

불안정 성인애착과 대인관계문제의 관계: 자기결정적 고독 동기로 조절된 정신화의 매개효과*

김 지 훈

한양대학교 / 학생

장 유 진[†]

한양대학교 / 교수

본 연구의 목적은 불안정 성인애착과 대인관계문제의 관계에서 정신화의 매개효과를 살펴보고, 이러한 매개효과가 자기결정적 고독 동기 수준에 따라 변화하는지 확인하는 것이었다. 이를 위해 만 26세에서 39세 사이의 성인 414명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 최종 분석에는 411명의 자료가 사용되었다. 매개효과를 확인하기 위해 위계적 회귀분석을 진행하고, 이어서 조절효과와 조절된 매개효과 검증을 위해 SPSS Macro 모델 1, 모델 7 분석을 사용하였다. 연구결과, 첫째, 애착불안이 대인관계문제에 미치는 영향에서 정신화가 부분 매개효과를 나타냈다. 둘째, 애착회피가 대인관계문제에 미치는 영향 또한 정신화가 부분 매개효과를 보였다. 셋째, 애착불안과 정신화 사이의 관계에 대한 자기결정적 고독 동기의 조절효과는 유의하지 않았다. 넷째, 애착회피와 정신화 사이의 관계에서 자기결정적 고독 동기의 조절효과는 유의하였다. 마지막으로 애착회피와 대인관계문제의 관계에서 정신화의 매개효과가 자기결정적 고독 동기의 수준별로 달라져 조절된 매개효과가 유의미한 것으로 나타났다. 이러한 연구결과를 토대로 상담실제 및 후속연구에 대한 시사점을 논의하였다.

주요어 : 불안정 성인애착, 대인관계문제, 정신화, 자기결정적 고독 동기, 조절된 매개

* 본 연구는 김지훈(2019)의 한양대학교 석사학위논문을 수정한 내용임.

[†] 교신저자 : 장유진, 한양대학교 상담심리대학원, 서울시 성동구 왕십리로 222

Tel : 02-2220-2614, E-mail : yoojinjang@hanyang.ac.kr

대인관계문제는 상담실을 방문하는 내담자의 가장 주된 호소문제이다(배애진, 심혜원, 2018; 안하얀, 서영석, 2010; Horowitz, Rosenberg, & Bartholomew, 1993). Yalom과 Leszcz (2008)는 상담자가 호소문제 자체에 개입할 수 없기 때문에, 내담자의 주 호소문제를 대인관계적 용어로 바꿔 접근하는 것이 필수적이라고 하였다. 예를 들면, 우울을 누군가에게 의존함으로, 분노를 상대에게 표현하지 못함이나 버림받는 것에 대한 두려움 등으로 번역하여, 이러한 대인관계문제를 다루어야 한다고 보았다. 한편 Bretherton(1985)은 생애 초기 애착대상과의 상호작용을 통해 형성된 표상이 대인관계 경험에 지속적으로 영향을 미친다는 대인관계 도식(schema)을 제안하였는데, 이러한 관점은 내담자의 대인관계문제를 이해하기 위해 애착유형을 고려하는 것이 중요하다는 점을 보여준다.

Brennan, Clark와 Shaver(1998)는 애착 행동 전략(attachment behavioral strategy)을 기준으로 성인의 애착유형이 애착불안(attachment anxiety)과 애착회피(attachment avoidance)라는 두 가지의 연속적인 차원으로 개념화될 수 있다고 주장하였다. 먼저 애착불안은 버림받는 것에 대한 두려움과 거절당할 것이라는 불안으로 인해 더욱 관계에 몰입하고 타인과의 친밀감을 과도하게 추구하는 특성을 보인다(Brennan et al., 1998). 이처럼 자신이 사랑받을 가치가 있는지 끊임없이 확인하려는 행동은 우울, 불안과 같은 심리적인 문제나 대인관계문제를 만들어낸다(Shaver & Mikulincer, 2002). 애착회피는 타인과 가까워지려고 하는 친밀감으로 인해 자신의 독립성을 상실할지도 모른다는 두려움이 발생하여 타인과 가까워지는 것을 불편해하는 특징이 있으며, 타인이 신뢰할 만한 존재인

지 의심하는 태도는 친밀한 관계를 지속하기 어렵게 만든다(Brennan et al., 1998; Fraley & Waller, 1998; Shaver & Mikulincer, 2002). Horney (2006)는 대인관계문제의 유형을 쉽게 이해할 수 있도록 ‘사람들에게 향함(moving toward people)’, ‘사람들에게 멀어짐(moving away from people)’, ‘사람들에게 맞섬(moving against people)’이라는 세 가지 신경증적 행동범주로 군집화하였다. 불안정 애착과 대인관계문제의 관계를 다룬 연구를 살펴보면, 애착불안 유형은 대인관계문제의 세 하위유형 모두와 고르게 높은 상관을 보인 반면, 애착회피 유형의 경우 ‘사람들에게서 멀어짐’ 유형과 상관이 두드러지게 높았다(김용희, 2014; 안하얀, 서영석, 2010; 이유미, 2018). 또한 불안정 애착의 유형에 따라 대인관계문제에 미치는 심리적 기제(mechanism)가 다를 수 있다고 보고되고 있다(김영희, 신현숙, 2017; 김용희, 2014; 이유미, 정주리, 2017; 이유미, 2018). 이는 애착불안 유형의 사람들은 전반적인 대인관계문제를 경험하지만, 애착회피 유형의 사람들은 주로 타인과 거리를 유지하는 태도와 관련된 문제를 경험하기 때문에, 두 애착유형은 서로 다른 심리적 기제를 통해 대인관계문제에 영향을 미친다고 볼 수 있다.

불안정 애착이 대인관계문제에 미치는 영향에 대한 기제는 거부 민감성과 정서조절 곤란(이유미, 2018), 정서적 과민반응과 정서적 단절(Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005), 부적응적 완벽주의(Wei, Mallinckrodt, Russell, & Abraham, 2004), 자기분열과 자기은폐(Lopez, Mitchell, & Gormley, 2002) 등 주로 부적응적 특성들이 존재한다고 밝혀져 왔다. 이를 근거로 상담자가 내담자의 부적응적인 특성을 감소시켜야 한다는 점이 강조되어왔다. 그러나 내담자의 부적

응적인 특성은 과거 위협적인 상황으로부터 자신을 보호할 수 있었던 유일한 방법이였기 때문에 이를 감소시키는 병리적 접근은 내담자에게 새로운 적응적 행동 패턴을 학습시키기 어려울 수 있다는 관점이 제기되기 시작하였다(이은지, 서영석, 2014; Deci & Ryan, 2000; Ryan & Deci, 2000; Wei et al., 2005). 이러한 맥락에서 적응적 행동을 촉진하기 위한 개입 시 고려될 수 있는 효과적인 치료요인에 대한 연구가 이루어지고 있다. 그중 많은 치료자들은 정신화(mentalization)를 심리치료의 공통적인 치료 요인으로 주목하고 이와 관련한 연구를 활발하게 진행하고 있다(이수림, 이문희, 2014; Allen, Fonagy, & Bateman, 2008).

정신화란 자신과 타인의 행동 이면의 내적 상태를 이해하는 능력으로, Bateman과 Fonagy (2006)는 정신화를 자신과 타인에 대하여 의도적 마음 상태(욕구, 느낌, 정서, 신념, 목적 등)의 관점에서 인간행동을 해석하고 수용할 수 있도록 하는 상상가능한 정신 활동 능력이라고 정의하였다. 정신화는 단순한 인지 과정이 아니라 애착 관계를 토대로 발달하는 능력으로, 영아의 정서적 신호들이 애착 인물에 의해 정확하게 또는 시기적절하게 반영(mirroring) 될 수 있을 때 정신화가 발달한다고 본다(Fonagy & Target, 2003). 이는 정신화 능력이 양육자와 같이 가까운 대상과의 애착 관계를 통해 내재화된다는 것을 의미한다(Bion, 1959). Arnsten(1998)의 연구에서는 초기 애착 외상이 정서적 각성과 연관되어 신경 기제를 변화시킨다는 것을 보여주는데, 예를 들어 초기 애착 외상이 각성 체계 활성화를 준비하는 후부 대뇌피질(posterior cortex)을 과잉 활성화하고 정신화와 관련된 전두엽을 비활성화 상태로 유도한다는 것이다. Bartels와 Zeki(2004)는 애착

체계가 활성화될 때 사회적 판단이나 정신화가 연관된 뇌 영역이 억제된다는 것을 밝혀냈다. 국내 연구에서는 애착불안, 애착회피 수준이 높을수록 정신화 능력이 감소한다는 점이 일관되게 보고되고 있다(김경은, 정남운, 2018; 김용희, 2018; 김찬양, 최한나, 2018).

이처럼 불안정한 애착이 정신화에 부정적인 영향을 미치며, 정신화의 실패는 다양한 형태의 심리적 퇴행을 통해 대인관계문제를 유발한다(Bateman & Fonagy, 2006). 심리적 퇴행은 유아기의 심리적 상태로 돌아가는 것으로, 보통 세 가지 상태를 나타낸다(Bateman & Fonagy, 2006). 마음 상태의 변화가 소망, 믿음 느낌과 부합한 행동들만 사실이라고 생각하는 유형(목적론적 모드), 주관적인 경험과 외부 현실을 동등하게 여기고 극단적인 사고방식을 가지는 유형(심리적 동등성 모드), 마지막으로 받아들이기 어려운 현실을 회피하고 자신만의 세계를 만들어 점점 현실과 분리된 상태로 향하는 유형(가장 모드)으로 나타난다(Bateman & Fonagy, 2006). 이처럼 정신화 능력이 약하면 자신과 타인의 행동을 심리적 특성에 근거하여 해석하는 능력이 부족하게 되고, 자동적이고 감정적인 반응에 사로잡힐 가능성이 높기 때문에 대인관계문제를 야기하게 된다(Fonagy, Target, Steele & Steele, 1998). 최희숙(2018)은 정신화 실패와 대인관계문제의 관계에서 높은 정적 상관을 확인하였고, 이지연(2019)의 연구에서도 이와 동일한 결과가 확인되어 정신화의 실패가 대인관계문제에 미치는 영향이 높다는 것이 경험적으로 밝혀지고 있다.

Bateman과 Fonagy(2006)는 아동기에 애착 외상을 경험하고 정신화 능력이 손상된 경계선 성격장애 내담자도 이후 중요한 타인과의 관계에서 정신화 능력이 회복될 수 있다고 보았

다. 따라서 경계선 성격장애의 부적응적 특성에 미치는 핵심요인을 초기 애착 경험 그 자체가 아닌 정신화 능력으로 보고, 정신화 능력의 회복 및 증진을 치료의 핵심요인으로 설정한 정신화 기반 치료(Mentalization-Based Therapy: MBT)를 개발하였다. 후속연구들은 정신화 중심 개입의 실증적인 성과를 증명하고 있다. Bateman과 Fonagy(1999, 2003)는 경계선 성격장애 환자를 대상으로 일반적인 치료접근보다 MBT가 더 큰 효과가 있다는 것을 검증하였고, Rossouw와 Fonagy(2012)는 자해 청소년들을 대상으로 1년 동안 MBT를 수행하고 그 효과를 일반 치료 집단과 비교하여 일반 치료보다 자해 및 우울의 감소에 더 효과가 있음을 밝혔다. 최근에는 조현병, 반사회성 성격장애 등 대상을 확장하여 정신화를 증진하는 집단치료, 프로그램 등이 조금씩 개발되고 있으나(McGauley, Ferris, Marin-Avellan, & Fonagy, 2013; Weijer et al., 2016), 적응기능이 일정 수준 이상인 성인들을 대상으로 부적응적 특성이나 정신건강이 정신화 능력과 어떠한 관련성이 있는지 살펴본 연구는 미흡한 실정이다(이수림, 이문희, 2014). 따라서 본 연구에서는 정신증 환자나 성격장애 내담자를 넘어 일반 성인들의 애착유형에 따른 대인관계문제에 대한 치료 기제로서 정신화의 매개효과를 확인하고자 한다. 이처럼 대인관계문제를 경험하는 내담자를 대상으로 정신화 능력을 고려하는 것이 점점 중요해지고 있기 때문에(이수림, 이문희, 2014), 정신화에 미치는 다양한 요인들에 대한 탐색은 현시점에서 매우 필요하다.

불안정 애착유형의 내담자에게 정신화 능력은 상담자라는 새롭게 애착을 형성한 정신적 대리인(mental agent)을 통해 획득할 수 있으나

(Fonagy, Gergely, Jurist, & Target, 2002), 필연적으로 내담자는 상담자와 함께 하는 시간보다 홀로 있는 시간이 더 많다. 따라서 내담자가 경험하는 홀로 있는 시간이 상담 성과에 영향을 미칠 수 있는데, 본 연구에서는 불안정 애착이 정신화에 미치는 부정적 효과를 조절하여 대인관계문제를 감소시킬 수 있는 변인으로 자기결정적 고독 동기(self-determined solitude motivation)를 가정하였다. 자기결정적 고독 동기란 고독의 적응적 특성과 부적응적 특성을 결정하는 요인이 자기결정적 동기(self-determined motivation)라고 본 개념이다(Nicol, 2005). Larson(1990)은 고독이란 사회적인 상호작용의 부재 상태로서 물리적 고립 상태가 아니더라도 주변 사람들과 정보 교환이나 상호작용이 없는 상태라고 보았다. 고독은 필연적으로 긍정적인 사회적 강화를 박탈하기 때문에 외로움과 지루함 등의 부정적인 정서를 느낄 수 있으며, 고독의 시간이 오래될수록 사회불안이나 우울로 인해 사회적 관계를 철수하는 결과를 초래할 수도 있다(Long & Averill, 2003). 그러나 인간이 사회적 욕구를 항상 충족시키기는 어렵기 때문에, 적절한 수준의 고독을 감내할 수 있는 능력은 환경에 적응하고 독립하기 위한 필수적 역량이라고 할 수 있다(Dalrymple, 2010; Larson, 1990). 철학이나 종교, 예술 분야에서 고독은 내면의 성장과 발상의 전환, 새로운 깨달음을 위한 필수적인 요소로 여겨져 왔다(Knafo, 2012). 또한 고독 경험을 통해 사회적으로 강제된 자의식이 감소하여 자유를 향유할 수 있는 가능성이 커지고, 자기 점검이 촉진되며, 자기 반성(self reflection)적 측면의 창의성이 발달할 수 있게 된다(Long, Seburn, Averill, & More, 2003). 이처럼 고독은 적응적 혹은 부적응적 특성을 모두

포함하고 있는데, Nicol(2005)은 고독의 적응적 특성을 결정하는 요인으로 자발적 선택의 중요성을 제안하며, 그 이론적 틀로서 자기결정성 이론(self determination theory)을 도입하였다. 자기결정성은 행동의 동기가 자기 내면에 존재하는 것으로, 사람들이 내재적으로 동기화 되면 행동 그 자체에서 오는 만족감으로 행동을 선택하는 것을 의미한다(김아영, 2010). 또한 자기결정성은 내면의 의지를 활용하는 과정으로 자신의 욕구를 만족하기 위해 환경에 대하여 어떤 행위를 선택해야 하는지 스스로 결정해야 하는 것이므로, 자율성과 유사한 개념으로 설명되고 있다(김아영, 2010). 자기결정성이 발달하기 위해서는 개인이 스스로 방향을 설정하고 행동을 선택할 기회가 제공되는 자율성-지지적(autonomy-supportive) 환경이 필요하다(Deci & Ryan, 2000). 따라서 본 연구에서는 자기결정적 고독 동기를 ‘다른 사람과의 정보 교환이나 피드백이 없는 객관적인 상태를 내재적 동기를 통해 자발적이고 적극적으로 추구하는 것’으로 정의하였다. 자기결정적 고독 동기와 관련된 선행연구를 살펴보면, 임아영, 이준득과 이훈진(2012)은 자기결정적 고독 동기가 창의성, 개방성, 자기조절과 유의미한 정적 상관관, 비자기결정적 고독 동기는 외로움, 우울, 사회적 회피 및 불편감과 유의미한 정적 상관관을 보인다는 것을 확인하였다. 최현영과 이동혁(2016)은 자기결정적 고독 동기가 반성적 사고, 창의성과 유의미한 정적 관계가 있음을 보고하였다. 이러한 결과들은 앞서 논의된 고독의 적응적 특성과 부적응적 특성을 결정하는 것이 고독을 선택하는 자기결정성에 달려 있다는 것을 보여준다. 그러나 자기결정적 고독 동기의 적응적인 특성이 대인관계문제와 같은 내담자의 호소문제에 어떠

한 경로를 통해 영향을 미치는지 확인한 연구는 찾아보기 어렵다. 이에 본 연구에서는 애착과 자기결정적 고독 동기의 상호작용이 정신화를 통해 대인관계문제에 미치는 영향을 확인하고자 하였다.

먼저 애착과 자기결정적 고독동기의 상호작용을 이해하기 위해 Guisinger와 Blatt(1994)이 제안한 ‘변증법적 발달 모델(dialectical developmental model)’을 살펴볼 필요가 있다. 이 모델은 관계성(relatedness)과 개별성(individuality) 욕구의 발달과 상호작용을 설명한 이론이다. Guisinger와 Blatt(1994)에 따르면, 일반적으로 관계성과 개별성이 상반된 개념으로 여겨질 수 있으나, 인간 내면의 본성과 관련된 서로 다른 특성으로 청소년기까지 비교적 독립적으로 발달한다고 보았다. 이후 두 변인은 청소년기 정체성(identity) 형성을 위해 상호연관되어 통합되기 시작하고, 전 생애에 걸쳐 변증법적인 균형상태를 이룰 때 심리적 성숙을 이룰 수 있다고 보았다(Guisinger & Blatt, 1994). 애착은 인간의 대인관계적 관계성(interpersonal relatedness)을 설명하는 이론으로, 유아의 생존을 위해 자연 선택적으로 내재된 선천적인 기제이다(Bowlby, 1969). 최근 연구들에 따르면, 애착은 유아와 양육자 사이의 관계만이 내적 작동 모델을 형성한다는 의견에 국한되지 않고, 전 생애를 통해 새로운 관계 경험을 바탕으로 수정될 수 있는 역동적인 개념으로 변화하고 있다(황창순, 2006). 이러한 맥락에서 현대의 애착 이론가들은 어린 시절 주 양육자와의 상호작용에서 불안정한 애착을 형성한 경우라도 이후 연인, 상담자 등 새롭게 형성된 애착 관계에서 안정감을 형성할 수 있고, 정서조절 능력을 회복할 수 있다고 보았다(Wallin, 2010). 한편 자기결정적 고독 동기

는 개별성을 설명할 수 있는 변인으로 고려해 볼 수 있다. 고독의 혜택 중 하나는 개별성 또는 자기(self)의 진실된 감각을 발달하고 유지하는 것이다(Nicol, 2005). 또한, 고독의 적응적인 특성(긍정정서, 자기성찰, 친밀감, 영성 등)이 청소년 시기부터 발견되고 성인기로 갈수록 더 풍부해진다는 연구결과(이유정, 2012; Freeman, Csikzentmihalyi, & Larson, 1986; Larson, 1990; Marcoen & Goossens, 1993)는 고독의 혜택이 나이가 들수록 점차 확장되고, 이러한 혜택을 얻기 위해 고독을 자기결정적으로 선택할 가능성이 높아진다는 것을 의미한다. 따라서 변증법적 발달 모델을 근거로, 관계성을 설명하는 애착과 개별성을 설명하는 자기결정적 고독 동기는 비교적 독립적으로 발달하다가 청소년기 이후 고독의 혜택이 발견되면서 상호작용하기 시작한다고 가정해 볼 수 있다. 다양한 선행연구(문희운, 양난미, 2019; 임아영 등, 2012; 최현영, 이동혁, 2016; Nicol, 2005)는 자기결정적 고독 동기와 불안정 애착의 상관이 작거나 유의하지 않다는 것을 일관적으로 보여주었다. 이러한 결과는 불안정 애착과 자기결정적 고독 동기의 개념이 서로 상반되어 부적 관계를 이루는 것이 아니라, 각각 독립적으로 발달한다는 가정을 어느 정도 지지하는 근거로 볼 수 있다.

최현영과 이동혁(2016)의 연구에서 밝혀졌듯이, 자기결정적 고독 동기의 핵심적인 혜택은 자기성찰 능력이다. 내적 자율성을 기반으로 형성되는 고독은 자신의 정체성을 규정하는 사람들과 사물들을 배제할 수 있도록 돕는 환경을 제공하며, 자기 자신의 문제에서 벗어나 자기 점검(self-examination)과 반성적 사고(reflective thinking)를 촉진하는 특성을 보인다(Storr, 1988). 이러한 자기성찰 능력은 자신의

부정적인 감정을 직면하고 해당 감정에 기저하는 사고과정을 능동적으로 검토하는 태도(Trapnell & Campbell, 1999)로, 이를 통해 평소 무의식적으로 반복하는, 대인관계에서의 부적응적인 상호작용을 살펴보도록 돕는다. 한편, 정신화 역시 자기성찰 능력과 밀접한 관련성이 있다. 정신화는 자기와 타인의 경험과 비의식적인 반응에 대해 즉각적인 반응을 하기보다 기저에 존재하는 감정과 소망, 신념에 근거하여 행동의 의미를 숙고하는 과정이므로, Fonagy 등(1998)은 정신화의 기능적 특성을 성찰 기능(reflective functioning)으로 설명하였다. Fonagy 등(1998)이 개발한 정신화 평가 매뉴얼에 따르면 성공적인 정신화는 타인의 행동과 심리상태에 대한 의미를 해석할 뿐 아니라 자신의 심리상태를 이해하는 자기성찰 과정을 포괄한다. 이러한 정신화 능력은 불안정한 애착 체계가 대인관계 맥락에서 활성화되면 손상될 수 있는데(Bartels & Zeki, 2004), 이는 버림받음 또는 자신의 독립성을 상실할지도 모른다는 두려움에 사로잡혀 관계 맥락을 성찰하는 정신화 능력이 손상된다는 것이다. 이때 자기결정적으로 경험되는 고독은 외부 대상과의 상호작용을 잠시 멈추고, 대상과의 상호작용에 가려져 있던 자기(self)의 가치를 재발견하여(Long, 2000; Long & Averill, 2003; Long et al., 2003) 동일시되어 있던 경험에서 잠시 거리를 둘 수 있게 된다. 이처럼 심리적인 공간이 생기면 자신과 타인의 행동을 내적 상태에 근거하여 해석하는 데 실패했던 경험을 바라볼 수 있고, 부정적 경험을 기존의 패턴과 다른 적응적인 방식으로 재해석하여 정신화 기능을 회복할 것으로 볼 수 있다. 결과적으로 회복된 정신화 기능은 대인관계문제를 예방하는 데 도움을 줄 수 있을 것이다.

이에 본 연구에서는 불안정 성인애착이 대인관계문제에 미치는 영향을 정신화가 매개하는지 확인하고, 이러한 정신화의 매개효과를 자기결정적 고독 동기가 조절하는지 살펴보고자 하였다. 정신화의 매개효과가 확인되는 경우 성격장애와 정신증 환자들을 대상으로 한 정신화 중심 개입의 효과성을 적응적인 기능 수준을 보유한 비 임상집단의 내담자로 확대할 수 있을 것이다. 최근 홀로 지내는 시간을 건강하게 보내는 것에 대한 사회적 관심이 높아지고 있는 상황(김청아, 장유진, 2019)에서 자기결정적 고독 동기에 대한 연구가 점차 증가하고 있는 추세이다. 그러나 자기결정적 고독 동기 연구들이 대부분 군집 분석이나 상관 분석에 국한되어 개인의 심리적 어려움을 해결하기 위한 개입 방법을 제안하는 매개, 조절과 같은 구조적 모델을 검증한 연구는 찾아보기 어렵다. 따라서 본 연구를 통해 정신화의 매개효과 및 자기결정적 고독 동기의 조절된 매개효과를 확인하여 상담 실체에 적용 가능한 두 변인의 치유적인 특성을 확인할 수 있을 것으로 기대된다.

연구문제 1. 불안정 애착과 대인관계문제의 관계는 정신화에 의해 매개되는가?

연구문제 2. 불안정 애착과 정신화의 관계는 자기결정적 고독 동기 수준에 따라 달라지는가?

연구문제 3. 불안정 애착과 대인관계문제의 관계에서 정신화의 매개효과는 자기결정적 고독 동기 수준에 따라 차이가 있는가?

방 법

연구 대상

연구대상의 선정 기준은 다음과 같다. Freeman 등(1986)은 11~13세의 초기 청소년들보다 15~18세의 후기 청소년들이 고독의 시간을 반성적 사고를 할 수 있는 기회로 여기며 이에 따라 소외감을 덜 느끼는 경향이 있음을 보고하였다. Larson(1990)도 성인이 청소년보다 고독 경험에서 외로움을 덜 느끼며, 성인에게는 주어진 역할이나 상황에 따라 고독의 시간이 어떻게 경험되느냐가 달라질 수 있음을 확인하였다. 이러한 선행연구에 근거하여 본 연구에서는 발달 단계에 따라 고독 경험의 특성이 달라질 수 있다는 가정하에 표본의 동질성을 확보하고자 만 26세 이상 39세 미만의 남녀 성인을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문은 2018년 12월부터 2019년 1월까지 약 7주간 온라인 조사 링크를 공유하여 응답지를 회수하는 방식으로 자료를 수집하였고, 설문 응답시간은 약 15분 정도 소요되었다. 총 414부의 설문지가 수거되었으며 불성실하게 응답한 3명을 제외한 총 411부가 연구에 사용되었다.

설문 참여자들 중 여성은 287명(69.8%), 남성은 124명(30.2%)이었다. 연령대는 26세~30세가 235명(57.2%)으로 가장 많았고, 대부분이 미혼(307명, 74.7%)이었다. 학력 측면에서는 대학교 졸업 241명(58.6%), 대학원 졸업 156명(38.0%)의 순이었으며, 직업의 경우 사무직이 118명(28.7%)으로 가장 많았고 전문직 종사자가 102명(24.82%)으로 그 뒤를 이었다.

측정 도구

개정된 친밀한 관계경험 척도(Experience in

Close Relationship-Revised, ECR-R)

Brennan 등(1998)이 개발하고 Fraley, Waller와 Brennan(2000)이 개정, 김성현(2004)이 한국어로 번안, 타당화한 것을 사용하였다. 개인이 지각한 자신의 불안정 애착 수준을 측정하며, ‘애착불안’ 18문항, ‘애착회피’ 18문항으로 구성된다. 7점 Likert 척도로 평정하며 역채점 문항이 존재하고, 점수가 높을수록 불안정 애착수준이 높은 것을 나타낸다. 애착불안은 버림받는 것에 대한 두려움과 관계를 향한 과도한 몰입을 측정하고(예, “매우 가까워지고 싶은 나의 욕구 때문에 사람들이 내게서 멀어지기도 한다.”), 애착회피는 관계를 회피하고 친밀해지는 것을 불편해하는 경향을 측정한다(예, “다른 사람들이 내게 가까워지려고 하면 불편하다.”). Brennan 등(1998)의 연구에서 애착불안과 애착회피의 내적 합치도(Cronbach’s α)가 각각 .91과 .94로 나타났고, 김성현(2004)의 연구에서는 애착불안 .89, 애착회피 .85로 나타났다. 본 연구에서는 애착불안이 .88, 애착회피가 .94로 나타났다.

한국판 정신화 척도(Korean Version of the Mentalization Scale, K-MentS)

Dimitrijević, Hanak, Dimitrijević와 Marjanović (2018)가 개발하고 이수림과 이문희(2018)가 번안 및 타당화한 척도를 사용하였다. 총 25문항이며 ‘자신에 대한 정신화’ 6문항, ‘타인에 대한 정신화’ 11문항, ‘정신화 동기’ 8문항과 같이 3개 요인으로 구성되어 있다. ‘자신에 대한 정신화’ 요인은 자신의 행동의 원인을 설명하는데 내면의 감정, 생각, 신념 등에 초점을 두는 것을 뜻하며(예, “나는 쉽게 내가 느끼는 것을 설명할 수 있다.”), ‘타인에 대한 정신화’는 다른 사람들의 행동의 원인을 설명하

는데 감정, 생각 등에 초점을 두는 정신화를 의미한다(예, “나는 종종 다른 사람들과 그들의 행동에 대해 생각한다.”). ‘정신화 동기’는 어떠한 방향성을 구분하지 않고 정신활동 자체에 초점을 두고자 하는 동기나 의도를 말한다(예, “나는 항상 사람들이 왜 특정한 방식으로 행동하는지 관심이 있었다.”). ‘자신에 대한 정신화’와 ‘정신화 동기’ 문항은 역채점 문항이 존재하며, 5점 Likert 척도로 평정하고 점수가 높을수록 정신화 능력이 높은 것을 의미한다. 이수림과 이문희(2018)의 연구에서는 K-MentS의 내적 합치도(Cronbach’s α)가 .88로 나타났고, 하위요인별로는 타인에 대한 정신화 .84, 자신에 대한 정신화 .78, 정신화 동기 .76으로 나타났다. 본 연구에서 전체문항의 내적 합치도는 .87, 하위요인별 내적 합치도는 타인에 대한 정신화가 .82, 자신에 대한 정신화가 .80, 정신화 동기가 .76으로 나타났다.

대인관계문제 척도(Short Form of the Korean Inventory of Interpersonal Problems Circumplex Scale, KIIP-CS)

김영환 등(2002)이 대인관계문제 성격장애척도(IIP-PD)와 대인관계문제 원형척도(IIP-C)를 통합하고 한국형 문항들을 포함하여 표준화한 것을 홍상황 등(2002)이 단축형으로 개발한 것을 사용하였다. 이 척도의 목적은 다수의 사람이 공통으로 경험하는 대인관계문제를 짧은 시간 내에 효율적으로 평가하는 데 있다. 총 40문항으로 구성되어 있으며 각각 5문항씩 8개의 하위요인으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 Horney(2006)의 이론을 적용하여 8개의 하위요인을 세 개의 범주로 나누어 사용하였다. 자기중심성, 통제지배, 과관여는 ‘사람들에게 맞섬’으로, 사회적 억제, 냉담은 ‘사람들에

게서 멀어짐'으로, 자기희생, 과순응성, 비주장성은 '사람들에게 향함'으로 구성하였다. 5점 Likert 척도로 평정하고 '사람들에게 맞섬' 점수가 높을수록 대인관계에서 공격적인 특성이 높으며(예, "내 주장만 너무 내세울 때가 많다."), '사람들에게서 멀어짐' 점수가 높을수록 고립적이고 은둔적인 특징이 높고(예, "다른 사람들과 어울리는 자리를 자주 피한다."), '사람들에게 향함' 점수가 높을수록 의존적인 특징이 높다는 것을 의미한다(예, "뚜렷한 주관 없이 다른 사람에게 너무 많이 끌려 다닌다."). 이유미(2018)의 연구에서 전체 내적 합치도(Cronbach's α)는 .93로 나타났고, 하위요인별 내적 합치도는 사람들에게 맞섬 .87, 사람들에게 멀어짐 .92, 사람들에게 향함 .89로 확인되었다. 본 연구에서 전체 문항의 내적 합치도는 .94, 하위요인별로는 사람들에게 맞섬 .87, 사람들에게 멀어짐 .91, 사람들에게 향함 .91로 나타났다.

자기결정적 고독 동기 척도(Self-Determined Motivation for Solitude Scale, SDS)

Nicol(2005)이 개발하고 임아영 등(2012)이 번안 및 타당화한 것을 사용하였다. 자기결정적 고독 동기 척도(SDS)는 총 29문항이며, 4점 Likert 척도로 평정하고 점수가 높을수록 내적 동기로 유발된 고독 동기 수준이 높다는 것을 의미한다(예, "혼자 있는 것은 내가 왜 그렇게 행동하는지 통찰을 얻는 데 도움이 된다."). 최현영과 이동혁(2016)의 연구에서 자기결정적 고독 동기 척도(SDS)가 실제로 고독의 동기를 측정하고 있는지 타당성을 검증한 결과, 자기결정적 고독 동기 수준이 높을수록 자발적으로 혼자 있는 시간을 확보하며 그 시간에 대한 만족도 역시 높은 것으로 나타나 자기결정

적 고독 동기 척도는 자발적으로 선택한 고독을 통해 긍정적인 효과를 누릴 수 있다는 개념을 잘 반영하고 있음을 보여준다. Nicol(2005)의 연구에서 자기결정적 고독 동기 척도(SDS)의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .94, 3주간격 재검사 신뢰도는 .74로 나타났고, 임아영 등(2012)의 연구에서 내적 합치도는 .93, 문희운과 양난미(2019)의 연구에서는 .95로 보고되었다. 본 연구에서 내적 합치도는 .96으로 확인되었다.

자료 분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 21.0 프로그램을 사용하여 다음과 같이 분석하였다. 먼저 주요 변인들의 기술통계 분석을 통해 연구 대상자와 주요 변인들의 기본 특성을 확인한 후 정신화의 매개효과를 확인하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 기존에 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 많이 활용된 Sobel 검증의 경우 매개효과 분포의 정규성을 가정하기 때문에 실제 표본과 차이가 발생하여 통계 검증력이 낮아진다는 한계가 있다(Preacher, Rucker, & Hayes, 2007). 반면 부트스트래핑(bootstrapping) 방식은 표본의 정규성을 가정하지 않고 모의 실험절차를 통해 가상으로 무선 표본을 생성하고, 매개효과의 유의성이 통계적 무선 오차에 의한 결과가 아니라는 것을 확인하는 과정을 거치므로(Shrout & Bolger, 2002), Sobel 검증보다 부트스트래핑의 검증력이 상대적으로 높다는 것이 확인되고 있다(Preacher et al., 2007). 따라서 본 연구에서는 부트스트래핑 방식을 통해 매개효과를 검증하였다. 이어서 조절효과를 검증하기 위해 Hayes(2013)가 제안한 SPSS Macro를 사용하여 모델

1 분석을 실시하였다. 이 때 예측변인과 조절변인이 연속변인일 경우 중심화(centering)하는 것이 다중공선성의 문제를 최소화하므로(서영석, 2010), 예측변인과 조절변인에 대하여 중심화를 적용한 뒤 분석을 진행하였다. 이후 매개효과와 조절효과와 유의성이 확인되어 SPSS Macro 모델 7 분석을 통해 조절된 매개효과를 확인하였다.

결 과

기술 통계

연구문제를 검증하기에 앞서 주요 변인들이 검증에 위한 기본 조건을 충족시키는지 확인하기 위해 평균과 표준편차, 왜도 및 첨도를 산출하였다. 부트스트래핑 기법의 경우 표본

의 정규성을 가정하지 않은 상태로 가상의 무선 표본을 생성하므로 정규성 가정이 필수적인 것은 아니지만, 매개모형이나 조절모형을 검증할 때 회귀분석이 진행되므로 각 변인의 정규성 가정을 확인할 필요가 있다. 분포의 정규성을 가정하기 위해서는 왜도의 절대값이 2 미만, 첨도의 절댓값이 4 미만이어야 한다(Hong, Malik, & Lee, 2003). 본 연구에서는 각 측정 변인의 왜도 및 첨도 값이 기준값의 범위를 벗어나지 않는 것으로 나타나 정규성 가정을 만족하는 것으로 확인되었다. 변인들 간의 상관계수는 표 1에 제시하였다.

매개효과 검증

애착불안과 대인관계문제의 관계에서 정신화의 매개효과

정신화가 애착불안과 대인관계문제를 매개

표 1. 주요 변인들의 상관, 평균, 표준편차, 왜도, 첨도(N = 411)

| 변인 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 5-1 | 5-2 | 5-3 |
|----------------|----------|----------|---------|----------|---------|---------|---------|-------|
| 1. 애착회피 | - | | | | | | | |
| 2. 애착불안 | .221*** | - | | | | | | |
| 3. 자기결정적 고독 동기 | .185*** | -.123* | - | | | | | |
| 4. 정신화 | -.270*** | -.369*** | .267*** | - | | | | |
| 5. 대인관계문제 | .376*** | .716*** | -.097* | -.469*** | - | | | |
| 5.1 사람들에게 맞섬 | .175*** | .558*** | -.119* | -.406*** | .819*** | - | | |
| 5.2 사람들에게서 멀어짐 | .617*** | .538*** | .011 | -.440*** | .834*** | .573*** | - | |
| 5.3 사람들에게 향함 | .218*** | .688*** | -.118* | -.356*** | .871*** | .527*** | .598*** | - |
| 평균 | 3.68 | 3.28 | 3.19 | 3.84 | 2.38 | 2.19 | 2.33 | 2.61 |
| 표준편차 | 0.85 | 1.10 | 0.55 | 0.45 | 0.61 | 0.62 | 0.82 | 0.77 |
| 왜도 | 0.08 | 0.19 | -0.52 | -0.12 | 0.56 | 0.78 | 0.57 | 0.32 |
| 첨도 | 0.14 | -0.57 | -0.14 | -0.06 | 0.71 | 1.07 | -0.04 | -0.32 |

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

표 2. 정신화의 매개효과 검증 1

| | 종속변수 | 독립변수 | B | se | β | t | p | R ² |
|-----|--------|------|-------|------|---------|-----------|------|----------------|
| 1단계 | 대인관계문제 | 애착불안 | .398 | .019 | .716 | 20.728*** | .000 | .512 |
| 2단계 | 정신화 | 애착불안 | -.152 | .019 | -.369 | -8.036*** | .000 | .136 |
| 3단계 | 대인관계문제 | 애착불안 | .349 | .020 | .628 | 17.794*** | .000 | .561 |
| | | 정신화 | -.320 | .048 | -.237 | -6.726*** | .000 | |

주. *** $p < .001$

표 3. 부트스트래핑을 통한 정신화의 매개효과 검증 1

| 변수 | Effect | Boot SE | 95% 신뢰구간 | |
|-----|--------|---------|----------|------|
| | | | LLCI | ULCI |
| 정신화 | .049 | .011 | .030 | .073 |

주. 부트스트래핑 표본 = 5,000

주. LLCI = 간접효과 계수의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값

주. ULCI = 간접효과 계수의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

하는지 확인한 결과는 표 2와 같다. 1단계에서 애착불안이 대인관계문제에 미치는 효과가 유의하게 나타나($\beta = .716, p < .001$), 애착불안 수준이 높을수록 대인관계문제가 많은 것을 확인하였다. 2단계에서 애착불안은 정신화에도 유의미한 효과를 보였다($\beta = -.369, p < .001$). 3단계에서 독립변수인 애착불안의 영향력을 통제했을 때 정신화가 대인관계문제에 미치는 영향은 부적으로 유의했으며($\beta = -.237, p < .001$), 애착불안이 대인관계문제에 미치는 효과도 유의해($\beta = .628, p < .001$) 정신화는 애착불안과 대인관계문제를 부분매개하는 것으로 나타났다. 정신화의 매개효과가 통계적으로 유의미한지 검증하기 위해 부트스트래핑 표본을 5,000개로 설정하고 신뢰구간 95%에서 매개효과 계수의 상한값과 하한값을 확인하였다. 분석 결과 간접효과 계수는 .049이며, 하한값 .030 상한값

.073으로 신뢰구간 내에 0을 포함하지 않아 매개효과가 유의미한 것으로 확인되었다. 부트스트래핑 결과는 표 3에 제시하였다.

애착회피와 대인관계문제의 관계에서 정신화의 매개효과

정신화가 애착회피와 대인관계문제를 매개하는지 확인한 결과는 표 4와 같다. 1단계에서 애착회피가 대인관계문제에 미치는 효과가 유의하였으며($\beta = .376, p < .001$), 이는 애착회피가 높을수록 대인관계문제의 정도가 높은 것을 확인하였다. 2단계에서 애착회피는 정신화에 유의미한 영향을 보였다($\beta = -.270, p < .001$). 3단계에서 독립변수인 애착회피의 영향력을 통제했을 때 정신화가 대인관계문제에 미치는 영향은 유의했으며($\beta = -.397, p < .001$), 애착회피가 대인관계문제에 미치는 영향도 유의해(β

표 4. 정신화의 매개효과 검증 2

| | 종속변수 | 독립변수 | B | se | β | t | p | R ² |
|-----|--------|------|-------|------|---------|-----------|------|----------------|
| 1단계 | 대인관계문제 | 애착회피 | .271 | .033 | .376 | 8.208*** | .000 | .141 |
| 2단계 | 정신화 | 애착회피 | -.015 | .025 | -.270 | -5.682*** | .000 | .073 |
| 3단계 | 대인관계문제 | 애착회피 | .194 | .031 | .269 | 6.191*** | .000 | .287 |
| | | 정신화 | -.054 | .059 | -.397 | -9.136*** | .000 | |

주. *** $p < .001$

표 5. 부트스트래핑을 통한 정신화의 매개효과 검증 2

| 변수 | Effect | Boot SE | 95% 신뢰구간 | |
|-----|--------|---------|----------|------|
| | | | LLCI | ULCI |
| 정신화 | .077 | .019 | .044 | .116 |

주. 부트스트래핑 표본 = 5,000

주. LLCI = 간접효과 계수의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값

주. ULCI = 간접효과 계수의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

=.269, $p < .001$) 정신화는 애착회피와 대인관계 문제를 부분매개하는 것으로 나타났다. 정신화의 매개효과가 통계적으로 유의한지 검증하기 위해 부트스트래핑 표본을 5,000개로 설정하고 신뢰구간 95%에서 매개효과 계수의 상한값과 하한값을 확인하였다. 분석 결과 간접효과 계수는 .077이며, 하한값 .044 상한값 .116으로 신뢰구간 내에 0을 포함하지 않아 매개효과가 유의한 것으로 확인되었다. 부트스트래핑 결과는 표 5에 제시하였다.

조절효과 검증

애착불안과 정신화의 관계에서 자기결정적 고독 동기의 조절효과

애착불안과 정신화의 관계에서 자기결정적 고독 동기의 조절효과를 검증한 결과를 표 6

에 제시하였다. 다중공선성의 문제를 최소화하기 위해 독립변인과 조절변인을 평균중심화한 뒤 조절효과를 분석하였다. 분석 결과, 애착불안이 정신화에 미치는 영향이 자기결정적 고독 동기 수준에 따라 유의미한 차이를 보이지 않아($\beta = .025$, $t = .549$, $p > .05$) 조절효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다.

애착회피와 정신화의 관계에서 자기결정적 고독 동기의 조절효과

애착회피와 정신화의 관계에서 자기결정적 고독 동기의 조절효과를 검증한 결과를 표 7에 제시하였다. 다중공선성의 문제를 최소화하기 위해 독립변인과 조절변인을 평균중심화한 뒤 조절효과를 분석하였다. 분석 결과, 애착회피가 정신화에 미치는 영향이 자기결정적 고독 동기 수준에 따라 유의미하게 차이를 보

표 6. 애착불안과 정신화의 관계에서 자기결정적 고독 동기의 조절효과

| | 종속변수 : 정신화 | | | | | | | |
|--------------------|------------|------|---------|------------|-------|-------|-------|--------------|
| | 비표준화계수 | | β | t | LLCI | ULCI | R^2 | ΔR^2 |
| | B | SE | | | | | | |
| 상수 | 3.845 | .020 | - | 188.196*** | 3.805 | 3.885 | .186 | .186*** |
| 애착불안 | -.142 | .019 | -.343 | -7.604*** | -.178 | -.105 | | |
| 자기결정적 고독 동기 | .184 | .037 | .225 | 4.990*** | .112 | .257 | .187 | .001 |
| 애착불안 x 자기결정적 고독 동기 | .018 | .032 | .025 | .549 | -.046 | .081 | | |

주. *** $p < .001$

주. LLCI = 간접효과 계수의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값

주. ULCI = 간접효과 계수의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

표 7. 애착회피와 정신화의 관계에서 자기결정적 고독 동기의 조절효과

| | 종속변수 : 정신화 | | | | | | | |
|--------------------|------------|------|---------|------------|-------|-------|-------|--------------|
| | 비표준화계수 | | β | t | LLCI | ULCI | R^2 | ΔR^2 |
| | B | SE | | | | | | |
| 상수 | 3.831 | .020 | - | 187.897*** | 3.791 | 3.872 | | |
| 애착회피 | -.177 | .024 | -.322 | -7.357*** | -.023 | -.130 | .202 | .202*** |
| 자기결정적 고독 동기 | .293 | .038 | .358 | 7.813*** | .220 | .367 | | |
| 애착회피 x 자기결정적 고독 동기 | .140 | .040 | .159 | 3.535*** | .062 | .218 | .227 | .025*** |

주. *** $p < .001$

주. LLCI = 간접효과 계수의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값

주. ULCI = 간접효과 계수의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

표 8. 자기결정적 고독 동기의 조건값에 따른 조절효과의 부트스트래핑 검증

| | 조건값 | B | se | LLCI(b) | ULCI(b) |
|----------------|-------|-------|------|---------|---------|
| 자기결정적 고독 동기 | -1 SD | -.255 | .033 | -.319 | -.191 |
| | Mean | -.177 | .024 | -.225 | -.130 |
| | +1 SD | -.100 | .033 | -.164 | -.036 |

주. 부트스트래핑 표본 = 5,000

주. LLCI(b) = 간접효과 계수의 95%신뢰구간 내에서의 하한값

주. ULCI(b) = 간접효과 계수의 95%신뢰구간 내에서의 상한값

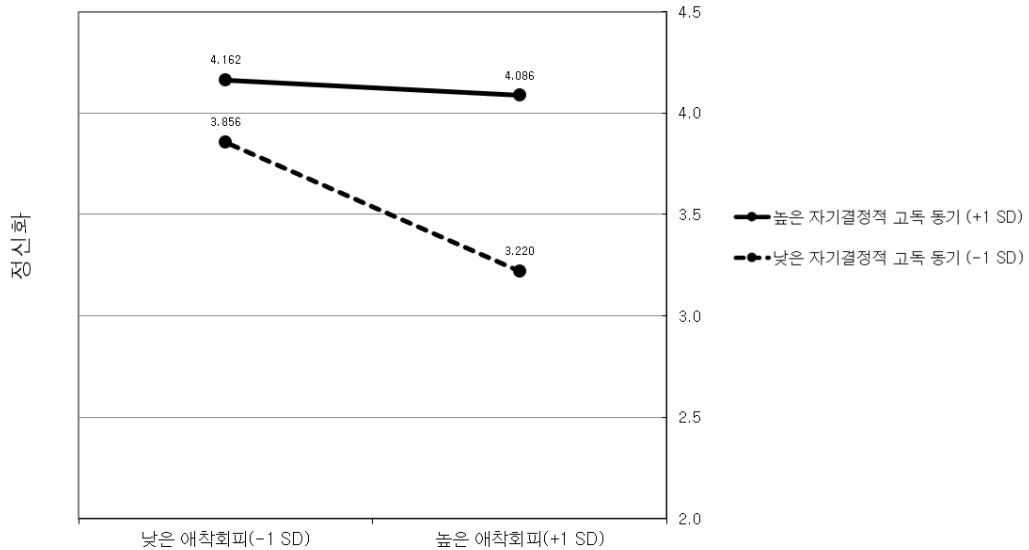


그림 1. 애착회피와 정신화의 관계에서 자기결정적 고독 동기의 조절효과

여($\beta=.159, t=3.535, p<.001$) 조절효과가 확인되었다. 독립변인과 조절변인의 상호작용이 종속변인에 영향을 미치는 패턴을 확인하기 위해 애착회피와 자기결정적 고독 동기의 회귀계수를 중다회귀방정식에 대입하여 회귀식을 유도하였고, 그 결과를 그래프로 작성한 것을 그림 1에 제시하였다. 그림 1에서 보듯, 자기결정적 고독 동기 수준이 낮은 경우 애착회피 수준이 높아질수록 정신화의 수준이 유의미하게 낮아지는 것으로 나타났다. 반면 자기결정적 고독 동기 수준이 높은 경우 애착회피 수준이 정신화 수준을 감소시키는 정도가 줄어드는 것으로 확인되었다. 조절효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 자기결정적 고독 동기 수준을 -1 표준편차(SD), 평균(Mean), +1 표준편차(SD)로 나누어 각각의 조건부 간접효과의 유의성을 확인하였다. 분석 결과, 애착회피가 정신화에 미치는 효과는 자기결정적 고독 동기의 3가지 수준 모두에서 신뢰구간

내에 0을 포함하지 않아 유의한 것으로 나타났다.

조절된 매개효과 검증

조절된 매개모형은 매개효과가 조절변인 수준에 따라서 달라지는 경우를 의미하며 조절된 매개효과 또는 조건부 간접효과라고 한다. 조절된 매개효과를 검증하기에 앞서 매개효과와 조절효과의 유의성이 선행되어야 하므로, 불안정 애착유형 중 애착회피에 대한 조절된 매개효과의 유의성을 검증하였다. Hayes(2013)가 제안한 SPSS Macro 모델 7 분석을 진행한 결과를 표 9에 제시하였다. 분석 결과, 독립변인인 애착회피와 조절변인인 자기결정적 고독 동기의 상호작용이 매개변인인 정신화에 미치는 영향력이 유의미하였다($\beta=.159, t=3.535, p<.001$). 또한 정신화에서 대인관계문제에 미치는 영향이 유의미한 것으로 확인되어($\beta=$

표 9. 자기결정적 고독 동기의 조절된 매개효과 검증

| | 종속변수 : 정신화 | | | | | |
|--------------------|------------|------|---------|------------|-------------|-------------|
| | 비표준화계수 | | β | t | LLCI(b) | ULCI(b) |
| | B | se | | | | |
| 상수 | 3.831 | .020 | - | 187.897*** | 3.791 | 3.872 |
| 애착회피 | -.177 | .024 | -.332 | -7.357*** | -.225 | -.130 |
| 자기결정적 고독 동기 | .293 | .038 | .358 | 7.813*** | .220 | .367 |
| 애착회피 x 자기결정적 고독 동기 | .140 | .040 | .159 | 3.535*** | .062 | .218 |
| 종속변수 : 대인관계문제 | | | | | | |
| 상수 | 4.437 | .227 | - | 19.583*** | 3.992 | 4.882 |
| 정신화 | -.535 | .059 | -.397 | -9.136*** | -.650 | -.420 |
| 애착회피 | .194 | .031 | .269 | 6.191*** | .132 | .256 |

주. *** $p < .001$

주. LLCI(b) = 간접효과 계수의 95%신뢰구간 내에서의 하한값

주. ULCI(b) = 간접효과 계수의 95%신뢰구간 내에서의 상한값

-0.397, $t = -9.136$, $p < .001$) 조절된 매개효과가 확인되었다. Hayes(2013)에 따르면, 조절된 매개효과의 조건별 유의성을 검증하기 위해 조건부 간접효과의 상세 분석이 가능하다. 조절된 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 자기결정적 고독 동기 수준을 10%, 16%(-1 SD), 25%, 50%(Mean), 75%, 84%(+1 SD), 90%로 나누어 각각의 조건부 간접효과의 유의성

표 10. 자기결정적 고독 동기의 조건값에 따른 조절된 매개효과의 부트스트래핑 검증

| | 조건값 | B | se | LLCI(b) | ULCI(b) |
|----------------|-------------|------|------|-------------|-------------|
| 자기결정적 고독 동기 | 10% | .146 | .032 | .083 | .211 |
| | 16% (-1 SD) | .137 | .029 | .081 | .196 |
| | 25% | .122 | .025 | .075 | .175 |
| | 50% (Mean) | .094 | .019 | .060 | .134 |
| | 75% | .060 | .019 | .025 | .100 |
| | 84% (+1 SD) | .053 | .021 | .014 | .094 |
| | 90% | .042 | .023 | -.002 | .088 |

주. 부트스트래핑 표본 = 5,000

주. LLCI(b) = 간접효과 계수의 95%신뢰구간 내에서의 하한값

주. ULCI(b) = 간접효과 계수의 95%신뢰구간 내에서의 상한값

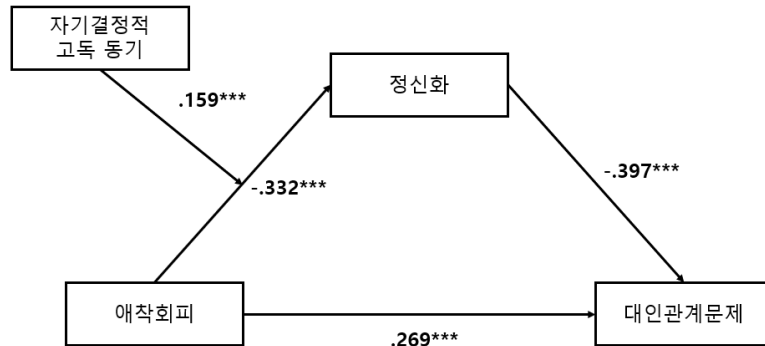


그림 2. 조절된 매개효과 검증 결과

을 확인하였다. 분석 결과, 애착회피가 정신화를 통해 대인관계문제에 미치는 효과는 자기결정적 고독 동기가 84%(+1 SD)일 때까지는 신뢰구간 내에 0을 포함하지 않아 유의한 것으로 확인되었으나, 90% 이상에서는 0을 포함하여 애착회피가 정신화를 통해 대인관계문제에 미치는 부적인 효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다.

논 의

본 연구에서는 20~30대 성인을 대상으로 불안정 애착이 대인관계문제에 미치는 영향을 정신화가 매개하고, 이 과정을 자기결정적 고독 동기가 조절하는지 살펴보았다. 이를 토대로 불안정 애착을 형성한 성인들의 대인관계문제를 이해하기 위해 그들의 심리적 특성을 확인하고 그에 따라 개입 방안을 모색하고자 하였다. 주요 결과를 중심으로 논의를 진행하면 다음과 같다.

첫째, 정신화가 애착불안과 대인관계문제, 애착회피와 대인관계문제를 각각 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이는 불안정 애착과 대

인관계문제의 관계를 정신화가 매개한다는 것을 보여주며, 불안정 애착이 정신화에 부정적인 영향을 미친다는 선행연구(김경은, 정남운, 2018; 김용희, 2018; 김찬양, 최한나, 2018) 및 정신화 실패가 대인관계문제를 유발한다는 연구(최희숙, 2018)를 통합한 결과로 이해할 수 있다. 한편, Bandelow, Krause, Wedekind, Hajak과 Ruther(2003)는 약 96%의 경계선 성격장애 환자들이 아동기 외상을 경험한다고 보고하였고, Briere(1996)는 아동기 외상이 애착 체계를 와해시킨다고 보았으며, 이우경과 최은실(2013)의 연구에서는 경계선 성격특성과 불안정 애착의 높은 상관을 확인하였다. 이러한 선행연구결과는 불안정 애착이 경계선 성격특성과 밀접한 관련이 있음을 보여준다. 이를 여대생의 경계선 성격특성과 대인관계문제의 관계를 정신화 실패와 분노 반추가 매개한다는 최희숙(2018)의 연구결과와 연결해보면, 불안정 애착이 정신화의 실패를 유발하여 대인관계문제를 경험하도록 한다는 본 연구의 결과를 지지해 주는 것으로 이해할 수 있다. 또한, 불안정 애착과 정서조절의 관계에서 마음챙김과 정신화의 매개효과를 밝힌 김찬양과 최한나(2018)의 연구는 불안정 애착을 형성한 성인에게 정

신화와 마음챙김 수준을 높이는 개입이 대인 관계에서 발생할 수 있는 다양한 문제를 예방하는 데 효과적일 수 있음을 시사하고 있어 본 연구의 발견을 간접적으로 뒷받침해 주고 있다.

둘째, 애착불안과 정신화의 관계에서 자기 결정적 고독 동기의 조절효과는 유의하지 않았으나, 애착회피와 정신화의 관계는 자기 결정적 고독 동기가 조절하는 것으로 나타났다. 조절효과의 구체적인 양상을 살펴보면, 자기 결정적 고독 동기의 수준과 관계없이 애착불안 수준이 높아질수록 정신화는 유의하게 감소하지만, 자기결정적 고독 동기 수준이 높을수록 애착회피가 정신화에 미치는 부정적인 영향이 감소하는 것으로 확인되었다. 이처럼 애착유형에 따른 상반된 결과는 애착유형에 따른 대처전략 및 자기결정적 고독 동기의 특성에 대한 선행연구 결과를 통해 이해해 볼 수 있다. Daly와 Mallinckrodt(2009)는 애착유형에 따른 대처전략을 설명하였는데, 이들에 따르면 애착불안 유형의 사람들은 스트레스 상황에서 과잉활성화(hyperactivating) 전략을 사용하여 자신의 욕구를 과장하고 가능한 많은 반응을 얻기 위해 끊임없이 타인과의 밀접한 관계를 추구하게 된다. 반면 애착회피 유형의 사람들은 비활성화(deactivating) 전략을 사용하며 타인들을 위협하고 믿을 수 없는 인물로 지각하기 때문에 자신의 욕구를 최소화하거나 부정하는 것을 가장 안전한 전략이라고 여긴다. Nguyen, Ryan과 Deci(2018)는 사람들이 혼자 있을 때 높은 각성 수준의 긍정 및 부정정서를 비활성화시키지만 타인과 함께 있을 때는 그렇지 않으며, 이러한 비활성화 효과는 독서와 같이 혼자서 하는 활동 중에도 지속된다는 점을 확인하였다. 따라서 비활성화 전략

을 주로 사용하는 애착회피 유형과 고독은 동질적(homogeneous)인 특성을 보이며, 과잉활성화 전략을 사용하는 애착불안 유형은 고독과 비동질적(nonhomogeneous)인 특성을 보인다고 할 수 있다. 한편 Nguyen 등(2018)은 특별한 외부자극이 없는 상태의 고독이 긍정정서와 부정정서를 동시에 비활성화시키지만, 참여자 스스로 고독 속에서 무엇을 생각할지 적극적으로 선택하는 경우 고요함과 같은 긍정정서가 유지되고 외로움과 같은 부정정서가 감소한다는 결과를 보고하여 고독의 긍정적인 효과를 향유하기 위해서는 동기가 중요하다는 점을 보여주었다. 또한, 최현영과 이동혁(2016)은 자기결정적 고독 동기와 창의성, 반성적 사고의 유의미한 정적 상관을 확인하여 자기 결정적 고독 동기가 기존에 반복되는 대처방식과는 다른 새로운 방식의 조직화가 진행될 수 있도록 돕는다고 설명하였다. 따라서 애착회피 유형의 성인의 경우, 대인관계 맥락에서 독립성이 상실될 것 같은 위협을 느끼게 되면 두려움에 사로잡혀 정신화 능력이 손상될 수 있다. 이때 비활성화라는 공통된 내적 기제를 사용하는 자기결정적 고독 동기를 갖게 되면 부정정서의 각성 수준을 낮추고, 자기반성과 자기점검, 새로운 대처방식의 선택을 통해 정신화 손상을 예방할 수 있는 것으로 이해할 수 있다.

셋째, 애착회피와 대인관계문제의 관계에서 정신화의 매개효과, 자기결정적 고독 동기의 조절효과를 포함한 조절된 매개효과가 유의미한 것으로 확인되었다. 조절된 매개효과는 매개효과와 조절효과를 결합한 모델을 통해 분석한 것으로, 각 분석의 의미를 통합적 관점에서 서술할 수 있다는 장점이 있다. 본 연구 결과는 자기결정적 고독 동기 수준이 높아질

수록 애착회피가 대인관계문제로 이어지는 과정에서 작용하는 정신화 수준의 감소가 점차 낮아진다는 것을 나타낸다. 구체적으로 살펴보면, 자기결정적 고독 동기 수준이 약 90% 이상인 경우 애착회피와 대인관계문제에서 정신화의 매개효과가 유의하지 않았다. 이 결과는 자기결정적 고독 동기가 애착회피가 정신화를 거쳐 대인관계로 이어지는 부정적인 경로에 상당한 영향을 미치고 있다고 이해해볼 수 있다. 정리하면, 자기결정적 고독 동기는 자기반성과 새로운 대처방식의 조직화를 유도함으로써 애착회피가 정신화에 미치는 부정적인 영향을 중재하여 대인관계문제를 완화하는 보호 요인으로 작용할 수 있음을 알 수 있다.

본 연구결과의 의의 및 시사점을 정리하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 확인된 정신화의 매개효과는 불안정 애착유형 내담자들의 대인관계문제를 다루기 위해 정신화를 증진하는 상담 개입이 필요함을 시사한다. 먼저 경계선 성격장애 내담자를 대상으로 한 정신화 기반 치료(Mentalization-Based Therapy: MBT)는 일반적으로 내담자의 증상과 대인관계문제를 개선하기 위해 정신화를 평가하고, 이를 증진하는 개입을 통해 손상된 정신화 회복 및 자아통합을 촉진하는 치료적 접근이다(Bateman & Fonagy, 2006). Allen(2013)은 이러한 정신화 초점적 접근을 일반 심리상담 장면으로 확장하려고 시도하였는데, 정신화 능력을 증진하는 작업이 경계선 성격장애를 가진 내담자에게만 효과를 보이는 것이 아니라 일반적으로 모든 종류의 상담에 공통된 요소이며, 더욱 폭넓은 심리장애에 적용될 수 있다고 설명하였다. 실제 선행연구에서는 경계선 성격장애 내담자뿐만 아니라 다른 심리장애의 치료에도 MBT 접근이 효과가 있다고 보고하고 있다.

Rossouw와 Fonagy(2012)는 자해 행위와 우울 증상을 보이는 청소년에게 MBT를 적용했을 때, 정신화 손상이 회복되고 애착회피 행동이 줄었다고 보고하였고, Miller(2013)의 연구에서는 아동을 대상으로 MBT를 적용한 섭식장애 예방 프로그램을 적용한 결과 섭식 장애 위험성이 감소하고 정신화 능력이 향상된 것을 확인하였다. 국내연구에서는 문수진 등(2012)이 청소년용 정신화 프로그램을 개발하고 중학생들을 대상으로 그 효과성을 확인한 결과, 자신과 타인에 대한 이해와 존중이 크게 향상되었음을 발견하였다. 따라서 본 연구결과는 정신화 초점적 접근이 임상집단 뿐 아니라 적응적 기능 수준을 지닌 불안정 애착유형 내담자에게도 적용될 수 있음을 시사한다.

둘째, 본 연구에서 확인된 자기결정적 고독 동기의 조절된 매개효과는 상담장면에서 애착회피 수준이 높은 내담자들의 모든 고독 동기를 부정적으로 평가하기보다, 자기결정적인 고독 동기의 적응적 특성에 대해 공감하고 타당화할 필요가 있음을 시사한다. 각 애착유형의 대처전략은 내담자 자신을 보호하기 위해 시작된 것으로, 내담자의 대처전략을 부적응적인 것으로 간주하고 이를 수정하려는 접근은 오히려 방어적인 태도를 촉진하는 결과를 초래할 수 있다(Deci & Ryan, 2000; Wei et al., 2005). 김창대(2009)는 인간 변화를 촉진하는 다섯 가지 조건 중 자기 타당화(self validation)를 핵심요인으로 보았는데, 타당화란 내담자의 경험 자체를 타당한 것으로 보고 있는 그대로 수용할 수 있도록 돕는 것을 의미한다. 따라서 내담자가 보이는 현재의 부적응적인 대처전략이 과거 상황에서 최선이었음을 충분히 공감하고 타당화하는 과정이 선행될 필요가 있다. 이러한 맥락에서 애착회피 수준이

높은 내담자가 친밀한 관계에서 경험하는 정서를 억압하고 타인과 거리를 두는 행동을 하는 것이 더 이상 자신이 상처받지 않기 위한 보호적인 기능을 지니고 있다는 점을 이해하는 것이 필요하다(Pistole, 1999). 또한, 애착회피 유형의 내담자는 친밀감에 대한 두려움 때문에 상담자의 공감적 표현에 거부감을 느낄 수 있으므로(Wallin, 2010), 상담자는 상담 초기 라포를 형성하는 시점에서 내담자의 자율성을 지지하는 방식으로 작업동맹을 형성하는 것이 필요하다. 더 나아가 자율성 욕구가 다양한 사회적, 환경적 지지를 통해서도 충족될 수 있다고 보는 자기결정성 이론에 따라(Guay, Senécal, Gauthier, & Fernet, 2003) 상담자는 내담자가 회피의 목적이 아닌 자율성의 동기로 고독을 선택할 수 있도록 지지할 수 있다.

이어서 상담자는 자기결정적인 고독 동기가 제공하는 자기-재서술과 경험의 성찰적 해석 기능이 내담자에게 어떻게 작용하고 있는지 구체화할 필요가 있다. 상담자는 내담자가 경험하는 고독에서 무의식적인 자신과 타인의 행동에 대한 반사적인 해석을 스스로 숙고하는 행동을 확인하고, 이러한 성찰적 태도가 만들어낸 정신화 과정을 발견하고 격려할 수 있다. 이러한 자기성찰, 정신화 과정에 대한 반영은 내담자가 정신화 능력을 회복하고 내면화하는데 도움을 줄 수 있고, 결과적으로 정신화 능력의 증진이 대인관계문제의 해결로 이어지도록 할 수 있다. 이러한 자기결정적 고독 동기의 치유적인 관점은 자율과 독립의 가치보다는 친밀과 상호의존이라는 관계 중심적 가치가 지배적인 한국문화의 영향을 받은 국내 상담교육 현장에서는 거의 언급되지 않은 내용이다. 따라서 본 연구의 결과는 애착회피 유형 내담자의 자율성을 증진하고 자기

결정적인 선택을 확장하는 것이 그들의 대인관계문제를 해결하는 데 도움이 될 수 있다는 점을 보여준다. 정리하면 대인관계에서 타인과 거리를 두는 방식의 대처방식을 사용하는 애착회피 유형(김용희, 2014; 안하얀, 서영석, 2010; 이유미, 2018)의 내담자를 상담하는 경우, 그들이 선택한 고독이 모두 부적응적이라고 보는 관점은 수정될 필요가 있다. 상담자는 내담자의 자기결정성이 고독 동기의 정서적, 행동적 결과의 적응성을 결정한다는 점을 인지하여야 하며, 특히 애착회피 유형의 내담자에게는 자기결정적 고독 동기가 정신화 기능의 손상을 보호하여 대인관계문제를 감소시킬 수 있다는 점을 염두에 둘 필요가 있다.

셋째, 자기결정적 고독 동기가 애착의 문제로 인해 발생하는 대인관계문제를 경감시킬 수 있다는 점을 경험적으로 밝혔다는 점에서 의의가 있다. 고독과 대인관계는 표면적으로 상반된 개념으로 보이지만 안정적인 대상이 존재할 때 유아는 세상과 대상을 탐색할 수 있으며 진정으로 홀로 있을 수 있는 능력을 갖출 수 있다는 Winnicott(1958)의 주장을 고려할 때, 두 개념이 호혜적일 수 있음을 알 수 있다. 이러한 관점의 타당성은 자기결정성 이론에서도 확인할 수 있는데, 자기결정성 이론에서는 인간이 관계성의 욕구와 함께 자율성의 욕구도 지니고 있어 자율성의 발현으로 고독을 추구할 때 이를 통해 얻을 수 있는 혜택이 존재한다고 본다(Deci & Ryan, 2000). 고독 추구하고 관계 추구 모두 내재적인 동기에 의해 발현될 수 있을 때 심리적인 안정감을 획득하고 통합된 자기를 구축할 수 있다고 본 것이다(Deci & Ryan, 2002). 이처럼 고독이 인간의 성장에 기여할 수 있다는 내용은 다양한 분야의 문헌에서 언급되어왔으나, 이를 경험적으

로 연구된 결과는 찾아보기 어렵다. 선행연구에서는 자기결정적 고독 동기와 대인관계문제의 관련성을 검토한 바가 없었는데, 본 연구에서 밝혀진 조절된 매개효과는 대인관계문제를 해결하기 위한 자기결정적 고독 동기의 개입 경로를 경험적으로 밝혔다는 것에 의의가 있다.

본 연구의 제한점을 바탕으로 후속 연구의 방향을 제언하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서 측정된 변인들은 시간에 따른 변화를 고려하지 않고 특정한 시점에서 한번 측정되었기 때문에, 변인 간 명확한 인과관계를 설명하기에 한계가 있다. 전술한 논의에서는 불안정 애착이 형성되어 정신화에 부정적인 영향을 미친다고 보았는데, 자기결정적 고독 동기 수준이 청소년기부터 전 생애에 걸쳐 발달하여 불안정 애착과 정신화의 부정적인 영향을 완충할 수 있다고 설명하였다. 따라서 후속연구에서는 중단 설계를 활용하여 변인 간의 인과관계를 보다 명확하게 규명할 필요가 있다.

둘째, 본 연구의 대상이 20~30대 성인으로 한정되었다는 점에서 결과에 대한 해석과 일반화에 제한점을 지닌다. 고독의 경우 연령에 따라 그 특성과 결과에 차이가 있을 수 있는데, 선행연구가 보여준 결과들(Larson, 1990; Marcoen & Goossens, 1993)은 초기 청소년기에서 시작하여 후기 청소년기와 성인기를 거쳐 노년기에 이르는 발달 과정 동안 고독의 시간이 주는 긍정적인 효과가 점진적으로 증가한다는 점을 보여준다. 본 연구결과에서 밝힌 만 26세에서 39세 사이의 성인의 애착회피 수준이 정신화 능력을 손상시켜 대인관계문제를 유발하는 과정에서 자기결정적 고독 동기가 보호 요인으로 작용한다는 점을 고려할 때, 자기결정적 고독 동기의 순기능이 나이가 들

고 성숙해 짐에 따라 더 커질 것으로 예상해 볼 수 있다. 따라서 후속연구에서는 다양한 연령 집단을 표집하여 본 연구에서 설정한 연구모형을 검증함으로써 집단 간 공통점과 차이점을 비교해 볼 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 고독 경험의 긍정적 효과를 확인하기 위해 자기결정적 고독 동기를 설문에 포함하여 측정하였다. 그런데 고독 동기와 유사하게 관계 동기 또한 자기결정성 여부에 따라 긍정적 혹은 부정적인 심리적 결과를 유발할 수 있다. 자기결정적 관계 동이란 외부의 압력이나 영향 때문이 아니라 내적 동기로 관계를 추구하는 것을 의미한다. 비활성화 전략의 활용이라는 공통점을 지닌 애착회피와 자기결정적 고독 동기의 상호작용이 정신화의 실패를 중재하고 대인관계문제를 감소시킬 수 있다는 본 연구의 결과와 같은 맥락으로, 활성화 전략을 공통으로 활용하는 애착불안과 자기결정적 관계 동기의 상호작용이 어떤 심리적 결과로 귀결되는지를 확인해 본다면 본 연구의 결과를 확장할 수 있을 것으로 보인다.

참고문헌

- 김경은, 정남운 (2018). 애착과 외상 후 성장의 관계. *한국심리학회지: 건강*, 23(3), 739-764.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항 반응 이론을 중심으로. 서울대학교 석사학위 논문.
- 김아영 (2010). 자기결정성이론과 현장적용 연구. *교육심리연구*, 24(3), 583-609.

- 김영환, 진유경, 조용래, 권정혜, 홍상황, 박은영 (2002). 한국형 대인관계문제검사의 타당화: KIIP-C와 KIIP-PD의 신뢰도와 타당도. *한국심리학회지: 임상*, 21(2), 391-411.
- 김영희, 신현숙 (2017). 대학생의 성인애착과 정서표현 양가성 관계에서 대인관계문제의 매개효과. *청소년상담연구*, 25(2), 123-142.
- 김용희 (2014). 대학생의 애착이 대인관계 문제에 미치는 영향. *청소년학연구*, 21(11), 291-316.
- 김용희 (2018). 대학생의 불안정 애착이 주관적 안녕감에 미치는 영향. *청소년학연구*, 25(6), 191-219.
- 김찬양, 최한나 (2018). 대학생의 성인애착과 정서조절의 관계: 마음챙김과 정신화의 매개효과. *복지상담교육연구*, 7(1), 47-74.
- 김창대 (2009). 인간변화를 촉진하는 다섯 가지 조건에 관한 가설: 상담이론의 관점에서. *인간이해*, 30(2), 21-43.
- 김청아, 장유진 (2019). 20~30대 미혼 성인의 자기결정적 고독동기와 외로움의 관계: 마음챙김의 조절효과. *인간이해*, 40(2), 127-147.
- 문수진, 오소영, 이원혜, 홍민하, 민정원, 김봉석, 황준원, 우이혁, 반건호 (2012). 청소년용 정신화 프로그램의 학생정신건강 증진 효과 평가. *소아청소년정신의학*, 23(3), 109-116.
- 문희운, 양난미 (2019). 성인애착, 자기결정적 고독 동기, 외로움의 수준에 따른 집단분류와 우울, 스트레스 대처방식, 삶의 만족도의 집단 간 차이. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 31(1), 129-154.
- 배애진, 심혜원 (2018). 성인애착과 대인관계문제의 관계에서 자비불안과 정서조절의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 30(4), 1193-1217.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석 시 고려 사항. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(4), 1147-1168.
- 안하얀, 서영석 (2010). 성인애착, 심리적 디스트레스, 대인관계문제: 피드백에 대한 반응, 정서적 대처, 사회적 지지 추구의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(3), 575-603.
- 이수림, 이문희 (2014). 상담 및 심리치료 성과의 효과적 핵심 요인: 정신화(mentalizing)의 이해와 적용. *인간연구*, 27, 95-139.
- 이수림, 이문희 (2018). 한국판 정신화 척도 (Korean Version of The Mentalization Scale)의 타당화. *상담학연구*, 19(5), 117-135.
- 이우경, 최은실 (2013). 아동기 외상 경험이 경계선 성격특성에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 33(2), 413-430.
- 이유미 (2018). 애착불안과 대인관계문제의 관계: 거부민감성과 정서조절곤란의 매개효과. *전남대학교 박사학위논문*.
- 이유미, 정주리 (2017). 대학생의 애착불안이 대인관계 및 이성관계에 미치는 영향: 정서조절양식을 매개로. *지역과 세계*, 41(2), 261-281.
- 이유정 (2012). 고독 선호도, 자기결정적 고독동기와 긍정정서의 관계: 발달단계에 따른 차이. *건국대학교 석사학위논문*.
- 이은지, 서영석 (2014). 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피)과 대인관계문제 및 심리적 디스트레스의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(2), 413-441.

- 이지연 (2019). 외현적 자기애와 내현적 자기애가 대인관계문제에 미치는 영향: 정신화의 매개효과를 중심으로. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 임아영, 이준득, 이훈진 (2012). 자기결정적 고독과 성격 및 심리적 건강의 관계. 한국심리학회지: 임상, 31(4), 993-1021.
- 최현영, 이동혁 (2016). '홀로 있음'에서 고독과 외로움간의 차이탐색. 청소년학연구, 23(12), 77-103.
- 최희숙 (2018). 여대생의 경계선 성격특성이 대인관계문제에 미치는 영향: 정신화 및 분노반추의 매개효과. 한국상담대학원대학교 석사학위논문.
- 홍상환, 박은영, 김영환, 권정혜, 조용래, 진유경 (2002). 한국형 대인관계문제검사 원형척도의 단축형 (KIIP-SC) 구성. 한국심리학회지: 임상, 21(4), 923-940.
- 황창순 (2006). 초기 청소년기의 부모 및 또래 애착과 애착의 변화. 한국청소년연구, 17(1), 201-225.
- Allen, J. G. (2013). *Treating attachment trauma with plain old therapy*. London, GB: Taylor & Francis.
- Allen, J. G., Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Arnsten, A. F. T. (1998). The biology of being frazzled. *Science*, 280(5370), 1711-1712.
- Bandelow, B., Krause, J., Wedekind, D., Hajak, G., & Ruther, E. (2003). Early traumatic life events, parental attitudes, family history, and birth risk factors in patients with borderline personality disorder and healthy controls. *Psychiatry Research*, 135, 169-179.
- Bartels, A., & Zeki, S. (2004). The neural correlates of maternal and romantic love. *Neuroimage*, 21(3), 1155-1166.
- Bateman, A. W., & Fonagy, P. (1999). The effectiveness of partial hospitalization in the treatment of borderline personality disorder: A randomized controlled trial. *American Journal of Psychiatry*, 156(10), 1563-1569.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2003). Health service utilization costs for borderline personality disorder patients treated with psychoanalytically oriented partial hospitalization versus general psychiatric care. *American Journal of Psychiatry*, 160(1), 169-171.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2006). *Mentalization-based treatment for borderline personality disorder: A practical guide*. New York, NY: Oxford University Press.
- Bion, W. R. (1959). Attacks on linking. *International Journal of Psycho-Analysis*, 40, 308-315.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: Separation (Vol.1)*. New York, NY: Basic
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 46-76). New York, NY: Guilford Press.
- Bretherton, I. (1985). Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2), 3-35.
- Briere, J. (1996). *Therapy for adults molested as*

- children: Beyond survival* (2nd). New York, NY: Springer Publishing Company.
- Dalrymple, T. (2010). The advantages of solitude. *British Medical Journal*, *341*, c6129.
- Daly, K. D., & Mallinckrodt, B. (2009). Experienced therapists' approach to psychotherapy for adults with attachment avoidance or attachment anxiety. *Journal of Counseling Psychology*, *56*(4), 549-563.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, *11*(4), 227-268.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2002). Self-determination research: Reflections and future directions. In E. L. Deci & R. M. Ryan (Eds.), *Handbook of self-determination research* (pp. 431-441). Rochester, NY: University of Rochester Press.
- Dimitrijević, A., Hanak, N., Altaras Dimitrijević, A., & Jolić Marjanović, Z. (2018). The Mentalization Scale (MentS): A self-report measure for the assessment of mentalizing capacity. *Journal of Personality Assessment*, *100*(3), 268-280.
- Fonagy, P., & Target, M. (2003). *Psychoanalytic theories: Perspective from developmental psychopathology*. London, GB: Routledge.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. New York, NY: Other Press.
- Fonagy, P., Target, M., Steele, H., & Steele, M. (1998). *Reflective-functioning manual, version 5.0, for application to adult attachment interviews*. London, GB: University College London.
- Fraley, R. C., & Waller, N. G. (1998). Adult attachment patterns: A test of the typological model. In J. A. Simpson & W. S. Rholes (Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp. 77-114). New York, NY: Guilford Press.
- 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.
- Freeman, M., Csikszentmihalyi, M., & Larson, R. (1986). Adolescence and its recollection: Toward an interpretive model of development. *Merrill-Palmer Quarterly*, *32*(2), 167-185.
- Guay, F., Senécal, C., Gauthier, L., & Fernet, C. (2003). Predicting career indecision: A self-determination theory perspective. *Journal of Counseling Psychology*, *50*(2), 165-177.
- Guisinger, S., & Blatt, S. J. (1994). Individuality and relatedness: Evolution of a fundamental dialectic. *American Psychologist*, *49*(2), 104-111.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York, NY: Guilford Press.
- Hong, S., Malik, M. L., & Lee, M. K. (2003). Testing configural, metric, scalar, and latent mean invariance across genders in sociotropy and autonomy using a non-western sample. *Educational and Psychological Measurement*, *63*(4), 636-654.
- Horney, K. (2006). 신경증적 갈등에 대한 카렌 호나이의 정신분석 (이희경, 윤인, 이해리, 조한익 역). 서울: 학지사. (원전은 1992년

출판)

- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., & Bartholomew, K. (1993). Interpersonal problems, attachment styles, and outcome in brief dynamic psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 61*(4), 549-560.
- Knafo, D. (2012). Alone together: Solitude and the creative encounter in art and psychoanalysis. *Psychoanalytic Dialogues, 22*(1), 54-71.
- Larson, R. W. (1990). The solitary side of life: An examination of the time people spend alone from childhood to old age. *Developmental Review, 10*(2), 155-183.
- Long, C. R. (2000). *A comparison of positive and negative episodes of solitude*. (Unpublished master's thesis). Massachusetts Amherst University, U.S.A.
- Long, C. R., & Averill, J. R. (2003). Solitude: An exploration of benefits of being alone. *Journal for the Theory of Social Behaviour, 33*(1), 21-44.
- Long, C. R., Seburn, M., Averill, J. R., & More, T. A. (2003). Solitude experiences: Varieties, settings, and individual differences. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*(5), 578-583.
- Lopez, F. G., Mitchell, P., & Gormley, B. (2002). Adult attachment orientations and college student distress: Test of a mediational model. *Journal of Counseling Psychology, 49*(4), 460-467.
- Marcoen, A., & Goossens, L. (1993). Loneliness, attitude towards loneliness and solitude: Age differences and developmental significance during adolescence. In S. J. Jackson & H. Rondiguez-Tomé(Eds.), *Adolescence and its social worlds* (pp. 197-227). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- McGauley, G., Ferris, S., Marin Avellan, L., & Fonagy, P. (2013). The index offence representation scales: A predictive clinical tool in the management of dangerous, violent patients with personality disorder?. *Criminal Behaviour and Mental Health, 23*(4), 274-289.
- Miller, H. (2013). *A mentalization-based prevention programme for eating disorders*. (Unpublished doctoral thesis). Alliant International University, San Diego, U.S.A.
- Nguyen, T. V. T., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2018). Solitude as an approach to affective self-regulation. *Personality and Social Psychology Bulletin, 44*(1), 92-106.
- Nicol, C. C. (2005). *Self-determined motivation for solitude and relationship: Scale development and validation*. (Unpublished doctoral thesis), Southern Illinois University at Carbondale, U.S.A.
- Pistole, M. C. (1999). Caregiving in attachment relationships: A perspective for counselors. *Journal of Counseling & Development, 77*(4), 437-446.
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Assessing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research, 42*(1), 185-227.
- Rossouw, T. I., & Fonagy, P. (2012). "Mentalization-based treatment for selfharm in adolescents: A randomized controlled trial". *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 51*(12), 1304-1313.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1),

- 68-78.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2002). Attachment-related psychodynamics. *Attachment & Human Development, 4*(2), 133-161.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*(4), 422-445.
- Storr, A. (1988). *Solitude: A return to the self*. New York, NY: Free Press.
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology, 76*(2), 284-304.
- Wallin, D. J. (2010). 애착과 심리치료 (김진숙, 이지연, 윤숙경 역). 서울: 학지사. (원전은 2007년에 출판).
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Russell, D. W., & Abraham, W. T. (2004). Maladaptive perfectionism as a mediator and moderator between attachment and negative mood. *Journal of Counseling Psychology, 51*(2), 201-212.
- 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.
- Weijers, J., Ten Kate, C., Eurelings-Bontekoe, E., Viechtbauer, W., Rampaart, R., Bateman, A., & Selten, J. P. (2016). Mentalization-based treatment for psychotic disorder: Protocol of a randomized controlled trial. *BMC Psychiatry, 16*(1), 191.
- Winnicott, D. W. (1958). The capacity to be alone. *International Journal of Psycho-Analysis, 39*(1), 416-420.
- Yalom, I. D., & Leszcz, M. (2008). 집단정신치료의 이론과 실제 (최해림, 장성숙 역). 서울: 하나의학사. (원전은 2005년 출판)

원 고 접 수 일 : 2019. 12. 02

수정원고접수일 : 2020. 02. 21

게재결정일 : 2020. 03. 19

The Relationship between Insecure Adult Attachment and Interpersonal Problems: The Mediation Effects of Mentalization Moderated by Self-Determined Solitude Motivation

Ji-hoon Kim

Hanyang University / Student

Yoojin Jang

Hanyang University / Professor

The purpose of this study was to examine the moderated mediating effect of self-determined solitude motivation through mentalization in the relationship between insecure adult attachment and interpersonal problems. Data from 411 adults, aged 26 to 39, were analyzed using hierarchical regression analysis to confirm the mediation effects. SPSS Macro Model 1 and 7 analyses were used to verify the mediation and moderated mediation effects. There were partial mediating effects of mentalization on the relationship between anxious attachment and interpersonal problems, and also between avoidant attachment and interpersonal problems. The moderating effect of self-determined solitude motivation in the relationship between anxious attachment and mentalization was not significant, while that between avoidant attachment and mentalization was significant. Self-determined solitude motivation moderated the mediating effect of avoidant attachment on interpersonal problems through mentalization. Implications for counseling practice and recommendations for future research are discussed.

Key words : *insecure adult attachment, interpersonal problems, mentalization, self-determined solitude motivation, moderated mediation effect*