



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

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

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



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

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

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

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

[Disclaimer](#)

석사학위논문

대학생이 지각한
부모애착과 우울의 관계에서
자전기억 평가의 매개효과

제주대학교 사회교육대학원

심리치료학과

윤 찬 희

2014년 8월

대학생이 지각한
부모애착과 우울의 관계에서
자전기억 평가의 매개효과

지도교수 송 재 흥

윤 찬 희

이 논문을 사회교육학 석사학위 논문으로 제출함

2014년 8월

윤찬희의 사회교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장

김 민 호

위

원

서 영 석

위

원

송 재 흥

제주대학교 사회교육대학원

2014년 8월



The Mediating Effects of
Autobiographical Memory Assessment
on the Relationship between
Parent Attachment and Depression
Perceived by College Students

Yoon, Chan Hee

(Supervised by Professor Song, Jae Hong)

A thesis submitted in partial fulfillment of the requirement
for the degree of Master of Social Education

Department of Psychotherapy
Graduate School of Social Education
Jeju National University

Aug. 2014

국 문 초 록

대학생이 지각한 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가의 매개효과

윤 찬 희

제주대학교 사회교육대학원 심리치료학과

지도교수 송재홍

이 연구는 대학생이 지각한 부모애착, 우울, 자전기억 평가 간의 관계와 영향을 살펴보기 위한 것이다. 부모애착이 우울에 이르게 하는 인지변인으로는 자전기억 평가를 설정하였다. 이 연구는 우울의 문제를 가지고 상담실을 방문하는 내담자에게 우울의 인지변인인 내적작동모델과 인지도식을 이해하여 상담에서 활용할 수 있는 기초 자료를 제공하는 데 목적이 있다.

이 연구의 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 부모애착, 자전기억 평가, 우울 세 변인은 상관관계가 있는가?

둘째, 부모애착이 우울에 미치는 영향력은 어느 정도인가?

셋째, 자전기억 평가가 우울에 미치는 영향력은 어느 정도인가?

넷째, 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억평가는 매개효과가 있는가?

이 연구에서 연구자는 부모애착 수준을 측정하기 위해 Armsden과 Greenberg(1987)가 개발한 부모애착척도의 개정판을 옥정(1998)이 번안한 것

을 사용하였다. 우울척도로는 Beck, Ward, Meldelson 그리고 Erbaugh가 개발한 BDI를 수정 보완한 BDI-II를 김명식, 이임순, 이창선(2007)이 번안한 것으로 사용하였다. 또한 Williams & Broadbent(1986)의 자서전적 기억 검사를 수정하여 사용하였다.

이상과 같은 연구문제를 검증하기 위하여 연구자는 제주특별자치도 소재의 대학교에 재학 중인 450명의 대학생들을 대상으로 설문을 실시하였으며, 자료 분석은 SPSS Statistic 20.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 주요변인의 평균과 표준편차, 상관관계분석, 단일회귀분석, 다중회귀분석을 실시하였으며 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가의 매개효과를 살펴보기 위하여 단계적 회귀분석을 실시하였다.

이 연구의 결과는 다음과 같다.

첫째, 부모애착, 우울, 자전기억 평가간의 상관분석을 실시한 결과 부모애착, 우울, 자전기억 평가 간에는 서로 유의미한 상관을 보였다.

둘째, 부모애착이 우울에 유의한 영향을 미치며 부모애착의 하위요인 중 소외감이 우울에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 자전기억 평가가 우울에 미치는 영향력을 살펴 본 결과 유의미한 부적 영향이 있었으며 부모애착이 자전기억 평가에 미치는 영향력은 유의미한 정적 영향이 있었다.

넷째, 부모애착과 우울간의 관계에서 자전기억은 부분매개효과를 나타냈다. 부모애착은 우울에 직접 영향을 미칠 뿐만 아니라 매개변수로 인지변인인 자전기억 평가를 통해서도 간접적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

위와 같은 연구결과를 볼 때, 부모애착과 자전기억 평가는, 우울과 관계가 있고 우울에 영향을 미치고 있음을 확인할 수 있었다. 이러한 연구 결과는 우울한 내담자의 내적 작동모델과 인지구조에 대한 정보를 얻음으로써 내담자의 치료적 개입에 유용한 도움을 줄 것으로 여겨진다.

주요어: 부모애착, 우울, 자전기억 평가

목 차

국문초록	i
I. 서론	1
1. 연구의 필요성	1
2. 연구 문제	3
3. 용어의 정의	3
1) 부모애착	3
2) 우울	3
3) 자전기억 평가	4
II. 이론적 배경	5
1. 부모애착	5
1) 부모애착의 개념	5
2) 부모애착의 유형	7
3) 부모애착의 내적작동모델	11
2. 우울	13
1) 우울의 개념	13
2) 우울의 이론적 관점	15
3) 우울 평가 도구	16
3. 부모애착과 우울의 관계	18
4. 부모애착과 우울의 관계에서 인지변인의 효과 : 자전기억을 중심으로	20
1) 자전기억의 개념	20
2) 우울과 자전기억	21
3) 부모애착의 자전기억	23

Ⅲ. 연구방법	25
1. 연구 대상	25
2. 측정 도구	26
1) 부모애착척도	26
2) 우울척도	27
3) 자전기억평가척도	28
3. 통계적 분석	29
Ⅳ. 연구결과	31
1. 기술통계와 상관관계	31
1) 기술통계	31
2) 주요변인들 간 상관분석	32
2. 부모애착과 자전기억 평가가 우울에 미치는 영향	33
1) 부모애착이 우울에 미치는 영향	33
2) 부모애착이 자전기억 평가에 미치는 영향	34
3) 자전기억 평가가 우울에 미치는 영향	35
3. 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가의 매개효과	35
Ⅴ. 논의	38
Ⅵ. 결론 및 제언	41
1. 결론	41
2. 제언	42
참고문헌	44
Abstract	49
부 록	51

표 목 차

<표 III-1> 연구대상의 인구학적 분포	25
<표 III-2> 부모애착척도의 하위요인과 문항구성 및 신뢰도	27
<표 IV-1> 부모애착, 우울, 자전기억평가의 기술통계	31
<표 IV-2> 주요 변인들 간의 상관계수	32
<표 IV-3> 우울에 대한 부모애착의 하위요인별 다중회귀분석 결과	34
<표 IV-4> 자전기억평가에 대한 부모애착의 단순회귀분석	34
<표 IV-5> 우울에 대한 자전기억평가의 단순회귀분석	35
<표 IV-6> 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억평가의 매개효과	36

그 립 목 차

[그림 IV-1] 부모애착이 우울에 미치는 영향에서 자전기억 평가의 매개효과 ...	37
--	----

I. 서 론

1. 연구의 필요성

사람은 누구나 감정의 변화를 경험하며 살아가고 있다. 성취하고자 하는 목표를 달성하여 기쁨을 느끼고, 좌절과 실패가 반복되어 기분이 침체되고 슬픈 감정에 빠지기도 한다. 인생에 있어 이와 같은 감정의 변화들은 대부분의 경우 시간이 지나면 안정되고 회복된다. 하지만 때로는 침체된 감정이 장기간 지속되어 고통스러울 뿐 아니라 일상적인 생활 적응에 어려움을 겪는 경우가 있다. 지나치게 침체된 감정의 상태가 지속되어 일상생활에 어려움을 겪게 되는 것이 바로 우울장애이다.

보건복지부가 발표한 2011년 정신질환 실태 역학 조사 결과, 지난 10년간 한국인의 우울증이 63%증가하였고, 총 인구 중 130만 여명이 최근 1년 사이에 우울증을 경험하였다. 이와 같이 우울은 사람들이 빈번하게 호소하는 정서적 불편함 중의 하나이지만, 종종으로 악화되는 경우 자살생각을 예측하는 강력한 변인이기도 하다(Lewinsohn, Rohde & Seeley, 1994). 또한 한국은 현재 OECD 국가들 중 자살률 1위이며 이 중 20대의 자살률이 가장 높다(보건복지부, 2013). 20대의 우울과 관련된 또 다른 조사 결과로는 알바천국(2013)에서 실시한 ‘20대 스트레스와 아르바이트 현황’ 조사가 있다. 이 조사에서 ‘최근 1년 동안 연속적으로 2주 이상 일상생활에 지장을 줄 정도로 슬프거나 절망감을 느낀 적이 있습니까?’ 라는 질문에 전체의 38.9%가 ‘그렇다’고 답했다. 이러한 결과는 20대가 고등학교 졸업이후 새로운 환경에 노출되는 경우가 많아지면서 학업, 인생, 직업, 경제적 문제, 외로움 등으로 인해 우울을 경험할 수 있다는 것을 보여준다(서송이, 2000). 20대의 우울은 자살 충동을 유발하는 요인 중 하나이며, 우울을 경험하게 하는 다양한 요인이 무엇인지에 대한 연구를 더욱 적극적으로 할 필요가 있다.

그동안의 우울증 연구는 발병이나 재발 원인에 대해 인지이론과 대인관계 이

론의 입장에서 주로 진행되어 왔으나, 최근 애착이론으로 우울증의 인지이론을 설명하려는 시도가 늘어나고 있다(Robert, Gotlib, Kassel, 1996).

부모-자녀 관계에서 가장 기본이 되는 애착은 개인의 심리 정서적 상태에 지대한 영향을 미치며, 생애초기부터 노년기까지 그 영향은 계속된다. 생애 초기에 부모와 안정된 애착을 형성하지 못했을 경우, 이때 형성된 부정적 내적 표상은 부정적인 내적작동모델을 형성하게 된다. Bowlby(1969)는 이러한 부정적 내적작동모델을 형성한 사람들은 우울이나 불안을 경험하기 쉽다고 지적했다. Beck(1979) 역시, 생애 초기에 불안정 애착관계가 형성되면 부정적인 인지도식에 영향을 미치고, 이렇게 형성된 부정적인 인지도식은 다시 우울에 영향을 미친다는 인지도식 이론을 제안하였다. 앞에서 제시한 내적작동모델(Bowlby, 1969)과 우울 인지도식(Beck, 1979)의 합치점에서 다음과 같은 가정이 추론될 수 있다. 어린 시절 형성된 불안정 애착은 내적작동모델로서 인지도식에 영향을 주고, 이는 부정적 인지도식으로 형성, 잠재되어 있다가 부정적 생활사건을 접하면 활성화되어 우울증상을 유발하게 된다고 유추할 수 있다(Holmes, 1992).

Bowlby와 Beck에 의해 제안된 이론을 받아들여 우울에 대한 애착-인지 통합모델을 조사해온 연구들 대부분은 인지변인이 애착과 우울의 관계를 매개할 것이라는 구조방정식 모형을 설정하고 이를 검증하는데 그쳤다(이주영, 2012). 일부 학자들에 의해서 애착관계 형성과 우울증상 변인 연구가 이루어지고 있으나, 불안정 애착과 우울을 서로 매개하는 요인에 대한 설명은 아직 명확하지 않다. 특히 애착으로 형성된 부정적 인지변인이 우울에 매개변인으로서 영향에 대한 연구는 많지 않다. 그러므로 이 연구에서 연구자는 대학생이 지각한 부모애착, 우울 자전기억 평가 간의 관계를 살펴보고 애착이 우울에 이르게 되는 인지변인으로는 자전기억 평가를 설정하고자 한다. 그래서 우울의 문제를 가지고 상담실을 방문하는 내담자에게 우울의 인지변인이 어린 시절 형성된 내적작동모델과 인지도식에 있음을 이해하게 하고, 상담에서 활용할 수 있는 기초 자료를 제공하는 데 목적이 있다.

2. 연구 문제

이 연구를 통해 연구자가 밝히고자 설정한 연구문제는 다음과 같다.

첫째, 부모애착, 자전기억 평가 우울 세 변인은 상관관계가 있는가?

둘째, 부모애착이 우울에 미치는 영향력은 어느 정도인가?

셋째, 자전기억 평가가 우울에 미치는 영향력은 어느 정도인가?

넷째, 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가는 매개효과가 있는가?

3. 용어의 정의

이 연구에서 사용될 용어의 정의는 다음과 같다.

1) 부모애착

애착이란 부모 또는 중요한 타인과 지속적인 상호작용을 통해 획득하는 정서적 유대감을 뜻하는 것이다. 부모로부터 보살핌을 받은 양육경험에 따라 애착의 질은 달라진다. 민감하고 일관성 있는 양육경험을 했을 경우 안정애착을 형성하고, 반대의 경우 불안정 애착을 형성하게 된다(Bowlby, 1969).

이 연구에서 부모애착은 아동기에 부모님, 또는 특정인물과 맺은 친밀한 관계로, 일생을 통해 개인에게 영향을 미치는 것을 말한다.

2) 우울

우울이란 인간이 성장하면서 건강한 사람들도 흔히 경험할 수 있는 정서이며 동시에 지각, 판단, 기억, 인지, 사고, 태도 등에서부터 대인관계에 이르기까지 광범위하게 나쁜 영향을 미치는 부정적인 상태이다(Beck, 1979).

이 연구에서 우울이란 어린 시절 부모나 초기 애착대상자와의 겪었던 불안정한 관계에 근거하여 형성된 자기, 타인, 세상에 대한 인지구조가 부정적인 생

활사건을 통해 나타나는 부정적인 정서 상태이다.

3) 자전기억 평가

자전기억이란 과거에 일어난 개인적인 경험에 대한 기억으로 자기와 관련된 한 개인의 인생사, 자신에 대한 정보, 그리고 자신이 경험한 일상생활에 대한 기억들을 말한다(이정모 외, 1999).

이 연구에서는 일반지식이나 사실과 같은 공적 사건에 대한 기억이 아니라 자신과 관계된 기억으로서, 어린 시절 부모님과 또는 주 양육자와 겪었던 경험들을 자전기억이라 정의하였고 평가는 기억에 대해 어떻게 인지(긍정 혹은 부정)하고 있는지를 알아보는 것이다.

II. 이론적 배경

1. 부모애착

1) 부모애착의 개념

Bowlby(1969/1982:153)는 애착(attachment)을 영아와 어머니와의 관계에서 느끼는 강한 감정적 유대관계라고 정의하였다. Bowlby의 애착이론에 의하면, 부모로부터 보살핌을 받은 양육경험에 따라 애착의 질은 달라진다. 민감하고 일관성 있는 양육경험을 했을 경우 안정애착을 형성하고, 반대의 경우 불안정 애착을 형성하게 된다(Bowlby, 1969). 또한 애착대상(어머니, 또는 주요 양육자)자간에 발달시킨 관계의 질이 영아의 정서, 행동의 발달을 결정하는데 중요한 역할을 한다.

애착이 형성되는 과정은 이론적 체계에 따라 다르게 설명되고 있다. 애착형성에 대한 이론은 크게 정신분석이론, 인지발달이론, 학습이론, 동물행동학적이론의 네 가지로 분류하여 살펴볼 수 있다(정옥분, 2004)

첫째, 정신분석이론에서는 수유를 통한 음식물 제공으로 구강적 성적욕구만족과 배고픔을 해결해주기 때문에 어머니와 애착을 형성한다고 보았다. 엄마의 젖은 구강기동안 영아에게 가장 큰 즐거움을 주는 원천이다. 수유과정에서 영아는 엄마의 모든 것에 대해 애착을 느끼게 된다. 따라서 애착 형성을 위해서는 영아에게 편안하게 젖을 먹여주고 만족감을 주는 부모의 양육행동이 중요하다. 영아는 자신의 욕구와 필요에 따라 적절히 대응해 주는 경험을 통해서 어머니에게 애착을 느끼게 된다. 이런 느낌이 일반화되어 자기와 외부세계에 대해서 호의적이고 긍정적인 감정과 생각을 갖게 된다(조수진, 2000).

둘째, 인지발달이론에서는 영아의 애착형성이 인지발달에 기초하고 있다고 보았다. 애착을 형성하기 위해서는 영아는 낯선 사람과 친숙한 사람을 구별할

수 있어야 하며, 애착대상이 시야에서 사라져도 존재한다는 대상영속성 개념을 획득해야 한다. 영아가 낮가림이나 격리불안이 시작되는 것은 애착 대상과 다른 대상을 구별할 수 있을 때이며, 사라지는 시기는 대상영속성을 획득하고 난 후라고 보았다(정옥분, 2004).

셋째, 학습이론에서도 정신분석과 마찬가지로 수유가 애착 형성에 중요한 요인이 되는 것이라고 믿는다. 어머니는 아기를 품에 안고 젖을 먹임으로써 배고픔을 해결해주면서 일차적인 욕구를 충족시켜주며, 신체접촉을 통해 따뜻한 느낌과 만족을 제공해준다. 이런 일이 반복되면서 영아는 어머니와 즐거운 감정을 연결시키게 되고, 이로 인해 어머니는 이차적 강화의 지위를 획득한다. 즉, 어머니가 유아에게 규칙적으로 제공하는 음식물과 따뜻한 보살핌은 1차적 강화물로 유아의 즐거운 느낌이나 유쾌한 감각과 연합되고, 이러한 긍정적 결과에 대해 어머니 자체가 2차적 강화물이 된다. 영아는 이런 학습경험의 축적을 통해 어머니의 존재만으로 만족감을 느끼고 애착을 형성하게 된다(Shaffer, 1979).

넷째, 동물행동학적이론에서는 인간과 모든 종은 진화과정에서 종의 생존에 기여하는 행동경향성을 갖고 태어난다고 가정했다. 정신분석이론의 관점에서는 애착을 생물학적 욕구인 배고픔에 초점을 맞추고 있었던 반면, 동물행동학자들은 동물의 행동을 통해 인간의 행동을 이해하고 본능이나 유전에 관심을 가졌다. 이러한 동물행동학자들의 연구에 영향을 받아 Bowlby는 초기 정신분석적 기반위에 진화이론, 동물행동학, 인지이론을 통합하여 과학적이고 실증적인 이론으로 애착을 설명하였다

Bowlby의 이러한 애착에 대한 접근은 애착행동, 애착행동체계의 의미에 반영이 되었다(Ainsworth, 1978; Bowlby, 1980; Holmes, 1992). 애착행동은 영아의 미소, 울음, 쫓아다니기, 매달리기 등이 이에 해당된다. 이러한 애착행동은 애착대상으로부터 분리되거나 분리의 위협을 느낄 때 유발 된다. 영아는 생존에 필요한 부모의 보살핌과 보호를 이끌어 낼 수 있는 애착행동을 본능적으로 가지고 있으며, 어머니는 이러한 애착행동에 반응하도록 생물학적으로 프로그램 되어 있다. 애착행동체계는 인지적 요소가 포함된 개념으로 영아와 어머니와의 상호작용의 결과로서 발달한다. 애착행동체계는 행동의 방향 및 경험의

지각된 평가에 대한 규칙과 규칙체계를 표상하므로 애착이나 애착행동의 기반이 된다(Holmes, 1992). 이러한 애착행동체계는 세 가지 기능을 한다.

첫째, 근접성 추구(proximity seeking) 기능으로, 이는 영아가 양육자와 가깝게 지낼 수 있도록 한다. 둘째, 위험한 상황에서 불안과 공포로 인한 스트레스를 받을 때 양육자에게 지지와 편안함을 얻기 위해 안전한 안식처(safe heaven)로서 애착대상에게 달려간다. 셋째, 영아는 새로운 환경을 탐색할 때 양육자를 안전한 기지(secure base)로 여긴다(Bowlby, 1969/1982:196-216). 이러한 애착 행동은 어머니를 영아 곁에 항상 있게 함으로써 영아는 자신이 필요할 때 애착 대상에게 언제나 근접할 수 있으며, 애착 대상이 자신의 요구에 언제나 반응해 줄 것이라는 신뢰감을 형성한다. 애착관계가 형성되면 영아는 애착대상을 안전함과 편안함을 제공하는 대상으로 인식하고, 자신감을 가지고 외부 환경을 탐색할 수 있는 기지로서 이용한다.

Bowlby의 애착 이론이 정신분석학이나 학습 이론과 구별되는 중요한 차이점은 애착 형성 과정에 있어서 단순히 아동을 수동적이고 의존적인 존재로 보지 않는다. 애착을 상호작용을 통해 형성되는 것이며, 영아를 적극적인 참여자로 설정하고 있다.

2) 부모애착유형

Bowlby가 진화론적 관점에 따른 애착의 측면을 강조하였다면, 애착의 개인차에 초점을 맞춘 사람은 Ainsworth이다. Ainsworth(1978)는 Bowlby의 이론대로 안전한 기지(secure base) 행동이 실제로 유전적인 것인지 결정하기 위해 ‘낯선 상황’ 실험을 제시하였다.

‘낯선 상황’ 실험은 전체 20분 동안 1세 영아를 긴장 상황, 스트레스 상황에 노출시키는 것이다. 이런 상황을 통해 영아가 자신의 어머니를 탐색의 기지로 사용하는 능력, 긴장 상황에서 어머니로부터 위로를 얻는 능력을 관찰한다. 처음에는 영아가 어머니와 함께 있을 때, 그 다음에는 어머니가 없을 때, 나중에는 어머니가 되돌아 온 후에 각각 영아를 관찰한다. Ainsworth는 이 실험을 통해 어머니와 영아가 서로 분리되었다가 재회하는 순간의 반응을 관찰하여

영아들을 안정, 회피, 양가/저항 애착 유형으로 분류하였다.

안정 애착유형으로 분류되는 영아는 어머니와 함께 있을 때는 자유롭게 탐험을 하고 불안한 상황에서는 위안을 얻으려고 하였다. 어머니의 태도로는 영아가 보내는 신호를 민감하게 받아주고 감정적으로 함께 해주는 경향을 보였다. 회피애착 유형으로 분류되는 영아는 어머니가 떠나거나 돌아와도 무관심한 모습을 보였고 어머니와는 상관없이 끊임없이 탐험하는 모습을 보였다. 어머니의 태도로는 감정표현을 억제하고 신체적인 접촉을 피하며 무심한 반응을 보였다. 양가 또는 저항애착으로 분류되는 영아들은 어머니와 떨어지게 되면 극심한 고통을 겪다가 다시 만났을 때 안으려하면 밀어냈다. 또한 어머니가 옆에 있음에도 존재하지 않는 엄마를 계속 찾는 모습을 나타냈다. 어머니의 태도로는 언어적, 신체적으로 거부하지는 않지만 아이의 감정에 적절히 반응하지 못하고 혼란스럽고 당황해 하였다. 이 실험을 통해서 애착은 영아의 선천적 기질이나 본능이 아니라 부모와의 상호작용의 결과라고 보았다(Holmes, 1992). 어머니가 특별히 영아의 애착신호에 대해 민감하게 반응하고, 적절한 시점에 개입하면, 영아는 예측 가능한 반응을 경험하게 된다. 결국 영아는 어머니와의 관계에서 상호작용을 성공적으로 끌어낼 때, 안정애착이 발달한다고 본다. 반면 이러한 조건이 부분적으로 충족될 때, 상호작용과정에서 갈등과 불만족이 생기게 되고 애착은 불안정 애착이 발달하게 된다. ‘낮선 상황’ 실험은 구조화된 실험실 관찰로 구성됨으로써, 다른 연구자들에 의해서도 사용되어 오늘날까지 영아애착의 대표적인 평가방법으로 인식되고 있다.

이후 Main은 ‘낮선 상황’ 실험을 통해 Ainsworth가 제시한 3가지 애착유형에 속하지 않는 또 다른 애착유형이 있음을 발견하였고 이것을 혼란된 애착유형으로 분류하였다. 이 유형의 영아들은 어머니와 재결합 시 어쩔 줄 몰라 당황하는 반응을 나타냈으며, 마치 온몸이 얼어붙은 듯이 행동하였다. 어머니에게 가까이 다가가도 어머니가 다가오면 몸을 피하고, 어머니가 안아주어도 멍하니 먼 곳을 응시하였다. 즉 어머니를 안전기지로 삼지 못한 채, 저항애착과 회피애착 유형의 특성이 모두 나타났다고(Wallin, 2010).

한편 Main, Kaplan과 Cassidy(1985)는 애착의 특성이 세대 간에 전달된다고 보고, 영아가 낮선 상황에서 보이는 애착행동과 어머니가 자신의 애착 경험에

대해 이야기하는 방식 사이의 일치성을 토대로 성인기 애착을 평가할 수 있는 성인애착면접(Adult Attachment Interview: AAI)을 고안하였다. AAI는 영아의 행동과 부모의 애착에 대한 마음상태 간에 세대 간 상관관계가 있음을 발견한 것이다. 낯선 상황에서 영아가 보여준 행동을 바탕으로 안정, 회피, 양가, 혼란의 네 가지 유형에 대응하는 안정, 무시, 집착, 미해결과 같은 애착에 대한 성인의 마음상태를 제시하였다.

그 이후 Hazan과 Shaver(1987)는 Ainsworth의 '낯선 상황'실험 결과를 성인의 낭만적 애착관계에 적용하여 안정애착, 불안정-회피애착, 불안정-양가애착의 3범주로 분류한 성인애착척도(Adult Attachment Scale: AAS)를 개발하였다. 성인애착에 대한 연구가 가속화되면서 Bartholomew와 Horowitz(1991)는 Bowlby의 개인내적작동 모델에 초점을 두고 개념화하여 성인애착유형을 4개로 분류한 성인애착 관계질문지(Relationship Questionnaire: RQ)를 개발하였다. Bartholomew는 Ainsworth의 3범주 모델에 회피애착을 잘 나타내지 못한다고 보고 불안정-회피애착 유형을 거부형-회피와 두려움형-회피로 세분화하여 4범주 모델을 개념화하였다. 자신이 사랑과 보호를 받을 가치가 있는지에 대한 자기모델(model of self)과 타인이 나에게 사랑과 보호를 제공할 것인지에 대한 타인모델(model of others)을 바탕으로 내적작동모델이 긍정적 또는 부정적인가에 따라 4개의 유형으로 나뉘는 것이다.

자신과 타인에 대한 관점이 모두 긍정적이면 안정형, 자신에 대해서는 긍정적이지만 타인에 대해서는 부정적이면 거부형, 자신에 대해서는 부정적이지만 타인에 대해서는 긍정적이면 집착형, 자신과 타인에 대한 관점이 모두 부정적이면 두려움형이다. 안정형은 자신과 타인에 대한 긍정적인 관점으로 타인과 정서적으로 친밀해지기 쉽고 편안함과 만족감을 느낀다. 상호 신뢰와 책임, 의존을 바탕으로 타인과의 관계가 더 오랫동안 지속되는 경향이 있다. 거부형은 자신은 자신에 대한 관점은 긍정적이거나 타인에 대한 관점은 부정적인 것으로 본다. 자신은 사랑받을 가치가 있다고 보지만 타인은 그렇지 않다고 보며 높은 자기 확신과 독립적인 성향을 나타낸다. 몰입형은 자신에 대한 관점은 부정적이거나 타인에 대한 관점은 긍정적인 것으로 본다. 본인은 사랑받을 자격이 없다고 느끼고 불안해하는 반면 상대에게 지나치게 의존하며 강한 정서표현과

함께 높은 자기노출을 나타낸다. 두려움형은 자신과 타인에게 모두 부정적인 관점을 가진다. 자신은 사랑받을 가치가 없다고 느끼고 타인을 신뢰하지 못하며, 정서적으로 친밀한 관계를 원하지만 거부에 대한 두려움으로 친밀감을 회피한다(Bartholomew & Horowitz, 1991).

그 이후 Brennan, Clark, Shaver(1998)는 애착척도의 요인분석을 통해 Bartholomew & Horowitz(1991)의 4범주 모형을 다당화 하였고 애착유형 분류의 기준을 자신과 타인의 모델에서 불안과 회피라는 두 개의 차원을 통해 이해할 수 있다고 보았다. 불안은 거부감과 버려짐에 대한 불안의 정도이며 회피는 친밀감과 의존심에 대한 두려움을 나타낸다. 애착불안은 자신이 사랑받을 가치가 있다고 지각되는 정도를 나타내는 자기표상차원과 관련된다. 애착회피는 개인이 타인에게 의지하고 친밀한 관계를 맺는 것에 대해 편안해 하는 정도를 나타내는 타인표상차원과 관계가 있다. 이를 토대로 Brennan, Clark, Shaver(1998)는 친밀관계 경험척도(Experience in Close Relationship Scale: ECRS)를 개발하였고 친밀한 관계에서 느끼는 편안함의 정도와 회피와 불안의 높고 낮음에 따라 4가지 애착유형으로 분류하였다. 불안과 회피의 수준이 모두 낮으면 안정형, 불안수준은 낮고 회피수준이 높으면 거부형, 불안수준은 높고 회피수준이 낮으면 몰입형, 불안과 회피수준이 모두 높으면 두려움형으로 구분된다.

한편 영아 및 아동의 애착 연구에 비해 청소년기의 애착 연구가 적은 이유 중 하나는 청소년기 애착을 평가할 수 있는 적절한 방법론이 개발되지 않았기 때문이다. 이에 Armsden과 Greenberg(1987)는 애착이론에 근거한 청소년과 대학생 나이의 대상을 상대로 자기보고식 애착척도(Inventory of Parent and Peer Attachment: IPPA)를 개발하였는데, 이것은 부모나 친구들과 같은 가까운 관계에 대한 청소년들의 지각(perception)을 평가하기 위해 고안된 도구이다. Armsden과 Greenberg(1987)는 청소년의 내적 작동 모델을 통해 부모와의 경험을 인지하는데 있어 긍정, 부정으로 측정할 수 있다고 제안했다. 청소년이 애착 대상과의 경험을 신뢰받고 존중받았다고 지각하면 긍정적인 정서로 측정한다. 반면 애착 대상과의 경험에서 적절치 못한 반응으로 분노, 절망을 경험했다면 부정적인 정서로 측정할 수 있다고 제안했다. 부모와의 경험을 인지하

는데 있어 측정할 수 있는 하위요인으로서는 의사소통, 신뢰감, 소외감 세 가지로 구성되어 있다. 의사소통은 부모와 대화 시 의견을 존중하며, 이를 이해하고 노력하는 지에 대한 문항들로 구성되어 있다. 신뢰감은 부모가 자신을 믿어 준다고 생각하고, 부모를 존경하고 신뢰하는지를 묻는 문항들로 구성되어 있다. 소외감은 부모가 자신에게 무관심하며, 아무에게도 이해받지 못한다는 느낌과 좌절감 등을 묻는 문항들로 구성되어 있다. 이 척도는 개인의 의해 경험되어지는 애착 안정의 상대적 정도를 나타낸다. 그러나 애착을 높은 집단과 낮은 집단으로 분류 할 수 는 있지만 Ainsworth의 애착유형(안정, 회피, 저항)과 같이 뚜렷한 특징을 보이는 집단으로 분류하지 못한다는 제한점을 가진다. 또한 이 도구는 애착의 구체적인 구성개념을 측정하기 보다는 부모-자녀 관계의 질을 측정한다고 볼 수 있다(진미경, 2005).

3) 부모애착의 내적작동모델

Bowlby가 유아와 어머니와의 유대관계를 설명하면서 처음 시작된 애착 연구는 아동기뿐 아니라 성인기의 사회적 관계를 설명하는 중요한 개념이 되었다. 성인기에 경험하는 다양한 인간관계를 애착이론의 관점에서 설명하고자 하는 연구들이 시도 되었다(김광은, 2004). 발달심리학적 관점에서 주도 되고 있는 이 연구들은 영아기에 형성된 양육자에 대한 애착이 일생동안 지속된다는 애착의 전 생애 모델(life span model)을 제안하였다(장휘숙, 1997; Main, Kaplan & Cassidy, 1985). 그리고 애착의 전 생애 모델은 Bowlby의 내적작동모델(internal working model)의 개념에 기초한다. 내적작동모델이란 영아가 형성한 자기와 타인에 대한 정신적 표상으로 애착인물과 상호작용을 통하여 형성된다. 내적 작동모델의 기초는 생후 1년 동안 양육자와의 경험을 통해서 형성된다. 각자가 형성한 내적작동모델을 바탕으로 사건을 지각, 해석 하며 미래를 예상하고 그에 따른 행동을 계획하게 된다(Bowlby, 1973).

Bowlby는 내적작동모델이 주 양육자와의 지속적인 상호작용 관계를 통해서 안정 또는 불안정 애착이 형성되어 저장된다고 하였다. 부모로부터 민감한 보살핌을 받은 영아와 그렇지 않은 양육경험을 한 영아는 애착의 질이 달라지

며, 이 경험을 각각 내면화함으로써 자신과 타인에 대한 관계 도식이 달라진다. 예를 들어 부모가 영아의 신호에 민감하고 반응하며, 사랑스러운 반응을 보이는 경험을 하면 안정애착을 형성하게 된다. 안정 애착된 영아는 자신은 사랑스럽고, 부모는 자신이 스트레스 상황에 처했을 때 기꺼이 지지를 제공해 줄 것이라는 긍정적 내적 작동모델을 발달시킨다(Bowlby, 1969). 그러나 부모가 영아의 보호나 위안을 추구할 때 거절하거나, 일관적이지 않은 반응을 보이면 영아는 불안정 애착을 형성하게 된다. 불안정 애착을 형성한 영아는 자신은 사랑스럽지 못하고 위안을 받을 가치가 없다는 부정적인 내적작동모델을 발달시킨다.

Belsky, Spritz & Crnic(1996)은 실험을 통해 영아일 때 안전 애착, 혹은 불안정 애착된 아동들은 매우 다른 내적작동모델을 형성하며, 다른 방식으로 정보를 처리하고 사건을 지각한다는 것을 처음으로 보여주었다. 이 연구는 3세 아동을 대상으로, 생일선물을 받는 것과 같은 긍정적인 사건과, 주스를 쏟는 것과 같은 부정적인 사건을 보여주고 어떤 사건을 잘 기억하는지 알아보는 실험이었다. 연구자들은 안전 애착된 아동들은 삶에서 긍정적인 사건을 기대하고 그것들을 특히 잘 기억할 것이라고 가정했고, 불안정한 애착 역사가 있는 아동들은 부정적인 사건을 더 많이 기대하고 기억할 것이라고 가정하였다. 그 결과 안전 애착된 아동들은 긍정적인 사건을 기억하는데 뛰어난 반면, 불안정 애착의 아동들은 부정적인 사건을 더 잘 기억하였다.

이처럼 양육자와의 상호작용에 중점을 두고 있는 내적작동모델은 한 사람의 일생동안 지속 되어 영향력을 미친다고 볼 수 있다. 뿐만 아니라 내적작동모델의 핵심신념은 인지치료의 주요 개념과 유사하다. 아동기의 부정적 양육 경험은 자신과 세상 및 미래에 대한 부정적 신념을 가지게 된다. 이와 같은 부정적 신념은 청소년기와 성인기에도 지속되어 우울과 같은 증상을 유발하는 주요 요인이 된다(Bowlby, 1980). 그러므로 초기 몇 년 동안 경험하는 어머니와의 관계는 이후 건강한 성격을 형성 시키는데 매우 중요한 원인이 된다.

2. 우울

1) 우울의 개념

우울이란 건강한 사람들도 흔히 경험할 수 있는 정서이며 동시에 기억, 인지, 대인관계 등에 영향을 미치는 부정적인 마음의 상태이다(Beck, 1979). 우울(depression)의 어원은 ‘내리누름’(to press down)으로서 우울하다는 것은 ‘정신이 꺾이다, 기가 죽다, 슬프다, 가치를 낮추다, 활동성과 적극성을 저하시킨다.’ 등의 의미를 포함한다(우성범, 2010). 또한 미국 정신의학회에서 발행한 정신장애 진단 및 통계 편람(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM)IV판에서는 우울을 기분장애에 해당되는 질병으로 보았다. DSM-IV의 우울장애는 증상으로서의 병적 기분상태에 가까운 것으로 정의되며 다음과 같은 증상들 중 5개 이상이 연속 2주간 지속되면 우울증으로 진단한다.

- (1) 지속되는 우울한 기분
- (2) 일상 활동에 대한 흥미나 즐거움의 저하
- (3) 체중이나 식욕의 변화
- (4) 불면이나 과다수면
- (5) 정신운동성 초조나 지체
- (6) 피로나 활력 상실
- (7) 무가치함이나 과도한 죄책감
- (8) 사고력이나 집중력의 감소
- (9) 반복되는 죽음에 대한 생각

일반적으로 우울증은 다양한 하위유형으로 구분될 수 있다(권석만, 2003). 첫째, 증상을 유발한 외부적 촉발사건이 있는지 여부에 따라서 외인성 우울증과 내인성 우울증으로 구분한다. 외인성(exogenous)은 가족과의 사별, 실연, 실직, 중요한 시험의 실패, 가족의 불화나 질병 등과 같이 환경적 스트레스가

계기가 되어 우울증상이 나타난 경우이다. 반면, 내인성(endogenous)은 이러한 환경적 사건이 아닌 유전적 요인, 호르몬 분비나 생리적 리듬 등과 같은 내부적인 생리적 요인에 의해서 우울증상이 나타나는 경우를 의미한다.

둘째, 우울증상의 심각성에 따라 신경증적 우울증과 정신증적 우울증으로 구분하기도 한다. 신경증적(neurotic) 우울증은 현실 판단력에 현저한 손상이 없는 상태에서 우울한 기분과 의욕상실을 나타낸다. 자신에 대한 부정적인 생각에 몰두하지만 이러한 생각이 망상수준에 도달하지는 않는다. 무기력하고 침울하지만 현실 판단 능력의 장애는 보이지 않는다. 즉, 주위에서 무엇이 일어나고 있는지는 정확히 이해하고 있으며 대화 내용이 조리가 있고, 최소한의 일상생활을 하는 데에는 지장이 없다. 반면, 정신증적(psychotic) 우울증은 매우 심각한 우울증상을 나타냄과 동시에 현실 판단력이 손상되어 망상수준의 부정적 생각이나 죄의식을 지니게 된다. 예컨대, 이런 환자는 자기는 죽을 수밖에 없는 죄인이라는 망상을 지니기도 하고 자기가 만지는 것은 무엇이든지 오염된다고 믿어 환경과의 접촉을 단절하기도 한다. 이러한 우울증을 지니는 사람은 사회적 적응이 불가능하며 입원치료가 필요하다.

셋째, 다른 장애와의 관계 등에 따라 일차적(primary) 우울증과 이차적(secondary) 우울증으로 구분하였다. 다른 장애와 관련되지 않은 경우를 일차적 우울증이라고 하고, 다른 장애와 관련되어 부수적으로 나타나는 경우를 이차적 우울증이라 하였다.

그밖에 여성의 경우 출산 후 4주 이내에 우울증상이 나타날 수 있는데 이를 산후 우울증이라고 한다. 또한 계절의 변화에 따라 주기적으로 특정한 계절에 우울증이 나타는 경우를 계절성 우울증이라고 한다. 때로는 우울증이 겉으로 우울한 기분을 두드러지게 나타내지 않으나 내면적으로 우울한 상태에서 비행이나 신체적 문제로 위장되어 나타나는 경우가 있는데 이를 위장된(masked) 우울증이라고 한다. 이렇듯 우울증은 그 원인적 요인, 증상의 양상, 다른 장애와의 관계 등에 따라 다양하게 분류되고 있다.

2) 우울의 이론적 관점

우울을 이해하기 위해 몇 가지 심리학적 관점을 살펴보자면 다음과 같다. 첫째, 정신분석학적 이론에서는 영아가 처음으로 애착을 형성한 대상인 어머니와의 관계에서 상실감을 경험하면서 우울이 형성된다는 이론을 주장하였다. Freud는 우울증을 사랑하는 대상의 상실에 대한 무의식적 반응이라고 하였다. 이처럼 정신분석학에서는 우울을 상실에 대한 반응으로 이해하는데 그것은 사랑하는 어떠한 대상일 수도 있고, 자신의 사회적 지위나 자존감의 상실일 수도 있다. 상실을 경험하는 대부분의 사람은 심리적 고통을 느끼게 되지만 어떤 사람은 유독 상실의 반응이 오래가거나 강도가 심하다. 이러한 사람에 대해 정신분석학자들은 어릴 때의 경험에서 그 원인을 찾고자 한다. 성장과정에서 자신이 애정을 받고 있으며 다른 존재에게 필요한 존재라는 믿음을 확실하게 얻지 못하고 성장한 경우 상실의 경험에 특별히 취약하다고 생각한다(구성륜, 2008).

둘째, 인지학습이론에서 Seligman은 우울증의 원인을 학습된 무기력이라고 보았다. 스트레스 상황을 반복하게 되면 무기력을 획득하게 되어 수행능력과 행동 동기가 현저히 떨어진다. 이 이론은 개를 통한 실험으로 관찰한 연구라서 인간에게 적용 가능성이 한계를 가지고 있다. 그래서 Seligman을 중심으로 이론이 수정되었는데 귀인(attribution)이라는 개념이 추가되었다. 반복된 스트레스 상황이 생기면 스트레스 상황의 원인을 귀인 시키면서 우울에 빠지게 된다고 보았다(권석만, 2003).

셋째, 행동주의 이론에서는 우울을 사회적 환경에 의해 이전에 강화 받았던 행동이 결여된 데 따라 나타나는 것으로 보았다. 즉 반응-강화의 관계가 붕괴됨으로써 우울증이 일어난다는 것이다. Lewinsohn(1994)은 정적 강화비율이 감소되면 우울이 일어난다고 보았는데 특히 그는 우울한 사람들은 사회적 기술이 부족하기 때문에 외부로부터 사회적 강화를 적게 받아 우울이 발생되고 유지된다고 보았고, 이것이 우울의 인지적, 정서적 장애를 일으키는 무조건 자극의 역할을 한다고 했다.

넷째, 애착이론에서 Bowlby(1980)는 기분장애를 유발하는 가장 중요한 원인

은 영아기에 자기를 돌봐주는 사람에 대한 애착의 결여라고 한다. 자기를 돌봐주는 사람에 대한 친밀하고 안정된 애착을 형성하지 못한 영아는 우울증상과 기분장애를 포함한 심리장애를 가질 위험이 매우 높다고 하였다. 또한 Bowlby는 상실에서 비롯된 슬픈 감정이 지속되어 외부세계와 상호교류가 중지된 상태를 우울로 보았다.

다섯째, 인지이론에서 Beck은 우울장애 환자의 꿈, 상상, 자유연상, 사고 내용을 조사하였고 그 결과 분노보다 좌절, 실패, 자기부정, 등의 부정적인 사고가 중심을 이루고 있음을 발견하였다(Beck, 1979). 이러한 부정적사고가 습관화 되고 자동적으로 진행되는 과정을 부정적 자동 사고라고 하며, 우울증을 유발하는 일차적 요인이라 말하고 있다. 이러한 주장을 바탕으로 Beck은 자신, 미래, 세상에 대해 부정적으로 인지하는 독특한 인지도식, 즉 인지삼제(認知三題, cognitive triad)를 지닌다고 보았다. 따라서 우울증상은 이들 부정적인 인지 도식이 활성화 되어 나타난 결과라고 할 수 있다. 인지이론에 따르면 우울한 사람들은 생활사건의 의미를 부정적으로 해석하게 하는 역기능적인 인지도식을 지니고 있다고 한다. 이러한 인지도식은 어린 시절 경험에 의해 형성되며 부정적인 생활사건에 직면하게 되면 활성화 되어 그 사건의 의미를 부정적으로 왜곡함으로써 우울증상을 유발한다는 것이 인지이론의 핵심이다.

3) 우울 평가 도구

우울 평가는 크게 주관적인 자기보고 평가 방법과 임상가에 의한 객관적인 방법으로 구분할 수 있다(윤서영, 임재형, 한창수, 2012). 자기보고 측정은 참가자들이 질문지 혹은 검사지의 구체적인 질문에 대답한 것을 평가하는 방법으로, 지필검사방식과 컴퓨터를 통한 방식이 있다. 질문지는 대개 약 10분 이내로 비교적 간단하게 수행할 수 있으며 필요에 따라 수시로 사용할 수 있는 장점이 있다. 그러나 응답자가 솔직하게 응답하지 않고 진실을 부인하는 경우에는 정확하게 평가하기 어렵다. 임상가 평가는 자기보고 질문지에서 포함하는 내용들과 유사하지만, 구조화된 임상적 면담을 통해 임상가에 의해 완성된다. 임상가에 의한 평가는 표준화된 형식을 제공해 주고 임상적 면담에서 모

아진 정보와 구조화된 방식에 의한 정보를 비교할 수 있는 장점이 있다. 또한 우울증상 이외에도 생물심리사회적인 요소들을 포함할 수 있으므로 우울증의 전반적인 양상을 이해할 수 있다(조현주, 임현우, 조서진, 방명희, 2008).

우울관련 자기 보고 평가는 크게 역학 조사 및 선별도구를 위해 개발된 것, 우울의 심각성 및 진단을 위한 것과 우울관련 구성개념을 평가하기 위한 것으로 나누어진다. 국내에서 사용하는 자기 보고 척도로는 한국판 역학용 우울척도(K-CES-D), 한국판 Zung 우울척도(K-SDS), 한국인 우울척도(KDS), 백우울 질문지 2판(BDI-II) 등이 있다. 그 중 우울의 심각성 및 진단을 위한 평가 도구로 대표적인 것은 BDI-II이다(유병관, 이혜경, 이건설, 2011). BDI-II는 BDI(Beck Depression Inventory)의 세 번째 판으로 자기보고를 통해 우울증의 심각도를 평가하기 위해 만들어 졌으며 DSM-IV의 우울장애 진단 기준에 근거하여 우울증을 측정하는 문항 총 21개로 구성되어 있다.

BDI는 1961년 첫 번째 판이 개발된 이래, 전 세계에서 가장 많이 사용되는 자기 보고형 척도이다. 임상 현장에서 환자를 진단하거나 치료효과를 평가하는데 뿐만 아니라 일반 연구에서 우울증의 가능성이 있는 사람을 선별하거나, 연구목적으로 피험자를 선별하는 도구로서 흔히 이용된다(윤서영, 임재형, 한창수, 2012). 한국에서는 한홍무 등(1986년)에 의해 한글판 BDI가 처음 개발되었으며, 이후에도 이영호, 송종용(1991)에 의해 한국어로 번역되어 내적 일관성과 평가자 간 타당도 연구가 이루어졌다. BDI는 우울증의 인지적, 정서적, 동기적, 신체적 증상 영역을 포함하는 21문항으로 이루어져 있으며, 각 문항마다 0~3점으로 총점의 범위는 0점에서 63점이다.

BDI-II는 1996년에 개발되었으며 BDI와 동일하게 21개 문항으로 구성되었다. 채점방식도 동일하고 총점도 일치 하지만, 대부분의 문항들이 일부 수정되거나 완전히 바뀌었다. 또한 평가 기간도 BDI가 '지난 일주일'을 기준으로 하는데 반해 BDI-II는 '지난 2주'를 평가하며, 각 문항마다 평가 항목에 대한 소제목이 달려 있다. 소제목 내용으로는 슬픔, 비관주의, 과거의 실패, 즐거움의 상실, 죄책감, 벌을 받을 것 같은 느낌, 자기 혐오감, 자기비판감, 자살에 대한 생각이나 소망, 울음, 초조, 관심의 결여, 우유부단, 무가치함, 에너지 상실, 잠자는 유형의 변화, 짜증, 식욕의 변화, 집중의 어려움, 피로와 피곤, 성

(性)적 관심에 대한 상실로 구성되어 있다(김명식, 이임순, 이창선, 2007). 또한 내용적인 면에서 예전에는 식욕과 수면의 저하만을 평가하였다면 BDI-II에서는 저하와 증가를 모두 평가하며, 무가치감, 무기력감, 과민한 기분, 집중력 저하의 문항이 포함되었으며, 체중변화와 건강염려증상, 외모에 대한 걱정의 문항은 제외되었다(성형모, 김정범, 박영남, 배대석, 2008). 한글판 BDI-II는 2008년 국내에서 표준화되었고, 신뢰도 및 타당도, 진단적 측면에서의 임상적 유용성 등이 매우 우수한 도구임을 확인하였다(성형모, 김정범, 박영남, 배대석, 2008).

3. 부모애착과 우울의 관계

Bowlby(1980)는 불안정 애착을 형성한 사람들이 스트레스를 경험할 때 우울 증상을 보인다고 말하며, 부모와의 관계 경험의 내적작동모델과 관련되어 우울을 유발한다고 보았다. 또한 부모와의 관계에서 애착경험에 따라 자기, 세상, 타인에 관한 내적작동모델이 긍정적 혹은 부정적으로 형성되며, 이 내적작동모델이 부정적일수록 우울하다고 하였다. 애착이론은 부모와의 관계경험이 어떻게 우울을 유발할 수 있는지에 대하여 다음과 같이 구체적으로 설명한다.

첫째, 아동의 부모가 사망하고 외상적 사건들을 통제할 수 없다는 것을 경험할 때 절망감을 발달시키고 우울할 수 있다.

둘째, 아동이 많은 노력에도 불구하고 양육자와 안정된 관계를 형성할 수 없을 때 실패자로서의 자기모델을 개발하게 된다. 이후의 상실이나 실망스러운 사건이 발생하면 자기를 실패자라고 해석하게 됨으로써 우울할 수 있다.

셋째, 부모가 아동에게 무능하다거나 사랑스럽지 못하다는 메시지를 줄 경우이다. 아동은 자신이 사랑받을 수 없고, 타인은 사랑스럽지 못하다는 내적작동모델을 형성하게 된다. 이후 도움이 필요할 때 타인이 자신에게 도움을 주지 보다는 적대감과 거부감을 보일 것이라는 기대를 함으로써 우울할 수 있다.

Bowlby의 우울에 대한 이러한 설명은 가족 내의 초기 경험이 우울과 관련된 부정적 인지도식(부정적 자아개념, 부정적 자동사고)을 발달시키고, 이것은 부

정적 인지변인들에 의해 우울을 경험하게 된다는 Beck(1979)의 주장과 흡사하다. 이와 같이 Bowlby는 Beck의 우울 인지도식이 우울에 대한 타당한 모형으로 내적작동모델과 같은 형태라고 주장했다. 두 이론의 공통점은 우울성향(depressive-prone)의 개인이 자신, 세상, 미래에 대한 특징적인 인지도식을 지니고 특이한 방식으로 삶의 사건들을 해석한다는 것이다. 그러나 Beck은 초기 경험이 우울 생성적 도식의 발달에 기여했을 것이라 가정할 뿐 구체적인 소인을 제시하지 못했다. 반면에 Bowlby의 내적작동모델은 영아기 및 아동기에 걸쳐 특정 유형의 경험에 반복적으로 노출됨으로써 우울 생성적 도식의 발달을 구체적으로 제시하였다(Holmes, 1992). 따라서 Beck의 우울생성 인지도식의 근원으로 Bowlby의 애착 형성 과정은 타당한 설명이며 Bowlby의 내적작동모델과 Beck의 우울 인지모형의 통합은 우울에 대한 이해를 증진시킬 수 있다.

선행연구들을 살펴보면, 다수의 연구들이 아동기에 주 양육자와의 관계에서 형성된 안정 또는 불안정 애착관계가 아동기의 우울증이나 청소년기 또는 성인의 우울 증상들에 영향을 미친다고 보고하였다. 또한 최근 들어, 내적작동 모델들이 아동기에 부모와의 애착경험과 성인기 우울증상과의 관계를 매개하는 심리적 경로를 밝히는 연구들이 보고되었다. 예를 들어 Kenny와 Sirin(2006)은 20대 성인들을 대상으로 Bowlby가 제안한 부모애착이 내적작동 모델을 통해 우울증상에 미치는 영향을 확인하였다. 그들에 따르면 자기에 대한 대표적인 표상인 자기존중감이 부모애착과 우울증상을 완전 매개하였다고 보고하였다.

국내의 연구들로는 최초로 김은정과 권정혜(1998)가 대학생들을 대상으로 애착관계와 역기능적 태도가 우울증상에 미치는 영향을 알아보았다, 그 결과 애착관계의 불안 요인과 의존 가능성 요인이 우울증상에 직접적인 영향을 미치며, 역기능적 태도를 통해 간접적인 영향을 미치기도 한다는 것으로 나타났다.

아동과 청소년을 대상으로 한 연구에서는 안정된 애착과 우울에 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다(옥정, 1998). 또한 윤명숙과 이재경(2008)의 연구에서 초등학교 4학년부터 중학교 1학년까지 4년 동안 부모애착이 청소년 우울에 미치는 종단적 영향을 살펴본 결과, 부모애착은 우울에 지속적으로 유

의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김은정과 김진숙(2010)은 대학생이 주 구성원인 성인 표집을 대상으로 아동기에 가족관계에서 경험한 학대나 방임과 같은 트라우마와 성인기 우울증간의 관계를 조사하였는데 아동기의 학대나 방임은 자기폐배적인 사고나 감정은 물론 갈등상황을 회피 또는 무시하는 행동들을 통해 성인기 우울증상에 영향을 미친다고 보고하였다. 한기백(2014)은 미국 대학생들을 대상으로 자기존중감 및 자기효능감으로 대표되는 자기표상과 애착이 아동기 부모와의 정서적 유대의 결핍을 특징으로 하는 애착 트라우마(예. 신체적, 정서적 학대와 방임)와 성인기 우울증상과의 관계를 매개하는 심리적 경로를 조사하였다. 그 결과, 낮은 자존감 및 효능감과 높은 불안 및 회피 성인애착 행동양식들이 아동기 애착 트라우마와 성인기 우울증상을 완전 매개 하였다고 보고하였다. 이러한 결과는 성인초기에 발생하는 우울증상의 직접적인 원인은 아동기에 주 양육자와의 관계에서 지속적으로 경험한 정서적 유대의 결핍으로 나타나는 학대나 방임이 아니라 그러한 학대나 방임으로 인해 형성된 부정적이고 역기능적인 자기표상과 애착관계방식들임을 보여준다.

4. 부모애착과 우울의 관계에서 인지변인의 효과 : 자전기억을 중심으로

1) 자전기억의 개념

자전기억(autobiographical memory)은 과거 사건에 대한 특정한 일화 기억과 개념적인 정보, 자기-관련 정보 모두를 포함하는 개인적인 정보의 지식기반을 의미한다(Conway & Pleydell-Pearce, 2000). 자전기억에는 개인이 삶을 살아가면서 직접 경험하게 되는 일화뿐만 아니라, 타인과의 경험 혹은 사회적으로 알려지는 공적인 사건들과 같이 간접적인 경험도 포함한다. 또한 자전기억은 사건을 경험하는 인물, 시간, 장소, 상황 등 전반적인 맥락을 아우른다. 이렇게 형성된 과거경험에 대한 기억은 현재와 미래의 경험에도 영향을 미칠 수 있다(김나영, 2013). 하지만 동일한 사건을 경험하더라도 그 경험은 각 개인에게 의미 있는 방식으로 해석되며 기억으로 저장된다. 그렇게 지속되는 경험들 속

에서 개인은 자신과 타인 그리고 세상과 상호작용하며 자기감(sense of self)을 형성하는 토대를 마련하게 된다. 또한 개인은 다양한 정보가 있는 경험들 속에서 자신에게 중요한 의미를 지니는 기억은 더 잘 저장하여, 목표나 계획을 동기나 중요도에 따라 위계적으로 구성하기도 한다.

Conway와 Rubin(1993)에 따르면 자전기억의 위계적 조직화는 세 가지 표상 수준을 포함한다. 가장 상위 수준은 ‘내가 어렸을 때’, ‘내가 ○○에 살았을 때’와 같이 시작점과 종료점이 있는 장기적인 기억의 표상으로 이루어져 있으며 이를 생애기간(lifetime period)이라 한다. 중간 수준은 일반적 사건(general event)으로 불리며 ‘아침마다 운전해서 출근하는 일’과 같이 반복적인 사건이나, ‘하와이에서 보낸 지난 휴가’와 같은 단일사건으로 볼 수 있다. 가장 하위 수준의 기억은 사건-특정적 지식(event-specific knowledge)이라고 불리며, 이 수준의 기억은 시각적 이미지를 포함한 단일 사건의 기억으로 좀 더 구체적이고 감각-지각적 정보를 포함한다. 이러한 위계들은 서로 배타적인 것이 아니고 서로 중복되기도 하는데, 이를테면 일반적 사건의 표상은 구체적인 생애기간과 연관되어 있다. 즉 ‘나의 아이들과 놀이터에 가는 일’과 같은 일반적 사건은 ‘아이들이 어렸을 때’라는 생애기간과 연결된다. 자전기억은 과거의 경험한 사건 각각에 대응하는 단일한 표상체계가 있는 것이 아니라 위의 세 가지 수준으로부터 여러 정보를 종합하여 구성하게 된다(Conway & Pleydell - Pearce, 2000). 더불어 자전 기억은 과거경험을 통해 문제를 해결하거나 새롭게 접하는 경험에 대해 보다 효과적으로 접근하게 하여 개인의 삶을 적응적으로 살아가는데 중요한 역할을 한다(Conway & Pleydell - Pearce, 2000).

2) 우울과 자전기억

우울한 사람들의 기억 편향에 대해서는 많은 연구들이 이루어져 왔다. 우울한 사람들의 인지 특성, 즉 지속적이고 부정확한 인지 양식이 우울증에 잠재적으로 취약한 요인으로 널리 알려져 있다(Beck, 1979). 자전기억에서 우울한 사람들의 부정적인 기억 편향과 과잉 일반화하는 경향성은 우울증의 발병과 지속에 중요한 역할을 한다(Teasdale, 1988).

Williams와 Broadbent(1986)는 우울한 사람들의 자전기억을 회상할 때 특정한 기억(specific memory)의 회상에 어려움이 있음을 발견했다. 특정한 기억은 특정 장소와 시간에 일어나며 하루 안에 일어난 사건에 대한 기억이다. 연구자들은 피험자들에게 특정한 단서를 주고 이에 대해 개인적인 사건을 회상하도록 하였다. 이때 단서 단어는 긍정적인 단서(happy 등)와 부정적인 단서(angry 등)가 사용되었다. 그 결과 자살을 시도한 적이 있는 우울한 사람들은 특정한 사건을 보고하도록 하였을 때도 반복적인 사건이나 오랜 기간에 걸친 사건을 보고하는 경향이 있었다. 이를 Williams & Broadbent는 과(過)일반화 기억(over general memory)이라고 하였다. 과일반화 기억은 어떤 일화를 가진 특정 기억과는 달리 반복되었을 가능성이 있거나 하루 이상 지속되는 기억을 말한다. 예를 들어 “행복”이라는 단서 단어에 대해 건강한 사람들은 “초등학교 5학년 운동회 점심 때 운동장에서 자장면을 시켜 먹은 일” 과 같이 특정한 날짜와 특정한 장소에서의 특정 사건을 쉽게 기억해 내는데 비해, 우울한 사람들은 특정한 일화를 언급하지 않고 “초등학교 운동회 때” 와 같이 일반적인 기억을 회상하는 경향이 있다.

Williams & Broadbent(1986)는 우울한 사람들이 과일반화 기억을 하게 되는 원인으로 정서적 회피를 제안하였다. 즉 하위수준의 구체적인 기억은 강렬한 일차적인 감정을 불러일으키지만, 일반화된 기억은 보다 덜 명확하고 덜 고통스러운 이차적 감정을 유발한다. 그래서 정서적 민감성이 크거나 생애 초기에 부정적인 경험을 많이 한 사람들은 자전기억의 탐색에서 부정적인 감정들을 피하기 위해 기억의 구체적인 수준까지 탐색하기를 꺼린다. 중간 수준의 기억들까지만 탐색을 함으로써 과일반화된 기억을 하게 된다는 것이다. 이러한 견해는 좀 더 최근에 연구되고 있는 정서조절 가설로도 설명될 수 있다(이혜림, 2010). 정서조절 가설에 따르면 부정적인 사건에 대한 구체적인 기억은 강렬한 고통을 수반한다. 반면, 중간 수준의 기억은 덜 고통스럽기 때문에, 부정적인 경험이 많은 사람들은 자전기억 탐색 시 정서적 고통을 최소화하기 위해 과일반화 전략을 사용한다는 것이다.

이 밖에도 단어 단서와 함께 활동 단서를 주었을 때(Williams & Dritschel, 1988)나, 긍정적 시나리오와 부정적인 시나리오를 주고 시나리오와 같은 경우

를 회상하도록 하였을 때(Moore, Watts, & Williams, 1988)도 우울한 사람들이 통제집단의 사람들보다 더 과일반화 기억을 보였다

한편 Beck의 우울 인지 도식의 타당성 검증을 위한 ‘우연회상 과제’ 연구에서도 자전기억의 평가 연구가 실시되었다. 인지적 정보처리 과정을 직접 평가하는 우연회상 과제는 자기-참조적인 긍정적 형용사와 부정적 형용사를 회상하게 하는 과정을 통해 자기도식의 어떻게 인지하는지 평가하기 위해 고안되었다. Kuiper와 Derry(1982)는 성인 우울 임상집단을 대상으로 우연회상 과제를 실시한 결과, 우울한 환자들은 자기-참조적인 부정적 내용의 형용사를 많이 회상한 반면, 비 우울 성인들은 자기-참조적인 긍정적 내용의 형용사를 더 많이 회상하였다. 즉 우울한 개인에게 부정적 자기도식이 우세하다는 Beck의 가정이 타당하였고 상대적으로 우울한 개인은 부정적 내용의 단어에서 간접효과가 더 크게 나타났음을 알 수 있다.

비 임상 집단의 대학생들을 대상으로 한 국내의 연구에서도 부정적 단서에서의 과일반화 기억이 우울에 유의하게 관련되는 것으로 나타났다(도상금, 최진영, 2003). 또한 긍정과 부정의 단어를 주고 특정 기억을 서술하는 이혜림(2010)의 연구에서도 부정적 단어는 성취, 실패와 관련된 기억을 떠올리며 우울간의 관계에 유의한 영향을 미쳤다.

3) 부모애착과 자전기억

Bowlby(1969)의 애착이론 중 내적작동모델은 초기 부모와의 양육경험을 통해 개인마다 다른 내적작동모델을 형성한다. 이 내적작동모델은 개인이 경험하는 사회적 경험을 무의식적으로 해석하는 기능을 한다(Thompson, 2008). 이를 통해 개인이 경험하는 사건은 그 자체로 기억되기보다, 개인의 내적작동모델을 통해서 재구성되어 기억될 수 있다는 것을 알 수 있다.

애착과 자전기억에 관련된 연구 중 성인을 대상으로 한 선행연구는 성인애착 면접 측정(AAI)이다. 이 연구는 개인의 내적작동모델을 확인하고 애착유형을 분류하기 위한 것으로 부모님과의 초기경험을 떠올리고 평가하는 방식으로 진행된다. 또한 아동의 기억과 관련된 선행 연구들은 특히 정서적인 부분과 관

련되어 자전기억에서 아동이 방어기제를 보이는 것을 부모와의 불안정한 애착으로 설명하였다(문형준, 2007).

인지적인 관점에서 애착이 자전기억에 미치는 영향으로는 우울한 사람들의 자전적 기억이 과일반화 되는 경향을 예로 들 수 있다. Williams(1999)는 어린 시절 부정적인 경험에 노출되는 것이 인지도식 형성에 영향을 미치며, 이것이 우울한 사람들의 과일반화 기억의 한 원인이 될 수 있음을 시사했다.

Ⅲ. 연구방법

1. 연구대상

이 연구는 대학생이 지각한 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가의 매개효과를 알아보려고 하는 것이다. 이를 위해 제주특별자치도에 소재한 대학교에 재학 중인 남, 여학생을 대상으로 하였다. 연구대상자의 전공계열에 따른 균형을 유지하고자 교양 및 전공수업에서 설문을 실시하였다. 총 450부의 질문지를 배포하여 425부를 회수하였다(회수율: 94%). 회수된 질문지 중에서 척도를 빠뜨리거나 무작위 응답을 한 26부를 제외한 399부가 이 연구의 자료로 활용되었다(유효응답률: 93%).

연구대상자의 일반적 특성을 살펴보면 <표 Ⅲ-1>과 같다.

<표 Ⅲ-1> 연구대상의 인구학적 분포(명)

		성 별		전체(%)
		남	여	
전공계열	인문계	60(32.6)	88(41.0)	148(36.8)
	이공계	92(50.0)	55(25.5)	147(37.8)
	기타	32(17.4)	72(33.4)	104(25.4)
학년	1학년	62(33.7)	87(40.5)	149(37.3)
	2학년	72(39.1)	51(23.7)	123(30.8)
	3학년	34(18.5)	60(27.9)	94(23.6)
	4학년	16(8.7)	17(7.9)	33(8.3)
전체(명)		184(46.1)	215(53.9)	399(100%)

* ()안 숫자는 %를 나타냄.

연구대상자의 성별은 남학생 184명(46%), 여학생 215명(54%)으로 성별의 비율은 비슷하였으며, 1학년 149명(37%), 2학년 123명(31%), 3학년 94명(24%), 4학년 33명(8%)으로 1학년의 비율이 더 많았다. 전공계열별로는 인문사회계열 148명(37%), 이공계열 147명(37%), 기타 104명(26%)으로 나타났다.

2. 측정도구

이 연구에서 사용한 측정도구는 자기보고식으로, 부모애착척도, 우울척도, 자전기억 평가척도로 구성되어 있으며 각 척도의 내용은 다음과 같다.

1) 부모애착척도

이 연구에서 연구자는 대학생의 부모에 대한 애착 수준을 측정하기 위해 Armsden과 Greenberg(1987)의 부모 및 또래 애착 척도(Inventory of Parent and Peer Attachment: IPPA)의 개정판(IPPA-R)을 옥정(1998)이 번안한 것을 사용하였다. IPPA-R은 부와 모의 애착을 분리시켜 측정할 수 있게 되어 있지만 이 연구에서는 IPPA와 같이 부와 모의 애착을 분리시키지 않고 사용하였으며, 또래애착척도는 제외하였다. IPPA-R은 의사소통, 신뢰감, 소외감의 3가지 하위요인으로 총 25문항으로 구성되어 있으며 각 하위 차원별 문항 수는 신뢰감 10문항, 의사소통 9문항, 소외감 6문항이다. ‘신뢰감’은 걱정거리가 생겼을 때 털어놓고 얘기할 수 있고 나의 판단을 믿어주며 부모님을 좋은 사람이라고 생각하는지를 묻는 문항이다. ‘의사소통’은 부모님이 내 감정을 존중하고 대화 시에 나의 의견을 존중해주며 이를 이해하려고 노력하는지에 관해 묻는 문항이다. ‘소외감’은 문제가 생겼을 때 도움을 받을 수 없으며, 집이나 학교에서 나에게 관심이 없고 이해를 받지 못한다는 느낌, 좌절이나 침체 등을 묻는 문항으로 구성되어 있다. 하위 요인 중 소외감은 단독요인으로 사용될 때는 점수가 높을수록 소외감이 높음을 의미하며 부모애착으로 사용될 때에는 소외감 영역은 역채점하여 점수가 높을수록 소외감이 낮아지는 것으로 부모애

착이 높음을 의미한다.

각 문항에 대하여 응답자는 Likert식의 5점 척도(1점 : 전혀 그렇지 않다, 5점 : 매우 그렇다)로 반응하도록 되어 있으며 부정적인 문항은 역채점 하였다. 총점의 범위는 25 ~ 125점으로 하위문항별 반응점수를 합하여 점수가 높을수록 부모와의 애착이 안정적으로 형성된 것으로 해석한다. 각 척도의 신뢰도를 나타내는 Cronbach's α 는 신뢰감 .89, 의사소통 .88, 소외감 .69이며 전체 신뢰도(Cronbach's α)는 .94이다.

각 하위요인별 신뢰도 및 문항구성은 <표 III-2>와 같다.

<표 III-2> 부모애착척도의 하위요인과 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항수	문항번호	Cronbach' α
신뢰감	10	1, 2, 3*, 4, 5, 13, 17*, 18*, 22, 24	.89
의사소통	9	7, 12, 15, 16, 19, 20, 21, 23*, 25	.88
소외감	6	6*, 8*, 9*, 10*, 11*, 14*	.69
부모애착	25	1 - 25	.94

*는 역 채점 문항 표시임

2) 우울척도

이 연구에서 연구자는 기존의 우울증 평가를 위해 사용되어 왔던 BDI(Beck Depression Inventory)를 수정 보완한 BDI-II(Beck, Steer, & Brown, 1996)를 김명식, 이임순, 이창선(2007)이 번안한 것으로 사용하였다. 김명식 외(2007)의 연구에서는 BDI-II를 한국어로 번안하여 타당화 연구를 실시하였고 신뢰도를 검증한 결과, 전체 문항의 신뢰도는 .80이었다.

BDI는 1961년에 Beck, Ward, Mendelson, Mock과 Erbaugh 에 의해 청소년과 성인의 우울증을 측정하기 위해 만든 21문항의 자기보고형 설문지로서, 1987년 BDI-IA를 거쳐 1996년 BDI-II로 수정되었다. BDI와 BDI-IA는 정신 질환 진단 및 통계 편람인 DSM-III(Diagnostic and Statistical Manual of

Mental Disorders)의 주요 우울증의 9가지 기준 중 6가지만을 충족하며, 식욕과 수면의 감소는 묻지만 그 증가에 대한 질문이 없고, 심리 운동적 활동과 초조에 대한 문항이 없다는 것이 지적되어 왔다(김명식, 이임순, 이창선, 2007). DSM-IV가 나오면서 Beck, Steer, & Brown은 주요 우울증의 준거에 더욱 부합하도록 BDI-IA를 개정해 BDI-II를 만들 필요성을 느끼게 되었다. BDI-II에는 BDI-IA에 쓰이던 체중감소, 신체상 변화, 작업곤란, 신체몰입 등을 제외했다. 그 대신 초조, 집중력 장애, 무가치감, 그리고 의욕상실 등 4가지 항목이 추가 되었다. 또한 “오늘을 포함해, 최근 2주간 증상”을 질문해, DSM-IV의 주요 우울증의 준거와 일치시키고자 하였다. BDI-II는 단일척도로서, 모두 21개의 문항의 4점 척도(0-3점)로 구성되어 있으며 0-63점까지의 점수분포를 갖는다. 점수가 높을수록 우울 정도가 심함을 의미한다. 첫 장애는 1번 문항에서 10번 문항, 두 번째 장애는 11번 문항에서 21번 문항으로 배치되어 있으므로 각 페이지의 합을 따로 계산하고 총점을 합산하여 사용한다. 이 연구에서 신뢰도(Cronbach's α)는 .89다.

3) 자전기억 평가척도

이 연구에 연구자는 대학생이 지각한 애착이 우울에 미치는 영향에서 설정한 매개변인으로 자전기억 평가를 사용하였다. 측정도구로는 Williams와 Broadbent(1986)의 자전기억 검사(autobiographical memory test)를 수정하여 사용하였다. 이들은 긍정적인 단어(happy, surprised, interested, successful, safe)와 부정적인 단어(clumsy, angry, sorry, hurt, lonely) 각각 다섯 개를 단서로 제공하고, 각 단서에 해당하는 기억을 회상하도록 하는 단서 단어 제시 기법(word cueing technique)을 사용하였다. 이와 달리 이 연구에서는 대상자에게 아동기의 부모님, 또는 부모님처럼 돌봐주신 분과 겪었던 기억 5가지를 자유롭게 쓰도록 하였다. 그리고 기억에 대해 어떻게 평가하고 있는지를 살펴 보기 위해서 양극적(긍정/부정)인 세 쌍의 단어를 제시하여 평가하게 하였다. 기억 평가에 사용될 정서 단어를 선택하기 위해서는 박인조와 민경환(2005)의 연구 결과를 바탕으로 하였다. 박인조와 민경환은 연세대학교 정보개발연구원

에서 제작한 ‘현대 한국어의 어휘 빈도’를 기반으로 감정단어 목록을 마련하고 정서의 차원을 밝히고자 하였다. 그 결과 감정단어 434개를 원형성, 친숙성, 쾌-불쾌, 활성화 수준에 따라 분류하였다. 이 연구에서는 쾌-불쾌가 분명한 단어들 중에서 친숙함을 측정하는 친숙성이 평균 5.5 이상(7점척도)인 단어들 중에서 최종적으로 선택하여 사용하였다. 기억에 대한 평가는 가장 부정적인 단어(슬프다, 불행하다, 불안하다)에 가까울수록 -3점, 반대로 가장 긍정적인 단어(기쁘다, 행복하다, 편안하다)에 가까울수록 +3점까지 7점척도를 사용하였다. 총점의 범위는 -45부터 +45점이며 (-)에 가까우면 기억에 대해서 부정적인 평가를, (+)에 가까우면 긍정적으로 평가하고 있음을 나타낸다.

3. 통계적 분석

이 연구에서 수집된 모든 자료는 각 검사의 채점기준에 근거하여 점수화한 후 통계적 분석은 SPSS Statistic 20.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

첫째, 부모애착, 우울, 자전기억 평가의 전체점수에 대한 평균(M)과 표준편차(SD)를 산출하였다.

둘째, 부모애착과 우울, 자전기억 평가간의 상관관계를 분석하기 위해 Pearson의 상관계수를 산출하였다.

셋째, 부모애착과 우울, 자전기억 평가간의 관계에서는 부모애착의 하위요인별 우울의 설명력을 분석하기 위해 다중회귀분석을 하였고 자전기억이 우울에 미치는 영향을 살펴보기 위해 단순회귀분석을 실시하였다.

넷째, 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가의 매개효과를 확인하기 위해 단계적 회귀분석을 실시한 후 매개효과의 유의성 검증을 위한 Sobel test를 실시하였다.

매개효과 검증을 위해서는 먼저, 독립변인이 매개변인을 유의하게 예측하고(1단계), 다음으로, 독립변인이 종속변인을 유의하게 예측하여야 한다(2단계). 마지막으로 독립변인과 매개변인을 동시에 예측변인으로 놓고 종속변인과의 관계를 다중회귀분석으로 살펴볼 때 그 관계가 종속변인을 예측가능하고 통계

적으로 유의해야 한다(3단계). 이때 3단계에서 다중회귀분석 결과 독립변인의 예측정도가 2단계보다 줄어들었다면 매개변수는 부분매개 한다고 해석할 수 있다. 또는 독립변인의 유의하던 효과가 유의하지 않게 바뀐다면 매개변수는 완전 매개한다고 해석할 수 있다.

IV. 연구결과

1. 기술통계와 상관관계

1) 기술통계

대학생의 부모애착, 우울, 자전기억 평가의 전체점수에 대한 기술통계 결과는 <표 IV-1>과 같다.

<표 IV-1> 부모애착, 우울, 자전기억평가의 기술통계

구분		전체 (n=399)	성별		학년별				전공 계열		
			남 (n=184)	여 (n=215)	1 (n=149)	2 (n=123)	3 (n=94)	4 (n=33)	인문 (n=148)	이공 (n=147)	기타 (n=104)
부모애착	M	90.39	93.92	87.36	89.56	92.79	88.82	89.67	90.64	91.84	94.65
	SD	15.82	14.95	15.95	15.50	15.52	15.82	17.70	17.38	14.22	17.16
신뢰감	M	39.27	40.77	37.99	38.89	40.04	38.83	39.39	39.35	39.65	38.88
	SD	6.68	6.18	6.84	6.77	6.54	6.47	7.37	7.11	6.21	7.16
의사소통	M	30.25	31.63	29.07	30.09	31.29	29.38	29.58	30.46	30.80	29.41
	SD	6.53	6.36	6.45	6.33	6.36	6.78	7.10	7.00	5.69	7.38
소외감	M	20.87	21.52	20.31	20.58	21.46	20.61	20.70	20.82	21.39	21.16
	SD	4.06	3.90	4.12	4.05	4.07	3.91	4.46	4.34	3.75	4.28
우울	M	12.01	10.43	13.36	11.59	11.50	13.00	12.94	11.79	11.40	13.38
	SD	8.01	7.57	8.15	7.71	7.72	9.17	6.77	7.90	7.66	8.72
자전기억평가	M	16.93	18.41	15.66	16.08	16.91	18.06	17.58	19.61	16.31	15.55
	SD	16.82	16.61	16.93	16.72	16.96	16.55	18.01	17.32	14.57	17.68

대학생의 부모애착에 대한 척도의 평균을 비교하였을 때, 성별에서 남학생이 (평균=93.92) 여학생보다(평균=87.36) 평균 애착 점수가 약간 높았고 학년과 전공계열에 따른 평균과 표준편차는 크지 않은 것으로 나타났다. 부모애착이 하위요인별에서도 큰 차이를 보이지 않았다.

우울에 대한 척도의 평균은 여학생의 평균 우울점수(평균=13.36)가 남학생(평균=10.43) 보다 약간 높았으며, 학년과 전공계열에 따른 평균과 표준편차의 차이는 크지 않았다.

자전기억 평가 척도에서 평균점수는 남학생(평균 점수=18.41)이 여학생(평균 점수=15.56)보다 약간 높았으며, 학년별 차이는 크지 않았다. 전공계열별로는 인문계열(평균=19.61, 표준편차=17.32)이 이공계열(평균=16.31, 표준편차=14.57)의 평균점수와 표준편차 보다 약간 높게 나타났다.

2) 주요 변인들 간 상관분석

부모애착, 우울 자전기억 평가간의 상관관계를 살펴보기 위해 변수들 간의 Pearson 상관계수를 산출하였으며, 그 결과는 <표 IV-2>와 같다.

<표 IV-2> 주요 변인들 간의 상관계수

	(n=399)					
	부모애착	신뢰감	의사소통	소외감	우울	자전기억 평가
부모애착	1					
신뢰감	.953**	1				
의사소통	.932**	.835**	1			
소외감	-.345**	-.336**	-.290**	1		
우울	-.429**	-.406**	-.376**	.868**	1	
자전기억평가	.430**	.405**	.397**	-.286**	-.284**	1

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

부모애착과 우울간의 상관계수는 부모애착은 우울에 부적 상관을 나타냈다($p<.01$). 부모애착의 하위요인과 우울간의 상관계수는 신뢰감 $-.406$, 의사소통 $-.376$ 으로 부적상관을 나타냈으며($p_s<.01$), 소외감과는 $.868$ 로 정적상관을 나타냈다($p<.01$). 따라서 부모의 신뢰감, 의사소통이 높을수록 우울은 낮은 반면 소외감이 높으면 우울은 높아진다.

자전기억 평가와 우울간의 상관계수는 $-.284$ 로 나타나 부적 상관을 보였다($p<.01$). 자전기억을 긍정적으로 평가할수록 우울은 낮게 나타난다.

부모애착과 자전기억과의 상관계수는 $.430$ 으로 나타나($p<.01$), 부모애착이 높을수록 자전기억을 긍정적으로 평가하였다. 부모애착의 하위요인과 자전기억과의 상관계수는 신뢰감 $.405$, 의사소통 $.397$ ($p_s<.01$), 으로 자전기억과 유의한 정적상관을 나타낸 반면, 소외감과는 $-.286$ 으로 부적상관을 나타냈다($p<.01$). 따라서 부모와의 신뢰감, 의사소통이 높을수록 자전기억을 긍정적으로 평가하고 부모와의 소외감이 높으면 자전기억을 부정적으로 평가했다.

2. 부모애착과 자전기억평가가 우울에 미치는 영향

1) 부모애착이 우울에 미치는 영향

부모애착의 하위요인인 신뢰감, 의사소통, 소외감이 우울을 얼마나 잘 설명하는지를 알아보기 위하여 우울을 종속변인으로 하여 다중회귀분석을 실시하였다. 그 중 부모애착의 하위 요인 중 소외감은 역채점하여 점수가 높을수록 소외감이 낮아져 부모와의 애착이 안정적임을 의미한다. 그 결과는 <표 IV-3>과 같다.

<표 IV-3>에서 부모애착이 우울에 미치는 영향력을 살펴보면, 소외감($\beta = -.211$)이 우울에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 우울에 대한 부모애착의 전체 설명력은 19%를 차지하였다($F=30.870$, $p<.001$).

<표 IV-3> 우울에 대한 부모애착 하위요인별 다중회귀분석결과

(n=399)

예측변인	비표준화 계수		표준화 계수	t	R ²	F	공선성통계량	
	B	SS	β				공차한계	IF
(상수)	32.379	2.224		14.550				
신뢰감	-.210	.110	-.175	-1.906	.190	30.870***	.244	4.100
의사소통	-.114	.102	-.093	-1.122			.298	3.352
소외감	-.416	.131	-.211	-3.187**			.468	2.138

p<.01, *p<.001

2) 부모애착이 자전기억 평가에 미치는 영향

부모애착이 자전기억 평가에 미치는 영향을 알아보기 위해 부모애착을 독립 변수로 하고 자전기억 평가를 종속변수로 한 단순회귀분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 IV-4>와 같다.

<표 IV-4> 자전기억평가에 대한 부모애착의 단순회귀분석

(n=399)

예측변인		비표준화 계수		표준화 계수	t	R ²	F
종속변인	독립변인	B	SS	β			
자전기억 평가	부모애착	.457	.048	.430	9.491***	.185	90.075***

p<.01, *p<.001

단순회귀 분석 결과, 자전기억 평가에 대한 부모애착의 전체 설명력은 18.5%를 차지하였다($F=90.075, p<.001$).

3) 자전기억 평가가 우울에 미치는 영향

자전기억 평가가 우울에 미치는 영향을 알아보기 위해 자전기억 평가를 독립 변수로 하고 우울을 종속변수로 한 단순회귀분석을 실시하였다. 그 결과는 <표 IV-5>와 같다.

<표 IV-5> 우울에 대한 자전기억 평가의 단순회귀분석

예측변인		비표준화 계수		표준화 계수	t	R^2	F
종속변인	독립변인	B	SS	β			
우울	자전기억 평가	-.135	.023	-.284	-5.911***	.081	34.945***

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

단순회귀 분석 결과, 우울에 대한 자전기억 평가의 전체 설명력은 8.1%를 차지하였다($F=34.945, p<.001$).

3. 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가의 매개효과

부모애착, 우울, 자전기억 평가간의 관계를 동시에 살펴보고, 자전기억 평가가 부모애착과 우울을 매개하여 영향을 미치는 것인지 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1996)가 제안한 매개효과 검증 절차를 걸쳐 분석하였으며, 그 결과는 <표 IV-6>와 같다.

<표 IV-6> 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억평가의 매개효과

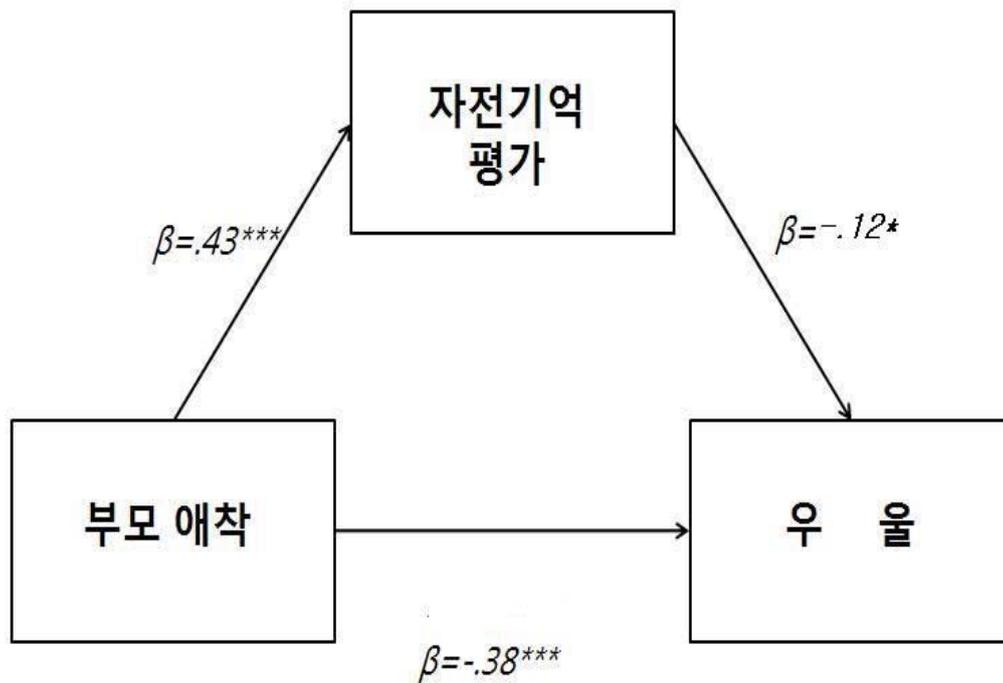
(n=399)

단계	변인	비표준화 계수		표준화 계수	t	R ²	F	Sorbent test (Z)
		B	SS	β				
독립 → 매개	(상수)	-24.402	4.421		-5.520	.185	90.075***	
	부모애착 →자전기억 평가	.457	.048	.430	9.949***			
독립 → 종속	(상수)	31.621	2.107		15.0101	.184	89.331***	4.98
	부모애착 →우울	-.217	.023	-.429	-9.452***			
독립 매개 → 종속	(상수)	30.194	2.172		13.900	.196	48.264***	
	부모애착 →우울	-.190	.025	-.376	-7.529***			
	자전기억평가 →우울	-.058	.024	-.123	-2.461*			
총 효과		-.429	직접효과	-.376	간접효과	-.053		

*** $p < .001$

부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가의 매개효과에 대해 <표 IV-6>에서 살펴보면 먼저, 부모애착은 자전기억 평가에 정적인 영향을 미치고($\beta=.430$, $p<.001$), 자전기억 평가에 대한 부모애착의 설명력은 총 분산의 18.5%이다($F=90.075$, $p<.001$). 또한 부모애착은 우울에 부적인 영향을 미치고($\beta=-.429$, $p<.001$), 우울에 대한 부모애착의 설명력은 총 분산의 18.4%이다($F=89.331$, $p<.001$). 마지막으로 부모애착과 자전기억 평가를 동시에 고려할 때 전체 설명력은 19.6%이며($F=48.264$, $p<.001$), 부모애착이 우울에 미치는 영향은 감소하여($\beta=-.376$, $p<.001$) 자전기억 평가가 부모애착과 우울과의 관계를 부분 매개 하였음을 알 수 있다. 즉, 부모애착이 우울에 미치는 영향력의 직접효과는 -.376(88%), 간접효과는 -.053(12%)이다.

보다 정확한 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위하여 Sorbed Test를 실시한 매개효과는 통계적으로 유의한 것으로 확인되었다($Z=4.98, p<.001$). 위의 결과에 따라 매개효과를 도식화 하여 나타내면 <그림 IV-1>과 같다



[그림 IV-1] 부모애착이 우울에 미치는 영향에서 자전기억평가의 매개효과

따라서 부모애착은 우울에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 매개변수인 자전기억 평가에서도 간접적인 영향을 미치는 것으로 부모애착이 우울에 미치는 영향은 자전기억 평가에 따라 달라질 수도 있음을 알 수 있다.

V. 논의

이 연구에서 연구자는 부모애착, 우울, 자전기억 평가간의 관계와 영향을 살펴보고 부모애착이 우울에 이르게 하는 인지변인으로서 자전기억 평가를 설정하였다. 이를 위하여 부모애착, 자전기억평가, 우울간의 상관관계를 알아보고 부모애착과 우울 사이의 관계에서 인지변인으로서 자전기억평가가 매개하는지 확인하였다.

이 연구의 목적은 상담실을 방문하는 내담자에게 자신, 타인에 대한 부정적인 신념의 원인이 내적작동모델과 부정적 인지도식이 있음을 탐색하게 한다. 그리고 상담자의 역할로서 내담자의 변화와 성장을 돕고 우울의 변인인 내적작동모델과 인지도식을 이해하여 상담에서 활용할 수 있는 기초 자료를 제공하는데 목적이 있다. 이 연구의 결과들이 선행연구 결과들과 어떻게 관련되는지를 살펴보면 다음과 같다.

첫째 부모애착, 우울, 자전기억 평가간의 상관분석을 실시한 결과 부모애착, 우울, 자전기억 평가 간에는 서로 유의미한 상관을 보였다. 부모애착과 우울간의 상관계수는 부모애착은 우울함에 부적 상관을 나타냈다. 부모애착의 하위요인과 우울간의 상관계수는 신뢰감, 의사소통 정적상관을 나타냈으며 소외감과는 부적상관을 나타냈다. 이는 같은 측정도구인 IPPA-R를 사용하여 애착과 우울을 살펴본 국내의 연구(강승희, 2010)의 연구에서도 같은 결과를 보였다. Kenny와 Sirin(2006)은 20대 성인들을 대상으로 부모애착이 내적작동모델을 통해 우울증상에 미치는 영향을 확인하였는데 그들에 따르면 자기에 대한 대표적인 표상인 자기존중감이 부모애착과 우울증상을 완전 매개하였다고 보고하였다. 이상과 같은 선행연구들의 결과와 이 연구의 결과를 종합해 보면 청소년기와 성인기에 이르기까지 부모에 대한 애착이 안정적인수록 우울이 낮다는 결과를 동일하게 보여준다. 또한 부모에 대한 신뢰감과 의사소통이 스스로 부적 정서를 조절하여 우울을 이해하고 문제해결 행동을 할 수 있다는 결과로 해석할 수 있겠다(고수영, 2012).

부모애착과 자전기억의 평가간의 상관관계도 유의한 정적 상관관계 있는 것으로 나타났으며 부모애착의 하위요인과 자전기억과의 관계로는 신뢰감, 의사소통은 자전기억과 유의한 정적상관을 나타낸 반면, 소외감과는 부적상관을 나타냈다. 따라서 부모와의 신뢰감, 의사소통이 높을수록 자전기억을 긍정적으로 평가하고 부모와의 소외감이 높으면 자전기억을 부정적으로 평가했다. 자전기억 평가와 우울간의 상관계수는 부적 상관을 보였다. 자전기억을 긍정적으로 평가할수록 우울은 낮게 나타난다. 이러한 결과를 종합하여 볼 때 부모애착이 안정적일수록 우울은 낮게 나타나고 자전기억에 대한 평가는 긍정적으로 인지하고 있음을 알 수 있다. 즉 부모와의 애착이 안정적으로 형성되면 자전기억을 긍정적으로 평가하고 우울이 낮다는 것을 알 수 있다.

둘째, 부모애착이 우울에 유의한 영향을 미치며 부모애착의 하위요인 중 소외감이 우울에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 부모님으로부터 문제가 생겼을 때 도움을 받을 수 없으며, 이해를 받지 못한다는 느낌이 들수록 우울에 영향을 미친다는 것을 알 수 있다. 이것은 Bowlby(1969)의 부정적 내적작동 모델로서 아동이 보호나 위안을 추구할 때 부모가 거절하거나, 비일관적으로 지지를 제공하는 반응을 보이면, 아동은 불안정 애착이 되며, 자신이 사랑스럽지 못하고 위안을 받을 가치가 없다는 부정적 인지 도식을 형성하게 되어 우울에 이르게 된다는 이론과 일치한다. 또한 옥정(1988)이 청소년을 대상으로 안정된 애착과 우울의 관계를 연구한 결과 애착이 우울에 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타난다는 연구와도 일치한다.

셋째, 자전기억 평가가 우울에 미치는 영향력을 살펴 본 결과 유의미한 부적 영향이 있었으며 부모애착과 자전기억 평가에도 유의미한 정적 영향이 있었다. 이것은 우울의 인지적 관점에서 이야기 하는 자동적 사고(어떤 사건을 접하게 되면 자각 없이 자동적으로 떠오르는 것)와 관련이 있다. 환경적 자극으로부터 떠올리는 사고의 내용이 긍정적이거나 최소한 중립적인 내용이라면 심리적인 문제는 경험되지 않지만, 부정적인 내용이면 심리적 혼란을 경험하게 되어 정신 병리를 유발할 수 있다는 Beck(1979)의 이론과 일치한다. 이러한 부정적 자동 사고가 심리적 안녕감에 영향을 미친다는 국내의 선행연구 결과를 통해서도 확인할 수 있다(김정문, 2008).

넷째, 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가의 매개효과를 살펴 본 결과 부모애착과 우울간의 자전기억 평가는 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다. 부모애착은 우울에 직접적인 영향을 미칠 뿐만 아니라 매개변수인 자전기억 평가에서도 간접적인 영향을 미치는 것으로 부모애착이 우울에 미치는 영향은 자전기억 평가에 따라 달라질 수도 있음을 알 수 있다.

이상에서 살펴본 바와 같이 부모애착과 자전기억 평가, 우울 간에는 긴밀한 관계를 나타냈다. 우울한 사람들은 부모와 형성한 기억에 대해 부정적으로 인지하고 있으며 이러한 부정적 자전기억의 평가는 불안정 애착으로 만들어진 부정적 인지도식을 통해 형성된다. 이를 통해 형성된 부정적 인지도식이 우울에 이르게 되는 것이다. 즉 부모와 신뢰감 형성이 잘되고, 의사소통이 잘 이루어지며, 부모에게 소외감을 느끼지 않은 사람일수록 아동기 부모와의 기억을 긍정적으로 평가하고 있으며 이러한 긍정적인 경험은 영아기에 형성된 양육자에 대한 애착이 일생동안 지속된다는 애착의 전 생애 모델(life span model)이론과도 일치한다. 아동이 보호나 위안을 추구할 때 부모가 기꺼이 도움을 제공하고, 아동의 신호에 민감하고, 사랑스러운 반응을 보이는 경험을 한 아동은 안정애착을 형성하게 되어 자신이 사랑스럽고, 부모는 자신이 스트레스 상황에 처했을 때 기꺼이 지지를 제공해줄 것이라는 긍정적 내적 작동모델이 이후에도 지속되는 것이다.

이러한 연구 결과는 상담과 심리치료에 있어 우울한 내담자의 내적 작동모델을 이해하는데 도움이 될 것으로 여겨진다. 우울로 내방한 내담자에게 상담과정 중 내담자의 애착에 관한 고찰은 상담 전략 수립 및 상담과정 평가에 있어 도움을 줄 수도 있다. 따라서 상담자가 내담자의 부모애착 정도를 파악하는 것은 내담자의 상담 참여를 증가시키고 상담 성과를 이루는 유용한 자료로써 활용될 수 있다. 또한 내담자에게 자신, 타인에 대한 부정적인 신념이 내적 작동모델과 부정적 인지도식이 있음을 탐색하게 하고 내담자의 변화와 성장을 돕는 상담의 기초자료를 마련하는데 목적이 있다.

VI. 결론 및 제언

1. 결론

이 연구는 대학생이 지각한 부모애착, 우울, 자전기억 평가 간의 관계와 영향을 살펴보기 위한 것이다. 부모애착이 우울함에 이르게 하는 인지변인으로는 자전기억 평가를 설정하였다. 연구대상은 제주특별자치도에 소재한 대학교에 재학 중인 남, 여학생을 대상으로 하였으며 전공계열 및 남녀 성비를 맞추고 자 교양 및 전공수업에서 설문을 실시하였다. 총 450부의 질문지를 배포하여 425부가 회수 되었으며 회수된 질문지 중에서 척도를 빠뜨리거나 무작위 응답을 한 26부를 제외한 399부가 이 연구의 자료로 활용되었다. 매개효과를 검증하기 위한 측정도구로는 부모애착척도, 우울척도, 자전기억평가 척도를 사용하였고 자료 분석은 SPSS Statistic 20.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 주요 변인의 평균과 표준편차, 상관관계분석, 단일회귀분석, 다중회귀분석을 실시하였으며 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가의 매개효과를 살펴보기 위하여 단계적 회귀분석을 실시하였다. 이 연구를 위해 첫째, 부모애착, 우울, 자전기억 평가 세 변인이 상관관계가 있는지를 살펴보았다. 둘째, 부모애착이 우울에 미치는 영향은 어떠한지 알아보았다. 셋째, 자전기억 평가가 우울에 미치는 영향은 어떠한지 알아보았다. 마지막으로 부모애착과 우울의 관계에서 자전기억 평가는 매개효과가 있는지 알아보았다.

앞에서 기술한 연구결과와 논의를 종합한 결과는 다음과 같다.

첫째 부모애착, 우울, 자전기억 평가간의 상관분석을 실시한 결과 부모애착, 우울, 자전기억 평가 간에는 서로 유의미한 상관을 보였다.

둘째, 부모애착이 우울에 유의한 영향을 미치며 부모애착의 하위요인 중 소외감이 우울에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다.

셋째, 자전기억 평가가 우울에 미치는 영향력을 살펴 본 결과 유의미한 부적 영향이 있었으며 부모애착과 자전기억 평가에도 유의미한 정적 영향이 있었

다.

넷째, 부모애착과 우울간의 관계에서 자전기억은 부분매개효과를 나타냈다. 부모애착은 우울에 직접 영향을 미칠 뿐만 아니라 매개변수로 인지변인인 자전기억 평가를 통해서도 간접적인 영향을 미친다는 것을 알 수 있다.

위와 같은 연구결과를 볼 때 부모애착과 자전기억 평가는 우울과 관계가 있고 우울에 영향을 미치고 있음을 확인할 수 있었다.

2. 제언

다음으로 이 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 이 연구의 대상은 제주특별자치도 소재 대학교에 재학 중인 학생을 대상으로 한정되어 있어서 결과에 대한 해석의 일반성에 한계가 있다. 추후 연구에서는 다양한 지역, 계열, 임상집단을 대상을 확대 연구 할 필요가 있을 것이다.

둘째, 이 연구는 자기보고식 검사를 통해 부모애착과 우울 자전평가를 측정했다는 것에 한계가 나타난다. 모든 연구 자료가 자기보고식 질문지에 해당됨에 따라, 자신의 내면적 특성을 드러내지 않고 피험자가 방어하거나 사회적으로 바람직한 방향으로 응답했을 가능성이 있다. 따라서 보다 다양한 관점에서 애착과 우울, 자전기억을 평가 할 수 있도록 개인면담이나 관찰자의 평정 등 다양한 방법으로서의 연구 시도가 필요할 것이다.

셋째, 우울에 영향을 미치는 변인으로 부모애착과 자전기억 평가 외에 다양한 예언변인에 대한 연구들을 함께 고려한다면 우울의 대해 보다 통합적으로 살펴볼 수 있을 것이다. 우울의 예방과 치료를 위해 좀 더 포괄적인 연구가 진행되어야 하며, 우울한 정서에 대한 총체적인 이해를 바탕으로 상담과 심리 치료에 큰 도움이 되는 연구를 위해 후속연구에서는 다양한 변인들에 대한 고려가 필요함을 제언한다.

이 연구는 부모애착과 자전기억이 우울에 미치는 영향을 살펴보고, 자전기억이 애착과 우울과의 관계에서 매개요인으로 작용한다는 사실을 밝힘으로서 애

착과 우울의 관계에 대한 깊이 있는 이해를 했다는 점에서 의의가 있다. 또한 이 연구는 최근 급격히 증가하는 대학생의 우울증상을 예측하는 인지적 변인을 조사함에 있어 아동기 부모와 경험한 정서적 유대가 자기표상의 인지도식 및 내적작동모델을 통해 우울에 영향을 미치는 심리적 경로를 밝힌 연구라는 점에 의의가 있다

참고문헌

- 강승희 (2010). 중학생의 부·모애착, 우울, 심리적 안녕감, 학교생활적응간의 관계. **중등교육연구**, 58(3), 1-29.
- 고수영 (2012). 부모애착이 청소년 우울에 미치는 영향: 정서조절양식의 매개효과 검증. 석사학위논문, 연세대학교.
- 구성륜 (2008). 애착관계와 우울에 관련성 연구 John Bowlby이론에 근거하여. 석사학위논문, 감리교신대학교.
- 권석만 (2003). **현대이상심리학**. 서울: 학지사.
- 김광은 (2004). 성인 애착 유형과 요인에 따른 성격 특성 및 스트레스 대처방식. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 16(1), 53-69.
- 김나영 (2013). 반복적인 외상경험과 사고통제방략이 자전적 기억의 과일반화에 미치는 영향. 석사학위논문, 계명대학교.
- 김명식, 이임순, 이창선 (2007). 한국판 BDI-II의 타당화 연구: 여대생을 대상으로. **한국심리학회지: 임상**, 26(4), 997-1014.
- 김은정, 권정혜 (1988). 우울증상과 관련된 대인관계 특성: 성인기 애착관계형성을 중심으로. **한국심리학회지: 임상**, 17(1), 139-153.
- 김은정, 김진숙 (2010). 아동기 정서적 외상경험과 우울수준간의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과. **상담학연구**, 9(4), 1505-1520.
- 김정문 (2008). 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 자동적 사고의 매개효과. **청소년학연구**, 15(6), 197-224.
- 도상금, 최진영 (2003). 외상경험 및 우울과 자서전적 기억의 일반화 경향성. **한국심리학회지: 임상**, 22(2), 321-341.
- 문형춘 (2007). 성인애착 특성과 상담관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 19(3), 609-634.
- 박인조, 민경환 (2005). 한국어 감정단어 목록 작성과 차원 탐색. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 19(1), 109-129.
- 보건복지부 (2011). **정신질환 실태 역학 조사**. <http://www.bokjiro.go.kr/>

- 보건복지부 (2013). **OECD Health Data**. <http://www.bokjiro.go.kr/>
- 서송이 (2000). **대학생의 사회적 지지와 분노표현방식 및 우울과의 관계**. 석사학위논문, 홍익대학교.
- 성형모, 김정범, 박영남, 배대석 (2008). 한국어판 백 우울 설문지 2판의 신뢰도 및 타당도 연구. **대한생물치료정신의학회**, 14(2), 201-212.
- 알바천국 (2013). **20대의 스트레스와 아르바이트 현황**. <http://www.alba.co.kr/>
- 육정 (1998). **청소년기 애착 안정성과 우울성향의 관계**. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 우성범 (2010). **한국판 남성우울척도 타당화 연구**. 석사학위논문, 고려대학교.
- 유병관, 이혜경, 이건설 (2011). 한국어판 백 우울설문지 2판의 신뢰도 및 요인 분석 : 대학생을 대상으로. **대한생물정신의학회**, 18, 126-133.
- 윤명숙, 이재경 (2008). 청소년의 부모 애착이 성행동에 미치는 영향: 우울, 학교애착, 자아존중감의 매개효과. **정신보건과 사회사업**, 30, 272-300.
- 윤서영, 임재형, 한창수 (2012). 효과적인 우울증 치료를 위한 임상평가도구. **대학정신약물학회지**, 23, 136-146.
- 이영호, 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. **한국심리학회지: 임상**, 10(1), 98-113.
- 이정모 외 (1999). **인지심리학**. 서울: 학지사.
- 이주영 (2012). 대학생의 애착과 우울의 관계에서 희망의 매개효과 검증. **상담학연구**, 13(2), 819-838.
- 이혜림 (2010). **자전기억의 과일반화와 반추가 우울에 미치는 영향**. 석사학위논문, 계명대학교.
- 장휘숙 (1997). 애착의 전생애 모델과 대물림: 전생애 발달심리학적 조망에서 애착연구의 개관. **한국심리학회지**, 16(1), 80-97
- 정옥분 (2004). **발달심리학**. 서울: 학지사.
- 조수진 (2000). **대학생의 부모에 대한 애착정도와 대학생활 적응과의 관계**. 석사학위논문, 동아대학교.
- 조현주, 임현우, 조선진, 방명희 (2008). 성인 남녀의 우울감 특징과 전문적 도움 추구에서의 차이. **한국심리학회지: 여성**, 13(3), 283-297.

- 진미경 (2005). 애착측정 도구들에 대한 개관: 시기별, 영역별 애착 평가를 위한 척도들의 개관. *인간발달연구*, 12(4), 139-158.
- 한기백 (2014). 성인 애착과 정신적 자기 표상: 아동기 트라우마와 성인기 우울의 매개 변인. *청소년학연구*, 21(3), 357-384.
- 한홍무, 염태호, 신영우, 김교현, 윤도준, 정근재 (1986). Beck Depression Inventory의 한국판 표준화 연구. *신경정신의학*, 25(3), 487-500.
- Ainsworth, M. D. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: a psychological study of the strange situation*. New Jersey: Lawrence Erlbaum.
- Armsden, G. C., & Greenberg, M. T. (1987). The inventory of parent and peer attachment: Individual differences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-454.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment style among young adult: test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244.
- Beck, A. T. (1997). *우울증 인지치료(Cognitive therapy depression, 원호택 역)*. 서울: 학지사. (원전 1979 출판)
- Belsky, J., Spritz, B., & Crnic, K. (1996). Infant attachment security and affective-cognitive information processing at age 3. *Psychological Science-Cambridge*, 7, 111-114.
- 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.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1988). *애착(Attachment and loss: Vol. 1. attachment, 김창대 역)*. 서울: 나남. (원전 1969 출판)

- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment. *Attachment Theory and Close Relationships*. New York: Guilford Press.
- Bretherton, I. (1992). The origins of attachment theory: John Bowlby and Mary Ainsworth. *Developmental Psychology*, 28(5), 759.
- Conway, M. A., & Rubin, D. C. (1993). The structure of autobiographical memory. *Theories of Memory*, Hove: Lawrence Erlbaum.
- Conway, M. A., & Pleydell-Pearce, C. W. (2000). The construction of autobiographical memories in the self-memory system. *Psychological Review*, 107(2), 261.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511.
- Holmes, J. (2002). *존 볼비와 애착이론(John Bowlby and attachment theory, 이경숙 역)*. 서울: 학지사. (원전 1992 출판)
- Kenny, M. E., & Sirin, S. R. (2006). Parental attachment, self worth, and depressive symptoms among emerging adults. *Journal of Counseling & Development*, 84(1), 61-71.
- Kuiper, N. A., & Derry, P. A. (1982). Depressed and nondepressed content self reference in mild depressives. *Journal of Personality*, 50(1), 67-80.
- Lewinsohn, P. M., Rohde, P., & Seeley, J. R. (1994). Psychological risk factors for future adolescent suicide attempts. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 62(2), 297.
- Main, M., Kaplan N., & Cassidy, J. (1985). Security in infancy, childhood, and adulthood: A move to the level of representation. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 50, 66-106.
- Moore, R. G., Watts, F. N., & Williams, J. M. G. (1988). The specificity of

- personal memories in depression. *British Journal of Clinical Psychology*, 27(3), 275-276.
- Roberts, J. E., Gotlib, I. H., & Kassel, J. D. (1996). Adult attachment security and symptoms of depression: The mediating roles of dysfunctional attitudes and low self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(2), 310.
- Shaffer, D. R. (1995). **인간의 사회적 성격적 발달**(*Social & personality development*, 최수정, 김순영 역). 서울: 학지사. (원전 1979 출판)
- Teasdale, J. D. (1988). Cognitive vulnerability to persistent depression. *Cognition & Emotion*, 2(3), 247-274.
- Thompson, R. A. (2008). Attachment-related mental representations: Introduction to the special issue. *Attachment & Human Development*, 10, 347-358.
- Williams, J. M. G., & Broadbent, K. (1986). Autobiographical memory in suicide attempters. *Journal of Abnormal Psychology*, 95, 144 - 149.
- Williams, J. M. G., & Dritschel, B. H. (1988). Emotional disturbance and the specificity of autobiographical memory. *Cognition & Emotion*, 2(3), 221-234.
- Williams, J. M. G. (1999). *Remembering our past: Studies in autobiographical memory*. New York: Cambridge University Press.
- Wallin, D. J. (2010). **애착과 심리치료**(*Attachment in psychotherapy*, 김진숙 외 역). 서울: 학지사. (원전 2007 출판)

Abstract

The Mediating Effects of Autobiographical Memory Assessment on the Relationship between Parent Attachment and Depression Perceived by College Students

Department of Psychotherapy
Graduate School of Social Education
Jeju National University

Supervised by Professor Song, Jae Hong

The purpose of this study was to examine the interrelationships among parent attachment perceived by college students, their depression and autobiographical memory assessment. Particularly this study clarifies the mediating effect of autobiographical memory assessment on the relationship between the perceived parent attachment and depression. For this purpose, the study addresses four research questions:

First, Are there significant correlations among parent attachment, autobiographical memory assessment and depression?

Second, Does parent attachment predict depression significantly?

Third, Does autobiographical memory assessment predict depression significantly?

Finally, Does autobiographical memory assessment have a mediated effect in the relation between parent attachment and depression

Participants consisted of 369 students(males 184, female 215) enrolled in Jeju National University. They responded to some questionnaires, including Inventory of Parent and Peer Attachment, Beck Depression Inventory-II, and Autobiographical Memory Test. To analysis data collected from their responses, researcher produced mean and standard deviation of each variables, and conducted correlation analysis, simple regression analysis, and multiple regression analysis. Also in order to test mediator effect of autobiographical memory assessment in relation with parent attachment and depression, stepwise regression analysis was conducted.

The findings of this study were as follows:

First, there was significantly a positive correlation between parent attachment and depression. Second, parent attachment predicted significantly depression. Third, autobiographical memory assessment had a mediated effect in relation of parent attachment and depression. Finally, parent attachment decrease significantly the depression of autobiographical memory assessment. The results of this study would provide useful counseling data that understanding depression of college students.

Key words: Autobiographical memory assessment, Depression, Parent attachment

부록 1. 자전기억 작성

■ 아동기 부모님 (또는, 부모님처럼 돌봐주신 분)과의 겪었던 기억 5개를 작성해 주세요.

A	
B	
C	
D	
E	

부록 2. 자전기억 평가

■ 이 질문지는 **위에서 작성한 경험에 대해** 어떻게 평가하고 있는지를 알아보기 위한 것입니다. 서로 반대되는 3가지의 단어로 예를 들면 ‘좋다’, ‘나쁘다’와 같은 종류의 단어입니다. 위에서 자신이 작성한 5가지 기억에 각각에 맞는 단어를 선택하여 느껴지는 정도에 따라 표시를 해주세요.

예) 작성한 기억이 “매우 슬프”고 “약간 불행”하며, “약간 불안한” 경험이라고 생각되면 해당 칸에 V표를 하시면 됩니다.

	매우	약간	보통	없음	보통	약간	매우	
슬프다	V							기쁘다
불행하다		V						행복하다
불안하다		V						편안하다

A 기억에 대한 평가		매우	약간	보통	없음	보통	약간	매우	
		-3	-2	-1	0	1	2	3	
	슬프다								기쁘다
	불행하다								행복하다
	불안하다								편안하다

B 기억에 대한 평가		매우	약간	보통	없음	보통	약간	매우	
		-3	-2	-1	0	1	2	3	
	슬프다								기쁘다
	불행하다								행복하다
	불안하다								편안하다

C 기억에 대한 평가		매우	약간	보통	없음	보통	약간	매우	
		-3	-2	-1	0	1	2	3	
	슬프다								기쁘다
	불행하다								행복하다
	불안하다								편안하다

D 기억에 대한 평가		매우	약간	보통	없음	보통	약간	매우	
		-3	-2	-1	0	1	2	3	
	슬프다								기쁘다
	불행하다								행복하다
	불안하다								편안하다

E 기억에 대한 평가		매우	약간	보통	없음	보통	약간	매우	
		-3	-2	-1	0	1	2	3	
	슬프다								기쁘다
	불행하다								행복하다
	불안하다								편안하다

부록 3. 부모애착 척도

■ 다음은 여러분의 부모님(또는 부모님처럼 돌봐주신 분)에 대한 여러분의 생각에 관한 질문입니다. 부모님에 대한 현재 여러분의 느낌을 해당란에 표시해 주세요.

	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	우리 부모님은 나의 감정을 존중해 주신다.	1	2	3	4	5
2	우리 부모님은 부모님으로서 본분을 다한다고 생각한다.	1	2	3	4	5
3	다른 분이 우리 부모님이었으면 좋겠다.	1	2	3	4	5
4	우리 부모님은 나를 있는 그대로 받아들여 주신다.	1	2	3	4	5
5	나는 걱정되는 일이 있을 때 부모님의 의견을 받아들이고 싶다.	1	2	3	4	5
6	부모님에게 나의 감정을 드러내봐야 소용없다고 생각한다.	1	2	3	4	5
7	우리 부모님은 내가 어떤 일로 기분이 상했을 때 알아차리신다.	1	2	3	4	5
8	부모님과 함께 나의 문제를 상의할 때 나는 수치스럽고 바보 같다고 생각한다.	1	2	3	4	5
9	우리 부모님은 내게 너무 많은 것을 바라신다.	1	2	3	4	5
10	나는 부모님과 함께 있을 때 쉽게 기분 나빠진다.	1	2	3	4	5

11	나는 기분 나쁜 일이 있을 때 부모님이 생각하는 것보다 훨씬 더 속상해한다.	1	2	3	4	5
12	어떤 일에 대해 상의할 때 부모님은 나의 의견을 고려해 주신다.	1	2	3	4	5
13	우리 부모님은 나의 판단을 신뢰하신다.	1	2	3	4	5
14	우리 부모님도 부모님 나름대로의 문제가 있기 때문에 나의 문제로 부모님을 귀찮게 하지 않는다.	1	2	3	4	5
15	우리 부모님은 내가 나 자신을 더 잘 이해할 수 있도록 도와주신다.	1	2	3	4	5
16	나는 부모님께 나의 어려움과 근심거리에 대해 말씀드린다.	1	2	3	4	5
17	나는 부모님에게 분노를 느낀다.	1	2	3	4	5
18	나는 부모님으로부터 별 관심을 받지 못한다.	1	2	3	4	5
19	우리 부모님은 내가 나의 어려움을 이야기하도록 격려해 주신다.	1	2	3	4	5
20	우리 부모님은 나를 이해해 주신다.	1	2	3	4	5
21	우리 부모님은 내가 어떤 일로 화가 났을 때 이해하려고 노력하신다.	1	2	3	4	5
22	나는 우리 부모님을 신뢰한다.	1	2	3	4	5
23	우리 부모님은 내가 요즘 어떤 일을 겪는지 이해하지 못하신다.	1	2	3	4	5
24	나의 마음이 부담을 떨쳐버리고 싶을 때 부모님께 의지할 수 있다.	1	2	3	4	5
25	만약 부모님께서 내게 고민거리가 있다는 걸 아신다면 나에게 그것에 대해 물어보신다.	1	2	3	4	5

부록 4. 우울 척도

■ 아래는 일상생활에서 경험할 수 있는 내용들입니다. 문장들을 자세히 읽고 **최근 2주 일동안** 자신을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 문장 하나를 선택하여 번호에 “○”표시해 주십시오. 너무 오래 생각하지 마시고 한 문장만 선택하십시오.

1.	0	나는 마음이 슬프지 않다.	6	0	나는 내가 벌을 받고 있다고 생각하지 않는다.
	1	나는 자주 마음이 슬프다.		1	나는 내가 벌을 받을지도 모른다고 생각한다.
	2	나는 항상 마음이 슬프다.		2	나는 내가 벌을 받을 것이라고 생각한다.
	3	나는 너무 슬프고 불행하여 도저히 견딜 수가 없다.		3	나는 내가 지금 벌을 받고 있다고 생각한다.
2.	0	나는 장래에 대해 비판적으로 생각하지 않는다.	7	0	나는 예전과 같이 자신감이 있다.
	1	나는 장래에 대해 예전보다 비판적으로 생각한다.		1	나는 자신감을 잃었다.
	2	나의 장래에 상황이 더 나이지리라 기대하지 않는다.		2	나는 내 자신에게 대해 실망한다.
	3	나의 장래는 절망적이며 더 나빠질 것이라 생각한다.		3	나는 내 자신을 싫어한다.
3.	0	나는 내가 실패자라고 생각하지 않는다.	8	0	나는 예전보다 자신에게 더 비판적이지 않다.
	1	나는 실패하지 않았어야 될 일에 실패를 했다.		1	나는 예전보다 자신에게 더 비판적이다.
	2	과거를 돌아보면 나는 많은 일에 실패하였다.		2	나는 나의 모든 잘못에 대해 자신을 비난한다.
	3	나는 내가 한 인간으로서 완전한 실패자라고 생각한다.		3	나는 모든 잘못된 일이 다 내 탓이라고 비난한다.
4.	0	나는 내가 즐겨하는 일에 예전만큼 즐거움을 느낀다.	9	0	나는 자살을 생각해본 적이 없다.
	1	나는 예전만큼 즐거움을 느끼지 못한다.		1	나는 자살을 생각해보지만, 자살하지는 않을 것이다.
	2	나는 과거에 즐겼던 일에 대해 거의 즐거움을 느끼지 못한다.		2	나는 자살하고 싶다.
	3	나는 과거에 즐겼던 일에 대해 전혀 즐거움을 느끼지 못한다.		3	나는 기회가 주어지면 자살할 것이다.
5.	0	나는 특별히 죄책감을 느끼지 않는다.	10	0	나는 요즈음 예전보다 더 많이 울지는 않는다.
	1	나는 과거에 행한 많은 일에 대해 죄책감을 느낀다.		1	나는 요즈음 예전보다 더 자주 우는 편이다.
	2	나는 자주 죄책감을 느끼는 편이다.		2	나는 요즈음 아주 사소한 일에도 쉽게 운다.
	3	나는 항상 죄책감에 시달리고 있다.		3	나는 울고 싶어도 울 힘조차 없다.

11	0	나는 예전보다 더 초조하고 긴장되지 않는다.	16	0	나는 수면 양상이 전혀 변하지 않았다.
	1	나는 예전보다 더 초조하고 긴장된다.		1	a. 나는 예전보다 잠을 조금 더 잔다. b. 나는 예전보다 잠을 조금 적게 잔다.
	2	나는 너무 초조하고 안절부절 못하여 가만히 있기가 힘들다.		2	a. 나는 예전보다 잠을 훨씬 더 잔다. b. 나는 예전보다 잠을 훨씬 적게 잔다.
	3	나는 너무 초조하고 안절부절 못하여 계속 움직이거나 무언기를 해야 한다.		3	a. 나는 대부분의 시간을 잠자며 보낸다. b. 나는 예전보다 1~2시간 일찍 일어나 다시 잠을 들 수 없다.
12	0	나는 다른 사람이나 활동들에 대해 예전과 같이 흥미가 있다.	17	0	나는 예전보다 짜증을 더 내지 않는다.
	1	나는 예전보다 다른 사람이나 활동에 흥미가 조금 줄었다.		1	나는 예전보다 짜증을 조금 더 낸다.
	2	나는 예전보다 다른 사람이나 활동에 흥미가 많이 줄었다.		2	나는 예전보다 짜증을 많이 낸다.
	3	나는 모든 일에 전혀 흥미가 없다.		3	나는 항상 짜증을 낸다.
13	0	나는 예전처럼 결정을 잘 내린다.	18	0	나의 식욕은 예전과 변함이 없다.
	1	나는 결정을 내리는 데 예전보다 더 힘이 든다.		1	a. 나는 예전보다 식욕이 조금 줄었다. b. 나는 예전보다 식욕이 조금 늘었다.
	2	나는 결정을 내리는 데 예전보다 훨씬 더 힘이 든다.		2	a. 나는 예전보다 식욕이 많이 줄었다. b. 나는 예전보다 식욕이 조금 늘었다.
	3	나는 어떤 결정이든 내리기가 어렵다.		3	a. 나는 식욕이 전혀 없다. b. 나는 항상 음식이 몹시 먹고 싶다.
14	0	나는 내가 가치 없는 사람이라 생각하지 않는다.	19	0	나는 예전처럼 집중을 잘 할 수 있다.
	1	나는 내가 예전만큼 가치 있고 쓸모 있는 사람이라 생각하지 않는다.		1	나는 예전만큼 집중을 잘 할 수 없다.
	2	다른 사람과 비교할 때 나는 내가 상당히 가치 없는 사람이라 생각한다.		2	나는 어떤 일에 아주 오랜 시간 집중하기 어렵다.
	3	나는 내가 전혀 가치 없는 사람이라 생각한다.		3	나는 어떠한 일에도 집중할 수가 없다.
15	0	나는 예전만큼 기운이 있다.	20	0	나는 예전보다 더 피곤하지는 않다.
	1	나는 예전보다 기운이 조금 줄었다.		1	나는 예전보다 쉽게 피곤해진다.
	2	나는 예전보다 기운이 많이 줄었다.		2	나는 너무 피곤하여 전에 하였던 많은 일들을 할 수가 없다.
	3	나는 아무 것도 못할 정도로 기운이 없다.		3	나는 너무 피곤하여 전에 하였던 일들을 거의 할 수가 없다.
			21	0	나는 성에 대한 관심이 예전과 변함없다.
				1	나는 성에 대한 관심이 예전 보다 조금 줄었다.
				2	나는 성에 대한 관심이 예전보다 크게 줄었다.
				3	나는 성에 대한 관심이 전혀 없다.