

대학생의 불안정 성인애착이 이성관계만족도에 미치는 영향: 거부민감성으로 조절된 정신화의 매개효과

The Influence of Insecure Adult Attachment on Romantic Relationship Satisfaction of University Students: The Mediation Effects of Mentalization Moderated by Rejection Sensitivity

정영인¹(Youngin Jung) <https://orcid.org/0000-0001-9938-7759> 한유진^{2*}(Youjin Han) <https://orcid.org/0000-0001-6406-0852>

¹Department of Child Development and Education, Myongji University, Graduate student

²Department of Child Development and Education, Myongji University, Professor

<Abstract>

This study aims to examine the mediation effect of mentalization in the relationship between insecure adult attachment and romantic relationship satisfaction of university students and to verify whether rejection sensitivity moderates this mediating effect. Data were collected from 352 undergraduate students who have had one or more romantic relationships. The collected data were analyzed using SPSS 24.0 and PROCESS macro. The main results are as follows. First, mentalization partially mediated the relationship between anxious attachment and romantic relationship satisfaction and also between avoidant attachment and romantic relationship satisfaction. Second, rejection sensitivity significantly moderated the relationship between anxious attachment and mentalization and also between avoidant attachment and mentalization. Lastly, the mediating effect of mentalization was moderated by rejection sensitivity in the relationship between anxious attachment and romantic relationship satisfaction and also between avoidant attachment and romantic relationship satisfaction. Based on the results, it was confirmed that mentalization and low rejection sensitivity is a factor in strengthening romantic relationship satisfaction.

▲주제어(Keywords): 불안정 성인애착(Insecure adult attachment), 정신화(Mentalization), 거부민감성(Rejection sensitivity), 이성관계만족도(Romantic relationship satisfaction)

I. 서론

성인 초기 발달 과업은 처음으로 부모를 벗어나 독립적인 인격체로서의 성장과 새로운 사회생활로의 시작이다(안하얀, 서영석, 2010). 특히, 이성과의 친밀한 관계 형성은 핵심적인 발달 과업으로(Erikson, 1959), 성인기 초

기인 대학생들에게는 전 생애에 걸쳐 영향을 주는 중요하고 높은 관심사 중 하나이다. 대학생들은 대학시절 가장 하고 싶은 경험으로 이성교제를 선택했고(오은정, 김민선, 정소라, 2014), 이성친구로부터 영향력이 부모나 친구보다도 더 큰 것으로 확인되었다(김나리, 2002). 대학생들은 이성과의 친밀한 관계 형성 과정 속에서 개인적으로는

• 본 논문은 주저자의 2020년도 석사학위논문 중 일부를 수정·보완한 것임.

* Corresponding Author: Youjin Han, Department of Child Development and Education, Myongji University, 34, Geobukgol-ro, Seodaemun-gu, Seoul 03674, Rep. of Korea. Tel: +82-2-300-0604, E-mail: yjhan@mju.ac.kr

[Received] June 8, 2021; [Revised] September 6, 2021; [Accepted] September 17, 2021

행복감을 느끼고 상대방을 존중하는 방법, 남녀 간의 서로 다른 가치관 등을 알게 되면서 보다 향상된 대인관계 기술을 익힐 수 있고 이를 바탕으로 심리적 적응 및 인격적인 성숙의 기회를 가진다. 더욱이, 이성관계 만족 경험은 추후의 결혼만족도를 예견함으로써 결혼 이후 전반적인 삶에서까지도 중요한 영향을 미친다고 할 수 있다(엄혜정, 정혜정, 2006). 그러나, 이렇게 중요한 이성 간 친밀감 형성의 실패는 개인의 정서적인 고통뿐만 아니라(Erikson, 1959), 우울, 정서불안, 자살 시도와도 높은 상관성이 있다고 알려졌다(Brent et al, 1993). 이러한 까닭으로 성인기 초기인 대학생 이성 관계의 질에 영향을 미치는 다양한 요소를 탐색하는 것은 의미 있는 일이라 하겠다.

수년간 대학생의 발달 과업에서 이성 관계 만족에 영향을 미치는 요인들에 관하여 많은 연구가 진행됐는데, 그중에서도 성인 애착은 이성 관계 만족을 예측하는 대표적인 기제로 알려져 왔다(김광은, 이위갑, 2005). 애착은 초기 양육자와의 관계 경험에서 형성된 것으로 자신과 타인에 대한 표상의 내적작동모형을 작동시키고, 이후 전생애에 걸쳐 정서적 유대감을 형성하는 데 기초가 된다(Bowlby, 1973). 또한, 내적작동모형에는 자신과 타인에 대한 신념이 담겨져 있어서, 개인이 대인관계의 대처전략을 취하는 데 영향을 미치게 된다. 그 영향력은 영아기를 넘어 성인기까지 자신 및 세상과 관계 맺는 방식에 영향을 미치게 된다(Mikulincer & Shaver, 2012). 성인애착은 성인기 시절 초기 양육자 외의 친구, 애인, 가족 등과 같은 주변 중요 인물과의 애착을 의미하며, 영아기시절 주 양육자와 형성된 초기 애착의 영향을 받게 된다(Hazan & Shaver, 1987). 이러한 이유로 어린 시절 초기 주양육자와의 부적절한 관계에서 불안정한 애착을 형성하게 되면 성인기까지도 타인과의 관계 형성에 어려움을 겪게 된다(Collins & Read, 1990). 국내 연구에서도 불안정 애착을 형성한 사람이 안정 애착을 형성한 사람보다 대인관계 능력이 낮다는 연구결과가 있다(강수진, 최영희, 2011). 불안정 성인애착에는 두 주요 차원의 애착불안과 애착회피가 있다. 애착불안은 파트너에게 지나치게 집착하여 관계 지속을 위해 많은 에너지를 소모하면서도, 버림받을지도 모른다는 두려움과 불안을 늘 경험하게 된다. 이로 인해 파트너와의 관계에서 부정적인 측면에만 몰두하게 되어 낮은 관계만족도를 가진다. 애착회피는 파트너와 친밀해지는 데 불편감을 느끼는데, 이것은 파트너와의 낮은 신뢰감을 형성하게 하여 깊은 관계 형성에 어려움을 갖게 되어 이성관계에서 낮은 만족도를 경험하게 한다(김광은,

이위갑, 2005; 김미정, 조영주, 2017; 김용주, 장현아, 2017; 연수진, 서수균, 2013; Collins & Read, 1990; Mikulincer & Shaver, 2012; Shaver, Schachner, & Mikulincer, 2005).

애착이 이성관계만족도를 예측하는데 중요한 요인이기는 하나, 인간의 다양한 요소들 중 애착만으로 이성관계 만족도를 예측하기에는 한계가 있다. 따라서 본 연구에서는 초기 애착 관계를 토대로 발달하는 특성을 가진 정신화와 정신화를 비활성화시킬 가능성이 있는 거부민감성의 요인에 대해 탐색하고자 한다.

첫 번째로는 심리치료에서 내담자와 치료자 간 상호작용 중재의 중요한 역할을 하고 공동 심리적 치료요인인 정신화에(이수림, 이문희, 2014; Allen, Fonagy, & Bateman, 2008) 주목하였다. 정신화(Mentalization)는 자신이나 타인의 행동 기저에 있는 정신 상태를 신념, 동기, 정서, 욕구와 연결 지어 이를 추론하고 해석함으로써 자신 및 타인의 행동과 사회적 체계를 이해하는 역동적 인지능력이다(Fonagy & Bateman, 2006). 또한, 애착이론에 관계적 욕구를 수용하여 애착이론의 개인 내적 요인 범위에서 대인 관계적 요인으로까지 범위를 확장하였다(Fonagy & Cambell, 2015). 즉, 애착이론에서는 양육자의 민감성에 의해 유아의 애착유형과 이후 친밀한 사람과의 애착유형이 결정된다는 기본 가정에서 정신화는 기존 애착 이론의 범위를 확장하여 자신과 타인에 대한 표상뿐만 아니라 유아와 양육자 간 역동적 상호 조절 경험을 통해 사회적 관계 표상까지 형성하여(Fonagy, 2015; 차혜명, 김은영, 2016), 이를 기본으로 자타의 정서와 행동을 이해하고 인식하는 사회적 인지능력이다.

국내에서는 정신화와 이성관계만족도에 관한 직접적인 연구는 없으나, 이성관계는 대인관계의 한 유형으로 분류되므로 기존 선행연구인 정신화가 대인관계에 미치는 영향을 살펴봄으로써 정신화와 이성관계의 관계를 충분히 추측해 볼 수 있을 것으로 여겨진다. Fonagy는 Tronick의 역동적인 관계 이론을 받아들여, 정신화는 유아-어머니 관계에서 형성된 초기 사회적 관계 표상을 기반으로 특정한 사람과의 대인관계에서 축적된 상호 조절 경험적 지식을 토대로 주관적이고 유동적으로 변경되어지는 표상을 통해 발달하고 이렇게 발달한 정신화를 통해 개인은 대인관계를 이해한다고 했다. 이 과정은 암묵적이고 명시적으로 이루어지며 감정과 인지를 반영한다(Fonagy, 2015). 정신화는 타인의 감정과 의도를 정확하게 이해하고 반응하여 적응적인 대인관계를 맺는데 필요한 중요한 능력이라고 볼 수 있다. 이러한 정신화 능력은 자신 내부의 감정과 외

부 현실을 구별해내고, 타인의 행동을 심리 및 정서적인 면에 근거하여 해석함으로써 유능한 대인관계능력을 발휘하게 한다. 한편, 낮은 정신화를 가진 사람은 자신의 감정에 사로잡힐 가능성이 크고 타인의 감정 및 의도를 정확하게 해석할 수 없으므로 대인관계에서 갈등을 일으킬 가능성이 커진다(Fonagy, Target, Steele, & Steele, 1998). 국내 선행연구에서는 정신화실패가 대인관계 문제와 강한 정적 상관성이 있음을 확인했다(최희숙, 주영아, 2020). 또한, 성인애착과 대인관계 문제에서 정신화의 매개효과를 확인함으로써, 불안정 애착 유형의 성인에게 정신화 수준을 높이는 것이 대인관계에서 발생할 수 있는 문제들을 다루는데 효과적임을 밝히고 있다(김지훈, 장유진, 2020; Fonagy, Target, Steele, & Steele, 1998).

국내 연구에서는 정신화가 대인관계의 질에 중요한 역할을 함에도 불구하고 애착과 이성 관계에서는 어떠한 매개 역할을 하는지에 대해 연구가 거의 미미한 실정이다. 따라서, 본 연구에서는 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피) 유형에 따른 이성관계만족도에서의 정신화의 매개효과를 검증하고자 한다. 앞서 말한 선행연구들을 통해, 대학생의 이성관계 경험은 전 생애에 걸쳐 영향을 주는 중요한 과업이고, 정신화가 보호요인으로서 불안정 애착 유형 대학생의 이성관계에서 만족도를 높여 줄 수 있음을 보여주기 때문이다.

두 번째로 주목한 요인은 거부민감성(Rejection Sensitivity)이다. 거부민감성이란 중요한 타인으로부터 거부될 가능성을 늘 염두에 두고 불안해하며, 예민하고 과도하게 반응하는 경향성으로 정의되어(Downey & Feldman, 1996), 거부에 대한 민감함이나 두려움과 관련이 있다. 거부 경험은 개인의 정서적 불편감을 유발하지만 어떤 사람은 대수롭지 않게 평정심을 유지할 수 있는 반면에 어떤 사람은 예민하고 민감해져서 대인관계까지도 그 영향력을 미치게 된다. 이러한 거부에 대한 개인의 차를 정의한 개념이 거부민감성이다(Levy, Ayduk, & Downey, 2001). 특히, 거부민감성은 어린 시절, 주로 주 양육자로부터의 비밀관적이고 거부경험으로부터 형성된다. 거부민감성이 높은 사람은 성장을 한 이후에도 사소한 거부를 의도적인 거부로 지각을 하게 되어 불안이나 분노, 정서적 철회 등의 과도한 방어적 정서를 드러내게 된다(Ayduk, May, Downey, & Higgins, 2003; Watson & Nesdale, 2012). 또한, 거부민감성이 높은 사람은 거절 신호와 단서에 민감하여 타인으로부터 거부당할 것이라고 예측하는 기대불안을 갖게 되며, 이러한 기대불안은 대인 관계에서 갈등을 회피하기

위해 자신의 생각과 정서를 더 많이 억압하는 경향을 높게 한다(Downey & Feldman, 1996). 반면 정신화는 인간의 행동을 해석하고 추론하는 인지적 능력(Fonagy & Bateman, 2006)으로 대인관계에서 정신화의 중재가 이루어지려면 기본적으로 의도적인 마음 상태 관점에서 자신 및 타인의 감정과 행동을 연관 지어 원인과 영향에 대해 성찰의 과정이 필요하다(김은영, 강지현, 김명섭, 2019). 즉, 정신화 수준이 높은 사람은 자신의 경험에 따라 바로 자동적으로 반응하는 것이 아니라 자신의 생각, 감정, 느낌이 일시적으로 일어났다가 사라지는 정신 내적 사건이라는 것을 알아차림으로써 그 사건에 대한 자신의 반응적인 사고와 감정을 객관화시켜 바라봄으로써 부정적인 경험 대신 적응적인 반응을 하는 여유를 가질 수 있다(김경은, 정남운, 2018). 반면에 거부민감성이 높은 사람인 경우 자신의 생각과 정서를 억압함으로써 정신화 기능이 작용하지 못하여 자신의 경험으로부터 관망하지 못하고 자기 마음과 세상을 동일시 보는 심리적 등가성 모드의 빈약한 정신화가 될 가능성이 크다. 유아기로부터 발달하는 정신화를 위한 과도기에는 자신의 소망과 관련된 행동만이 의미가 있다고 생각하는 목적론적 모드, 내적 감정을 외부 현실과 동등하게 받아들이는 심리적 등가성 모드, 내적 세계와 외부 세계를 분리하는 하나 자신만의 세계에서만 머무는 가장 모드의 3가지 유형이 나타난다(Bateman & Fonagy, 2006). 빈약한 정신화를 가진 사람의 경우, 이 과도기적 유형 중에 속하게 된다. 그 중에서도 심리적 등가성 모드의 사람은 내적 현실과 외부 세계를 동등한 것으로 받아들여 자신과 세상을 이해하는데 융통성이 없고 대안적인 사고를 하지 못한다고 알려져 있다(Fonagy, Gergely, Jurist, & Target, 2002; Bateman & Fonagy, 2010). 따라서, 기대불안이 높은 사람은 자신의 정서를 억압하여 비활성화시킨 정신화로 인하여 자타의 행동을 인식하고 사회적 체계를 이해하기에는 어려움이 있을 것으로 예상된다.

다음으로 거부민감성과 불안정 성인애착의 관계에 대해 살펴보고자 한다. 거부민감성은 내적작동모델로 설명이 가능하다. 영아가 주양육자로부터의 거부를 자주 경험하면 성인이 되어서까지 타인에게 지지를 구해야 경우 거부에 대한 부정적인 내적작동모델을 작용시킨다는 것이다(Downey & Feldman, 1996). 거부민감성이 높은 사람은 대인관계에서 다른 사람에게서의 거부를 피하는 데 집중하고, 타인의 행동을 거부로 지각하게 되면 상대에 대한 비난, 분노, 적대감 등의 인지적 정서적 반응을 유발하여 상대에게 반사적이고 공격적인 행동을 무의식적으로 표

출하게 된다(Levy et al., 2001). 거부민감성의 내적작동모델은 어린 시절 형성된 것으로 이후 성인기까지도 영향을 미친다. 애착이론에서는 최초 주양육자와의 상호작용을 통해 초기 애착유형을 형성한다. 초기애착은 이후 성인애착에까지 영향을 미쳐 성인애착유형을 결정한다(Bowlby, 1973; Hazan & Shaver, 1987). 성인애착은 이미 초기애착에 의해 결정되어 있으므로 거부민감성의 영향을 받기에는 어려울 것으로 예측한다. 또한, 성인애착은 성인기에 형성되는 정서적 유대감이므로 어린 시절에 형성 및 결정되어지는 거부민감성의 내적작동모델에 영향력을 미치기 어려울 것이다. 비록 불안정 성인애착과 정신화의 관계에서 거부민감성의 조절효과에 대한 직접적인 선행연구는 없으나, 위에 언급한 거부민감성과 정신화의 관계와 거부민감성과 불안정 성인애착의 관계는 본 연구에서 제시한 모형에 대한 경험적 근거가 될 수 있으리라 생각된다.

본 연구의 목적은 대학생을 대상으로 불안정 성인애착 유형인 애착불안과 애착회피가 이성관계 만족도에 영향을 미칠 때, 정신화가 매개하는지, 거부민감성이 정신화의 매개효과를 조절하는지를 알아보고자 한다. 이를 확인하여 상담 현장에서 불안정 성인애착 유형인 대학생의 이성관계만족도를 향상하는데 낮은 거부민감성과 정신화를 보호기제로 제안하고자 한다. 이를 위한 구체적인 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 정신화는 대학생의 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피)과 이성관계만족도의 관계를 매개하는가?

연구문제 2. 거부민감성은 대학생의 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피)과 정신화의 관계를 조절하는가?

연구문제 3. 대학생의 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피)과 이성관계만족도의 관계에서 거부민감성은 정신화의 매개효과를 조절하는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 전국에 거주하는 대학생을 대상으로 심리학 대학원 입학 준비를 위한 특정 온라인 카페와 주로 심리학과와 아동학과의 지인을 통해 온라인 설문조사를 실시하였다. 연구대상자의 사회인구학적 특성을 살펴보면, 성별 분포는 남자가 103명(29.0%), 여자가 249명(71.0%)으로 여자가 거의 2/3 이상이었다. 학력의 경우는 대학 1학년이 25명(7.1%), 대학 2학년이 74명(20.3%), 대학 3학년이 121명(34.4%), 대학 4학년이 111명(31.5%), 기타(휴학 등)가 21명(6.0%)으로 대학 3학년의 분포가 제일 많았다. 이성교제와 관련된 특성에서는, 현재 파트너를 포함한 이성교제 기간은 평균적으로 3개월 미만인 15명(4.3%), 3개월 이상~6개월 미만이 81명(23.0%), 6개월 이상~1년 미만이 126명(35.8%), 1년 이상이 130명(36.9%)으로 1년 이상이 가장 많았다. 현재 파트너를 포함한 총 이성교제 횟수로는 1~2회가 139명(39.5%), 3~4회가 151명(42.9%), 5회 이상이 62명(17.6%)으로 3~4회가 가장 많았다. 평균적으로 일주일에 이성과 만나는 횟수는 0~1회가 26명(7.4%), 2~3회가 185명(52.6%), 4~5회가 127명(36.1%), 6~7회가 14명(4.0%)로 2~3회가 가장 많이 나타났다.

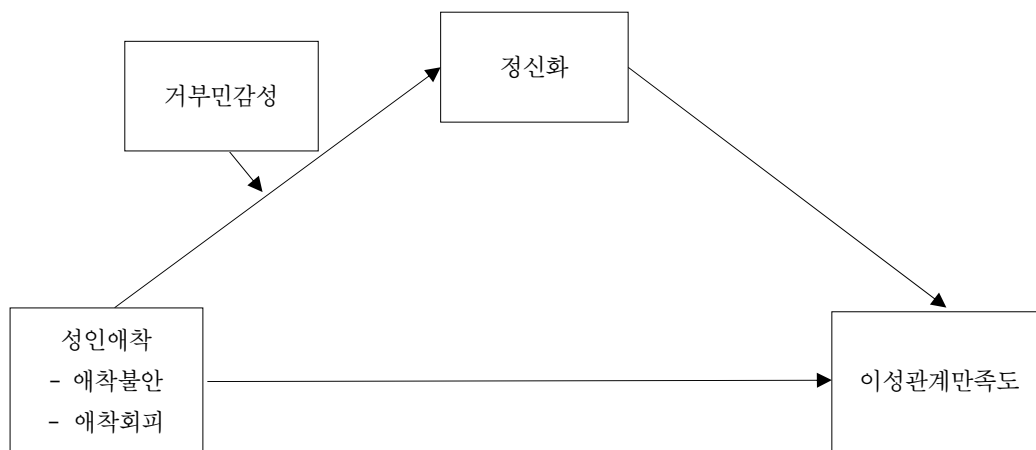


그림 1. 연구모형

2. 연구도구

1) 친밀한 관계경험 척도(Experience in Close Relationship revised, ECR-R)

Brennan과 Clark, Shaver(1998)가 소개한 ECRS(Experience in Close Relationships)를 국내에서는 문형춘(2007)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. 본 척도는 애착불안 문항 18개와 애착회피 문항 18개로 총 36문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 7점 Likert 척도인 ‘전혀 그렇지 않다’(1점)로부터 ‘매우 그렇다’(7점)까지로 구성되었으며 역산 문항이 존재한다. 불안차원(18문항)은 거절과 포기, 몰입에 대한 두려움을 측정하며, 회피차원(18문항)은 의존성 또는 다른 사람들과 가까워지는 것에 대한 불편함과 친밀함에 대한 두려움을 측정한다. Brennan 등(1998)의 연구에서 내적합치도는 애착불안 .91, 애착회피 .94로 보고되었고, 국내에서 번안된 문형춘(2007)의 연구에서는 애착불안 .89로 애착회피 .90로 보고되었다. 본 연구에서는 애착불안이 .88, 애착회피가 .84로 나타났다.

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

Dimitrijević과 Hanak, Altaras Dimitrijević, Jolić Marjanović(2017)가 개발한 MentS(The Mentalization Scale) 척도를 이수림과 이문희(2018)가 한국문화에 맞게 번안 및 타당화 작업을 통해 한국판 정신화 척도(Korean Version of the Mentalization Scale, K-MentS)로 재구성하였다. 본 연구에서는 K-MentS를 이용하였다. 한국판 정신화 척도는 자신에 대한 정신화 6문항과 타인에 대한 정신화 11문항, 그리고 정신화 동기의 8문항으로 총 25문항이다. ‘자신에 대한 정신화’는 자신의 내면에 일어나는 감정, 생각의 정신활동에 대해 초점을 두고(예: “종종 나는 내가 왜 이 일을 했는지 나 자신에게조차 설명할 수 없다.”), ‘타인에 대한 정신화’는 다른 사람들의 감정, 생각에 초점을 두는 정신화를 말한다(예: “나는 다른 사람의 감정에 공감할 수 있다.”). ‘정신화 동기’는 다른 사람 또는 자신에 대한 방향성보다는 정신활동 그 자체에 초점을 주는 활동을 의미한다(예: “나는 심리적인 주제에 관한 책이나 신문기사에 대해 읽는 것을 좋아한다”). K-MentS 척도는 5점 Likert식 척도이다. Dimitrijević 등(2017)의 연구에서의 MentS의 내적합치도는 .84로 안정적이다. 이수림과 이문희(2018)의 연구에서 전체 내적합치도는 .88이고 하위요인별 신뢰도는 타인에 대한 정신화는 .84, 자신에 대한 정신화는 .78, 정신화

동기는 .76으로 나타났다. 본 연구에서 전체척도의 내적합치도는 .85로 나타났고, 하위요인은 타인에 대한 정신화는 .78, 자신에 대한 정신화는 .70, 정신화 동기는 .70으로 나타났다.

3) 거부민감성 척도

Downey와 Feldman(1996)의 거부민감성 척도를 박명진과 양난미(2017)가 대학생을 대상으로 한국의 문화적 특성을 고려하여 번안 및 타당화한 것을 사용하였다. 4개의 하위요인인 예기분노, 예기불안, 과잉반응, 거부지각으로 구성되어 있고 ‘예기분노’는 거부를 기대할 때 느끼는 분노감을, ‘예기불안’은 거부를 기대할 때 느끼는 불안감, ‘과잉반응’은 거부를 지각했을 때의 반응, ‘거부지각’은 거부로 지각하는 것을 측정한다. 총 16문항인 Likert 5점 척도로 ‘전혀 아니다’(1점)부터 ‘매우 그렇다’(5점)까지로 구성되어 있으며 거부에 대한 민감성은 점수가 높아질수록 높아진다. 박명진과 양난미(2017)의 연구에서는 전체척도 내적합치도는 .91이었으며, 문항내적일치도 계수는 예기분노 .88, 예기불안 .82, 과잉반응 .83, 거부지각 .80으로 나타났다. 본 연구에서는 전체문항 내적합치도는 .89이었으며 예기분노 .81, 예기불안 .75, 과잉반응 .71, 거부지각 .71으로 나타났다.

4) 이성관계만족도 척도

권정혜, 채규만(1999)의 한국판 결혼만족도 검사를 유소영(2000)이 이성교제에 적절하게 부분수정 한 것을 다시 이복동(2000)가 상관이 낮은 문항들을 요인분석을 이용해 제거한 것을 이용했다. 전반적 불만족 16문항, 정서적 의사소통문제 7문항, 문제해결 의사소통문제 12문항, 공유시간 갈등 6문항의 4개의 하위요인의 구성으로 총 41 문항이다. 각각의 하위척도의 내용을 살펴보면 ‘전반적 불만족’은 이성관계의 미래에 대한 부정적인 기대와 전반적인 관계에 대한 만족의 정도를 나타내며, ‘정서적 의사소통 문제’는 이성의 애정, 정서적 친밀감과 이해, 공감의 정도를 말한다. ‘문제해결 의사소통문제’는 이성과의 의견 차이를 해결하는 방법과 체계적인 문제 해결책을 찾아내는지의 여부를 뜻한다. ‘공유시간 갈등’은 이성과 함께 보내는 여가시간과 공유시간에 대한 관심을 나타내는 것이다. 이복동(2000)의 연구에서 보면 전체 내적합치도는 .90으로 나타났으며 각 하위요인은 전반적 만족 .86, 정서적 의사소통 .83, 문제해결 의사소통 .82, 공유시간 .75였다. 본 연구에서 전체문항의 내적합치도는 .91이었으며

전반적 만족 .81, 정서적 의사소통 .67, 문제해결 의사소통 .70, 공유시간 .70으로 나타났다.

3. 연구절차

본 연구는 2020년 1월 13일부터 17일까지 서울 지역의 M대학교 재학생 30명을 대상으로 예비조사를 실시하였다. 예비조사 과정에서 문항의 적합성과 응답 소요시간을 확인하였다. 본조사는 온라인을 통하여 2020년 2월 14일부터 3월 10일까지 전국 소재의 남녀 대학생을 대상으로 연구대상을 모집하고 설문조사를 실시하였다. 본 연구목적에 맞게 총 426부 설문지 중 응답이 불성실하거나 이성관계 경험이 없다고 응답한 질문지 74부를 제외하고 총 352부(남성 103부, 여성 249부)를 연구 분석에 사용하였다.

4. 자료분석

본 연구에서는 SPSS 24.0 프로그램으로 빈도분석과 기술 통계분석을 시행 및 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위한 Cronbach's α 값을 산출하였고 주요 변인들간 상관관계를 분석하였다. 조절된 매개효과는 위계적 회귀분석 및 Hayes (2013)의 SPSS Process Macro를 사용하여 검증하였다.

III. 연구결과

1. 변인들의 기술적 통계 및 상관관계

주요 변인들의 기술 통계 및 변인 간 상관관계는 표 1과 같다. 본 연구자료는 Kline(2015)가 제시한 왜도 절대값이 3 이상, 첨도 절대값이 10 이상의 기준을 넘지 않아 정규

성 가정에 적합했다.

2. 불안정 성인애착과 이성관계만족도 관계에서 정신화의 매개효과

1) 애착불안과 이성관계만족도 관계에서 정신화의 매개효과

애착불안이 정신화를 매개로 이성관계만족도에 영향을 미치는지는 Baron과 Kenny(1986)의 접근법을 사용하였다. 애착불안은 모형1에서 이성관계만족도에 유의한 영향을 미쳤고($\beta=-.496, p<.001$), 모형2의 정신화에 대해서도 유의한 영향이 나타났다($\beta=-.330, p<.001$). 모형3에서는 애착불안이 이성관계만족도에 미치는 영향이 감소하면서 유의했고($\beta=-.384, p<.001$), 매개변인인 정신화가 이성관계만족도와 유의한 관계가 있는 것으로 나타나서($\beta=.339, p<.001$), 정신화가 애착불안과 이성관계만족도의 관계를 부분매개하고 있음을 알 수 있다(표 2). 애착불안과 이성관계만족도의 관계에서 정신화의 매개효과의 크기가 통계적으로 유의미한지를 검증하기 위해 5,000개의 표본을 재추출하여 부스트래핑(Bootstapping)을 실시하였다. 분석결과, 애착불안($B=-.063, SE=.017, CI[-1.00,-.033]$)은 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아서 정신화 매개효과 크기가 유의미한 것으로 나타났다.

2) 애착회피와 이성관계만족도 관계에서 정신화의 매개효과

애착회피와 정신화를 매개로 이성관계만족도에 영향을 미치는지는 Baron과 Kenny(1986)의 접근법을 사용하였다. 애착회피는 모형1에서 이성관계만족도에 유의한 영향을 미쳤고($\beta=-.595, p<.001$), 모형2의 정신화에 대해서도 유의

표 1. 주요 변인의 기술통계 및 상관관계

(N =352)

	1	2	3	4	5
1. 애착불안	1				
2. 애착회피	.337**	1			
3. 정신화	-.330**	-.486**	1		
4. 거부민감성	.698**	.369**	-.236**	1	
5. 이성관계만족도	-.496**	-.595**	.466**	-.495**	1
M	3.952	3.579	3.391	3.133	3.158
SD	0.840	0.703	0.432	0.631	0.474
왜도	-.417	-.600	.709	-.870	.900
첨도	.280	.320	.269	1.357	1.057

* $p < .05$. ** $p < .01$

표 2. 애착불안과 이성관계만족도 관계에서 정신화의 매개효과

(N =352)

	모형 1			모형 2			모형 3		
	DV: 이성관계만족도			DV: 정신화			DV: 이성관계만족도		
	B(se)	β	t	B(se)	β	t	B(se)	β	t
애착불안	-.280(.026)	-.496	-10.685***	-.170(.026)	-.330	-6.534***	-.217(.026)	-.384	-8.392***
정신화							.372(.050)	.339	7.415***

*** $p < .001$

한 영향이 나타났다($\beta = -.486, p < .001$). 모형3에서는 애착회피가 이성관계만족도에 미치는 영향이 감소하면서 유의했고($\beta = -.483, p < .001$), 매개변인인 정신화가 이성관계만족도와 유의한 관계가 있는 것으로 나타나서($\beta = .231, p < .001$), 정신화가 애착회피와 이성관계만족도의 관계를 부분매개하고 있음을 알 수 있다(표 3). 애착회피와 이성관계만족도의 관계에서 정신화의 매개효과의 크기가 통계적으로 유의미한지를 검증하기 위해 5,000개의 표본을 재추출하여 부스트래핑(Bootstapping)을 실시하였다. 분석결과, 애착회피($B = -.076, SE = .023, CI[-.123, -.034]$)는 95% 신뢰구간에서 '0'을 포함하고 있지 않아 정신화의 매개효과 크기가 유의미한 것으로 나타났다.

3. 거부민감성의 조절효과 검증

- 1) 애착불안과 정신화 관계에서 거부민감성의 조절효과
- 애착불안과 정신화의 관계에서 거부민감성이 조절하는

지를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 다중공선성의 문제를 최소화하고 조절효과에 대한 해석을 용이하게 하기 위해 독립변수와 조절변수를 평균중심화하여 분석에 활용하였다. 분석결과(표 4), 애착불안과 거부민감성 상호작용항의 조절효과가 포함되었을 때 상호작용 효과가 유의하여 조절효과는 유의미한 것으로 나타났다($\beta = .326, t = 6.353, p < .001$). 애착불안과 정신화의 관계에서 거부민감성의 조절효과가 검증되었으므로, 독립변인과 조절변인의 상호작용이 종속변인에 영향을 미치는 패턴을 확인하기 위해, 회귀식을 유도하여 그 결과를 그래프로 작성하여 그림 2에 제시하였다. 다음으로 Aiken과 West, Reno(1991)의 제안대로 거부민감성의 $\pm 1SD$ 값에서 단순회귀선의 유의성을 검증하였다. 거부민감성이 낮을 때는 애착불안이 정신화에 미치는 영향이 유의하게 나타났지만(-1SD, $B = -0.207, t = -5.441, P < .001$), 거부민감성이 높을 때는 유의하지 않게 나타났다(+1SD, $B = 0.216, t = 0.554, P > .05$). 그림 2에서 보면, 거부민감성이 낮은 경우는 애착불안이 높아

표 3. 애착회피와 이성관계만족도 관계에서 정신화의 매개효과

(N =352)

	모형 1			모형 2			모형 3		
	DV: 이성관계만족도			DV: 정신화			DV: 이성관계만족도		
	B(se)	β	t	B(se)	β	t	B(se)	β	t
애착회피	-.401(.029)	-.595	-13.860***	-.299(.029)	-.486	-10.405***	-.326(.032)	-.483	-10.138***
정신화							.254(.052)	.231	4.855***

*** $p < .001$

표 4. 애착불안과 정신화 관계에서 거부민감성의 조절효과

(N =352)

단계		B	se	β	t	R ² (ΔR^2)	F
1	애착불안	-.170	.026	-.330	-6.534***	.109(.109)	42.698***
2	애착불안	-.099	.036	-.192	-2.758**	.129(.020)	25.763***
	거부민감성	-.135	.048	-.197	-2.824**		
3	애착불안(A)	-.093	.034	-.180	-2.722**	.219(.091)	32.567***
	거부민감성(B)	-.055	.047	-.081	-1.175		
	AXB	.181	.028	.326	6.353***		

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

표 5. 애착불안과 정신화의 관계에서 거부민감성에 따른 단순회귀선 유의성 검증

거부민감성	Bootstrap estimate			95% CI	
	B	SE	t	Boot. LLCI	Boot. ULCI
-1SD	-0.207	0.038	-5.441***	-0.282	-0.132
0	-0.930	0.034	-2.722**	-0.160	-0.026
+1SD	0.216	0.039	0.554	-0.055	0.098

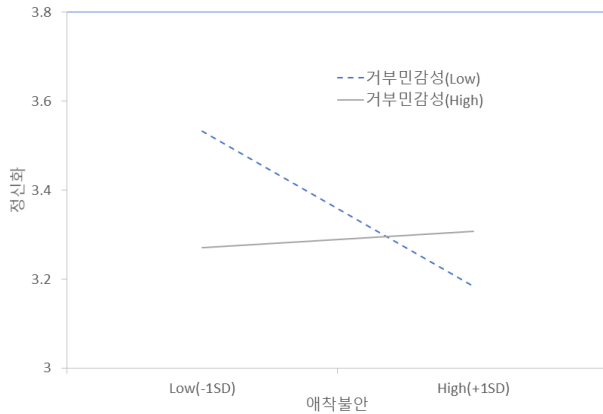


그림 2. 정신화에 대한 애착불안과 거부민감성의 상호작용

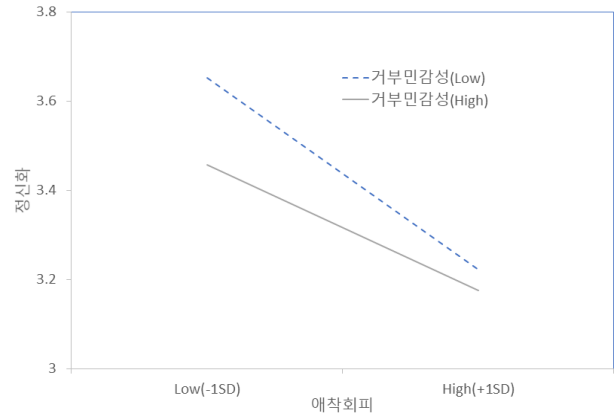


그림 3. 정신화에 대한 애착회피와 거부민감성의 상호작용

질수록 정신화가 유의미하게 낮아지는 것으로 나타났다. 반면에 거부민감성이 높은 경우는 애착불안의 수준과 관계없이 정신화가 전반적으로 낮음을 알 수 있다.

2) 애착회피와 정신화 관계에서 거부민감성의 조절효과
 애착회피와 정신화의 관계에서 거부민감성이 조절하는 지를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 다중공선성의 문제를 최소화하고 조절효과에 대한 해석을 용이하게 하기 위해 독립변수와 조절변수를 평균중심화하여 분석에 활용하였다. 분석결과(표 6), 애착회피와 거부민감성 상호작용항의 조절효과가 포함되었을 때 상호작용 효과가 유의하여 조절효과는 유의미한 것으로 나타났

다($\beta=.115, t=2.354, p<.05$). 애착회피와 정신화의 관계에서 거부민감성의 조절효과가 검증되었으므로, 독립변인과 조절변인의 상호작용이 종속변인에 영향을 미치는 패턴을 확인하기 위해, 회귀식을 유도하여 그 결과를 그래프로 작성하여 그림 3에 제시하였다. 다음으로 Aiken 등(1991)의 제안대로 거부민감성의 $\pm 1SD$ 값에서 단순회귀선의 유의성을 검증하였다. 거부민감성이 높을 때(+1SD, $B=-0.201, t=-5.135, P<.001$)와 낮을 때(-1SD, $B=-0.305, t=-8.481, P<.001$) 둘 다 통계적으로 유의하게 나타났다(표 7). 그림3을 통해서 살펴보면, 거부민감성이 높은 경우가 낮은 경우에 비하여 전반적인 정신화 수준이 유의미하게 낮은 것으로 나타났다.

표 6. 애착회피와 정신화 관계에서 거부민감성의 조절효과

(N =352)

단계		B	se	β	t	R ² (ΔR^2)	F
1	애착회피	-.299	.029	-.486	-10.405***	.236(.236)	108.256***
2	애착회피	-.259	.030	-.421	-8.520***	.263(.027)	62.258***
	거부민감성	-.120	.034	-.176	-3.557***		
3	애착회피(A)	-.253	.030	-.411	-8.337***	.275(.012)	43.892***
	거부민감성(B)	-.095	.035	-.139	-2.691**		
	AXB	.083	.035	.115	2.354*		

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

표 7. 애착회피와 정신화 관계에서 거부민감성에 따른 단순회귀선 유의성 검증

거부민감성	Bootstrap estimate			95% CI	
	B	SE	t	Boot. LLCI	Boot. ULCI
-1SD	-0.305	0.036	-8.481***	-0.376	-0.234
0	-0.253	0.030	-8.338***	-0.312	-0.193
+1SD	-0.201	0.039	-5.135***	-0.277	-0.124

*** $p < .001$

4. 조절된 매개효과 분석

1) 애착불안, 정신화, 이성관계만족도의 관계에서 거부민감성의 조절된 매개효과

조절된 매개효과는 각 경로의 매개효과와 조절효과가 통계적으로 유의한 경우에만 성립된다는(Preacher, Rucker, & Hayes, 2007) 가정에 따라 애착불안과 이성관계만족도 관계에서 정신화의 매개효과가 유의한 것을 확인했고 애착불안과 정신화 관계에서 거부민감성의 조절효과가 유의한 것을 확인하였다. 다음 단계로 거부민감성의 수준에 의해 매개효과가 차이를 보이는지 검증하기 위해 SPSS PROCESS Macro Model 7(Hayes, 2013) 분석을 진행하였

다. 분석결과를 살펴보면(표 8), 독립변인인 애착불안과 조절변인인 거부민감성의 상호작용이 매개변인인 정신화에 유의미한 영향을 미치는 것으로 확인되었다($B=0.181, t=6.353, p<.001$). 또한, 매개변인인 정신화가 종속변인인 이성관계만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($B=.372, t=7.415, p<.001$). 이것은 애착불안이 정신화를 통해 이성관계만족도와 유의미한 관계를 맺고 있는데, 이러한 관계가 거부민감성에 의해 조절되고 있다는 것을 의미한다. 거부민감성의 정신화에 대한 조절된 매개효과와 통계적 유의성을 확인하는 조절된 매개지수와 신뢰구간을 확인하기 위해 5,000개의 표본을 재추출하여 부스트래핑(Bootstapping)방식을 실시하였다. 거부민감성의 조절된

표 8. 애착불안, 정신화, 이성관계만족도의 관계에서 거부민감성의 조절된 매개효과

(N =352)

DV: 정신화					
	B	SE	t	95% CI	
				LLCI	ULCI
애착불안(A)	-.093	.034	-2.722**	-.157	-.026
거부민감성(B)	-.055	.047	-1.175	-.148	.037
AXB	0.181	.029	6.353***	.125	.237
DV: 이성관계만족도					
	B	SE	t	95% CI	
				LLCI	ULCI
애착불안	-.217	.026	-8.392***	-.268	-.166
정신화	.372	.050	7.415***	.274	.471
조절된 매개지수(Index of moderated mediation)	Boot SE			LLCI	ULCI
.067	.017			.038	.104

표 9. 애착불안, 정신화, 이성관계만족도의 관계에서 거부민감성에 따른 조절된 매개효과와 부트스트래핑 검증 (N =352)

애착불안 → 정신화 → 이성관계만족도					
		Bootstrap estimate		95% CI	
		B	SE	Boot. LLCI	Boot. ULCI
거부민감성	-1SD	-.077	.020	-.119	-.043
	M	-.035	.016	-.065	-.005
	+1SD	-.008	.018	-.025	.046

매개지수는 0.67로 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 조절된 매개효과가 유의하게 나타났다. 거부민감성이 낮을 때 (-1SD)는 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아서 조절된 매개효과가 통계적으로 유의한 결과를 확인하였으나, 거부민감성이 높을 때 (+1SD)는 신뢰구간에서 '0'을 포함하여 조절된 매개효과가 통계적으로 유의하지 않은 것으로 확인되었다(표 9). 즉, 거부민감성이 낮은 경우(-1SD)는 조절된 매개효과가 나타나지만, 거부민감성이 높은 경우(+1SD)는 조절된 매개효과가 나타나지 않는 것을 의미한다.

2) 애착회피, 정신화, 이성관계만족도의 관계에서 거부민감성의 조절된 매개효과

조절된 매개효과는 각 경로의 매개효과와 조절효과가 통계적으로 유의한 경우에만 성립된다는(Preacher et al., 2007) 가정에 따라 애착회피와 이성관계만족도 관계에서 정신화의 매개효과가 유의한 것을 확인했고 애착회피와 정신화의 관계에서 거부민감성의 조절효과가 유의미한 것을 확인하였다. 다음 단계로 거부민감성의 수준에 의해 매개효과가 차이를 보이는지 검증하기 위해 SPSS

PROCESS Macro Model 7(Hayes, 2013) 분석을 진행하였다. 분석결과를 살펴보면(표 10), 독립변인인 애착회피와 조절변인인 거부민감성의 상호작용이 매개변인인 정신화에 유의미한 영향을 미치는 것으로 확인되었다(B=0.83, t = 2.354, p < .05). 또한, 매개변인인 정신화가 종속변인인 이성관계만족도에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=.254, t = 4.855, p < .001). 이것은 애착회피가 정신화를 통해 이성관계만족도와 유의미한 관계를 맺고 있는데, 이러한 관계가 거부민감성에 의해 조절되고 있다는 것을 의미한다. 거부민감성의 정신화에 대한 조절된 매개효과의 통계적 유의성을 확인하는 조절된 매개지수와 신뢰구간을 확인하기 위해 5,000개의 표본을 재추출하여 부스트래핑(Bootstrapping)방식을 실시하였다. 거부민감성의 조절된 매개지수는 0.021로 신뢰구간에서 '0'을 포함하지 않아 조절된 매개효과가 유의하게 나타났고, 거부민감성의 평균±1SD 값 신뢰구간에서도 '0'을 포함하지 않아서 조절된 매개효과가 통계적으로 유의미한 결과를 확인하였다(표 11).

표 10. 애착회피, 정신화, 이성관계만족도의 관계에서 거부민감성의 조절된 매개효과 (N =352)

DV: 정신화					
	B	SE	t	95% CI	
				LLCI	ULCI
애착회피(A)	-.253	.030	-8.337***	-.312	-.193
거부민감성(B)	-.095	.035	-2.691**	-.165	-.026
AXB	.083	.035	2.354*	.014	.152

DV: 이성관계만족도					
	B	SE	t	95% CI	
				LLCI	ULCI
애착회피	-.326	.032	-10.138***	-.389	-.262
정신화	.254	.052	4.855***	.151	.356
조절된 매개지수(Index of moderated mediation)	Boot SE			LLCI	ULCI
0.021	0.010			0.002	0.043

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

표 11. 애착회피, 정신화, 이성관계만족도의 관계에서 거부민감성에 따른 조절된 매개효과의 부트스트래핑 검증 (N =352)

애착회피 → 정신화 → 이성관계만족도					
		Bootstrap estimate		95% CI	
		B	SE	Boot. LLCI	Boot. ULCI
거부민감성	-1SD	-.077	-.021	-.120	-.038
	M	-.064	-.018	-.100	-.031
	+1SD	-.051	-.017	-.087	-.020

IV. 논의 및 결론

본 연구는 대학생을 대상으로 성인애착이 이성관계만족도에서 어떠한 경로를 통해 영향을 미치는지 확인하였다. 이를 위해 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피)과 이성관계만족도 관계를 정신화가 매개하는지와 거부민감성 수준에 따라 이러한 간접효과가 달라지는지를 알아보기 위해 조절된 매개모형을 설정하고 검증하였다. 이에 본 연구의 주요결과는 다음과 같다.

첫째, 정신화는 애착불안과 이성관계만족도를, 애착회피와 이성관계만족도를 부분매개하는 것으로 확인되었다. 이는 애착불안과 애착회피가 높을수록 낮은 정신화 능력을 나타낸다는 기존의 연구를 뒷받침하며, 애착불안과 애착회피가 높을수록 타인과의 대인관계에서 어려움을 겪게 된다는 선행연구를 지지한다(Collins & Read, 1990; 강수진, 최영희, 2011; 김종운, 양민정, 2014; 송가미, 박희현, 2016; 이유미, 정주리, 2020). 또한, 성인애착과 대인관계문제에서 정신화의 매개효과를 확인한 선행연구와 맥락을 같이 하는 것으로, 정신화 능력이 부족한 경우 사회적 관계에서 다양한 어려움을 겪게 될 수 있다는 기존연구를 뒷받침한다(Bateman & Fonagy, 2010; Fonagy et al., 1996; Hauser, Williamson, Cazzamali, & Grimmelikhuijzen, 2006; 최희숙, 주영아, 2020; 김지훈, 장유진, 2020). 불안정 애착이 정신화를 낮춤으로써 대인관계를 악화시킨다는 기존 연구 결과와 연결하여 살펴보면, 본 연구결과는 불안정 애착이 정신화에 부정적인 영향을 주어 이성관계의 만족도를 낮춘다고 볼 수 있다.

둘째, 애착불안과 정신화의 관계에서 거부민감성이 낮은 경우에만 조절효과는 유의했고 거부민감성이 높은 경우에는 유의미하지 않았다. 애착회피와 정신화의 관계에서는 거부민감성이 높은 경우와 낮은 경우 모두에서 조절효과가 유의하였다. 구체적으로 결과를 살펴보면, 애착불안에서는 거부민감성이 낮을 때는 애착불안이 높아질수록 정신화가 유의하게 감소한다. 이에 반해, 거부민감성이 높을 때는 애착불안의 수준과 관계없이 정신화가 전반적으로 낮게 나타났다. 즉, 애착불안이 정신화를 감소시키는 영향력은 거부민감성이 낮은 사람에게만 나타났다. 애착회피에서는 거부민감성이 낮을수록 애착회피가 정신화를 감소시키는 부정적인 영향력이 감소했다. 즉, 애착회피가 낮은 경우와 높은 경우 모두 거부민감성을 낮추는 것이 정신화를 높이는데 도움이 될 수 있으며, 애착불안이 낮은 경우에도 거부민감성을 낮추는 것이 정신화를 높

이는데 도움이 되는 것을 의미한다. 요약하면, 애착불안과 애착회피 모두에서 높은 수준의 정신화를 가지기 위해서는 애착불안이나 애착회피를 낮추는 동시에 거부민감성을 낮추어야 함을 의미한다. 이러한 결과는 불안정 애착유형에 따른 타인과 관계에서의 거리 유지 어려움 및 거부민감성의 특성에 대한 선행연구의 결과를 통해 이해해 볼 수 있다. 거부민감성이 높은 사람은 대인 관계에서 갈등을 회피하기 위해 자신의 생각과 정서를 많이 억압하는 경향이 높기 때문에(Downey & Feldman, 1996), 낮은 거부민감성이 유지되면 개인의 생각과 정서가 활성화된다고 이해 할 수 있다. 애착불안 유형은 타인과의 관계에서 지나치게 가까워 지려 하고 집착하는 경향이 있고, 애착회피 유형은 타인과의 관계에서 지나치게 가까워지거나 의존하는 것을 불편해해서 타인과 거리를 두려는 성향을 가진다(이현주, 안명희, 2012; Mikulincer & Shaver, 2012). 애착불안은 타인과의 관계에 지나치게 관심을 가지고 몰입하여, 과잉활성화 전략을 통해 부정적 정서를 심화시킨다(Mikulincer & Shaver, 2019). 이러한 이유로 애착불안의 사람은 타인에 대한 부정적 정서 및 생각 외의 다른 정서와 생각은 비활성화 시킬 것으로 예상되며, 다른 사람의 행동을 자신의 부정적 정서와 동등하게 연결하여 해석하는 심리적 등가성 모드의 정신화를 가능성이 크다 하겠다. 이 때, 낮은 거부민감성 수준이 유지 되면 비활성 되었던 정서 및 생각이 활성화되면서 타인에 대해 과활성화 되었던 부정적 정서와 생각이 분산되는 효과가 있으리라 예상된다. 즉, 낮은 거부민감성을 유지하기 전에는 타인에 대한 부정적 생각과 정서만으로 빈약한 정신화가 이루어졌다고 하면, 낮은 거부민감성이 유지 되면서는 타인에 대한 부정적인 면 이외의 자신의 반응적인 사고와 감정을 객관화 시킨 정신화가 이루어지면서 보다 높은 수준의 정신화가 이루어지는 것으로 이해된다. 반면에 애착회피의 경우는 타인과 거리를 두기 위해 의도적으로 관계에 투입하는 자원을 절약하려 하기 때문에 관계에 대해 정신화가 활성화 되기 어려운 것이라 볼 수 있고, 이 때, 낮은 거부민감성의 수준을 유지하게 되면 타인과의 관계에서 자신의 생각과 정서의 자원이 투입되면서 정신화의 활성화가 이루어지는 것으로 이해된다. 이러한 결과는 선행연구에서 불안정 애착 유형이 타인과 관계를 맺을 때에 정신화는 관계맥락에 대한 부분이 손상되는데, 그 이유가 타인과의 거리가 멀어지거나 너무 가까워지는 것에 대한 두려움 때문이라는 결과와 같은 맥락이라고 볼 수 있다(Bartels & Zeki, 2004; 김지훈, 장유진, 2020).

셋째, 애착불안과 이성관계만족도 관계에서 정신화의 매개효과, 거부민감성의 조절효과를 포함한 조절된 매개효과는 유의미한 것으로 검증되었고, 또한 애착회피와 이성관계만족도 관계에서 정신화의 매개효과, 거부민감성의 조절효과를 포함한 조절된 매개효과도 유의미한 것으로 검증되었다. 이는 매개효과와 조절효과를 통합적인 관점으로 분석한 것이다. 애착불안과 이성관계만족도 관계에서는 거부민감성이 낮은 경우는 조절된 매개효과가 나타났다. 거부민감성이 높은 경우는 애착불안과 조절된 매개효과가 나타나지 않았는데, 애착불안과 상관없이 정신화가 전체적으로 낮기 때문으로 보인다. 애착회피와 이성관계만족도 관계에서는 거부민감성이 높은 경우와 낮은 경우 모두 조절된 매개효과가 나타났으며, 거부민감성이 낮을수록 애착회피가 정신화를 거쳐 이성관계만족도에 미치는 부정적인 영향이 낮아지는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 생각 및 정서를 억압시키는 거부민감성의 속성(Downey & Feldman, 1996) 때문이라고 이해되며, 낮은 거부민감성은 불안정애착이 정신화를 거쳐 이성관계만족도에 미치는 부정적 영향을 완화 할 수 있는 보호 변인임을 의미한다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 불안정 애착유형인 대학생의 이성관계 개선의 대처 방식으로 정신화가 긍정적 영향을 미침을 확인하였다. 상담과 관련된 기존연구에서는, 경계선 성격장애 환자를 대상으로 한 정신화 기반치료(Mentalization-Based Therapy: MBT)가 효과가 있다는 것을 검증하였고(Bateman & Fonagy, 1999), 정신화 기반치료 사례를 통해 자신과 타인들의 정신 상태를 추론하는 능력의 결함을 효과적으로 다룰 수 있음을 보여주었다(Brent, 2009). 또한 이러한 MBT는 경계선 성격장애 환자의 대인관계문제 개선에 효과적임을 보여주었다(Bateman & Fonagy, 2010). 자해를 하는 청소년에게 MBT가 효과적인 것을 밝히기도 하였다(Rossouw & Fonagy, 2012). 국내연구에서는 오소영 등(2012)이 정신화를 향상시키는 청소년 건강 증진을 위한 프로그램을 개발하고 중학생을 대상으로 적용한 결과, 자타에 대한 이해와 존중도의 주관적 변화가 커진 결과를 보고하였다. 이수립과 이분희(2014)는 최근에 MBT의 대상이 경계선 성격장애자 뿐만 아니라 청소년, 일반인 등에 대해서 확대 적용되고 있다고 한다. 선행연구 결과들을 종합적으로 본다면, MBT가 임상집단 뿐만 아니라 일반 대상군에서도 적용 가능한 것으로 볼 수 있다. 또한, Choi-Kain와 Gunderson (2008)가 다양한 심리문제(가족관계문제, 경계선 성격장애,

섭식장애, 학교폭력 등)에서도 그 효과성이 입증되고 있다고 밝히고 있다. 본 연구 결과는 MBT를 지지하고 있기 때문에, 불안정 애착유형 대학생의 이성관계 문제 대처에서도 MBT가 해결 전략이 될 수 있음을 시사한다.

둘째, 기존의 정신화 연구는 애착, 정신화, 대인관계 등의 관계 탐색에 치우쳐 있었으나 본 연구는 거부민감성 성향에 주목하여 불안정 성인애착과 관련된 심리적 과정이 이성관계만족도에 미치는 영향을 구체적으로 살펴봄으로써 불안정 애착유형 사람의 이성관계 개선을 위한 심리적 기제의 이해를 확장했다. 거부민감성의 조절된 매개효과는 자신의 정서와 생각을 타인관계에만 몰입하는 애착불안 유형 사람에게 낮은 거부민감성 유지가 타인 관계 이외의 다른 사실에 대해서도 자타의 감정과 생각을 볼 수 있는 기회를 줌으로써 더욱 수준 높은 정신화를 할 수 있게 해 줄 수 있음을 보여주는 것이다. 또한, 거부민감성의 조절된 매개효과는 자신이 더 이상 상처 받지 않기 위해 정서를 억압하고 타인과 거리를 두는 행동을 하는 애착회피 유형 사람(안하얀, 서영석, 2010)에게는 낮은 거부민감성의 유지가 자신의 감정과 생각을 되돌아 보는 기회를 제공함으로써 정신화를 촉진하는 자원이 될 수 있음을 보여주는 것이다. 따라서, 불안정 애착유형인 대학생의 정신화 기반 치료에서 거부민감성을 낮추는 전략이 함께 활용된다면 이성관계 향상에 효과적인 개입 기반이 될 수 있음을 시사한다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 성인초기인 대학생만을 대상으로 이루어졌다. 성인애착과 거부민감성은 그 변화가 어렵지만, 정신화는 초기 사회적 관계 표상을 토대로 하여 특정 사람과의 관계 속에서 상호 조절되는 반복적 실패 경험을 지식을 계속 축적해 나감으로써 사회적 관계 표상을 유동적으로 발달하는 진화의 체계이다(Fonagy, 2015). 따라서, 후속 연구에서는 청년기부터 노년기까지의 다양한 성인 연령 집단에서도 본 연구결과가 검증되는지와 일관성을 가지는지 확인 할 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 일반 대학생을 대상으로 성인애착과 이성관계만족도의 관계에서 정신화의 매개 역할을 알아보았다. 선행연구에 따르면 경계선 성격장애와 같은 임상집단에서 정신화의 능력을 증진시켜 내담자의 증상이 호전되고 대인관계능력이 호전된 것을 보고한다(Bateman & Fonagy, 2010). 이에 본 연구의 결과가 임상집단에서도 적용이 되는지를 후속 연구를 통해 검증할 필요성이 있을 것이다. 셋째, 본 연구에서

는 대상을 이성관계 경험이 한 번 이상 있는 경우로 하였다. 이성관계만족도는 현재 교제 중인 경우와 밀접하게 관련이 있을 수 있으므로 연구대상을 현재 교제 중인 대학생으로 제한하는 것이 더 정확하겠다. 또한, 현재 파트너를 포함한 이성과의 평균 교제 기간보다는 현재 교제 중인 이성과의 교제 기간을 조사하는 게 연구대상자의 특징을 알아보는 데 더 도움이 되겠다. 따라서 후속 연구에서는 연구대상을 현재 이성 교제 중인 대학생으로 제한할 필요가 있겠다. 넷째, 본연구결과는 여학생의 구성 비율이 전체의 2/3로 남학생과 비교해 차이가 크다. 성별에 따른 연구결과 차이가 있을 가능성이 있으므로 후속 연구에서는 남녀 성비 비율을 맞춰야 할 필요성이 있겠다.

참고문헌

- 강수진, 최영희(2011). 성인애착이 대인관계능력에 미치는 영향: 정서조절양식과 사회불안을 매개변인으로. *인간발달연구*, 18, 53-68.
- 권정혜, 채규만(1998). 한국판 결혼만족도 검사의 표준화 및 타당화연구. *한국심리학회 학술대회 자료집*, 1998(1), 35-51.
- 김경은, 정남운(2018). 애착과 외상 후 성장의 관계: 정신화와 성장적 반추의 매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 23(3), 739-764.
- 김광은, 이위갑(2005). 연애관계에서 성인 애착 유형 및 요인에 따른 관계 만족. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(1), 233-247.
- 김나리(2002). **대학생의 이성 관계에서 애착이 갈등 해결 전략에 미치는 영향: 부정적 기분 조절 기대치를 매개변인으로**. 연세대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김미정, 조영주(2017). 미혼 커플의 성인애착이 관계 만족도에 미치는 영향: 역기능적 의사소통의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 여성*, 22(2), 263-288.
- 김용주, 장현아(2017). 대학생의 성인애착과 이성 관계 만족도의 관계에서 갈등해결전략의 매개효과. *청소년학연구*, 24(10), 61-82.
- 김은영, 강지현, 김명섭(2019). 유아를 가진 어머니의 성인 애착과 양육효능감 간의 관계에서 정신화의 매개효과. *재활심리연구*, 26(1), 123-136.
- 김종운, 양민정(2014). 대학생의 애착과 자기효능감이 대인관계문제에 미치는 영향. *학습자중심교과교육연구*, 14, 283-299.
- 김지훈, 장유진(2020). 불안정 성인애착과 대인관계문제의 관계: 자기결정적 고독동기로 조절된 정신화의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(2), 773-798.
- 문형춘(2007). **내담자 성인애착 특성에 따른 내담자 및 상담자의 내현적 대인반응과 회기성과**. 가톨릭대학교 일반대학원 박사학위논문.
- 박명진, 양난미(2017). 대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(1), 103-127. <https://doi.org/10.23844/kjcp.2017.02.29.1.103>
- 송가미, 박희현(2016). 직장인의 성인애착과 대인관계능력의 관계에서 대인존재감의 매개효과. *인간발달연구*, 23, 113-131.
- 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.
- 엄혜정, 정혜정(2006). 대학생이 지각한 원가족 삼인군 경험이 자아존중감 및 이성관계 만족도에 미치는 영향. *Family and Environment Research*, 44(2), 137-152.
- 연수진, 서수균(2013). 이성관계에서 안정애착이 갈등해결 전략과 관계만족도에 미치는 영향: 자기효과와 상대방효과. *한국심리학회지: 일반*, 32(2), 411-431.
- 오소영, 문수진, 이원혜, 홍민하, 민정원, 김봉석, 황준원, 우이혁, 반건호(2012). 단축형 청소년용 정신화 프로그램의 학생건강 증진효과 평가. *소아청소년정신의학*, 23(3), 117-126.
- 오은정, 김민선, 정소라(2014). *상명대학교 서울캠퍼스 학생생활연구*. 서울:상명대학교 서울캠퍼스 학생상담센터.
- 유소영(2000). **사랑요소의 지각된 불일치와 책임귀인양식에 따른 이성관계만족도**. 가톨릭대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 이복동(2000). **성인 애착과 이성관계 만족: 거부 민감성과 귀인 양식의 매개효과를 중심으로**. 고려대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 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.
- 이유미, 정주리(2020). 성인 애착 불안과 대인관계 문제의 관계에서 거부 민감성과 정서조절 곤란의 매개효과.

- 아시아교육연구, 21(1), 101-124. <https://doi.org/10.15753/aje.2020.03.21.1.101>
- 이현주, 안명희(2012). 어머니의 불안정 성인애착이 청소년 자녀에 대한 심리적 통제에 미치는 영향: 정신화 능력과 부정적 정서의 매개효과, *한국심리학회지: 여성*, 17(3), 413-434.
- 차혜명, 김은영(2016). 정신화(mentalization) 개념을 통한 애착 이론과 정신 분석의 재조명: 정신화의 경험적 기반과 측정의 임상적 함의. *한국심리학회지: 일반*, 35(1), 167-190. <https://doi.org/10.22257/kjp.2016.03.35.1.167>
- 최희숙, 주영아(2020). 여대생의 경계선 성격특성이 대인 관계문제에 미치는 영향: 정신화 및 분노반추의 매개효과, *한국심리학회지: 건강*, 25(3), 585-610.
- Aiken, L. S., West, S. G., & Reno, R. R. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage. [https://doi.org/10.1016/0886-1633\(93\)90008-D](https://doi.org/10.1016/0886-1633(93)90008-D)
- Allen, J. G., Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. Washington, American Psychiatric Press.
- Ayduk, O., May, D., Downey, G., & Higgins, E. T. (2003). Tactical differences in coping with rejection sensitivity: The role of prevention pride. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(4), 435-448. <https://doi.org/10.1177/0146167202250911>
- 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. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.6.1173>
- Bartels, A., & Zeki, S. (2004). The neural correlates of maternal and romantic love. *Neuroimage*, 21(3), 1155-1166.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (1999). Effectiveness of partial hospitalization in the treatment of borderline personality disorder: a randomized controlled trial. *American Journal of Psychiatry*, 156(10), 1563-1569. <https://doi.org/10.1176/ajp.156.10.1563>
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2006). *Mentalization-based treatment for borderline personality disorder: A practical guide*. New York, NY: Oxford University Press.
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2010). Mentalization based treatment for borderline personality disorder. *World Psychiatry*, 9(1), 11.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and Loss, Volume II. Separation. Anxiety and Anger*. New York: Basic Books, Inc.
- 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: Guilford Press.
- Brent, B. (2009). Mentalization-based psychodynamic psychotherapy for psychosis, *Journal of Clinical Psychology*, 65(8), 803-814.
- Brent, D. A., Perper, J. A., Moritz, G., Baugher, M., Roth, C., Balach, L., & Schweers, J. (1993). Stressful life events, psychopathology, and adolescent suicide: A case control study. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 23(3), 179-187.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644-663. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.58.4.644>
- Choi-Kain, L. W., & Gunderson, J. G. (2008). Mentalization: ontogeny, assessment, application in the treatment of borderline personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 165(9), 1127-1135.
- Dimitrijević, A., Hanak, N., Altaras Dimitrijević, A., & Jolić Marjanović, Z. (2017). The Mentalization Scale (MentS): A self-report measure for the assessment of mentalizing capacity. *Journal of Personality Assessment*, 100(3), 268-280. <https://doi.org/10.1080/00223891.2017.1310730>
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327>
- Erikson, E. H. (1959). *Identity and the life cycle*. New York, NY: Norton.
- Fonagy, P. (2015). Mutual regulation, mentalization, and therapeutic action: A reflection on the contributions of Ed Tronick to developmental and psychotherapeutic thinking. *Psychoanalytic Inquiry*, 35(4), 355-

369. <https://doi.org/10.1080/07351690.2015.1022481>
- Fonagy, P., Leigh, T., Steele, M., Steele, H., Kennedy, R., Mattoon, G., Target, M., & Gerber, A. (1996). The relation of attachment status, psychiatric classification, and response to psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 64*(1), 22-31. <https://doi.org/10.1037/0022-006x.64.1.22>
- Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2006). Mechanisms of change in mentalization-based treatment of BPD. *Journal of Clinical Psychology, 62*(4), 411-430. <https://doi.org/10.1002/jclp.20241>
- Fonagy, P., & Bateman, A. (2008). The development of borderline personality disorder—A mentalizing model. *Journal of Personality Disorders, 22*(1), 4-21. <https://doi.org/10.1521/pedi.2008.22.1.4>
- Fonagy, P., & Campbell, C. (2015). Bad blood revisited: Attachment and psychoanalysis. *British Journal of Psychotherapy, 31*(2), 229-250.
- Fonagy, P., Target, M., Steele, H., & Steele, M. (1998). *Reflective-functioning manual, version 5.0, for application to adult attachment interviews*. Unpublished manual, university College, London.
- Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the Self*. New York: Other Press.
- Hauser, F., Williamson, M., Cazzamali, G., & Grimmeli-khuijzen, C. J. (2006). Identifying neuropeptide and protein hormone receptors in *Drosophila melanogaster* by exploiting genomic data. *Briefings in Functional Genomics, 4*(4), 321-330. <https://doi.org/10.1093/bfgp/eli003>
- Hayes, A. F. (2013). The PROCESS macro for SPSS and SAS (version 2.13)[Software].
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*(3), 511-524.
- Kline, R. B. (2015). *Principles and practice of structural equation modeling*. NY: Guilford.
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's rejection with significant others and valued social groups. In M., R. Leary (Ed.), *Interpersonal rejection* (pp. 251-289). New York: Oxford University Press.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2012). An attachment perspective on psychopathology. *World Psychiatry, 11*(1), 11-15. <https://doi.org/10.1016/j.wpsyc.2012.01.003>
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2019). Attachment orientations and emotion regulation. *Current Opinion in Psychology, 25*, 6-10. <https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2018.02.006>
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion, 27*(2), 77-102.
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate behavioral research, 42*(1), 185-227. <https://doi.org/10.1080/00273170701341316>
- Rossouw, T. I., & Fonagy, P. (2012). Mentalization-based treatment for selfharm in adolescents: A randomized controlled trial. *Journal of American Academy of Child & Adolescent Psychiatry, 51*(12), 1304-1313.
- Shaver, P. R., Schachner, D. A., & Mikulincer, M. (2005). Attachment style, excessive reassurance seeking, relationship processes, and depression. *Personality and Social Psychology Bulletin, 31*(3), 343-359. <https://doi.org/10.1177/0146167204271709>
- Watson, J., & Nesdale, D. (2012). Rejection sensitivity, social withdrawal, and loneliness in young adults. *Journal of Applied Social Psychology, 42*(8), 1984-2005. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2012.00927.x>