

초기부모애착이 성인기 대인관계문제에 미치는 영향: 자기정서인식과 정서조절의 순차적 매개효과*

Received: October 10, 2023
Revised: November 24, 2023
Accepted: December 1, 2023

백인혁¹, 신경민²
한양사이버대학 휴먼서비스대학원/ 학생¹, 한양사이버대학/ 교수²

교신저자: 신경민
한양사이버대학교 상담심리학과
서울시 성동구 왕십리로 220

The Effect of Early Parental Attachment on Adulthood Interpersonal Problems: The Serial Mediating Effect of Self-Emotion Recognition and Emotion Regulation

E-MAIL:
kmshin@hycu.ac.kr

Inhyuk Baek¹, Kyoung Min Shin²
Department of Counseling Psychology, Hanyang Cyber University/ Student¹
Department of Counseling Psychology, Hanyang Cyber University/ Professor²

* 이 논문은 백인혁(2022)의
석사학위논문들 일부 수정
보완한 것임.

ABSTRACT

본 연구에서는 성인의 불안정 부모애착 유형에 따라 자기정서인식과 정서조절의 매개를 통하여 대인관계문제에 미치는 영향을 살펴보고자 하였다. 이를 위해 성인 265명을 대상으로, 초기부모애착척도, 정서지능척도, 한국판 대인관계문제검사 원형척도 단축형 검사를 통해 자료를 수집하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 불안-양가 애착은 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 독립적 대인관계문제에 완전매개효과를 보이고, 의존적 대인관계문제에는 부분매개효과를 보였다. 둘째, 회피 애착은 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 의존적 대인관계문제에 대해서는 완전매개효과를 보이고, 독립적 대인관계문제에서 부분매개효과를 보였다. 이러한 연구결과는 불안정 부모애착 유형에 따라 성인기의 대인관계문제에 다른 영향을 미치는 것을 의미하며, 특히 자기정서인식의 개입이 불안정 애착을 경험한 사람의 대인관계문제에 주요한 접근 방법이 될 것임을 시사한다. 이와 같은 결과를 바탕으로 논의 및 시사점, 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언을 하였다.

주요어 : 성인기, 대인관계문제, 애착, 자기정서인식, 정서조절



© Copyright 2023, The Korean Journal of Developmental Psychology. All Rights Reserved.
This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

성인기는 청소년 시절보다 더 넓고 다양한 대인 관계를 형성하며, 여러 가지 상호작용에 의해 인간 관계가 형성된다. 이렇게 형성된 대인관계는 다시 상호작용의 질에도 영향을 미치는 순환 구조를 지니고 있어서 삶에서 차지하는 비중이 높다(김소형, 2011). 대인관계문제는 대인관계에서 긍정적인 관계의 형성 및 부정적인 관계에 대처하기 위해 필요한 지식 또는 기술이 부족한 상태로 나타나는 문제로 정의할 수 있다(최임정, 심혜숙, 2010). 대인관계문제는 상담 장면에서 보편적으로 호소하는 주된 문제이며(김남연, 양난미, 2012; 조운경, 2003; Horowitz, 1996), 대인관계문제를 일차적인 문제로 호소하지 않더라도 성격적, 정서적 또는 심리적 문제 대부분에도 대인관계가 밀접한 관련을 맺고 있다(오현주, 1998).

대인관계문제는 Sullivan(1947)의 대인관계 이론을 바탕으로 시작하였고, 이후 Leary(1957)가 지배-복종을 양극으로 하는 통제 차원과 증오-사랑을 양극으로 하는 친애 차원의 두 축으로 이루어진 대인관계 모형을 만들었다. 이 두 가지 차원이 복합적으로 작용하여 대인관계를 형성하고, 이에 따라 상호 보완적인 차원은 대인관계에서 안정감을 유지하지만, 이런 균형이 깨지게 되는 경우 긴장이나 불안 등이 발생하여 대인관계문제가 발생하게 된다고 보았다(안범희, 2010). 이후에 Horowitz 등(1988)이 대인관계문제에 대한 척도를 개발하였고, 이에 Alden 등(1990)은 대인관계 원형모형에 근거하여 Horowitz의 대인관계문제 척도를 지배와 친밀의 두 가지 축을 중심으로 분류하였다. 이를 통해 8개 요소가 제안되었고, 여기에는 통제지배, 자기중심성, 냉담, 사회적 억제, 비주장성, 과순응성, 자기희생, 과관여가 포함된다. 국내에서는 홍상황 등(2002)이 번안하여 국내판 대인관계문제 원형척

도를 개발 및 타당화하고 이를 위주로 대인관계문제 연구들이 진행됐다.

초기에는 대인관계문제 전체를 다루는 연구가 많이 이루어져 왔으나, 대인관계문제의 유형이 다양하고 각각의 하위변인이 나타내는 성격이 다른 점을 고려하여 대인관계문제를 세부적으로 분류하여 연구하려는 움직임이 나타났다. 박영주와 이영호(2010)는 대인관계문제를 대인관계문제 원형척도에서의 지배 축을 중심으로 사람을 향하는 의존적 대인관계문제와 사람을 피하는 독립적 대인관계문제로 구분을 하였다. 이에 따르면 대인관계문제 원형척도의 비주장성, 과순응성, 자기희생, 과관여는 의존적 대인관계문제와 관련이 높으며 통제지배, 자기중심성, 냉담, 사회적 억제는 독립적 대인관계문제와 관련이 높음이 시사되었다. 이에 따라 최근에는 대인관계문제를 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제의 두 가지로 나누어 접근하려는 시도가 이어지고 있다(김보경 등, 2016; 김은화, 2011; 배현영, 2019; 오누리, 2018; 우수지, 2020; 허윤영, 2020).

대인관계문제에 영향을 미치는 요소는 여러 가지가 있는데, 그중 가장 대표적인 것은 사람이 가장 최초로 맺는 양육자인 부모와의 관계이다. 태어나서 처음으로 맺게 되는 부모와의 관계를 통해 유아는 환경에 적응하면서 자기만의 틀을 구축하게 된다. Bowlby(1973)는 이와 관련하여 내적작동모델(internal working model)의 개념을 소개했다. 내적작동모델이란 부모와의 지속적인 상호작용을 통해 내면에 도식화되는 행동체계로써 이를 통해 애착관계를 형성한다는 것을 의미한다. 이렇게 맺어진 부모와의 애착관계는 어린 시절부터 형성되어 다양한 영역에서 성인기 이후까지 지속적인 영향을 준다(이혜진, 2004). 이런 애착관계는 대인관계에

직접적으로 영향을 미치기도 하고, 다른 변인들을 통해서 간접적으로 영향을 미치기도 한다.

Bowlby(1969)에 의하면 애착은 출생 직후부터 형성되는 것이 아니라 애착 대상과의 충분한 상호작용에 의해 형성된다. Ainsworth 등(1978)은 부모와의 분리 실험을 통해 부모애착을 애착의 질에 따라 안정 애착과 불안정 애착으로 나누었고, 불안정 애착을 다시 불안-양가애착(insecure-resistant attachment)과 불안-회피애착(insecure-avoidant attachment)의 두 차원으로 정의하였다. 불안-회피형 애착은 외형상으로는 고통스러움을 보이지 않으며 재결합 시 부모를 무시하지만, 놀이에 집중하지 못하고 부모를 주시하는 형태를 띠는 애착 형태를 말한다. 불안-양가형 애착은 심리적 고통을 표현하며 부모와 재결합되었을 때도 안정되지 않고 접촉을 요구하는 동시에 저항하는 양면성을 띠는 애착형태이다(신지옥, 2006). 생애 초기에 형성된 애착 유형과 수준은 아동기와 청년기를 거쳐 성인기의 대인관계에까지 영향을 미친다(Harlow, 1958; Kenny & Donaldson, 1991; Kenny & Perez, 1996; Kobak & Sceery, 1988). 또한, 개인의 생애 초기 형성한 내적작동모델이 전 생애에 걸쳐서 일관된 애착유형의 연속성을 띠며, 부모애착의 유형이 성인기가 되어서도 비슷하게 작용되는 것을 미루어볼 때, 성인기에 발생한 애착 유형과 대인관계문제도 비슷한 양상을 보일 것으로 예측할 수 있다(김미선, 2016; 배현영, 2019; 신지은 등, 2009; 진미경, 2009; Bretherton, 1985).

기존 연구에 따르면, 불안-양가 애착은 의존적 대인관계문제 및 독립적 대인관계문제에 영향을 미쳤으며, 회피 애착은 독립적 대인관계문제에 영향을 미치는 것으로 나타났다(박영주, 이영호, 2010). 그리고 불안-양가 애착은 의존적 대인관계문제에

영향을 미치며, 회피 애착은 독립적 대인관계문제에 영향을 미치는 것으로 나타났다(김은화, 2011). 또한, 대학생을 대상으로 부모애착이 대인관계문제에 미치는 영향을 연구한 결과, 안정적인 부모애착 관계가 높을수록 대인관계문제의 수준은 감소한다는 것을 밝혔으며(김남연, 양남미, 2012; 박상희, 이남옥, 2014), 불안정 애착 유형일수록 대인관계 문제가 높아지는 연구결과들이 존재하였다(박영주, 이영호, 2010; 배현영, 2019; 허윤영, 2020).

한편, 애착이론에서 말하는 복잡한 내적작동모델의 개념으로 인해 대인관계에 미치는 영향의 설명이 모호하고 피상적이며, 이에 따라 애착 관계에서 문제를 보이는 내담자들을 상담할 때 구체적인 전략 수립이 어려운 상황이 발생한다(박상희, 이남옥, 2014). 이런 문제를 해결하고자 부모애착과 대인관계문제 간에서 다른 변인의 영향을 밝히기 위한 연구가 진행되었고, 주로 인지 및 정서에 기반을 둔 변인이 영향을 미친다는 것을 확인하였다(김남연, 양남미, 2012; 박상희, 이남옥, 2014; 박영주, 이영호, 2010; 배현영, 2019).

Johnson(2004)은 타인과의 상호작용에서 친밀한 관계를 형성하기 위해서는 정서와 정서적인 의사소통이 중요하다고 하였고, 대인관계문제의 인지·행동 측면에서 이루어진 연구들에서도 정서가 매개 역할을 하고 있어 대인관계에서 정서적 요소가 중요하다는 것을 알 수 있다(최임정, 심혜숙, 2010). 정서 활용 수준은 대인관계에 영향을 미치고(강수정, 2015), 정서를 조절하기 위한 개입은 개인의 환경뿐만 아니라 대인 간 상호작용 방식을 변화시킨다(장정주, 2009). 이러한 연구 결과에서 미루어 봤을 때, 정서에 대한 개입이 대인관계문제를 개선할 수 있음을 짐작할 수 있다.

Salovey와 Mayer(1990)는 정서지능을 “자신과

타인의 느낌을 관찰할 수 있고, 그 느낌들을 구별할 수 있으며, 그 정서 정보를 사용해서 자신의 생각이나 행동을 유도할 수 있는 능력”으로 정의하여 정서지능이 자기정서인식과 정서조절에 기반한다는 것을 시사하였다(우다빈, 2013). 부모애착이 정서조절에 미치는 영향에 대한 선행연구에서도 정서조절을 측정하는 척도 내부에 자기정서인식과 관련된 내용이 포함되어 있어 자기정서인식과 정서조절은 매우 밀접한 관계를 지니고 있으며 이들 변인은 정서를 설명할 때 매우 중요한 요소임을 알 수 있다(김자영, 2017; 윤혜지, 2017; 이혜진, 2011; 홍미정, 2015).

자기정서인식은 내적 정서에 주의를 집중해 어떤 정서인지를 이해하고 규명하며, 그 정서에 대한 사고 과정을 인식하고 평가하는 것을 의미하며(박지선 등, 2008; 장정주, 2009; Mayer & Salovey, 1997), 자기정서인식이 높을수록 대인관계에서의 정서표현이 증진되었으며, 정서표현에 대한 억압이 감소되고 개인의 심리적 안녕과 대인관계를 증진시키는 효과가 있었다(장정주, 김정모, 2011).

정서조절은 정서를 억압하는 기능 및 정서적 자극을 받는 상황에서 유연하게 반응할 수 있도록 돕는 기능으로써 대인관계 유능감에 직접적으로 영향을 주는 능력으로 볼 수 있다(Salovey & Mayer, 1990). 이는 정서조절 능력이 기능적으로 작동할 경우, 좋은 대인관계를 유지하는 데에 도움을 줄 것을 의미하지만, 반대로 정서조절 능력이 기능하지 못할 때는 대인관계문제를 유발할 수 있음을 의미한다. 이러한 정서조절은 대인관계와 관련되어 연구가 진행되었는데, 부모애착이 안정적인수록 정서조절 곤란이 낮아지고 이로 인해 대인관계문제도 낮아지는 것을 확인하였고(박상희, 이남옥, 2014), 성인기의 불안정 애착이 정서조절을 매개하여 대인

관계 유능성에도 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있었다(신지옥, 2006). 이처럼 자기정서인식과 정서조절은 대인관계문제에 영향을 미치는 것을 알 수 있다.

자기정서인식과 정서조절은 함께 연구에서 다루어지곤 했는데, 자기정서인식은 주어진 정서 정보를 처리하고 정서를 조절하는 것에 필요한 선행과정 중 가장 기본적이고 중요한 구성요소라 할 수 있으며(이서정, 현명호, 2008; Swinkels & Giuliano, 1995), 정서에 관한 선행 연구를 살펴보면, 남녀 대학생 모두 정서인식이 정서조절을 통해서 대인관계문제에 영향을 미친다는 결과가 있다(우다빈, 2013). 또한 대학생의 정서인식이 명확할수록 부적응적 인지적 정서조절에도 부적 영향을 미치고, 이에 따라 문제성 음주에도 영향을 미친다는 연구 결과로 미루어 볼 때(최유리, 2015), 정서인식과 정서조절이 정서지능의 하위요인으로 구분되어 있을지라도 요인 간에 영향을 미치는 순서가 존재할 것을 짐작할 수 있다. 그리고 순서가 존재한다면 실제 상담 장면에서 정서적 요인의 순서에 따른 접근도 유효할 것으로 기대할 수 있다.

또한, 국내에서 부모애착이 자기정서인식이나 정서조절과 관련된 연구가 많이 이루어졌으나 대부분이 영유아기, 초기 청소년기 위주로 부모애착을 다루고 있는 경우가 많았다(김은경, 2019; 임윤희, 2018; 최소영, 2015; 형영옥, 2020). 성인을 대상으로 한 연구에서도 초기 성인기인 대학생 위주로 연구가 진행되었으며(김미정, 2012; 사공미숙, 2006; 윤혜지, 2017; 진현정, 2011), 양육자와의 애착관계에 집중한 부모애착보다 전 생애에 걸쳐서 이루어지는 중요한 타인에 대한 애착관계인 성인애착을 중심으로 연구가 이루어져왔다(강수진, 2010; 김용희, 2012; 신지옥, 2006; 이현경, 2009). 내적

작동모델의 항상성으로 인하여 부모애착이 성인 애착 및 대인관계에도 지속적인 영향을 미치기 때문에(김남연, 양난미, 2012; 김미선, 2016; 서미경, 2014; 진미경, 2009; Bretherton, 1985; Bretherton, 1991; Main et al., 1985) 성인기의 대인관계문제에서 부모애착의 영향도 고려해볼 필요성이 있으나 이에 대한 연구 또한 다소 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 애착 유형을 살펴볼 때, 성인애착이 아닌 부모애착을 보았다. 정서인식이나 정서조절, 대인관계문제 모두 양육자와의 만남을 시작으로 발달과정에서 형성되고 지속적으로 서로 영향을 미치므로 성인의 정서기능을 탐색하는 과정에서 부모애착을 중요하게 다룰 필요가 있으며, 이는 내적작동모델의 항상성의 발달과정을 밝히는 데에도 도움이 될 것이다.

그리고 초기부모애착의 불안정 애착 유형에 따라서 정서조절전략이 과잉활성화 전략과 비활성화 전략으로 구분되어 나타나며(Cassidy & Kobak, 1988), 이에 따라 애착 대상에 대한 행동이 달라지

고, 이런 전략이 고착화되면 대인관계문제에 영향을 미치기 때문에(Mallinckrodt & Wei, 2005), 이로 인한 대인관계문제의 양상 또한 애착의 하위 유형 또는 차원에 따라 다를 수 있다(신지옥, 2006). 이에 본 연구에서는 청소년이나 대학생 등의 제한적인 연구대상에서 성인으로 대상을 확장하여 생애 초기의 부모애착이 여전히 성인기의 대인관계문제에 영향을 미치는지를 확인해보고, 이 과정에서 정서적 요인인 자기정서인식과 정서조절이 매개하여 대인관계문제에 어떻게 영향을 미치는지, 그리고 정서적 요인이 대인관계문제에 영향을 미칠 때 요인 간에 순서가 존재하는지를 확인함으로써 대인관계문제에 대한 개입의 방향성을 이해하고 적용할 수 있는지를 연구해보고자 한다.

먼저 선행연구에 따라 불안정 부모애착을 불안-양가 애착과 회피 애착으로 나누었다(김미선, 2016; 배현영, 2019; 허윤영, 2020). 그리고 애착의 유형별로 대인관계문제에 미치는 양상 또한 다르게 나타난다는 선행연구들에 따라(김보경 등,

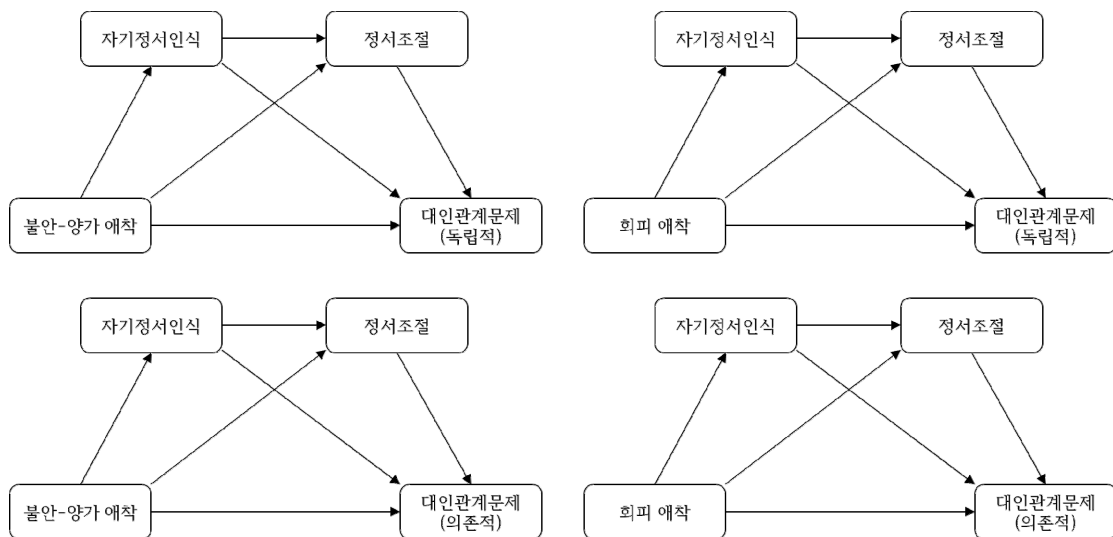


그림 1. 연구모형: 불안정애착과 대인관계문제의 관계에서 자기정서인식과 정서조절의 순차적 매개효과

2016; 김은화, 2011; 박영주, 이영호, 2010) 본 연구에서도 대인관계문제를 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제로 나누어 불안정 부모애착유형이 대인관계문제에 미치는 양상을 살펴보고자 하였다. 또한 불안정 부모애착은 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 대인관계문제에 영향을 미칠 것으로 가설을 설정하였으며, 불안정 부모애착 유형과 대인관계문제 양상에 따라 차이를 보이는지 확인하고자 하였고, 연구모형은 그림 1과 같다.

방 법

연구대상

본 연구는 직장인만 가입이 가능한 익명 커뮤니티인 “블라인드”라는 앱을 통해 온라인 설문조사로 실시하였고, 연구의 목적과 수집된 정보 사용에 대한 설명을 읽고, 연구에 동의한 275명의 응답자에게 소정의 기프티콘을 제공하였다. 응답자 중 불성실 응답자 및 결측치인 10명의 자료를 제외하고 최종적으로 265명의 자료를 최종 분석에 사용하였다. 265명 중 남성은 78명(29.4%), 여성은 187명(70.6%)이었다. 응답자의 평균 연령은 31.08 ± 4.6 세였고, 26~30세(46.0%)와 31~35세(32.8%)의 응답이 과반수 이상을 차지하였다. 응답자 중 미혼(82.3%)이 기혼(17.0%)보다 많았으며, 학력은 대학교 졸업자(70.6%)가 고등학교 졸업(4.9%), 석사 졸업(2.8%), 박사 졸업(3.8%)에 비해 가장 많았다.

연구도구

초기부모애착

김미선(2016)이 국내의 성인의 부모애착을 측정하기 위해 개발하고 타당화한 척도인 초기부모애착 척도(Early Parental Attachment Scale, EPAS)를 사용하여 생애 초기 부모와의 애착관계를 측정하였다. 본 연구에서 부모애착 척도의 신뢰도는 부불안-양가 애착은 .86, 회피 애착은 .93, 모 불안-양가 애착은 .90, 회피 애착은 .95로 나타났다.

정서지능

본 연구에서 자기정서인식과 정서조절을 측정하기 위해서 Wong과 Law(2002)가 개발한 WLEIS(Wong and Law Emotional Intelligence Scale)을 신은선(2017)이 번안한 척도를 활용하였다. 본 척도는 자기정서인식, 타인정서인식, 정서조절, 정서활용의 네 가지 요인으로 측정된 것으로 본 연구에서는 해당 척도의 하위요인 중, 자기정서인식과 정서조절만을 활용하였으며, 각각 .89와 .90의 신뢰도를 보였다.

대인관계문제

본 연구에서는 대인관계문제 여부를 측정하기 위해서 홍상항 등(2002)이 표준화한 한국판 대인관계문제검사 원형척도 단축형 검사(KIIP-SC)를 사용하여 측정하였다. 대인관계문제를 측정하는 검사는 8개 하위요인인 통제지배, 자기중심성, 냉담, 사회적 억제, 비주장성, 과순응성, 자기희생, 과관여로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 대인관계에서의 문제수준이 높다고 볼 수 있다. 본 연구에서는 선행 연구 결과를 토대로(박영주, 이영호, 2010; 배현영, 2019; 허윤영, 2020) 대인관계문제의 8가지 하위 척도를 의존적 대인관계문제(비주장성, 과순응성, 자기희생, 과관여), 독립적 대인관계문제(통제지배,

자기중심성, 냉담, 사회적억제)로 나누어서 분석하였다.

본 연구에서 대인관계문제 척도의 신뢰도는 독립적 대인관계문제 전체는 .92였고, 의존적 대인관계문제 전체는 .89로 나타났다. 전체 신뢰도는 .93이었다.

자료분석

본 연구에서는 불안정 부모애착(불안-양가 애착, 회피 애착)과 자기정서인식, 정서조절, 독립적/의존적 대인관계문제의 관계를 확인하고자 매개효과 분석 모형을 설정하고 살펴보았다.

먼저 SPSS 25.0을 사용하여 연구대상들의 인구통계학적 특성을 확인하기 위한 빈도분석을 실시하였고, 측정도구의 내적 합치도(신뢰도)를 살펴보기 위하여 내적 합치도 계수인 Cronbach's α 를 산출하였다. 그 다음으로 주요변인들의 기술통계로 평균과 표준편차를 산출하였고, 해당 분포가 정규분

포를 나타내는지를 살펴보기 위하여 왜도와 첨도를 산출하였다. 또한, 각 주요변인들의 전체 점수와 함께 측정변인들 간의 관련성에 대해 Pearson 상관분석을 통해 확인하였다. 순차적 매개효과를 확인하기 위해서 모델 6을 활용하였다. 각각의 매개효과에 대하여 Shrout와 Bolger(2002)가 제시한 부트스트랩(Bootstrap)을 이용하여 추출표본을 5,000회로 유의성을 검증하였으며, 결과에서 95% 신뢰구간에 0이 포함되지 않는 경우, 95% 유의수준에서 매개효과가 통계적으로 유의하다고 판단하였다.

결 과

주요 변인들의 기술 통계 및 상관 분석

연구에 이용한 불안-양가애착과 회피애착, 자기정서인식, 정서조절, 독립적/의존적 대인관계문제

표 1. 변인 간 상관

변인	1	1-1	1-2	2	3	4	4-1	4-2
1. 불안정 부모애착	-							
1-1. 불안-양가 애착	.72***	-						
1-2. 회피 애착	.78***	.13*	-					
2. 자기정서인식	-.33***	-.20**	-.29***	-				
3. 정서조절	-.22***	-.13***	-.20***	.37***	-			
4. 대인관계문제	.40***	.23***	.36***	-.49***	-.49***	-		
4-1. 독립적문제	.42***	.19**	.42***	-.43***	-.37***	.87***	-	
4-2. 의존적문제	.26***	.21***	.19***	-.43***	-.47***	.85***	.49***	-
왜도	.09	.46	.35	-.86	-.13	.48	.83	.07
첨도	-.20	-.65	-.14	.73	-.51	-.06	.23	-.39

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

의 점수를 바탕으로 각 변인들이 정규분포를 만족하는지 알아보기 위해 왜도와 첨도를 각각 산출하였다. 그리고 각 변인들 간의 관련성을 알아보기 위하여 상관분석을 하였다. 이에 대한 결과를 표 1에 제시하였다.

변인들 간 상관계수를 중점으로 결과를 살펴보면, 불안-양가 애착은 회피 애착($r=.13, p<.05$)과 정적 상관, 자기정서인식($r=-.20, p<.01$), 정서조절($r=-.13, p<.05$)은 부적 상관, 독립적 대인관계문제($r=.19, p<.01$), 의존적 대인관계문제($r=.21, p<.01$)는 정적 상관이 통계적으로 유의하게 나타났다. 회피애착은 자기정서인식($r=-.29, p<.001$), 정서조절($r=-.20, p<.01$)과 부적 상관, 독립적 대인관계문제($r=.42, p<.001$), 의존적 대인관계문제($r=.19, p<.01$)와는 정적 상관이 통계적으로 유의하게 나타났다. 자기정서인식은 정서조절($r=.37$)과 정적 상관, 독립적 대인관계문제($r=-.43$), 의존적 대인관계문제($r=-.42$)와는 부적 상관이 모두 $p<.001$ 수준에서 유의하게 나타났으며, 정서조절은 독립적 대인관계문제($r=-.37$), 의존적 대인관계문제($r=-.47$)와 부적 상관으로 모두 $p<.001$ 수준에서 유의하였다. 마지막으로 독립적 대인관계문제는 의존적 대인관계문제($r=.49, p<.001$)와 통계적으로 유의한 정적 상관을 보였다.

정규분포 확인을 위하여 살펴본 기술통계 결과상, 변인들의 왜도는 최소 -.86에서 최대 .83 사이

에 위치하여 ± 2 이하였으며, 첨도도 최소 -.65에서 최대 .73으로 ± 7 이하로 나타나 모든 변인들의 전체 점수 및 측정 변인들에서 정규분포 가정이 만족되는 것을 확인할 수 있었다(West et al., 1995).

불안-양가 애착과 대인관계문제에서 자기정서인식과 정서조절의 순차적 매개효과

독립변인인 불안-양가 애착이 종속변인인 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제 각각에 영향을 미칠 때 자기정서인식과 정서조절이 순차적으로 매개하는지 확인하였고, 결과는 그림 2에 제시하였다.

독립변인인 불안-양가 애착이 매개변인인 자기정서인식을 유의하게 예측하였다($\beta=-.196, t=-3.238, p<.01$). 불안-양가 애착이 높아질수록 자기정서인식은 낮아짐을 알 수 있었고, 불안-양가 애착이 자기정서인식을 3.8% 설명하였다($R^2=.038$). 다음으로 불안-양가 애착이 정서조절에 미치는 영향과 자기정서인식이 정서조절에 미치는 영향에서 불안-양가 애착이 정서조절에 직접적으로 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않았으며, 자기정서인식이 정서조절에 미치는 영향만이 통계적으로 유의하였고($\beta=.357, t=6.097, p<.001$), 불안-양가 애착과 자기정서인식이 정서조절을 13.8% 설명하였다($R^2=.138$). 그리고 불안-양가 애착과 자기정서인식,

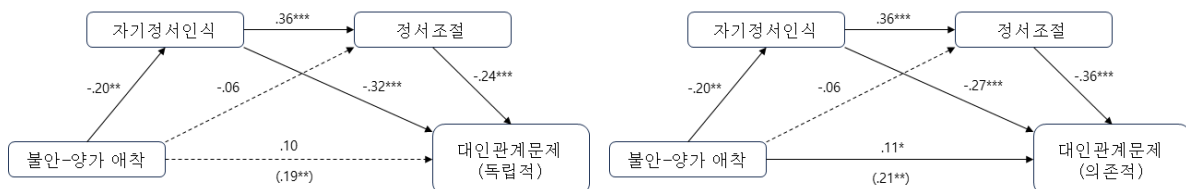


그림 2. 불안-양가 애착과 대인관계문제의 관계에서 자기정서인식과 정서조절의 순차적 매개효과 주. 경로의 계수는 표준화된 회귀계수임; * $p<.05$. ** $p<.01$. *** $p<.001$.

정서조절이 독립적 대인관계문제에 영향을 미치는 지를 확인하였을 때, 불안-양가 애착이 독립적 대인관계문제에 직접적으로 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않았으나, 자기정서인식이 독립적 대인관계문제에 미치는 영향($\beta = -.324, t = -5.545, p < .001$)과 정서조절이 독립적 대인관계문제에 미치는 영향($\beta = -.242, t = 4.180, p < .001$)은 각각 통계적으로 유의하였다. 불안-양가 애착과 자기정서인식, 정서조절이 독립적 대인관계문제를 24.9% 설명하였다($R^2 = .249$).

불안-양가 애착과 자기정서인식, 정서조절이 의존적 대인관계문제에 영향을 미치는지 분석한 결과, 불안-양가 애착이 의존적 대인관계문제에 직접적으로 미치는 영향은 통계적으로 유의하였으며($\beta = .110, t = 2.075, p < .05$), 자기정서인식과 정서조절이 의존적 대인관계문제에 미치는 영향 또한 각각 통계적으로 유의하였고($\beta = -.265, t = -4.698, p < .001$; $\beta = -.355, t = -6.370, p < .001$), 불안-양가 애착과 자기정서인식, 정서조절이 의존적 대인관계문제를 29.9% 설명하였다($R^2 = .299$).

즉, 불안-양가 애착은 자기정서인식을 매개하여

독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제 각각에 영향을 미치기도 하고, 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제에 영향을 미치지만, 독립적 대인관계문제에 영향을 미칠 때는 직접효과는 유의하지 않은 완전매개효과가 확인되었고, 의존적 대인관계문제에 영향을 미칠 때는 직접효과도 유의한 부분매개효과가 확인되었다.

위의 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑을 실시하였으며, 결과는 표 2에 제시하였다. 불안-양가 애착이 독립적 대인관계문제($\beta = .094, LLCI = .037, ULCI = .152$)와 의존적 대인관계문제($\beta = .097, LLCI = .038, ULCI = .159$)에 미치는 경로의 총 간접효과는 .05 수준에서 통계적으로 유의하였다. 각 경로별로 살펴보면, 불안-양가 애착이 자기정서인식을 통해 대인관계문제로 미치는 경로도 독립적 대인관계문제($\beta = .063, LLCI = .024, ULCI = .111$)와 의존적 대인관계문제($\beta = .052, LLCI = .020, ULCI = .092$) 각각 모두 .05 수준에서 통계적으로 유의하였으나 정서조절만을 매개로 대인관계문제에 미치는 경로에서는 독립적 대인관계문제와

표 2. 불안-양가 애착과 대인관계문제에서 순차적 매개효과 검증

	경로	B	se	β	95% 신뢰구간	
					LLCI	ULCI
독립적 대인관계 문제	총 간접효과	.065	.020	.094	.037	.152
	불안-양가 애착 → 자기정서인식 → 독립적 대인관계	.044	.016	.063	.024	.111
	불안-양가 애착 → 정서조절 → 독립적 대인관계	.009	.012	.013	-.022	.046
	불안-양가 애착 → 자기정서인식 → 정서조절 → 독립적 대인관계	.012	.005	.017	.005	.035
의존적 대인관계 문제	총 간접효과	.063	.020	.097	.038	.159
	불안-양가 애착 → 자기정서인식 → 의존적 대인관계	.034	.012	.052	.020	.092
	불안-양가 애착 → 정서조절 → 의존적 대인관계	.013	.016	.020	-.026	.072
	불안-양가 애착 → 자기정서인식 → 정서조절 → 의존적 대인관계	.016	.006	.025	.009	.045

의존적 대인관계문제 모두 유의하지 않았다.

불안-양가 애착이 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 대인관계문제에 미치는 경로에서는 독립적 대인관계문제($\beta=.017$, LLCI=.005, ULCI=.035)와 의존적 대인관계문제($\beta=.025$, LLCI=.009, ULCI=.045) 각각 모두 .05 수준에서 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다.

회피 애착과 대인관계문제에서 자기정서인식과 정서조절의 순차적 매개효과

독립변인인 회피 애착이 종속변인인 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제 각각에 영향을 미칠 때 자기정서인식과 정서조절이 순차적으로 매개하는지 확인하였고, 결과는 그림 3과 같다.

독립변인인 회피 애착이 매개변인인 자기정서인식을 유의하게 예측했다($\beta=-.291$, $t=-4.927$, $p<.001$). 회피 애착이 높아질수록 자기정서인식은 낮아짐을 알 수 있었고, 회피 애착이 자기정서인식을 8.5% 설명하였다($R^2=.085$). 회피 애착이 정서조절에 미치는 영향과 자기정서인식이 정서조절에 미치는 영향에서 회피 애착이 정서조절에 직접적으로 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않았으며, 자기정서인식이 정서조절에 미치는 영향만이 통계적으로 유의하였다($\beta=.337$, $t=5.643$, $p<.001$). 회피 애착과 자기정서인식은 정서조절을 14.5% 설명하

였다($R^2=.145$). 회피 애착과 자기정서인식, 정서조절이 독립적 대인관계문제에 영향을 분석해 본 결과, 회피 애착이 독립적 대인관계문제에 직접적으로 미치는 영향은 통계적으로 유의하였으며($\beta=.301$, $t=5.610$, $p<.001$), 자기정서인식과 정서조절이 독립적 대인관계문제에 미치는 영향도 각각 통계적으로 유의하였고($\beta=-.324$, $t=-5.545$, $p<.001$; $\beta=-.242$, $t=4.180$, $p<.001$), 회피 애착과 자기정서인식, 정서조절은 독립적 대인관계문제를 32.2% 설명하였다($R^2=.322$). 회피 애착과 자기정서인식, 정서조절이 의존적 대인관계문제에 영향을 확인해 본 결과, 회피 애착이 의존적 대인관계문제에 직접적으로 미치는 영향은 통계적으로 유의하지 않았으며, 자기정서인식과 정서조절이 의존적 대인관계문제에 미치는 영향은 각각 통계적으로 유의하였고($\beta=-.275$, $t=-4.758$, $p<.001$; $\beta=-.358$, $t=6.343$, $p<.001$), 회피 애착과 자기정서인식, 정서조절은 의존적 대인관계문제를 28.9% 설명하였다($R^2=.289$). 즉, 회피 애착은 자기정서인식을 매개하여 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제 각각에 영향을 미치고, 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제 각각에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다만, 독립적 대인관계문제에 영향을 미칠 때는 직접효과도 유의한 부분매개효과가 확인되었고, 의존적 대인관계문제에 영향을 미칠 때는 직접

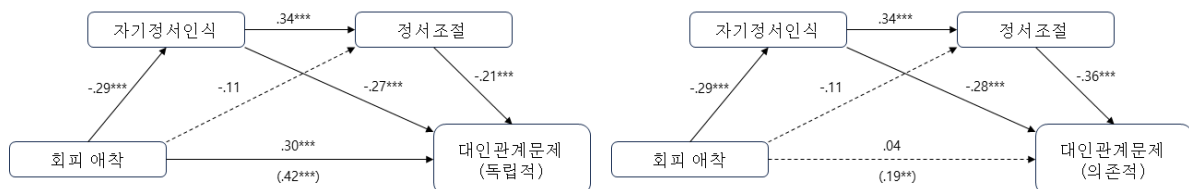


그림 3. 회피 애착과 대인관계문제의 관계에서 자기정서인식과 정서조절의 순차적 매개효과
주. 경로의 계수는 표준화된 회귀계수임; * $p<.05$. ** $p<.01$. *** $p<.001$.

표 3. 회피 애착과 대인관계문제에서 순차적 매개효과 검증

		경로	B	se	β	95% 신뢰구간	
						LLCI	ULCI
독립적 대인관계 문제	총 간접효과		.075	.019	.121	.069	.184
		회피 애착 → 자기정서인식 → 독립적 대인관계	.048	.015	.077	.037	.130
		회피 애착 → 정서조절 → 독립적 대인관계	.014	.010	.023	-.002	.058
		회피 애착 → 자기정서인식 → 정서조절 → 독립적 대인관계	.013	.005	.021	.008	.039
의존적 대인관계 문제	총 간접효과		.089	.021	.153	.089	.222
		회피 애착 → 자기정서인식 → 의존적 대인관계	.047	.014	.080	.037	.130
		회피 애착 → 정서조절 → 의존적 대인관계	.022	.014	.038	-.004	.087
		회피 애착 → 자기정서인식 → 정서조절 → 의존적 대인관계	.020	.007	.035	.016	.058

효과는 유의하지 않은 완전매개효과가 확인되었다.

매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑을 실시하였으며, 결과는 표 3에 제시하였다. 회피 애착이 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제 각각에 미치는 경로의 총 간접효과는 .05 수준에서 통계적으로 유의하였고($\beta=.121$, LLCI=.069, ULCI=.184; $\beta=.153$, LLCI=.089, ULCI=.222), 각 경로별로 살펴보면, 회피 애착이 자기정서인식을 통해 대인관계문제로 미치는 경로도 독립적 대인관계문제($\beta=.077$, LLCI=.037, ULCI=.130)와 의존적 대인관계문제($\beta=.080$, LLCI=.037, ULCI=.130) 각각 모두 .05 수준에서 통계적으로 유의하였으나, 정서조절만을 매개로 대인관계 문제에 미치는 경로에서는 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제 모두 유의하지 않았다. 다음으로 회피 애착이 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 대인관계문제에 미치는 경로에서는 독립적 대인관계문제($\beta=.021$, LLCI=.008, ULCI=.039)와 의존적 대인관계문제($\beta=.035$, LLCI=.016, ULCI=.058) 각각 모두 .05 수준에서 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다.

논 의

본 연구는 성인을 대상으로 불안정 부모애착(불안-양가 애착, 회피 애착)에 따라 대인관계문제(독립적, 의존적)에 다른 영향을 미치는지를 확인하고 자기정서인식과 정서조절이 이를 순차적으로 매개하는지를 검증하고자 하였다.

첫째, 불안정 부모애착은 대인관계문제와는 정적인 상관을 보였다. 자기정서인식과 정서조절은 서로 정적인 상관이었으며 불안정 부모애착과 대인관계문제에 대해서는 부적인 상관을 보였다. 세부적으로 살펴보면, 불안정 부모애착인 불안-양가 애착과 회피 애착은 독립적 대인관계문제 및 의존적 대인관계문제와 정적 상관이 있었는데, 이는 불안정 부모애착 유형을 지닌 경우, 대인관계에 있어 문제 발생과 관련이 있다는 것을 의미한다. 대인관계문제와의 정적 상관에 대해서는 부모애착이 안정적인수록 대인관계문제가 낮게 나타나고(김남연, 양남미, 2012; 홍진이, 한기백, 2015), 학교생활 및 사회적응을 더 잘 할 수 있게 된다는 선행연구의 결과를 지지한다(황윤정, 민하영, 2012). 또한, 불안-

양가 애착과 회피 애착은 자기정서인식과 정서조절에 대해 부적인 상관을 보이고 자기정서인식과 정서조절은 다시 대인관계문제와는 부적인 상관을 보였다. 이는 불안정 부모애착유형을 형성한 경우, 자기정서인식이나 정서조절 능력이 낮을 것임을 알려주고, 자기정서인식이나 정서조절이 낮은 경우, 대인관계문제는 더 많이 발생하는 관련성을 지닌다. 반대로 자기정서인식이나 정서조절이 높으면 안정적인 애착유형을 지니고, 대인관계문제에 있어서도 적게 보고되는 것과 관련이 있으며, 이는 자기정서인식에 대한 부모애착의 관련을 살펴본 연구에서 안정 애착을 형성한 학생일수록 불안정 애착을 형성한 학생들보다 자기정서인식이 증가하고 대인관계상황에서 자신이 경험한 정서를 구체적으로 인식하고 설명할 수 있다는 결과와 맥락을 같이 한다(안수진, 2016). 또한 부모와 안정된 애착을 가질수록 대인불안과의 관계에서 자기정서인식과 정서표현이 높고 정서표현 양가성이 낮다는 장은용(2013)의 연구를 지지하며, 부모애착이 안정적일수록 자기정서인식과 정서조절 능력 또한 높다는 정적 상관을 나타낸 홍선영(2015)의 연구 결과와도 맥락을 같이 한다. 그리고 자기정서인식과 정서조절 간에는 서로 정적인 상관관계를 지니고 있었다. 이는 자신의 정서를 잘 인식하는 사람이 그렇지 않은 사람보다 정서조절 전략을 더 잘 적용한다는 임전옥(2003)의 연구 결과를 지지하며, 자기정서인식이 정서조절양식과 정적 상관을 나타낸다는 김미숙(2019)의 연구와도 일치하는 결과이다. 이에 따라 초기부모애착이 불안정할수록 대인관계문제도 존재할 가능성이 높다고 생각할 수 있으며, 개인의 정서에 대한 인식과 이를 조절하는 능력도 좋지 않을 것을 짐작하게 한다. 반대로 초기부모애착이 안정적일수록 대인관계문제도 낮을 것이며, 자신의 정

서에 대해 더 잘 인식하고 정서조절에 대한 능력도 좋을 것임을 시사한다.

둘째, 불안정 부모애착은 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 대인관계 문제에 유의미한 영향을 미쳤다. 이는 부모애착이 안정적일수록 대학생활 적응에 긍정적인 영향을 주고, 자기정서인식과 정서조절을 포함한 정서지능을 매개로 하여서도 긍정적인 영향을 미쳐 대학생활에 도움이 된다고 본 김미정(2012)의 연구결과를 지지한다.

구체적으로 불안-양가 애착은 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 독립적 대인관계문제에 유의미한 영향을 미치는 완전매개효과가 나타났고, 의존적 대인관계문제에는 부분매개효과를 나타냈다. 한편, 회피 애착은 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하여 독립적 대인관계문제에는 부분매개효과를 나타냈고, 의존적 대인관계문제에는 완전매개효과를 나타냈다. 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제를 구분지어 살펴보면, 불안-양가 애착은 타인에게 집착하는 과잉활성화전략을 사용하는 애착형태를 띠며 따라 타인보다 자신을 중요시하는 독립적 대인관계문제(통제지배, 자기중심성, 냉담, 회피)보다는 타인의 관심을 중시하는 의존적 대인관계문제(비주장성, 과순응성, 자기희생, 과관여) 영역에 직접적인 영향을 미치는 것으로 생각할 수 있다. 반면에 회피 애착은 비활성화전략을 사용하여 타인을 멀리하는 애착형태를 띠며 따라 의존적 대인관계문제보다 독립적 대인관계문제에 직접적으로 영향을 미치는 경향이 나타난다. 이는 불안-양가 애착은 의존적 대인관계문제를 유발하고, 회피 애착은 독립적 대인관계문제에 영향을 준다는 김보경 등(2016), 박영주와 이영호(2010)의 연구결과를 지지하는 것이다.

또한 본 연구 결과를 통해, 어린 시절 불안정 애

착을 형성한 경우, 성인기가 되어서도 자신의 정서에 대한 인식이 낮아지고, 이는 다시 정서 조절 능력을 떨어뜨리게 되어 대인관계를 어렵게 한다는 것을 알 수 있다. 이러한 결과는 임상 장면에서 정서표현에 앞서 자기정서인식을 높이고 정서억제를 낮추는 방향이 대인관계를 개선하는데 주요한 접근 방법이라는 윤병수와 정봉교(2009)의 결과와 맥락을 같이 한다. 또한, 자기정서인식이 적응적인 인지적 정서조절을 통해 대인관계문제에 영향을 미치는 기존의 연구 결과와 일치하며(김은영, 2009; 우다빈, 2013; 이서정, 현명호, 2008), 대인관계문제를 개선함에 있어 정서를 조절하는 능력에 앞서 자기정서인식이 선행될 필요가 있다는 것을 의미한다.

추가적인 분석 결과, 불안-양가 애착의 경우 정서조절만을 매개변인으로 뒀을 때와 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개할 때 미치는 영향에서 차이가 있었다. 정서조절만을 매개할 때는 유의하지 않았던 간접효과가 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개할 때에는 유의해졌으며, 불안-양가애착이 정서조절에 미치는 영향과 독립적 대인관계문제로 향하는 직접효과도 사라졌다. 이는 불안-양가 애착이 독립적/의존적 대인관계문제에 미치는 영향에서 자기정서인식이라는 매개변인의 존재가 정서조절의 매개효과를 더 잘 설명해줄 수 있다는 것을 시사한다.

회피 애착의 경우에도 정서조절만을 매개변인으로 뒀을 때 정서조절에 미치는 직접효과가 있었으나, 자기정서인식과 정서조절을 순차적으로 매개하면서 정서조절에 대한 직접효과는 사라졌다. 이 역시, 자기정서인식이 정서조절보다 더 많은 영향을 준다는 것을 의미한다.

이를 종합해보면 자기정서인식 능력을 높이는 것

이 정서조절능력을 높이는 것보다 우선하여 진행되어야 하며, 이것이 대인관계문제를 개선하는 선결과제가 될 것이다.

본 연구의 시사점 및 의의는 다음과 같다. 먼저 본 연구의 대상으로 만 20세 이상의 성인을 중심으로 부모애착과 함께 자기정서인식과 정서조절을 다루었다는 점에서 의의가 있다. 실제로 성인이 청소년기보다 더 많은 대인관계를 형성하고 그 안에서 어려움을 겪고 있음에도 불구하고, 성인의 대인관계문제와 관련하여 부모애착과 정서적 요인의 기초적인 요소인 자기정서인식과 정서조절을 다룬 연구는 상대적으로 적었다. 본 연구를 통해 성인이 되었어도 불안정 부모애착 관계는 여전히 성인기의 대인관계문제에 영향을 미치며, 특히 자기정서인식과 정서조절을 통해서 영향을 미치고 있다는 사실을 확인할 수 있었다. 이는 애착의 연속성과 지속성을 주장하는 기존 견해들을 지지하는 연구결과이다(김미선, 2016; 손정민, 2014). 그리고 20~30대 성인들의 대인관계문제에 여전히 부모와의 애착이 큰 영향을 미치고 있다는 사실을 확인했다. 이에 따라 성인이라 할지라도 전 생애의 중요한 타인에 대한 애착인 성인애착과는 별개로 초기부모애착을 함께 다루면서 자기정서인식과 정서조절능력을 파악하여 대인관계문제에 효과적으로 개입할 수 있을 것으로 보인다.

두 번째로 불안정 부모애착과 대인관계문제 간에 자기정서인식과 정서조절의 순차적 매개를 확인하였다. 이는 자기정서인식에 기초한 정서표현훈련 프로그램을 통합·구성하여 효과를 검증한 연구에서도 확인되었는데 자기정서인식 프로그램을 통한 정서 훈련이 정서를 자각하고 표현하는 능력을 증진시키는 효과가 있으며, 정서표현에 대한 억압을 감소시킨다는 연구 결과를 지지한다(장정주, 2009).

따라서 정서조절훈련에 앞서 자기정서인식을 우선적으로 다루어야 개선효과가 높을 것임을 짐작하게 한다. 또한, 정서지능 하위 요인 간에도 서로 영향을 주는 순서가 존재한다는 것을 밝힘으로써 통합적인 정서지능 척도를 개발할 때 선행요인인 자기정서인식에 가중치를 두거나 후행요인인 정서조절에 자기정서인식 수준의 점수를 일부 포함하여 결과를 산출하는 식으로 척도를 개발하는 것도 고려해볼 수 있을 것이다.

그리고 상담 장면에서 정서적 문제로 대인관계에 문제가 있는 내담자에게는 정서 전반에 걸친 접근보다 정서 요인을 세분화하여 접근하는 것이 효과적일 수 있다. 가령, 정서조절에 문제가 있는 내담자 중에서도 정서인식에서부터 어려움이 있는 내담자와 그렇지 않은 내담자로 구분될 수 있으며, 이를 통해 내담자의 특성에 맞게 효과적인 상담을 진행할 수 있을 것이다.

세 번째로 대인관계문제를 다룰 때 초기부모애착의 유형을 구분하여 접근할 필요가 있음을 시사한다. 초기부모애착은 어렸을 때 내적작동모델에 의해 도식화되어 자리 잡은 까닭에 성인기에 변화하는 것은 매우 어려운 일이다. 하지만, 본 연구 결과에 따라 특정 애착유형과 대인관계문제를 호소하는 내담자의 경우에는 정서훈련의 내용에 초점을 맞추는 것이 더 효과적일 수 있다. 예를 들면, 불안-양가 애착의 경우, 그 자체만으로는 독립적 대인관계문제에 직접적인 영향을 미치지 않고, 회피 애착의 경우에도 의존적 대인관계문제에 직접적인 영향을 미치지 않는다. 따라서 이 두 유형의 경우에는 애착관계의 개선에 노력을 기울기보다는 정서인식 및 정서조절 훈련으로도 대인관계문제가 개선되리라 예측할 수 있다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다

음과 같다. 먼저 과거의 기억을 토대로 성인이 된 시점에서 초기부모애착을 측정했다는 것이다. 8~12세의 어린 시절의 기억을 떠올려서 측정함에 따라 시간에 따른 기억이 왜곡될 가능성이 존재하며 불확실한 기억에 의존하여 설문에 응했을 수도 있다. 이런 제한점을 고려했을 때, 어린 시절의 부모애착 척도를 측정한 이후, 성인기에 대인관계문제를 측정하는 종단적 연구가 필요하다. 또한, 연구대상의 성별에 따라 애착대상인 부모에 대한 애착의 변화까지 다루어 본다면 부모애착과 대인관계문제와의 관계를 더 깊이 이해할 수 있을 것이다. 그리고 부모애착을 중심으로 살펴보면 부모애착이 성인애착으로 이어지는 과정을 같이 살펴보지 못했다. 같이 다루었다면 내적작동모델의 항상성과 그에 따른 정서인식이나 정서조절, 대인관계문제에도 어떠한 영향을 미치는지를 같이 연구할 수 있어서 더욱 풍부한 결과와 활용이 가능하지 않았을까 생각된다.

다음으로 본 연구에 활용된 척도는 모두 자기보고식 설문형태를 취하고 있다. 따라서 초기부모애착 척도에서 부모와의 관계에서 민감한 주제의 경우 방어기제가 작동했을 수 있고, 자기정서인식이나 정서조절, 대인관계문제 척도에서는 사회적 바람직성 등도 영향을 미쳤을 수 있다. 자기보고식 설문 외에 상담 등의 자료를 통한 질적 연구를 추가하여 초기부모애착과 자기정서인식, 정서조절 등이 대인관계문제에 미치는 영향에 대해 설명할 수 있는 연구가 필요해 보인다.

또한, 본 연구에서는 각 애착유형에 따라 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제를 각각 구분하여 연구를 진행하였다. 하지만, 대인관계문제가 복합적이고, 독립적 대인관계문제와 의존적 대인관계문제가 서로 간에 영향을 미치는 부분도 존재하므로 이를 모두 포함하여 경로를 분석하고 적합한

모델을 찾을 수 있도록 구조방정식 등의 모델 비교가 가능한 연구방법을 활용하여 연구를 확장할 필요도 있다.

끝으로 불안정 부모애착과 대인관계문제와의 사이에 다른 매개변인 또는 조절변인이 존재할 가능성이 있으나 본 연구에서는 다루어지지 않았다. 선행연구들을 살펴봤을 때, 분리-개별화나 정서강도, 내면화된 수치심, 분노표현양식 등 상당히 다양한 매개변인들이 존재하였고(김남연, 양난미, 2012; 조화진, 2005; 허윤영, 2020), 이 외에도 다른 매개변인이나 조절변인이 존재할 수 있다. 또한 본 연구에서 불안정 부모애착이 자기정서인식에 직접적으로 미치는 영향이 높게 나타난 결과에 따라 추후 불안정 부모애착을 경험한 내담자를 대상으로 정서인식 프로그램을 실시하고 그 치료효과를 살펴보는 연구도 제언해 본다. 이처럼 다른 변인들을 탐색하고 관계를 설명하는 추가적인 연구가 있다면 부모애착과 대인관계문제와의 관계를 폭 넓은 시야로 바라볼 수 있고, 매개변인이나 조절변인에 따라서 쉽게 변하지 않는 불안정 부모애착의 영향력을 줄이면서 대인관계문제를 개선할 수 있는 개입요소로 다룰 수 있을 것이다.

Conflict of Interest

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

참고문헌

강수진 (2010). 성인애착이 대인관계능력에 미치는

영향. 수원대학교 대학원 석사학위논문.

강수정 (2015). **대학생의 정서지능이 대인관계 문제에 미치는 영향.** 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

김남연, 양난미 (2012). 부모애착, 내면화된 수치심, 분노억제가 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향. **상담학연구**, 13(5), 2309-2328.

김미선 (2016). 초기부모애착척도 개발 및 타당화. **상담학연구**, 17(4), 95-113.

김미숙 (2019). **청소년의 정서인식명확성이 심리적 안녕감에 미치는 영향.** 강남대학교 대학원 박사학위논문.

김미정 (2012). **부모애착과 대학생활적응의 관계에서 정서지능의 매개효과.** 아주대학교 대학원 석사학위논문.

김보경, 백용매, 허창구 (2016). 애착과 스마트폰 및 SNS 중독의 관계에서 대인관계 문제의 매개효과. **청소년학연구**, 23(3), 483-502.

김소형 (2011). **직장인의 자아존중감 및 성인애착이 대인관계문제에 미치는 영향.** 동국대학교 석사학위논문.

김용희 (2012). 애착이 심리적 안녕감에 영향을 미치는 관계에서 정서경험의 매개효과. **청소년학연구**, 19(9), 231-256.

김은경 (2019). **학령 후기 아동의 부모애착과 또래 관계의 질 간의 관계에서 정서조절능력의 매개 효과.** 평택대학교 일반대학원 석사학위논문.

김은영 (2009). **정서인식의 명확성과 대인관계문제의 관계: 인지적 정서조절의 매개효과.** 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

김은화 (2011). **성인기 애착의 불안-회피 차원에 따른 대인관계문제: 스트레스 대처 양식의 매개효과 검증.** 아주대학교 대학원 석사학위논문.

- 김자영 (2017). **청소년의 부모애착과 정서조절과의 관계**. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 박상희, 이남옥 (2014). 부모애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 공감과 정서조절의 매개효과. **가족과 상담**, 4(1), 1-18.
- 박영주, 이영호 (2010). 불안애착과 회피애착이 대인관계문제에 미치는 영향. **한국심리학회: 임상**, 29(2), 441-452.
- 박지선, 김인석, 현명호, 유재학 (2008). 정서자각 결함, 정서 표현성, 정서 표현에 대한 양가감정이 신체화, 우울, 스트레스 경험빈도에 미치는 영향. **한국심리학회지: 건강**, 13(3), 571-581.
- 배현영 (2019). **대학생의 부모애착과 대인관계문제 간의 관계**. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 사공미숙 (2006). **대학생의 애착과 정서조절 양식이 갈등해결전략에 미치는 영향**. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 서미경 (2014). **애착의 변화: 획득된 안정애착과 현재의 불안정애착을 중심으로**. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 손정민 (2014). 획득된 안정애착 어머니 특성에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 신지옥 (2006). **애착, 정서, 그리고 대인관계 유능성 사이의 관계에 대한 경로분석**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 신지은, 방희정, 윤진영 (2009). 애착과 대인관계: 여대생 부모애착의 매개효과를 중심으로. **한국심리학회지: 여성**, 14(3), 347-363.
- 안범희 (2010). **대인관계론**. 태영출판사.
- 안수진 (2016). **중학생이 지각한 부모애착과 대인관계문제와의 관계에서 거부민감성과 정서자각의 매개효과**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 오누리 (2018). **대인관계문제가 SNS중독경향성에 미치는 영향**. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 오현주 (1998). **자기 비판적 우울 취약성과 의존적 우울 취약성에 따른 대인관계 문제 연구**. 고려대학교 석사학위논문.
- 우다빈 (2013). **정서인식 명확성과 대인관계 문제의 관계**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 우수지 (2020). **대학생의 의존적 대인관계문제와 SNS중독경향성의 관계: 우울감과 경험회피의 조절된 매개효과**. 광운대학교 상담복지정책대학원 석사학위논문.
- 윤병수, 정봉교 (2009). 상담일반: 행동억제와 행동활성 체계가 정서자각, 정서억제 및 정서표현을 매개로 한 대인관계에 미치는 효과. **상담학연구**, 10(1), 219-233.
- 윤혜지 (2017). **대학생이 지각한 부, 모애착과 대인불안의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과**. 순천향대학교 대학원 석사학위논문.
- 이서정, 현명호 (2008). 정서인식의 명확성과 인지적 정서조절이 정신건강에 미치는 영향. **한국심리학회지: 건강**, 13(4), 887-905.
- 이현경 (2009). **대학생이 지각한 부모-자녀의사소통 및 애착과 사회관계성향과의 관계**. 전남대학교 대학원 석사학위논문.
- 이혜진 (2004). **부모애착, 행동억제, 성인애착이 초기 성인기 심리적 적응에 미치는 영향**. 아주대학교 석사학위논문.
- 이혜진 (2011). **청소년의 부모애착과 학습몰입의 관계에서 정서조절의 매개효과**. 고려대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 임윤희 (2018). **아동의 부모애착이 학교에서의 대인관계적응에 미치는 영향에서 정서조절능력**

- 의 매개효과. 아주대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 임전옥 (2003). 정서인식의 명확성, 정서조절양식과 심리적 안녕과의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 장은용 (2013). 청소년의 부모애착과 대인불안과의 관계에서 정서경험(정서자각, 정서표현, 정서표현 양가성)의 매개효과. **한국심리학회 학술대회 자료집, 2013(1)**, 286-286.
- 장정주 (2009). 정서자각에 기초한 정서표현 훈련이 심리적 안녕과 대인관계에 미치는 효과. 영남대학교 대학원 박사학위논문.
- 장정주, 김정모 (2011). 정서자각에 기초한 정서표현 훈련이 정서자각, 정서표현, 정서표현의 억제 및 대인관계에 미치는 효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(4)**, 861-884.
- 조윤경 (2003). 한국인의 나의식-우리의식과 개별성-관계성, 심리사회적 성숙도 및 대인관계문제와의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 15(1)**, 91-109.
- 조화진 (2005). 부모와의 애착 및 분리-개별화가 대학생활적응에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 진미경 (2009). 성인의 원부모와의 애착 표상과 낭만적 애착 및 아동기 양육 경험과의 관계에 대한 연구. **한국놀이치료학회지: 놀이치료연구, 12(1)**, 117-128.
- 진현정 (2015). 대학생의 부모애착이 진로준비행동에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 박사학위논문.
- 최소영 (2015). 아동의 부모애착과 사회적 유능성의 관계에서 정서조절능력의 매개효과. 인천대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 최유리 (2015). 정서인식의 명확성, 정서강도 및 부적응적인 인지적 정서조절이 대학생의 문제성 음주에 미치는 영향. 건양대학교 석사학위논문.
- 최임정, 심혜숙 (2010). 대학생의 내면화된 수치심과 분노표현양식이 대인관계문제에 미치는 영향. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2)**, 479-492.
- 허운영 (2020). 부모애착이 대인관계문제에 미치는 영향. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 형영옥 (2020). 초기청소년의 부모애착, 정서지능, 사회기술, 또래관계 간의 구조적 관계. **아동교육, 29(2)**, 67-90.
<https://doi.org/10.17643/KJCE.2020.29.2.04>
- 홍미정 (2015). 중학생이 지각한 부모애착과 학교생활적응의 관계. 서강대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍상환, 박은영, 김영환, 권정혜, 조용래, 진유경 (2002). 한국형 대인관계문제검사 원형척도의 단축형 (KIIP-SC) 구성. **한국심리학회지: 임상, 21(4)**, 923-940.
- 홍선영 (2015). 부모애착이 초등학교 고학년 아동의 심리적 안녕감에 미치는 영향. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 홍진이, 한기백 (2015). 청소년이 지각한 부모애착이 대인관계문제에 미치는 영향. **청소년학연구, 22(5)**, 367-389.
- 황윤정, 민하영 (2012). 학령기 아동이 지각한 부모애착이 학교적응에 미치는 영향. **한국가정관리학회지, 30(2)**, 65-73.
- Ainsworth, M. D., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: Assessed in the strange situation and at*

- home*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Alden, L. E., Wiggins, J. S., & Pincus, A. L. (1990). Construction of circumplex scales for the inventory of interpersonal problems. *Journal of Personality Assessment*, 55(3-4), 521-536.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa5503&4_10
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and loss: vol. 1. Attachment*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Bretherton, I. (1985). Attachment theory: Retrospect and prospect. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50(1-2), 3-35.
<https://doi.org/10.2307/3333824>
- Cassidy, J., & Kobak, R. R. (1988). Avoidance and its relation to other defensive processes. In J. Belsky & T. Nezworski (Eds.), *Clinical Implications of Attachment* (pp. 300-323). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Harlow, H. F. (1958). The nature of love. *American psychologist*, 13(12), 673-685.
<https://doi.org/10.1037/h0047884>
- Horowitz, L. M. (1996). The study of interpersonal problems: A Leary legacy. *Journal of Personality Assessment*, 66(2), 283-300.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6602_7
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., Baer, B. A., Ureño, G., & Villaseñor, V. S. (1988). Inventory of interpersonal problems: psychometric properties and clinical applications. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 885-892.
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.885>
- Johnson, S. (2004). *The Practice of Emotionally Focused Couple Therapy, 2nd ed.* New York: Taylor and Francis Books, Inc.
- Kenny, M. E., & Donaldson, G. A. (1991). Contributions of parental attachment and family structure to the social and psychological functioning of first-year college students. *Journal of Counseling Psychology*, 38(4), 479-486.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.38.4.479>
- Kenny, M. E., & Perez, V. (1996). Attachment and psychological well-being among racially and ethnically diverse first-year college students. *Journal of College Student Development*, 37(5), 527-535.
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child development*, 135-146.
<https://doi.org/10.2307/1130395>
- Leary, T. F. (1957). *Interpersonal diagnosis of personality*. New York: Ronald Press.
- Mallinckrodt, B., & Wei, M. (2005). Attachment, social competencies, social support, and psychological distress. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3),

- 358-367.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.3.358>
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter (Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: Educational implications*, (pp. 3-34). New York: Basic Books.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and personality*, 9(3), 185-211.
<https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG>
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: new procedures and recommendations. *Psychological methods*, 7(4), 422-445.
<https://doi.org/10.1037/1082-989X.7.4.422>
- Sullivan, H. S. (1947). *Conceptions of Modern Psychiatry*. Washington D.C.:William A. White Psychiatric Foundation.
- Swinkels, A., & Guiliano, T. A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Monitoring and labeling one's mood states. *Personality and social psychology bulletin*, 21, 934-949.
<https://doi.org/10.1177/0146167295219008>
- 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: Sage Publications, Inc.
- Wong, C. S., & Law, K. S. (2002). The effects of leader and follower emotional intelligence on performance and attitude: An exploratory study. *The leadership quarterly*, 13(3), 243-274.
[https://doi.org/10.1016/S1048-9843\(02\)00099-1](https://doi.org/10.1016/S1048-9843(02)00099-1)

The Effect of Early Parental Attachment on Adulthood Interpersonal Problems: The Serial Mediating Effect of Self-Emotion Recognition and Emotion Regulation

Inhyuk Baek¹

Kyoung Min Shin²

Department of Counseling Psychology, Hanyang Cyber University/ Student¹

Department of Counseling Psychology, Hanyang Cyber University/ Professor²

This study investigated the effect of early parental attachment on interpersonal problems through the mediation of self-emotional recognition and emotional regulation in adulthood. Data were collected from 265 adults using questionnaires. We used bootstrapping techniques from Hayes' PROCESS macro program to estimate the hypothesized serial mediation. Insecure parental attachment was significantly associated with emotion recognition, both of which were in turn related to emotion regulation, and subsequently to interpersonal problems. Specifically, emotion recognition and regulation fully mediate the relationship between anxiety-ambivalent attachment and independent interpersonal problems. Otherwise, emotion recognition and regulation fully mediate the relationship between avoidant attachment and dependent interpersonal problems. These results suggest that different types of insecure parental attachment have different effects on interpersonal problems in adulthood.

Keywords : parental attachment, interpersonal problems, emotion recognition, emotion regulation