	4.73***	22.18***(3,364)	.15
자기방어적 양가성	→ 대인관계 유능성	-.34	.13	-2.70*		

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

이를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 애착불안과 대인관계 유능성 사이의 개별적 관계에서 매개변인이 포함되지 않았을 때 애착불안은 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 주지는 않았으며($B = .04$, $p > .05$), 이 모형의 설명력은 15.5%였다. 둘째, 애착불안이 무조건적 자기수용을 통해 대인관계 유능성에 미치는 경로와 관련하여 애착불안이 무조건적 자기수용에 영향을 미치는 경로는 부적으로 유의하여($B = -.28$, $p < .001$, $R^2 = .38$), 애착불안이 높을수록 무조건적 자기수용이 낮아졌다. 또한 무조건적 자기수용이 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로는 정적으로 유의하여($B = .58$, $p < .001$) 무조건적 자기수용이 높을수록 대인관계 유능성이 높아지는 것으로 나타났다. 즉, 애착불안이 높으면 자기를 수용하는데 어려움을 느끼며 그로 인해 대인관계 유능성이 낮아지는 것이다. 셋째, 애착불안이 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 미치는 경로와 관련하여 애착불안이 자기방어적 양가성에 영향을

미치는 경로는 정적으로 유의하여($B = .35, p < .001, R^2 = .50$), 애착불안이 높을수록 자기방어적 양가성도 높아졌다. 또한 자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에 미치는 경로는 부적으로 유의하여($B = -.34, p < .05$), 자기방어적 양가성이 높을수록 대인관계 유능성은 낮아지는 것으로 나타났다. 즉, 애착불안이 높으면 자기방어적 양가성이 높아지고 그로 인해 대인관계 유능성이 낮아지는 것이다.

이와 같은 결과를 바탕으로한 본 연구의 모형은 그림 4와 같다.

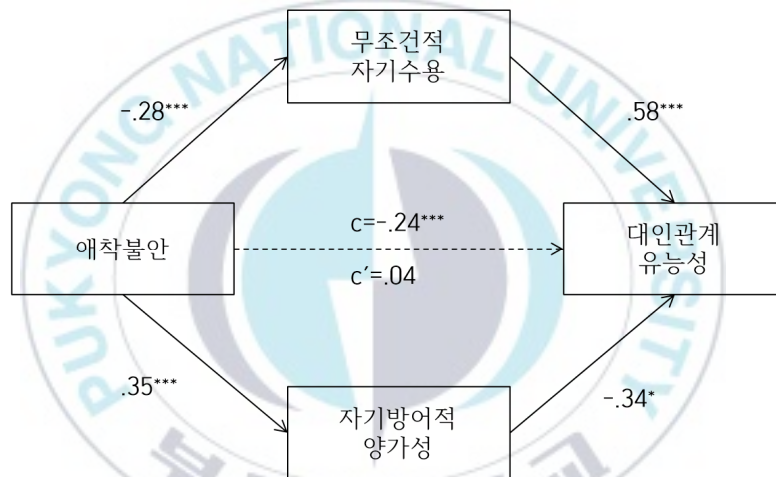


그림 4. 애착불안, 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로

- 1) 제시된 수치는 비표준화계수임.
 - 2) 실선은 유의한 경로를, 점선은 유의하지 않은 경로를 의미함.
 - 3) c = 총효과, c' = 직접효과
- * $p < .05$, *** $p < .001$

종합해보면 애착회피는 대인관계 유능성에 직접적으로 영향을 미쳤으며, 무조건적 자기수용을 통해 대인관계 유능성에도 영향을 미쳤으나 자기방어적 양가성을 통해서만 대인관계 유능성에 영향을 미치지 않았다. 애착불안

은 대인관계 유능성에 직접적으로는 영향을 미치지 않았으나, 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성을 통해서 대인관계 유능성에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

3. 간접효과 검증

성인애착이 무조건적 자기수용 및 정서표현 양가성을 통해 대인관계 유능성에 미치는 경로의 간접효과를 살펴보기 위해 부트스트래핑을 통해 산출된 값을 통해 간접효과의 유의성을 검증하였으며 그 결과를 표 9에 제시하였다.

표 9. 간접효과 검증

경로	부트스트랩 추정치		95% 신뢰구간	
	간접효과 (B)	표준오차 (Boot SE)	하한값 (Boot LLCI)	상한값 (Boot ULCI)
X애착회피 → M무조건적자기수용 → Y대인관계유능성	-.09	.03	-.19	-.05
X애착회피 → M자기방어적양가성 → Y대인관계유능성	-.03	.03	-.10	.04
총효과	-.49	.05	-.59	-.39
X애착불안 → M무조건적자기수용 → Y대인관계유능성	-.16	.04	-.23	-.09
X애착불안 → M자기방어적양가성 → Y대인관계유능성	-.12	.05	-.21	-.03
총효과	-.24	.05	-.33	-.15

그 결과, 애착회피가 무조건적 자기수용을 통해 대인관계 유능성에 미치는 경로와($B = -.09$, 95% $CI = -.19, -.05$) 애착불안이 무조건적 자기수용을 거쳐 대인관계 유능성에 미치는 경로($B = -.16$, 95% $CI = -.23, -.09$),

애착불안이 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로($B = -.12$, 95% $CI = -.21, -.03$)는 신뢰구간에 0을 포함하지 않아 매개경로의 간접효과가 유의하게 나타났다. 반면 애착회피가 자기방어적 양가성을 거쳐 대인관계 유능성에 미치는 경로는($B = -.03$, 95% $CI = -.10, .04$) 신뢰구간에 0을 포함하여 매개경로의 간접효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다.



V. 논 의

본 연구는 대학생을 대상으로 성인애착이 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 미치는 경로를 탐색하였다. 이를 위해 성인애착이 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대학생의 대인관계 유능성에 미치는 간접적인 영향과 성인애착과 대인관계 유능성의 관계에서 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성의 매개효과를 살펴 보았다.

본 연구의 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 애착회피는 무조건적 자기수용을 통해서는 대인관계 유능성에 미치나, 자기방어적 양가성을 통해서는 대인관계 유능성에 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

먼저, 애착회피가 무조건적 자기수용을 통해 대인관계 유능성에 미치는 영향을 살펴보면, 애착회피는 무조건적 자기수용에 직접적인 영향을 미쳤으며, 무조건적 자기수용은 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 미쳤다. 즉, 애착회피가 높을수록 자기를 수용하는데 어려움을 보였고 이는 애착이 불안정 할수록 자기를 수용하는데 어려움을 느낀다는 선행연구들(김혜경, 2015; 류지희, 2017; 안상원, 2014; 최현국, 2010)과 맥을 같이 한다. 그리고 무조건적 자기수용이 높을수록 대인관계에 있어서 유능성을 더 많이 보이는 것으로 나타났으며, 이는 자기수용이 높을수록 대인관계에서 유능성이 높게 나타난다는 선행연구들(남여정, 2017; 한자연, 2017; 허토실, 최수미, 2017)과 일치한다. 또한 자신을 있는 그대로 수용할 수 있는 사람이 타인도 있는 그대로 수용할 수 있어 보다 원만한 대인관계를 형성한다는

(Shepard, 1979) 주장과도 같은 맥락을 보인다. 즉, 애착회피가 높은 개인은 양육자로부터 지속적인 무관심과 거절을 경험했을 가능성이 크고, 부정적인 피드백을 많이 받았을 가능성이 크다(Mikulincer & Shaver, 2007). 이렇게 무관심과 거절, 부정적인 피드백을 많이 받은 개인은 부정적인 내적작용모델을 형성하여 자기를 수용하는데 어려움을 느낄 수 있다. 자기를 있는 그대로 수용하는데 어려움을 느끼는 개인은 제대로 수용받아 본 경험이 없으므로 타인을 있는 그대로 수용하는 데에도 어려움을 나타내, 타인에게 긍정적으로 반응하거나 타인을 공감하는 것도 어려워함으로써 대인관계 유능성이 낮아진다고 볼 수 있다.

다음으로 애착회피가 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 미치는 영향을 살펴보면, 애착회피는 자기방어적 양가성에 직접적인 영향을 미쳤지만, 자기방어적 양가성은 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 미치지 않았다. 애착회피가 높은 개인은 자기방어적 양가성을 더 많이 보였는데 이러한 결과는 불안정 성인애착이 높을수록 정서표현 양가성이 높아진다는 연구결과들(김민정, 조민아, 2017; 김성주, 이영순, 2016; 김영희, 신현숙, 2017)과 맥을 같이한다. 하지만 자기방어적 양가성은 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 미치지 않는 것으로 나타나는데 이는 정서표현 양가성이 높을수록 대인관계 유능성이 낮아진다는 선행연구(구승희, 이영순, 2011)와는 다른 결과를 보인다. 자기방어적 양가성이 높은 개인은 경험이나 관계에 대해서 회피하려는 경향을 가지면서 타인과의 관계를 시작하는 것을 회피하여 대인관계 유능성이 떨어질 수 있는데, 애착회피를 가진 개인의 경우 자기방어적 양가성을 통하지 않아도 타인과의 관계를 회피하려는 경향을 보이므로 애착회피와 자기방어적 양가성의 두 변인을 동시에 보았을 때, 자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에 미치는 직접 효과가 낮아지는 결과를 보인다고 볼 수 있다. 즉, 애착회피가 높은 개인은 자신의 정서를

표현했을 때 거부당할 것 같은 두려움을 느끼거나 정서를 표현하는 것 자체에 어려움을 느껴 자기방어적 양가성을 높이 나타내고 관계를 회피하려 하지만, 자기방어적 양가성이 대인관계 유능성에 미치는 영향보다는 관계 자체를 회피하려는 성향인 애착회피가 대인관계 유능성에 미치는 영향이 더 크게 나타나므로 애착회피가 자기방어적 양가성을 통해서 대인관계 유능성에 영향을 주지는 않는 것으로 볼 수 있다.

둘째, 애착불안은 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해서 대인관계 유능성에 영향을 미치는 것으로 나타났다.

먼저, 애착불안이 무조건적 자기수용을 통해 대인관계 유능성에 미치는 영향을 살펴보면, 애착불안은 무조건적 자기수용에 직접적인 영향을 미쳤으며, 무조건적 자기수용은 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 미쳤다. 즉, 애착불안이 높을수록 자기를 수용하는데 어려움을 보였으며 이는 애착이 불안정 할수록 자기를 수용하는데 어려움을 느낀다는 선행연구들(김혜경, 2015; 류지희, 2017; 안상원, 2014; 최현국, 2010)과 맥을 같이 한다. 그리고 무조건적 자기수용이 높을수록 대인관계에 있어서 유능성을 더 많이 보이는 것으로 나타났으며, 이는 자기수용이 높을수록 대인관계에서 유능성이 높게 나타난다는 선행연구들(남여정, 2017; 한자연, 2017; 허토실, 최수미, 2017)과 일치한다. 애착불안이 높은 개인은 양육자로부터 예측 불가능하고 신뢰하기 어려운 보살핌을 받았을 가능성이 크므로(Mikulincer et al, 2007) 자신의 행동이나 감정에 대해서 확신이 부족하여 스스로를 신뢰하고 자기를 수용하는 것을 어려워 한다고 볼 수 있다. 이러한 경우 위의 애착회피와 마찬가지로 자기수용적인 내적작용모델을 형성하기 힘들고, 그로 인해 자신을 수용하는데 어려움을 느낄 수 있다. 따라서 타인을 수용하는 것에도 어려움을 보일 수 있어 대인관계 유능성이 낮아질 수 있다.

다음으로 애착불안이 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 미치

는 영향을 살펴보면, 애착불안은 자기방어적 양가성에 직접적인 영향을 미쳤고 자기방어적 양가성은 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 미쳤다. 애착불안이 높은 개인은 자기방어적 양가성을 더 많이 보였는데 이러한 결과는 불안정 성인애착이 높을수록 정서표현 양가성 높아진다는 연구결과들(김민정, 조민아, 2017; 김성주, 이영순, 2016; 김영희, 신현숙, 2017)과 맥을 같이한다. 또한 자기방어적 양가성은 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 미쳤는데 이는 정서표현 양가성이 높을수록 대인관계 유능성이 낮아진다는 선행연구(구승희, 이영순, 2011)와도 맥을 같이 한다. 즉, 애착 불안이 높을수록 스스로를 신뢰하지 못하고 타인에게 인정받고 의존하고자 하는 욕구가 높아진다. 하지만 이들은 비밀관된 양육으로 인해 자신의 부정적인 감정을 표현했을 때 그것이 받아들여지지 않고 관계를 망칠지도 모른다는 높은 불안을 가지게 된다. 따라서 감정을 솔직히 표현하지 못하고 억압하는 자기 방어적 양가성이 높게 나타난다. 자기방어적 양가성이 높아지면 개인은 자신을 솔직히 드러내지 못해 속으로 타인을 비판하거나 의심하면서 관계에 소극적이거나 냉담한 반응을 보임으로써(안희애, 2006) 타인과 효과적으로 관계를 맺고 유지하는데 어려움을 가지게 되므로 대인관계 유능성이 떨어지는 것으로 볼 수 있다.

셋째, 성인애착과 대인관계 유능성의 관계에서 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성의 매개효과를 살펴보면, 애착회피와 대인관계 유능성의 관계에서는 무조건적 자기수용이 부분매개를 하였으며, 애착불안과 대인관계 유능성의 관계에서는 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성이 완전매개를 하는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 애착차원에 따라 개인이 경험하는 정서와 정서조절에 사용하는 전략이 다르기 때문에 대인관계 유능성에 미치는 경로가 다르다는 것을 지지한다고 볼 수 있다. 따라서 대학생의 대인관계 유능성을 함양하

기 위해서 개인의 성인애착 유형에 대한 이해가 선행되어야 한다. 애착불안을 가진 개인은 자신의 정서를 억제하지 않고 효과적으로 전달하는 것의 중요성과 방법에 대해 안내하고 교육하는 것이 도움이 될 것이며, 애착회피를 가진 개인의 경우에는 다른 전략이 필요할 것으로 보인다. 예를 들어, 애착회피를 형성한 대학생의 경우, 학생상담센터의 개인상담 서비스를 이용하여, 상담자와 새로운 애착관계를 경험하며 애착유형에 직접적으로 개입할 수 있을 것이다. 또한 애착회피와 애착불안 모두 무조건적 자기수용을 통해 대인관계 유능성을 높일 수 있으므로, 두 애착유형 모두 무조건적 자기수용의 중요성을 교육하고 자기수용 훈련을 통해 대학생의 대인관계 능력을 함양하는데 도움이 될 수 있을 것이다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 모집단이 세 개 시의 대학생을 대상으로 하였다는 점에서 연구의 결과를 일반화하기 어려우므로 다양한 지역의 대학생을 대상으로한 후속연구가 필요하다. 둘째, 본 연구는 자기보고식 검사를 통해 측정되었다는 점에서 자료의 객관성이 확보되지 않을 수 있다. 따라서 후속연구에서는 질문지법과 더불어 관찰법과 면접법 등을 포함하여 보다 다양한 연구 방법을 포함하여 변인들을 살펴 볼 필요가 있을 것이다. 셋째, 본 연구에서는 남학생과 여학생의 성차를 고려하지 않았다. 남학생과 여학생이 생각하는 대인관계 유능성이 다를 수 있다는 점을 고려하였을 때 후속연구에서는 성차를 고려한 연구가 필요할 것으로 보인다. 넷째, 본 연구에는 대인관계 유능성에 영향을 미치는 변인으로 성인애착, 무조건적 자기수용, 자기방어적 양가성을 설정하였다. 그러나 이외에도 대인관계 유능성을 설명하는 다양한 환경적, 개인적 변인이 존재하므로 새로운 변인을 탐색하고, 경로를 모색하는 후속 연구가 필요하다. 다섯째, 본 연구에서는 대인관계 유능성에 영향을 미치는 변인들과 경로를 탐색하였으나, 대인관계 유능성은 다양한 하위요

인으로 구성되었으므로 각 개인이 함양하고자 하는 유능성의 요소가 다를 수 있다. 특히 대인관계 유능성의 하위 요소 중 ‘갈등관리’ 요인은 대부분 감정을 억제하고 표현을 자제하는 내용으로 구성되어 있기 때문에 새로운 사람에게 다가가는 ‘관계형성 및 개시’나 자신의 부정적인 감정을 표현하는 ‘권리나 불쾌감에 대한 주장’과는 다른 속성을 지니므로 유능성을 증진시키기 위한 개입 방법도 다를 것으로 보인다. 따라서 대인관계 유능성의 하위 요소를 구분해서 대인관계 유능성을 예측하는 후속연구가 필요할 것으로 보인다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 다음과 같은 의의가 있다. 첫째, 애착회피와 대인관계 유능성의 관계에서 애착회피가 무조건적 자기수용을 거쳐 대인관계 유능성에 영향을 미치는 간접경로가 유의하다는 것을 밝힘으로써 애착회피를 형성한 대학생이 무조건적 자기수용을 훈련하고 연습함으로써 대인관계 유능성을 함양시킬 수 있다는 것을 밝혔다는데 의의가 있다. 둘째, 애착불안과 대인관계 유능성의 관계에서 애착불안이 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성을 거쳐 대인관계 유능성에 영향을 미치는 간접경로가 유의하다는 것을 밝힘으로써 애착불안을 형성한 대학생이 무조건적 자기수용을 훈련하고, 자신의 정서를 적절하게 표현하는 것을 훈련함으로써 대인관계 유능성을 함양할 수 있다는 것을 밝혔다는데 의의가 있다. 셋째, 성인애착의 두 차원인 애착회피와 애착불안이 대인관계 유능성에 영향을 미치는 경로가 다르다는 것을 확인함으로써 대인관계 유능성을 함양시키기 위해서 애착유형에 따른 개입방법이 다르다는 것을 확인했다는데 의의가 있다. 마지막으로, 성인애착과 대인관계 유능성의 관계에서 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성이라는 매개변인을 찾아냈다는데 의의가 있다.

참고문헌

- 강진령 (2008). **상담심리용어사전**. 서울: 양서원.
- 고은별 (2018). **대학생의 불안정 성인애착과 대인관계 유능성과의 관계에서 자기격려의 매개효과**. 조선대학교 석사학위논문.
- 구승희, 이영순 (2011). 대학생의 정서표현 양가성, 대학생활 적응 및 대인관계 만족도 간의 관계: 대인관계 유능성의 매개효과. **교육치료연구**, 3(2), 17-37.
- 권석만 (2004). **젊은이를 위한 인간관계의 심리학**. 서울: 학지사.
- 김경미 (2017). **애착불안과 애착회피가 관계중독에 미치는 영향: 자기개념 명확성의 매개효과**. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 김경진 (2013). **대학생의 자아분화와 대인관계능력 간의 관계: 무조건적 자기수용의 매개효과를 중심으로**. 가천대학교 보건복지대학원 석사학위논문.
- 김경희, 이희경 (2015). 대인관계 유능성에 대한 긍정정서의 영향: 경험 회피와 자기자비, 인지적 공감의 경로 탐색. **상담학연구**, 16(6), 83-107.
- 김광은 (2004). 성인 애착 유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처방식. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 16(1), 53-69.
- 김민선, 서영석 (2010). 대학생의 부적응적 완벽주의와 성인애착에 따른 집단 분류와 심리적 특성에 대한 집단 간 차이. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 22(2), 413-434.
- 김민정, 조민아 (2017). 대학생의 성인 애착과 연인관계에서 부정적 갈등해결전략 간의 관계: 정서표현양가성의 매개효과. **인간이해**, 38(2),

181-202.

- 김사라형선 (2005). 어머니의 완벽주의와 아동의 우울 관계에서 아동의 무조건적 자기수용의 매개효과. **한국심리학회지: 여성**, 10(4), 461-481.
- 김성주, 이영순 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계. **재활심리연구**, 23(4), 759-782.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항 반응 이론을 중심으로. 서울대학교 석사학위논문.
- 김소현 (2018). 대학생의 부모애착과 대인관계 유능성의 관계에서 공감능력의 매개효과. 전주대학교 석사학위논문.
- 김영희, 신현숙 (2017). 대학생의 성인애착과 정서표현 양가성 관계에서 대인관계문제의 매개효과. **청소년상담연구**, 25(2), 123-142.
- 김우석 (2004). 정서표현성, 자아방어기제 및 대처방식간의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김은하, 김도연 (2016). 정서표현양가성이 우울에 미치는 영향에서 전위공격성의 매개효과: 자기방어적 양가성과 관계관여적 양가성의 차별성을 중심으로. **상담학연구**, 17(6), 43-62.
- 김정문 (2010). 불안정 애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 자동적 사고, 정서 인식, 정서표현 양가성, 스트레스 대처방식의 매개효과를 중심으로. 한양대학교 박사학위논문.
- 김지연 (2016). 대학생의 성인애착이 대인관계 유능성에 미치는 영향에서 인지적 정서조절의 매개효과. 동아대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김태희, 김갑숙 (2014). 대학생의 정서표현신념이 심리적 안녕감에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. **상담학연구**, 15(6), 2327-2343.

- 김향선, 이영순 (2011). 대학생의 거부민감성과 자기격려가 대인관계 유능성에 미치는 영향. **재활심리연구**, 18(3), 375-392.
- 김혜경 (2015). 불안정 성인애착이 외상 후 성장에 미치는 영향: 무조건적 자기수용과 정서조절곤란의 매개효과. 아주대학교 석사학위논문.
- 김희진, 주은지 (2018). 대학생의 사회적 지지와 감사성향이 대인관계 유능성에 미치는 영향. **인문사회** 21, 9(3), 799-814.
- 남여정 (2017). 간호대학생의 자기인식, 자기수용과 공감의 대인관계 유능성에 미치는 영향. 경북대학교 석사학위논문.
- 류지희 (2017). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 무조건적 자기수용과 정서인식명확성의 매개효과. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 문수백 (2009). 구조방정식모델링의 이해와 적용. 서울: 학지사.
- 박경 (2003). 부정적인 생활 스트레스와 대인관계 문제가 여성의 우울에 미치는 영향. **한국심리학회지: 건강**, 8(3), 581-593.
- 박신영 (2018). 애착이론에 근거한 대학생의 대인관계향상 프로그램이 애착수준, 대인관계, 대학생활적응에 미치는 효과. 경남대학교 박사학위논문.
- 박용주, 박원주 (2016). 성인애착이 대인관계유능성에 미치는 영향: 정서인식명확성과 부정정서의 매개효과. **상담학연구**, 17(6), 21-41.
- 박원주 (2016). 성인불안정애착과 대인관계유능성의 관계에서 집단주의적 문화성향의 조절효과. **상담학연구**, 17(5), 65-83.
- 박지혜 (2017). 대학생이 지각한 부모양육태도와 대인관계 유능성의 관계: 공감능력의 매개효과를 중심으로. 한양대학교 석사학위논문.
- 박하얀, 정윤경, 최해연 (2015). 정서표현양가성의 발달과 이에 따른 정서표현성, 문제행동 및 심리적안녕감. **한국심리학회지: 발달**, 28(3),

189-207.

서청희, 김경미 (2017). 자살로 부모를 잃은 청소년의 애도 과정에 관한 연구. **청소년학연구**, 24(9), 55-83.

선상화 (2009). 부모애착 및 부모로부터의 심리적 독립과 성인애착과의 관계성. 한국외국어대학교 석사학위논문.

설보경 (2017). 거절민감성과 사회불안의 관계에서 대인관계 유능성의 매개효과. 동신대학교 석사학위논문.

신미 (2006). 부와 모에 대한 애착과 심리적 독립 및 여대생의 성인애착. 숙명여자대학교 석사학위논문.

신지옥 (2006). 애착, 정서, 그리고 대인관계 유능성 사이의 관계에 대한 경로분석. 이화여자대학교 석사학위논문.

심혜숙, 왕정희 (2001). 초등학생의 정서지능과 사회적 능력 및 대인문제해결력과의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 13(1), 163-175.

안상원 (2014). 대학생의 성인애착과 대인관계만족도와 의 관계에서 거부민감성과 무조건적 자기수용의 매개효과. 숙명여자대학교 석사학위논문.

안희애 (2006). 애착과 정서표현갈등에 따른 대인관계 특성. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.

오지혜, 윤혜미 (2017). 부모와의 애착이 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향에서 대인관계유능성의 매개효과. **한국콘텐츠학회논문지**, 17(2), 1-12.

오충광, 정남운 (2007). 정서표현갈등과 상담자 지각이 작업동맹에 미치는 영향. **한국심리학회지: 문화 및 사회문제**, 13(1), 115-136.

우유정 (2018). 대학생이 지각한 부모애착이 주관적 안녕감에 미치는 영

향 : 자기수용과 대인관계능력의 매개효과. 영남대학교 석사학위
논문.

유성민 (2014). 대학생이 지각한 부모양육태도와 무조건적 자기수용 및
대인관계 친밀감 간의 관계. 삼육대학교 석사학위논문.

유승영 (2018). 대학생 성인애착과 대인관계 유능성의 관계에서 적응적
갈등해결전략의 매개효과. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.

이건화 (2017). 대학생의 성인 애착 불안과 이성관계 만족도의 관계: 정
서인식과 정서표현 양가성의 매개효과. 경상대학교 석사학위논문.

이기은 (2008). 대학생의 성인애착, 무조건적 자기수용과 사회불안의 관
계. 숙명여자대학교 석사학위논문.

이복동 (2000). 성인애착과 이성관계 만족: 거부 민감성과 귀인 양식의
매개효과를 중심으로. 고려대학교 석사학위논문.

이성욱, 송현주 (2011). 내현적 자기에 성향과 정서조절방략, 대인관계 유능
성 간의 관계 연구 고찰. 한국심리치료학회지, 3(1), 65-83.

이연실, 서인균 (2017). 대학생의 완벽주의가 대인관계 유능성에 미치는 영
향. 보건과 복지, 19, 107-125.

이영숙 (2003). 부모의 수용-거부와 아동의 자기표현, 자기유능감, 심리
적 안녕감의 관계: 아동의 지각을 중심으로. 연세대학교 교육대
학원 석사학위논문.

이정희 (2005). 성인 애착이 대인관계 미치는 영향에 관한 구조적 분석.
부산대학교 박사학위논문.

이정희, 심혜숙 (2007). 성인애착이 대인관계에 미치는 영향에 관한 공변량
구조분석. 상담학연구, 8(3), 899-915.

이주연 (2014). 자기초점적 주의와 공감과의 관계: 자기수용과 정서표현
의 매개효과. 건국대학교 석사학위논문.

- 이지선, 정혜정 (2016). 대학생이 지각한 부모-자녀 관계와 자아분화 및 대인관계 유능성 간의 관계. **한국가족관계학회지**, 21(1), 99-121.
- 이창배, 전해성 (2015). 대학생의 가족분화가 대인관계 유능성에 미치는 영향: 자아개념의 매개효과. **상담학연구**, 16(6), 465-483.
- 이한울 (2018). 부모의 조건적 관심과 대인관계 유능성의 관계: 자의식의 매개효과. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 이형득 (1979). **집단상담의 실제**. 서울: 중앙적성출판사.
- 임전옥, 장성숙 (2012). 자기수용 연구의 동향과 제언. **인간이해**, 33(1), 159-184.
- 장석진 (2007). 애착이론에 근거한 대인관계 증진 집단상담 프로그램 개발과 효과 연구. 연세대학교 박사학위논문.
- 전수진 (2014). 고등학생의 공격자의식이 대인불안에 미치는 영향: 회피분산적 정서조절과 무조건적 자기수용의 매개효과. 서강대학교 석사학위논문.
- 전현수 (2013). 심리적 부모화가 친밀함에 대한 두려움에 미치는 영향: 불안정 성인애착과 정서표현 양가성의 매개효과. 서강대학교 석사학위논문.
- 정경민, 이영호 (2017). 아버지 애착과 아동기 외상이 미혼여성의 연애관계 형성 및 지속에 미치는 영향. **정서·행동장애연구**, 33(4), 131-150.
- 정성연, 최희철 (2013). 아동의 모애착과 삶의 만족의 관계에서 무조건적 자기수용의 매개효과 검증. **청소년상담연구**, 21(2), 1-24.
- 정솔피 (2017). 대학생의 정서·성격적 진로문제와 대인관계 유능성에 기초한 군집유형별 차이연구. 한국교원대학교 석사학위논문.
- 조영주, 최해림 (2001). 부모와의 애착 및 심리적 독립과 성인애착의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 13(2), 71-91.

- 조화진, 서영석 (2010). 부모애착, 분리-개별화, 성인애착, 대학생활적응, 심리적 디스트레스의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 22(2), 385-411.
- 주은지 (2011). 성별과 학년에 따른 청소년의 부모 애착, 또래 애착과 낭만 애착. **청소년학연구**, 18(4), 141-171.
- 차명숙 (2005). **에니어그램 프로그램이 중학생의 자아수용 및 타인수용에 미치는 효과 분석**. 창원대학교 석사학위논문.
- 최해연, 민경환 (2007). 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화 및 억제 개념들 간의 비교 연구. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 21(4), 71-89.
- 최현국 (2010). **성인애착이 우울에 미치는 영향: 자기수용과 외로움의 매개효과**. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 추미례, 이영순 (2014). 무조건적 자기수용 척도 타당화. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 26(1), 27-43.
- 하지희 (2015). **성인진입기 대학생의 자아분화 수준과 타인수용정도가 대인관계유능성에 미치는 영향: 내외향성의 조절효과를 중심으로**. 경북대학교 석사학위논문.
- 한국대학교육협의회(2018). **대학생의 심리적 위기 극복 및 인성계발 지원 방안**. 서울: 경성문화사.
- 한나리 (2009). **한국 대학생의 대인관계 유능성과 갈등 상황에서의 인지 및 행동 반응**. 연세대학교 석사학위논문.
- 한나리, 이동귀 (2010). 한국 대학생의 대인관계 유능성 척도 타당화 연구. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 22(1), 137-156.
- 한자연 (2017). **대학생의 SNS 중독경향성과 대인관계 유능성의 관계: 수용의 매개효과**. 한양대학교 석사학위논문.

- 허토실, 최수미 (2017). 대학생의 자기수용과 대인관계 유능성의 관계에서 공감의 매개효과. *청소년상담연구*, 25(2), 45-63.
- 홍나영 (2017). 사회적 지지가 대인관계 유능성에 미치는 영향: 일상적 창의성의 조절효과. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍순주 (2017). 기혼여성의 불안정 성인애착이 대인관계 유능성에 미치는 영향: 인지적 유연성의 매개효과. 아주대학교 석사학위논문.
- 홍윤정, 이영선 (2017). 대학생의 완벽주의적 자기제시 성향이 대인관계 만족에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. *상담학연구*, 18(3), 211-227.
- Ainsworth, M. D. S. (1973). Anxious attachment and defensive reactions in a strange situation and their relationship to behavior at home. In biennial meeting of the Society for Research in Child Development, Philadelphia.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226-244.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Vol. 1. Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1979). The Bowlby-Ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 2(4), 637-638.
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy*

human behavior. New York: Basic books.

- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report on Adult Attachment: An Overview. *Child and Adolescent Social Work Journal*, 22(1), 46-69.
- Brumbaugh, C. C., & Fraley, R. C. (2006). Transference and attachment: How do attachment patterns get carried forward from one relationship to the next?. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(4), 552-560.
- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1988). Five domains of interpersonal competence in peer relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(6), 991.
- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1988). Five domains of interpersonal competence in peer relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(6), 991-1008.
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 228-249.
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. (2001a). Unconditional self-acceptance and psychological health. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 19(3), 163-176.
- Chamberlain, J. M., & Haaga, D. A. (2001b). Unconditional self-acceptance and responses to negative feedback. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 19(3), 177-189.

- Chen, S. X., Cheung, F. M., Bond, M. H., & Leung, J. P. (2004). Decomposing the construct of ambivalence over emotional expression in a Chinese cultural context. *European Journal of Personality*, 19(3), 185-204.
- Egeland, B., Carlson, E., & Sroufe, L. A. (1993). Resilience as process. *Development and Psychopathology*, 5(4), 517-528.
- Ellenson, A. (1982). *Human relations* (2nd ed). Englewood Cliffs, N. J.: Prentice Hall.
- Ellis, A. (1977). Psychotherapy and the value of a human being. *Handbook of Rational-Emotive Therapy*, 1, 99-112.
- Ellis, A. (1980). Rational-emotive therapy and cognitive behavior therapy: Similarities and differences. *Cognitive Therapy and Research*, 4(4), 325-340.
- Emmons, R. A., & Colby, P. M. (1995). Emotional conflict and well-being: Relation to perceived availability daily utilization and observer reports of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 947-959.
- Erickson, E. (1982). *The life cycle: A review*. New York: Norton Publishing.
- Erickson, R. P. (1968). Stimulus coding in topographic and nontopographic afferent modalities: on the significance of the activity of individual sensory neurons. *Psychological Review*, 75(6), 447-465.
- Erikson, E. (1968). *Identity: Youth and crisis*. New York: W. W. Norton & Company.

- Flett, G. L., Besser, A., Davis, R. A., & Hewitt, P. L. (2003). Dimensions of perfectionism, unconditional self-acceptance, and depression. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 21(2), 119-138.
- 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.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression Based Approach*. New York: The Guilford Press.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511-524.
- Heider, F. (1964). *The psychology of interpersonal relations*. New York: John Wiley & son.
- Katz, I. M., & Campbell, J. D. (1994). Ambivalence over emotional expression and well-being: Nomothetic and idiographic tests of the stress-buffering hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 513-524.
- King, L. A., & Emmons, R. A. (1990). Conflict over emotional expression : Psychological and physical correlates. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(5), 864-877.
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. E. R. A. L. D. I. N. E. (2001). The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups. *Interpersonal*

- Rejection*, 251–289.
- Lewin, K. (1943). Defining the 'field at a given time.'. *Psychological Review*, 50(3), 292–310.
- Macinnes, D. L. (2006). Self-esteem and self-acceptance an examination into their relationship and their effect on psychological health. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing*, 13(5), 483–489.
- MacKinnon, D. P., Lockwood, C. M., Hoffman, J. M., West, S. G., & Sheets, V. (2002). A comparison of methods to test mediation and other intervening variable effects. *Psychological Methods*, 7(1), 83–104.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2018). Attachment orientations and emotion regulation. *Current opinion in psychology*, 25, 6–10.
- Oishi, S., Diener, E., & Lucas, R. E. (2007). The optimum level of well-being: can people be too happy?. *Perspectives on Psychological Science*, 2(4), 346–360.
- Omwake, K. T. (1954). The relation between acceptance of self and acceptance of others shown by three personality inventories. *Journal of Consulting Psychology*, 18(6), 443–446.
- Parkes, C. M., Benjamin, B., & Fitzgerald, R. G. (1969). Broken heart: a statistical study of increased mortality among widowers. *Br Med J*, 1(5646), 740–743.
- Pascuzzo, K., Cyr, C., & Moss, E. (2013). Longitudinal association

- between adolescent attachment, adult romantic attachment, and emotion regulation strategies. *Attachment and Human Development*, 15(1), 83-103.
- Pincus, A. L., & Wiggins, J. S. (1990). Interpersonal problems and conceptions of personality disorders. *Journal of Personality Disorders*, 4(4), 342-352.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-891.
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered counseling*. London: Constable.
- Rogers, C. R. (1959). *A Theory of therapy, personality, and interpersonal relationships: As developed in the client-centered framework*. New York: McGraw-Hill.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-esteem*. NJ: Princeton University.
- Sheffield, M., Carey, J., Patenaude, W., & Lambert, M. J. (1995). An exploration of the relationship between interpersonal problems and psychological health. *Psychological Reports*, 76(3), 947-956.
- Shepard, L. A. (1979). Self-acceptance: The evaluative component of the self-concept construct. *American Educational Research Journal*, 16(2), 139-160.
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. (2012). Orientations, stress, and romantic relationships. In *Advances in Experimental Social Psychology*, 45, 279-328.

- Soldz, S., Budman, S., Demby, A., & Merry, J. (1995). A short form of the inventory of interpersonal problems circumplex scales. *Assessment*, 2(1), 53-63.
- Sperling, M. B., & Berman, W. H. (Eds.). (1994). *Attachment in adults: Clinical and developmental perspectives*. New York: Guilford Press.
- Spitzberg, B. H., & Cupach, W. R. (1989). *Handbook of interpersonal competence research*. New York: Springer Verlag.
- Thorndike, R. L. (1920). Intelligence and its uses. *Harpers Monthly*, 140, 227-235.
- van IJzendoorn, M. H., Juffer, F., & Duyvesteyn, M. G. (1995). Breaking the intergenerational cycle of insecure attachment: A review of the effects of attachment based interventions on maternal sensitivity and infant security. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 36(2), 225-248.
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T. Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, affect regulation, negative mood, and interpersonal problems: The mediating roles of emotional reactivity and emotional cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 14-24.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). *Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies*. In R. H. Hoyle (Ed.), *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications* (pp. 56-75). Thousand Oaks, CA, US: Sage Publications, Inc.

대학생의 성인애착, 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성이
대인관계 유능성에 미치는 영향

양 도 연

부경대학교 대학원 교육컨설팅협동과정

지도교수: 천성문

요 약

본 연구의 목적은 성인애착, 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성이 대학생의 대인관계 유능성에 미치는 경로를 탐색하는 것이다. 본 연구의 대상은 3개시에 소재하고있는 대학 4곳에 재학 중인 대학생 368명으로, 불안정 성인애착 질문지, 무조건적 자기수용 질문지, 자기방어적 양가성 질문지 및 대인관계 유능성 질문지를 사용하여 설문을 실시하였다.

본 연구를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 애착회피는 무조건적 자기수용을 통해서 대인관계 유능성에 영향을 미쳤다. 둘째, 애착불안은 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성을 통해서 대인관계 유능성에 영향을 미쳤다. 셋째, 애착회피와 대인관계 유능성의 관계에서는 무조건적 자기수용이 부분매개하였고, 애착불안과 대인관계 유능성의 관계에서는 무조건적 자기수용과 자기방어적 양가성이 완전매개하였다.

본 연구는 성인애착이 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해서 대학생의 대인관계 유능성에 미치는 경로를 확인하였다. 특히 애착회피와 애착불안이 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해서 대인관계 유능성에 미치는 경로의 차이를 밝혀냈다는 점에서 의의가 있다. 본 연구 결과는 애착회피와 애착불안이 무조건적 자기수용 및 자기방어적 양가성을 통해 대인관계 유능성에 미치는 영향에 차이가 있다는 것에 대한 이해를 바탕으로 대학생들 대상으로 대인관계 유능성을 고양시키기 위한 교육 및 상담 프로그램 개발의 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

설문지

안녕하십니까? 먼저 바쁘신 와중에도 귀중한 시간을 내어 본 설문에 참여해 주셔서 감사합니다. 본 설문은 **대학생의 대인관계에 관계된 변인**을 알아보기 위한 설문지입니다.

여러분의 응답은 통계법 33조에 따라 완벽하게 비밀이 보장되며, 연구목적 이외에는 절대로 사용되지 않을 것입니다. 또한 개인정보 보호법에 근거하여 연구 참여에 동의된 경우에만 자료를 활용할 것입니다.

설문응답의 소요시간은 약 15~20분 정도이며, 여러분의 소중한 응답 하나하나가 연구에 귀중한 자료가 되므로 가급적 꼼꼼히 읽으시고 **빠짐없이 답해 주시길 부탁드립니다.** 질문의 응답에는 정답이나 옳고 그름이 있는 것이 아니니 평소 여러분의 생각이나 행동에 일치하는 부분에 **편안하고 솔직하게 응답해 주시기 바랍니다.** 다시 한 번 진심으로 바쁘신 중에도 설문에 응해주셔서 감사드립니다.

부경대학교 일반대학원 교육컨설팅 전공
지도교수 : 천 성 문
연구자 : 양 도 연(석사과정)
E-mail : dy-yang@naver.com

2018.09.

본인은 위의 내용을 잘 이해했으며 연구 목적으로 사용하는데 동의합니다.

☐ 예

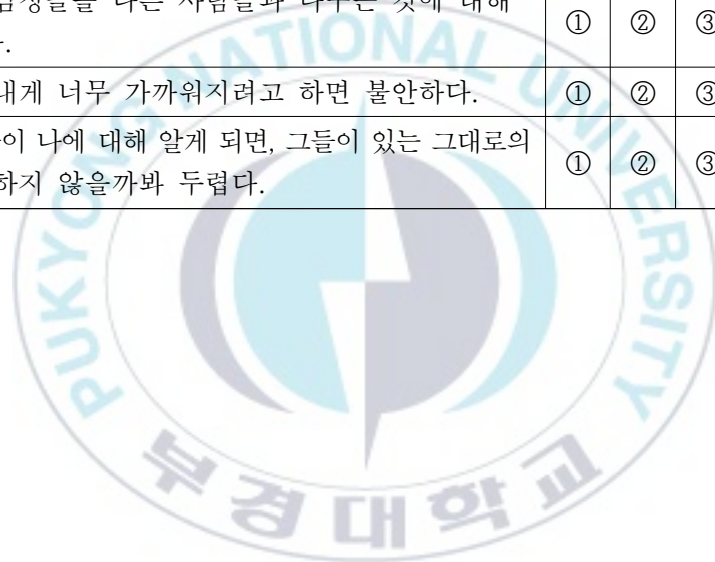
☐ 아니요

1. 성인애착 척도

※ 아래에 제시한 문항을 읽고 자신에게 해당한다고 생각되는 곳에 (✓)표 해 주십시오.

문항		전혀 그렇 지 않 다	←		보통 이다	→		매 우 그렇 다
1	다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
2	때로 다른 사람들은 분명한 이유 없이 나에 대한 그들의 감정을 바꾸곤 한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
3	다른 사람들과 가까워지는 것은 비교적 쉽다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
4	다른 사람들이 내게 가까워지려고 하면 불편하다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
5	다른 사람들에게 모든 것을 다 이야기 한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
6	다른 사람들은 내가 화가 나 있을 때만 주목하는 것 같다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
7	다른 사람들은 나와 내 욕구를 잘 이해한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
8	버림 받을까봐 걱정하는 일은 별로 없다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
9	다른 사람들과 여러 가지에 대해 의논한다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
10	내가 다른 사람들에게 관심을 갖는 것만큼, 그들도 내게 관심을 가져주지 않을까봐 걱정한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
11	다른 사람들에게 내 마음 속 깊은 감정을 드러내는 것을 원치 않는 편이다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
12	다른 사람들의 기대에 못 미칠까봐 걱정된다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
13	다른 사람들이 내가 얻고자 하는 애정과 지지를 보내 주지 않을 때는 화가 난다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
14	내가 다른 사람들에게 호감을 표현했을 때, 그들이 나에 대해 같은 감정이 아닐까봐 걱정된다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
15	다른 사람들이 나를 진심으로 사랑하지 않을 까봐 자주 걱정한다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
16	다른 사람들에게 속내를 털어놓은 것이 편하지 않다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
17	다른 사람들은 내가 내 자신에 대해서 회의를 하게 만든다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
18	필요할 때 다른 사람들에게 의지 하는 것은 도움이 된다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
19	다른 사람들을 의지하는 것이 어렵다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
20	내가 다른 사람들에게 갖는 호감만큼 그들도 내게 강한 호감을 가지기를 자주 원한다	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
21	다른 사람들과 대인관계에 대해 걱정이 많다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
22	매우 가까워지고 싶은 나의 욕구 때문에 사람들이 내게서 멀어지기도 한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
23	다른 사람들이 나를 떠날까봐 걱정하는 일은 거의 없다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦

24	다른 사람들은 내가 바라는 만큼 나와 가까워지려고 하지 않는다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
25	다른 사람들이 잠시 떠나 있으면 그들이 나 아닌 누군가에게 관심을 갖게 될까봐 걱정한다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
26	다른 사람들의 사랑을 잃을까봐 두렵다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
27	다른 사람들과 가깝게 지내는 것이 매우 편하다 .	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
28	다른 사람들에게 다정하게 대하는 것은 쉬운 일이다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
29	다른 사람들에게 의지하는 것이 편하게 느껴진다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
30	다른 사람들에게 의지하는 것은 쉬운 일이다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
31	다른 사람들이 나와 함께 있기를 원하지 않을 까봐 자주 걱정한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
32	다른 사람들과 가까워지는 것은 어렵지 않다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
33	내 문제나 걱정거리를 보통 다른 사람들과 의논한다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
34	사적인 생각과 감정들을 다른 사람들과 나누는 것에 대해 편안하게 느낀다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
35	다른 사람들이 내게 너무 가까워지려고 하면 불안하다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦
36	일단 다른 사람들이 나에 대해 알게 되면, 그들이 있는 그대로의 내 모습을 좋아하지 않을까봐 두렵다.	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦



2. 무조건적 자기수용 척도

※ 아래에 제시한 문항을 읽고 자신에게 해당한다고 생각되는 곳에 (✓)표 해 주십시오.

	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	칭찬을 받으면 칭찬해 준 나의 강점이나 능력보다는 상대방이 나를 어떻게 생각할지에 대해 더 걱정한다.	①	②	③	④	⑤
2	중요한 목표를 이루지 못해도 나는 가치 있는 사람이라고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 부정적 피드백을 내 행동이나 수행을 향상시킬 하나의 기회로 활용한다.	①	②	③	④	⑤
4	나는 사람 중에는 더 가치 있는 사람과 그렇지 않은 사람이 있다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
5	큰 실수가 실망스럽지만 나 자신에 대한 생각에는 변함이 없다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 내 자신이 좋은 사람인지 나쁜 사람인지를 판단한다.	①	②	③	④	⑤
7	가치 있는 사람이라고 생각하기 위해서 나는 중요한 사람들과부터 사랑받아야 한다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 여러 가지 일에서 능숙함이 좋은 사람이 되는 조건이라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 인간이기 때문에 가치가 있다.	①	②	③	④	⑤
10	나는 부정적인 피드백을 받으면 부정적 피드백을 한 사람의 말에 마음 열기가 어렵다.	①	②	③	④	⑤
11	어떤 일을 잘 못하면 나의 가치가 떨어진다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
12	나는 일에서 성공한 사람은 특별히 더 가치 있는 사람이라고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
13	다른 사람들이 인정해 주지 않더라도 나는 가치 있는 사람이다.	①	②	③	④	⑤
14	내가 가치 있는 사람인지 결정하기 위해 다른 사람들과 비교하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
15	비난받거나 실패했을 때 한 인간으로서 내 자신이 더 나쁘게 느껴진다.	①	②	③	④	⑤

3. 자기방어적 양가성 척도

※ 아래에 제시한 문항을 읽고 자신에게 해당한다고 생각되는 곳에 (✓)표 해 주십시오.

문항		전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	내가 실제로 느끼고 있는 것을 다른 사람에게 표현할 적당한 말을 찾기 어렵다.	①	②	③	④	⑤
2	내 감정을 솔직하게 표현하고 싶지만, 그로 인해 나 자신이 당황하게 되거나 상처받게 될까 걱정된다.	①	②	③	④	⑤
3	두려움이나 분노 같은 부정적인 감정을 표현하면 다른 사람들이 나를 받아주지 않을까 걱정된다.	①	②	③	④	⑤
4	종종 내가 실제로 느끼고 있는 것을 표현할 수가 없다	①	②	③	④	⑤
5	내 문제들에 대해 다른 사람들과 정말 이야기하고 싶지만, 때때로 그러지 못한다.	①	②	③	④	⑤
6	사랑한다는 말을 해주고 싶지만, 적당한 말을 찾기가 어렵다.	①	②	③	④	⑤
7	종종 내가 느끼는 바를 다른 사람에게 보여주고 싶지만, 웬지 망설여진다.	①	②	③	④	⑤
8	다른 사람에게 그들이 내게 얼마나 소중한지 말하지 못한다는 것을 종종 느낀다.	①	②	③	④	⑤
9	내 속에 있는 두려움과 감정들을 감춰두려 하지만, 때때로 다른 사람들에게 이야기하고 싶다.	①	②	③	④	⑤
10	정서적 반응을 좀 더 즉각적으로 드러내고 싶지만, 그러지 못할 것 같다.	①	②	③	④	⑤
11	내가 그들에게 진심으로 관심을 가지고 있었다는 것을 말했더라면 하고 회상할 때가 있다.	①	②	③	④	⑤
12	나의 애정을 좀 더 겉으로 표현하고 싶지만, 다른 사람들이 오해할까봐 걱정된다.	①	②	③	④	⑤
13	나는 화를 참으려 하지만, 다른 사람들이 내가 어떻게 느끼는지 알았으면 좋겠다.	①	②	③	④	⑤

4. 대인관계 유능성 척도

※ 아래에 제시한 문항을 읽고 자신에게 해당한다고 생각되는 곳에 (✓)표 해 주십시오.

문항		잘 못한다	그저 그렇다	괜찮다	잘한다	매우 잘한다
1	새로운 사람에게 함께 모이거나 무엇인가를 같이 하자고(예를 들면, 사귀자고) 요구하거나 제안하는 것	①	②	③	④	⑤
2	친구에게 그(녀)가 당신을 대하는 방식을 좋아하지 않는다고 얘기하는 것	①	②	③	④	⑤
3	친한 친구가 중요한 삶의 결정(예를 들어, 진로 결정)에 대한 생각이나 감정을 처리하도록 돕는 것	①	②	③	④	⑤
4	친한 친구와 의견 불일치가 생겨 큰 싸움이 되려고 할 때 당신이 틀릴 수도 있다고 인정할 수 있는 것	①	②	③	④	⑤
5	흥미를 느끼거나 매력적이라고 생각하는 새로운 사람과 함께 할 것을 찾거나 제안하는 것	①	②	③	④	⑤
6	데이트 상대나 지인이 당신이 하고 싶지 않은 어떤 것을 하도록 요청했을 때 ‘아니오’라고 말 하는 것	①	②	③	④	⑤
7	새로운 친구나 데이트 상대를 믿고 그가 당신의 약하고 민감한 부분을 보도록 하는 것	①	②	③	④	⑤
8	새로운 친구와 싸울 때 화가 난 감정을 접을 수 있는 것	①	②	③	④	⑤
9	당신이 알고 싶은 새로운 사람과 대화를 이끌어 가는 것	①	②	③	④	⑤
10	친구의 합리적이지 않은 요청을 거절하는 것	①	②	③	④	⑤
11	가까운 친구에게 당신이 부끄러워하는 자신에 대한 것을 얘기하는 것	①	②	③	④	⑤
12	사람들을 처음 알게 될 때, 함께 하면 흥미롭고 유쾌한 사람이 되는 것	①	②	③	④	⑤
13	친구가 당신을 무시하거나 배려하지 않을 때 당신의 권리를 지키는 것	①	②	③	④	⑤
14	새로운 친구에게 ‘진짜’ 당신을 알도록 하는 것	①	②	③	④	⑤
15	친한 친구가 가족이나 룸메이트와의 문제에 대처하도록 돕는 것	①	②	③	④	⑤
16	싸우면서 친구의 견해를 받아들이고 그(녀)의 관점을 확실히 이해할 수 있는 것	①	②	③	④	⑤
17	알고 싶은 사람(혹은 데이트 하고 싶은 사람)에게 스스로를 소개하는 것	①	②	③	④	⑤
18	큰 싸움이 될 수 있는 의견 불일치를 야기할 수 있는 말을 삼가는 것	①	②	③	④	⑤
19	새로운 데이트 상대나 새로 알게 된 사람에게 만나서 뭔가를 할 시간을 정하기 위해 전화하는 것	①	②	③	④	⑤
20	친구가 약속을 지키지 않았을 때 친구에게 맞서는 것	①	②	③	④	⑤

21	친한 친구가 기분이 안 좋을 때 그(녀)를 격려를 할 수 있는 말이나 행동을 할 수 있는 것	①	②	③	④	⑤
22	전체를 비난(‘너는 언제나 그래’)하지 않고 친구와 구체적인 문제를 해결하는 것	①	②	③	④	⑤
23	친구가 되고 싶은 사람(혹은 데이트 하고 싶은 사람)에게 좋은 첫 인상을 주는 것	①	②	③	④	⑤
24	친구에게 그(녀)가 당신의 기분을 상하게 하는 일을 했다고 말하는 것	①	②	③	④	⑤
25	친한 친구에게 당신이 얼마나 그(녀)를 높게 평가하고 신경 쓰이는지 얘기하는 것	①	②	③	④	⑤
26	친구의 문제가 당신에게 흥미가 없을지라도 진실 된 공감적 관심을 보여줄 수 있는 것	①	②	③	④	⑤
27	친구에게 화가 났을 때, 당신이 동의하지 않더라도 그(녀)가 타당한 관점을 가지고 있다는 것을 받아들일 수 있는 것	①	②	③	④	⑤
28	새로운 관계를 시작하기 위해 당신이 잘 모르는 사람들이 있는 파티나 모임에 가는 것	①	②	③	④	⑤
29	데이트 상대나 지인에게 그(녀)가 당신을 화나게 하는 일을 했다고 말하는 것	①	②	③	④	⑤
30	친한 친구가 도움과 격려가 필요할 때, 잘 받아들일 수 있는 방식으로 충고를 할 수 있는 것	①	②	③	④	⑤
31	해로운 갈등을 피하기 위해 친한 친구에게 (그것이 정당화 되더라도) 폭발하지않는 것	①	②	③	④	⑤

▣ 다음은 여러분의 일반적인 정보와 관련된 문항으로 해당되는 곳에 (✓) 표시 해주십시오.

1. 귀하의 성별은?

- ① 남성 ② 여성

2. 귀하의 학년은?

- ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년 ④ 4학년

♡수고 많으셨습니다. 설문에 끝까지 답해 주셔서 감사합니다♡