



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](#)

이 정 윤 교수 지도

석사학위 청구논문

아동기 외상이 성인 초기
관계과몰입에 미치는 영향
: 거부민감성과 정서조절곤란의
순차매개효과

2020

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

김 혜 윤

아동기 외상이 성인 초기
관계과몰입에 미치는 영향
: 거부민감성과 정서조절곤란의
순차매개효과

이 정 윤 교수 지도

이 논문을 석사학위논문으로 제출함

2019년 11월

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

김 혜 윤

인 준 서

김혜윤의 석사학위 논문으로 인준함

2019년 11월

심사위원장_____ (인)

심 사 위 원_____ (인)

심 사 위 원_____ (인)

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 성인 초기 대학생들을 대상으로 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란이 각각 매개하는지, 더 나아가 두 변인이 순차적으로 매개하는지를 확인하고자 하였다. 이를 위해 이성교제 경험이 있는 대학생 390명을 대상으로 아동기 외상, 관계중독, 거부민감성, 정서조절곤란 척도를 사용하여 자료를 분석하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 아동기 외상, 관계과몰입, 거부민감성, 정서조절곤란은 모두 유의한 상관미치는 것으로 나타났다. 둘째, 아동기 외상은 관계과몰입에 직접적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다. 셋째, 아동기 외상과 관계과몰입의 관계에서 거부민감성의 매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 넷째, 아동기 외상과 관계과몰입의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 다섯째, 아동기 외상과 관계과몰입의 관계를 거부민감성과 정서조절곤란이 순차적으로 완전매개하는 것으로 나타났다. 본 연구는 아동기 외상과 관계과몰입의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란이 순차적으로 매개함을 밝힘으로써, 관계과몰입 성향을 높이는 기제와 경로에 대한 기초자료를 제공하였다.

주요어: 아동기 외상, 관계과몰입, 관계중독, 거부민감성, 정서조절곤란

목 차

논문개요

I. 서론	1
1. 연구의 목적 및 필요성	1
II. 연구문제	9
1. 연구모형	9
2. 연구문제	9
III. 이론적 배경	11
1. 관계과몰입	11
2. 아동기 외상	14
1) 아동기 외상의 개념	14
2) 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계	16
3. 거부민감성	18
1) 거부민감성의 정의와 개념	18
2) 아동기외상과 거부민감성의 관계	20
3) 거부민감성과 관계과몰입 간의 관계	22
4. 정서조절곤란	23
1) 정서조절곤란의 개념	23
2) 아동기 외상과 정서조절곤란의 관계	25

3) 정서조절곤란과 관계과몰입 간의 관계	26
5. 거부민감성과 정서조절곤란 간의 관계	29
IV. 연구방법	31
1. 연구대상 및 절차	31
2. 측정도구	31
1) 아동기 외상	31
2) 관계과몰입	33
3) 거부민감성	34
4) 정서조절곤란	35
3. 자료 분석	37
V. 연구결과	38
1. 주요 변인들의 기술통계 및 상관	38
1) 연구 대상자의 인구통계학적 특성	38
2) 주요 변인들의 상관관계	40
2. 매개효과 검증	42
VI. 논의	46

참고문헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

표 1. 아동기 외상 문항 구성	33
표 2. 거부민감성 문항 구성	35
표 3. 정서조절곤란 문항 구성	36
표 4. 연구 대상자의 인구통계학적 특성	39
표 5. 주요 변인들의 상관분석 및 기술통계	41
표 6. 매개효과 검증 결과	43
표 7. 매개효과 유의성 검증	45

그림 목 차

그림 1. 연구 모형	9
그림 2. 거부민감성 모델	20
그림 3. 최종모형	44

I. 서론

1. 연구의 목적 및 필요성

사람은 다른 사람들과의 상호작용 없이 혼자 살아갈 수 없기에 기본적으로 관계라는 욕구가 누구에게나 존재한다. 그렇기에 사람은 사회적 동물이며, 사람의 행동은 기본적으로 다른 사람들과 관계를 맺고 의사소통을 하는 대인 관계적 행위라 할 수 있다(손승희, 2017).

청소년기를 지나 대학생이 되면 폭넓고 다양한 대인관계를 경험하게 되고, 타인과 정서적으로 깊이 있는 관계를 맺게 된다(홍채영, 김정민 2017). 한국의 치열한 대학 입시 환경으로 인해 중·고등학교 시절 좁고 소극적인 관계를 맺었던 과거와 달리, 대학생이 되면 보다 넓고 적극적인 관계 맺기를 통하여 자신의 가치관과 자아정체감을 확립하게 된다(이동욱, 2015). Erikson(1970)은 초기 성인기인 대학생 시기를 부모 혹은 가족 이외의 관계를 통해 친밀함을 획득하게 되는 발달 단계로 보았으며, 여러 사람들과의 친밀감을 경험하고 과거보다 성숙한 대인관계로 나아가는 초기 단계라고 하였다. 또한 대학생 시기는 보다 넓고 깊이 있는 이성교제를 통해 어떠한 다른 인간관계보다 더 큰 정서적 친밀감을 얻는다(이수현, 2009). 이렇듯 이성교제는 관계를 맺는 기술과 능력을 향상시킬 수 있도록 도와주며, 진정한 나를 발견하여 보다 성숙해지고 행복해질 수 있는 긍정적인 영향을 미친다(이운연, 장현아, 2017; Esch, Stefano, 2005). 실제로 2014년도 대학교 학생 생활연구 보고(오은정, 김민선, 정소라, 2015)에 따르면, 대학생들은 대학생 생활 중에 가장 하고 싶은 것으로 이성교제를 선택하였으며, 연애를 하고 있는 대학생의 경우 자신에게 가장 영향을 주는 사람으로 교제를 하는 상대

(39.8%)를 꼽았다(김나리, 2002). 이를 통해 대학생들은 이성관계에 많은 관심을 가지고 있으며(이수현, 2009), 이성교제는 대학생들이 누릴 수 있는 중요한 경험임을 알 수 있다.

그러나 이성교제를 통해 보다 의미 있는 관계로 발전하지 못하거나 관계가 순조롭지 않을 경우, 우울과 스트레스와 같은 여러 심리적인 문제와 고통을 경험하기도 한다(이복동, 2000). 대학생들은 고등학교 졸업 후 건강한 관계를 맺는 방법과 기술을 충분히 습득하지 못한 채 갑작스럽게 과거에 비해 넓은 폭의 관계를 경험하게 되며(장석진, 연문희, 2009), 이러한 갑작스러운 변화는 부적응적이고 역기능적인 관계를 맺을 가능성을 높일 수 있다.

다양한 이성관계 문제 중에서도 건강하지 못한 관계를 끊지 못하고 이에 집착하고 중독적인 양상을 보이는 경우도 있는데, 이를 관계과몰입(relationship addiction)이라고 한다(Peele & Brodsky, 1975). 즉, 관계과몰입은 과정중독의 하위 유형 중 하나로 자신에게 부정적인 영향을 주는 관계임을 알고 이로 인해 고통스러워하면서도 관계를 끊지 못하고 이어가려고 노력하는 것이다(Griffin-Shelley, 2007). 실제로 대학교 상담 장면에서 상담자들이 이성교제 문제를 호소하는 많은 내담자들을 만난다고 하였으며, 그 중에서도 특히 관계과몰입을 보이는 내담자를 보다 많이 만나게 된다고 보고하고 있다(이기학, 조영아, 송소원, 2006; 이수현, 2009).

이렇듯 관계에 중독되는 관계과몰입은 최근에 보다 더 심각해지고 있으나, 관계과몰입 양상에 관한 연구는 다른 중독과 관련된 연구에 비하여 아직까지 미비한 실정이다. 이는 관계에 중독될 수 있다는 개념 자체가 잘 알려지지 있지 않고(Hart, 1990), 다른 형태의 중독인 SNS, 도박, 인터넷 중독 등과 다르게 관계과몰입은 외부로 잘 노출되지 않아 내담자가 호소하지 않는 이상 쉽게 알 수 없기 때문이다(Timmreck, 1990). 따라서 어떠한 심리적 특성이 관계과몰입 성향에 영향을 미치며 어떠한 과정을 거쳐 관계과몰입으로 이어지게 되

는지에 대해 살펴볼 필요가 있을 것이다.

관계과몰입 성향을 가진 사람들은 감정과 느낌을 일반적으로 사람들이 느끼는 것보다 더 과하게 받아들이며, 자신이 맺고 있는 관계가 자신에게 해를 끼치더라도 자신의 결핍된 욕구와 불안정한 마음을 충족시키기 위해 더욱 그 관계와 대상에게 집착하는 모습을 보인다(우상우, 2014). 이들은 자신의 외로움과 심리적 고통을 수용할 내적인 힘이 없으며, 적응적인 방법으로 해결하지 못하기에 해로운 관계여도 이어나가고자 한다(한진주, 2007).

이러한 관계과몰입에 영향을 주는 요인으로 아동기 외상을 들 수 있다. 아동기 외상이란 부모나 주 양육자로부터 정서적, 신체적 그리고 성적 학대 및 방임을 포함한 아동의 정신건강과 발달을 저해하는 모든 환경 및 행위를 말한다(신은정, 김정민, 윤정미, 2017). 이러한 아동기 외상은 전반적인 발달 영역에 지속적으로 부정적인 영향을 미치며, 다양한 정신 장애와 관련이 높은 것으로 알려져 있다(김환, 한수미, 2015; 안현의, 장진이, 조하나, 2009; Cook et al., 2017; Finkerhor & Dziuba-Leatherman, 1994). 뿐만 아니라 어린 시절 외상을 경험한 사람들은 관계에서도 다양한 문제를 나타내는데, 다른 사람들과의 의사소통 속에서 자신의 상처나 분노 등과 같은 부정적 감정과 행동, 위험단서를 파악하지 못한다(김인혜, 송현주, 2014). Pearson(1991)은 관계과몰입 성향이 높은 사람은 아동기에 부모의 학대 및 방임을 경험하는 가정환경에서 자라왔을 가능성을 주장하였다. 아동기의 학대 및 방임은 후에 성인이 되어 자신의 현실과 삶을 희생하고서라도 관계를 유지하려는 병리적 애착을 일으킨다는 것이다. 즉, 아동기 외상 경험은 아동이 성인이 되어서도 자신의 내적 안정감과 정체감을 가지지 못하게 하고, 위로와 위안을 자기 자신에게서 찾지 못해 외적인 자원에 의존하게 만든다(이지원, 이기학, 2014). 이는 아동기 외상을 경험한 사람은 자신에 대한 온전한 느낌을 가지지 못하기에 이성관계를 통하여 자신의 의미와 정체감을 찾으려 하고,

어떻게든 자신의 결핍된 욕구와 애정을 채우기 위해 건강하지 않은 상호작용을 추구한다고 볼 수 있다(최나운, 이영호, 2018). 이러한 선행연구들을 종합해보았을 때, 아동기 외상은 관계에 집착하게 되는 관계과몰입 성향을 증가시키는 중요한 선행요인임을 예측할 수 있다.

이렇게 아동기 외상이 직접적으로 성인 초기 관계과몰입에 영향을 미치기도 하지만, 제 3의 변인을 통해 간접적으로 관계과몰입에 영향을 미치기도 한다. 실제로 아동기 외상은 성인 초기 관계과몰입에 영향을 미친다고 해도 이미 과거에 발생한 일이지 이에 대한 직접적인 개입에는 한계가 있을 수 있다. 이에 본 연구에서는 아동기 외상으로 인한 관계과몰입을 치유하는데 시사점을 제공하기 위해 아동기 외상이 관계과몰입에 영향을 미치는 과정에서 이들을 매개하는 변인으로 거부민감성과 정서조절곤란을 가정하고 그 효과를 확인하고자 하였다.

먼저, 거부민감성(rejection sensitivity)은 자신이 관계에서 언젠가 거부당하거나 자신을 떠나갈 것이라는 불안을 크게 느끼는 것을 말한다(이경숙, 서수정, 신의진, 2000; Levy, Ayduk, & Downey, 2001). Feldman과 Downey(1994)는 거부민감성을 대인관계를 맺는 상황에서 자신이 거부당할 것이라는 불안을 가진 채 거부에 대해 과민하게 반응하는 인지-정서적 과정이라고 정의하였다. 거부민감성이 높은 사람들은 상대방과 친밀한 관계를 원하면서도 상대방으로부터 거부당할 것을 두려워하며 관계에서 불안, 우울 등의 정서적 불편감을 호소한다.

이러한 거부민감성은 과거 아동기 외상으로 인해 영향을 받는다. Bowlby(1980)는 어린 시절 주 양육자와의 관계에서 반복적인 거절을 당한 경험이 있는 경우 거부민감성이 높아진다고 하였으며, 이상우(2014)는 어린 시절 부모 및 주 양육자로부터 신체적, 정서적으로 버림받았던 경험이 성인기의 관계에서 거절에 대한 불안감으로 이어진다고 보았다. 과거 부모로부

터 받은 학대, 방임, 거절로 인하여 두려움과 불안을 경험한 아동은 이후 성
인기의 대인관계에서도 상대방을 온전히 믿지 못하고 쉽게 거절당할 것이라
는 예기 불안을 가지게 되며 이로 인해 거부민감성이 더욱 발달하는 악순환
이 반복된다(Feldman & Downey, 1994). 이를 바탕으로 본 연구에서는 아동
기 외상을 거부민감성을 일으키는 선행요인으로 보고자 하였다.

또한 거부민감성은 관계과몰입 성향을 높이는데 영향을 미치는 요인으로
볼 수 있다. 거부민감성이 높은 사람들은 관계 유지에 해가 될 만한 거부
단서에 민감하게 반응하여 관계에 더욱 집착하고 주의를 기울인다(이인숙,
2019). 이들은 관계에서 거절당하는 것에 대한 불안으로 인하여 자신의 생각
이나 감정을 억압하고, 거부당할 것 같은 두려움을 피하기 위해 상대방의
무리한 요구도 전적으로 들어주려 하며, 관계를 맺고 있는 대상에게 더욱
순응하고 의존하는 경향을 보인다(지은선, 2014; 한진주, 2007; Purdie &
Downey, 2000). 이는 거부에 대해 민감하게 지각할수록 거부를 당하지 않기
위해 관계에 더욱 집착하는 관계과몰입 성향이 높아짐을 시사한다.

다음으로, 본 연구에서는 거부민감성 뿐만 아니라 정서조절곤란을 또 다
른 매개변인으로 보고자 한다. 정서조절곤란은 불쾌한 정서를 조절하는데
어려움을 겪으며 다양한 정서들을 자각, 이해 및 수용하지 못하고 융통성
있게 조절하지 못하는 것이다(Gratz & Roemer, 2004). 이러한 정서조절곤란
은 부정적인 정서를 보다 예민하게 지각하게 하는 요인으로 개인의 정신 건
강과 사회적 적응에 부정적인 영향을 미친다(Cole, Michel, & Teti, 1994). 실
제로 정서조절곤란은 정서적, 신체적 학대와 같은 외상 경험이 대인관계 문
제와 같은 심리적 및 사회적 부적응을 야기하는 핵심적인 매개 변인으로 주
목받고 있다(석애란, 김영근, 2018; 최나운, 이영호, 2018). 이러한 근거들을
바탕으로 본 연구에서는 거부민감성과 함께 아동기 외상과 성인 초기 관계
과몰입의 관계를 매개하는 또 다른 변인으로 정서조절곤란을 가정하고 이들

의 관계를 확인하고자 하였다.

이러한 정서조절곤란은 아동기 외상으로 인하여 보다 심해질 수 있는데, 아동기 외상과 정서조절곤란의 관계에 대한 선행연구들에 의하면, 정서조절 곤란은 어린 시절에 외상을 경험하였을 때 더욱 심각해지며(Allen, 2005), 아동기에 학대를 당한 경우 불안을 크게 느끼고 감정과 정서를 조절하는 능력이 크게 저하된다(안동현, 2002). 아동기의 학대와 방임으로 양육자에게 충분한 관심과 애정을 받지 못한 경우 이 욕구가 충족되지 않아 성인기의 관계에서 부정적 정서를 보다 잘 경험하면서도 자신의 정서나 감정을 명확하게 알아차리지 못한다(최나운, 이영호, 2018; Young, 1990). 또한 아동기 외상경험이 있는 사람은 자신의 정서적 욕구를 잘 파악하지 못하고 부정적인 정서를 억압하기 위해 자기파괴적인 행동을 보인다(김보미, 유성은, 2012). 이는 아동기 외상을 경험한 경우 상대적으로 정서조절에 어려움을 겪을 수 있음을 시사하며, 아동기 외상은 정서조절곤란을 악화시킬 수 있는 선행요인으로 볼 수 있다.

최근 들어 정서조절곤란은 중독에 영향을 끼치는 요인으로 주목받고 있으며 여러 중독과 정서조절곤란의 관계를 확인하는 연구들이 진행되고 있다. 정서조절에 실패할 경우 관계에서 적절히 사회적 기술을 사용하거나 소통하지 못해 건강한 관계를 맺고 유지하는데 어려움을 경험하며, 정서조절곤란이 심할수록 다양한 중독에 빠질 가능성이 높아진다(안재희, 이아라, 2016; 김세광, 2018). 정서조절곤란과 관계과몰입 간의 관계를 직접적으로 살펴본 연구는 드물지만, 정서조절곤란은 스마트폰 중독(김은영, 김정기, 최승애, 남태현, 2016; 김원진, 이종환, 임종민, 장문선, 2018; 최다혜, 이혜진, 2017)이나 인터넷 중독(김소연, 전종철, 2016; 신가영, 2019; 양승애, 서경현, 2017)에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 따라서 이러한 선행연구들로 미루어 볼 때 정서조절곤란은 다양한 중독을 야기하는 요인임을 알 수 있으며, 이

로부터 정서조절곤란이 중독의 하위 유형 중 하나인 관계과몰입과도 관련이 있을 것으로 예측할 수 있다. 그러나 현재까지 정서조절곤란과 관계과몰입의 관계를 직접적으로 검증한 연구는 다른 중독에 비하여 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 정서조절곤란이 매개 역할을 할 것으로 보고 이를 확인하고자 하였다.

한편, 본 연구에서 아동기 외상과 관계과몰입의 관계를 매개할 것으로 가정한 거부민감성과 정서조절곤란 사이에도 순차적인 관계가 있을 것으로 보았는데, 거부에 대해 민감하게 지각하는 사람들일수록 다양한 부정적인 정서를 보다 예민하게 지각하고 이를 적응적으로 조절하거나 통제하지 못하여 결국 부적절한 반응을 하게 되기 때문이다(최은선, 권혜수, 2013; Levy, Ayduk, & Downey, 2001). 관계에서 자신이 거부당한다고 지각하면 할수록 부정적인 정서를 적절하게 대처하지 못하면서 정서조절곤란의 정도가 심해질 수 있다(박우람, 홍상황, 2018). 따라서 거부민감성이 정서조절곤란에 영향을 미칠 것으로 예측되나, 아직까지 거부민감성과 정서조절곤란의 관계를 살펴본 연구는 매우 제한적인 실정이다. 또한 현재까지 경계선 성격장애와 본 연구가 보고자 하는 변인들과의 관련성을 살펴본 연구들은 존재하나(우희정, 박경, 2014, 이윤연, 장현아, 2016; 허연주, 이민규, 2015; Selby, Braithwaite, Joiner, & Fincham, 2008; Staebler, Helbing, Renneberg, & Renneberg, 2011), 경계선 성격장애 및 성향을 보이지 않는 일반인들을 대상으로 이를 확인한 연구는 드문 실정이며, 거부민감성과 정서조절곤란을 순차적으로 영향을 미치는 경로를 살펴본 연구 또한 미비한 상태이다. 이에 본 연구에서는 일반인을 대상으로 아동기 외상으로 인하여 거부민감성이 높아지면 자신의 정서를 적응적으로 조절하지 못하게 되어 결과적으로 관계과몰입에 이를 가능성이 높을 것으로 보고, 이를 검증하고자 하였다.

정리하면, 본 연구에서는 아동기 외상과 성인 초기 관계과몰입 간의 관계

를 살펴보고 이들의 관계를 거부민감성과 정서조절곤란이 각각 매개하는지, 나아가 거부민감성과 정서조절곤란이 순차적인 매개효과를 가지는지에 대해 알아보고자 하였다. 본 연구는 다른 연령대와 집단에 비하여 이성관계가 보다 활발히 이루어지는 성인 초기 대학생을 대상으로 관계과몰입에 영향을 미치는 변인과 경로를 밝힘으로써 상담 장면에서 관계과몰입과 같은 잘못된 이성관계로 고통 받는 내담자의 치유와 회복을 위해 내담자의 거부민감성과 정서조절에 어려움을 탐색하여 보다 구체적인 상담 전략을 수립하는데 실질적인 도움을 주는 기초자료를 제공하고자 하였다.

II. 연구문제

1. 연구모형

본 연구에서는 아동기 외상이 성인 초기 관계과몰입에 영향을 미치는 과정을 거부민감성과 정서조절곤란이 각각 매개할 것이라고 가정하고 이를 검증하고자 하였다. 또한 이들 간의 관계에서 거부민감성이 정서조절곤란을 거쳐 순차적으로 매개할 가능성도 추가적으로 살펴보고자 하였다. 연구모형은 그림 1과 같다.

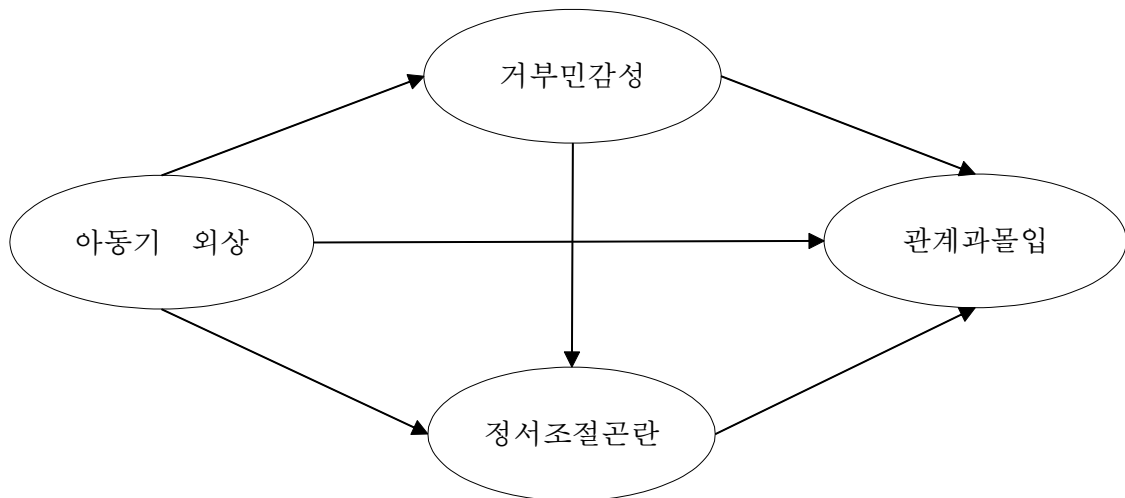


그림 1 . 연구모형

2. 연구문제

본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 아동기 외상과 관계과몰입, 거부민감성, 정서조절곤란의 관계는 어떠한가?

가설 1-1) 아동기 외상, 관계과몰입, 거부민감성, 정서조절곤란 모두 정적인 상관관을 보일 것이다.

연구문제 2. 아동기 외상이 관계과몰입에 직접적으로 영향을 미치는가?

가설 2-1) 아동기 외상이 관계과몰입에 직접적으로 영향을 미칠 것이다.

연구문제 3. 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성이 매개하는가?

가설 3-1) 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계를 거부민감성이 매개할 것이다.

연구문제 4. 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 정서조절곤란이 매개하는가?

가설 4-1) 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계를 정서조절곤란이 매개할 것이다.

연구문제 5. 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란은 순차 매개하는가?

가설 5-1) 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란은 순차 매개할 것이다.

Ⅲ. 이론적 배경

1. 관계과몰입

먼저 중독이란 어떠한 요인으로 인하여 과도한 쾌락을 추구함으로써 인해 정상적이고 건강한 생활을 하지 못하고 그 경험에 의존하게 되는 것을 말한다(West, 2001). 중독은 알코올, 담배, 카페인, 니코틴과 같은 유해물질로 인한 물질중독(substance addiction)과 일중독, 인터넷중독, 쇼핑중독, 도박중독과 같은 과정중독(process addiction)으로 나눌 수 있는데(장효강, 최이순, 2016), 과정중독은 물질이 아닌 인간의 행위가 중독적인 양상을 보이는 것을 의미한다(Rosenberg & Feder, 2014). 관계중독 또한 이러한 과정중독으로 이해할 수 있는데, 이는 ‘관계’, ‘사랑’이라는 인간의 행위를 갈망하고 이를 통해 느끼는 기분 좋은 감정과 생각을 되풀이하는 양상이 과정중독의 패턴과 비슷하기 때문이다(한진주, 2007). 관계중독은 여러 연구와 문헌들에서 사랑 중독(love addiction), 중독적인 사랑 관계(addictive love relationship)와 같은 다양한 용어로 사용되었으나, 국내 연구에서는 ‘관계중독’이란 용어로 이를 가장 많이 지칭하고 있다.

그러나 ‘관계중독’이란 용어를 사용하기엔 아직까지 조심스러운 상황이다. 정신장애진단 및 통계편람 제 5판(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder-5th edition; DSM-5)에는 알코올중독, 마약중독 등과 같은 물질중독을 정식 진단명으로 포함하였으나(APA, 2015), 관계중독을 포괄하는 과정중독은 도박장애를 제외하고 현재까지 DSM-5에 정식 진단명으로 포함되지 않았다. 이는 과정중독을 다양한 병리적인 증상과 임상적으로 심각한 부적응적 행동변화를 야기하는 정신장애 중 하나인 ‘중독’에 포함시키기엔 한계가 있기 때문

인 것으로 보인다. 따라서 본 연구에서는 관계중독이라는 용어가 아닌 ‘관계과몰입’이라는 용어로 사용하고자 한다.

관계과몰입이란 상대방과의 관계에 집착하면서 관계가 중독적인 양상으로 나타나는 것을 말하며(우상우, 2014), 사랑하고 있는 사람과의 관계를 건강한 방식이 아닌 병리적이고 중독적인 방식으로 추구하는 것이다(황명구, 송현정, 2018). 선행연구들은 관계과몰입을 전반적인 대인관계가 아닌 이성관계에서 중독 양상을 보이는 것으로 국한하여 설명하였으며, 손승희(2017)는 관계과몰입을 이성관계에서 느끼게 되는 다양한 감정과 정서에 중독되어 그 관계 자체 혹은 상대방에게 집착하는 것이자 이를 통제하기 어려운 상태라고 정의하였다. 이를 바탕으로 본 연구 또한 관계과몰입을 이성관계에서 중독적인 양상을 보이는 것으로 간주하고자 한다.

관계과몰입 성향이 높은 사람은 이성관계를 맺지 않을 때 우울 혹은 외로움을 많이 느끼며, 이성과 헤어지고 나서는 바로 다른 이성을 만나기 위해 노력한다. 또한 이들은 관계를 맺을 때 경험하는 강렬한 감정과 생각에 사로잡히기 때문에 관계가 깨어질 경우 심한 혼란, 불안정함, 우울과 외로움을 경험한다(Sussman, 2010). 이들에게 상대방과의 관계는 자신의 삶에 가장 중요한 요소이자 전부이기에 관계가 끊어지는 것을 견디지 못할 만큼의 심리적 고통을 경험하며, 다시 혼자가 된다는 것에 대해 큰 절망감을 경험한다. 이를 회피하기 위해 관계에 더욱 집착하며 상대방을 조정하거나 상대방이 원하는 것을 자신이 모두 충족시키려고 노력한다. 이들은 관계를 유지하기 위해 본인보다 상대방의 욕구를 우선시하며, 상대방 없이는 살 수 없다고 느낄 만큼의 극단적인 정서를 경험하며 사랑받고 있다는 정서적 안정감을 갈망하고 이를 위한 과도한 에너지를 표현하며(Aron, Fisher, Mashek, Strong, Li, Brown, 2005) 결국 본인의 욕구와 감정을 억압하며 지나치게 관계에 몰입하여 더욱 관계과몰입 양상이 심각해진다(정은정, 2018). 또한 관계에 대하여 불안과 불확실함을 지

속적으로 경험하기에 상대에게 매달리거나 관계로 인한 불편감을 통제하는 능력이 크게 저하되어 있어 관계가 파괴적인 결과로 끝날 가능성이 높다(우상우, 2014).

Reynaud, Karila, Blecha와 Benyamina(2010)은 생물학적인 요인들을 연구하여 관계과몰입을 보다 객관적이고 임상적으로 평가 및 진단하기 위한 새로운 기준들을 제안하였다. 이들은 기능적 자기 공명 영상(Functional magnetic resonance imaging, fMRI)을 통해 관계에 깊이 의존하고 몰입하는 사람들에게 사랑하고 있는 사람의 사진을 보여준 후 뇌 활동을 측정하였는데, 물질 의존성, 물질 중독인 경우에 활성화되는 뇌 영역인 복측피개영역, 전대상피질 등에서 활발하게 움직이는 것을 발견하였으며, 물질 의존성과 관련 있는 신경전달물질인 도파민과 옥시토신이 관계과몰입 성향의 연구 참여자들에게서도 과도하게 활성화 되어있는 것을 밝혔다. 이러한 연구는 관계과몰입인 경우에도 물질 중독인 경우에 나타나는 생물학적인 양상들과 비슷하게 나타나며 중독적인 양상을 보인다고 볼 수 있다(Esch, Stefano, 2005; Larkin, Wood & Griffiths, 2006).

경계선 성격장애를 가진 경우에도 관계과몰입의 양상을 보이는데, Linehan(1993)이 제안한 경계선 성격장애의 생물사회이론에 따르면, 경계선 성격장애는 정서조절의 어려움을 주 증상으로 보고하며 정서조절의 어려움은 대뇌 변연계의 이상 등과 같은 생물학적인 취약성과 과거 부모의 정서적인 방임과 같은 환경적인 요소가 결합하여 나타난다. 이렇게 두 부정적인 요인이 결합했을 때 경계선 성격장애는 강렬한 정서적인 반응을 하면서도 쉽게 본래의 정서 상태로 돌아오지 않는다(Crowell, Beauchaine, Linehan, 2009). 이들은 관계가 흔들리는 상황일 때 상대방에 대한 신뢰도가 두드러지게 감소하게 되면서(Miano, Fetuck, Roepke & Dziobek, 2017; Stepp, Pilkonis, Yaggi, Morse & Feske, 2009), 결국 불안이나 부정적인 정서가 높아져 관계에 집착하게 된다.

뿐만 아니라 사랑에 깊이 빠지면 상대방에 대한 객관적인 판단에 어려움을 겪게 되고 관계를 끝내지 않기 위한 과도한 노력을 하며 결국 관계가 파국적으로 끝날 가능성이 높다(Bandelow, Schmahl, Falkai & Wedekind, 2010).

Whiteman과 Peterson(1998)은 관계과몰입 성향의 특징을 제시하였는데, 관계과몰입인 사람들은 만성적인 내적 공허함을 느끼고 있으며 이를 해소하기 위하여 친밀한 관계를 통해 애정과 관심을 받으려고 노력한다고 하였다. 이들은 충분한 시간을 가지지 않은 채 바로 사랑에 빠지는 경향이 있으며, 상대방을 자신의 공허감과 외로움을 채워줄 수 있는 유일한 존재로 생각하여 전적으로 집착하고 의존한다. 또한 이들은 관계를 유지할 때 감당하게 되는 심리적 고통보다 헤어지고 혼자 남게 될 때 느끼는 두려움이 크게 작용하기 때문에 (이수현, 2009), 상대방이 폭력을 휘두르거나 정서적으로 힘들게 하는 관계일지라도 이를 쉽게 끊어내지 못한다(김수민, 2016; 이해원, 2016). 즉, 자신에게 해로운 관계임을 알면서도 그 관계를 끝내지 못하고 관계와 상대에 의존, 집착하는 상태를 관계과몰입이라고 볼 수 있다(Peabody, 2005). 결국 관계를 어떻게든 유지하기 위한 노력과 집착으로 인해 자기 자신의 생활을 건강하게 이어나가지 못하고(박연주, 2008), 개인의 삶의 질과 안녕감을 저하시킨다. 이렇게 관계과몰입은 관계에 대하여 객관적인 시각으로 보지 못하고 맹목적으로 의존하는 특성을 보인다.

2. 아동기 외상

1) 아동기 외상의 개념

외상이란 신체적인 외상뿐만 아니라 정서적 외상을 포함하여 지칭하는 용어

로서, 단기적인 일회성 외상과 반복적인 외상 두 가지 유형으로 구분된다(심두경, 백용매, 2019). 일회성 외상은 Type I 외상 또는 단순외상이라고도 하며, 이는 교통사고, 자연재해와 같이 예측할 수 없는 갑작스러운 사건으로 인한 외상을 말한다. 반복적인 외상은 Type II 외상이라고도 하며, 관계에서 지속적이고 반복적으로 가해지는 신체적, 정서적 혹은 성적 학대로 인한 외상을 말한다(Terr, 1991). Allen(2005)은 외상 경험의 원인이 사람인 경우 다른 외상 사건보다 더 큰 어려움을 유발한다고 보았으며, 반복적 외상에 포함되는 아동기 외상은 여러 외상 중에서도 가장 심각하다고 하였다.

초기에는 주로 신체적 학대에 관심을 가지고 아동기 외상을 다루었으나, Bernstein과 Fink(1998)는 아동기 외상을 경험하는 시기가 자아정체감 등을 형성하는 중요한 시기임을 인식하고 이를 정서적 학대, 신체적 학대, 성적 학대, 정서적 방임과 신체적 방임으로 나누어 보았다. 구체적으로 살펴보면, 정서적 학대란 이로 인한 부정적인 결과가 즉각적으로 나타나지 않으나 아동의 발달과 정신건강에 해로운 영향을 미치는 행위를 포괄하며, 신체적 구속, 언어 및 정서적인 위협 등이 포함된다(김은정, 김진숙, 2010). 신체적 학대란 주 양육자가 아동의 신체에 지속적이며 고의적으로 손상을 주는 행동이자 아동의 전반적인 발달을 저해시키는 요인이다. 정서적 방임이란 주 양육자가 아동에게 기본적으로 필요한 양육, 관심, 소속감, 지지 등을 충분히 제공하지 않는 행위를 말한다. 정서적 방임을 경험한 아동은 가정에서 자신이 소중한 존재라는 것을 인식하지 못한다(최미정, 2009). 신체적 방임은 주 양육자 혹은 부모가 아동에게 기본적으로 필요한 신체적인 보호, 즉 아동의 건강 혹은 안전 등을 소홀히 하는 모든 행위를 말한다(이윤연, 장현아, 2017). 마지막으로 성적학대란 아동에게 성적인 수치심을 줄 수 있는 학대 행위로, 성추행, 성폭행 등이 포함된다. 이는 성인의 성적인 충족을 위한 신체적 및 간접적인 접촉 모두를 포함한다(김은정, 김진숙, 2010).

일반적으로 아동기에 가족 구성원 간 친밀하지 못한 관계였을 경우 더 심한 외상을 경험하며, 학대와 방임을 경험하는 시기가 빠를수록 외상을 경험한 후 살아가는데 주요한 심리적 요소를 발달시키지 못한다고 하였다(Ford, 2009; Layne et al., 2009). 또한 아동기 외상을 경험한 사람들은 넓은 조망을 가지지 못해 관계에서 겪게 되는 사건을 객관적으로 지각하고 파악하는 능력이 떨어져 다른 사람들과의 관계를 유지하는데 어려움을 겪을 가능성이 높다(Perry, Polland, Blakley, Baker, & Vigilante, 1995). 이렇게 아동기 외상은 관계에서 상황을 객관적으로 보지 못하고 제한적인 시각으로 보게 만들어 궁극적으로 건강한 관계를 맺지 못하게 한다.

뿐만 아니라 학대와 방임을 포함한 아동기 외상은 다양한 정신장애에도 부정적인 영향을 끼친다. 이들의 관계를 살펴본 선행연구들에 의하면, 아동기 외상은 우울(심두경, 백용매, 2019; Bernet & Stein, 1999; Wiersma, et al., 2009; Poole, Keith, & Dennis, 2017), 불안장애(고유나, 2016; 심현진, 권해수; 2013; Kuo, Godlin, Werner, Heimberg, & Gross, 2011; Zlotnick, Warshaw, Shea, & Keller, 1997), 낮은 자존감(Briere & Runtz, 1990; Finzi-Dottan & Karu, 2006), 자살사고(박은아, 조혜정, 이재경, 2016; Sit et al., 2015)와 연관이 있음이 지속적으로 보고되고 있다. 이렇게 아동기에 가정에서 경험하는 외상은 성인기에 다양한 정신장애를 일으키는 요인으로 작용하며(Douglas et al., 2010; Hovens et al., 2010; Taylor, Asmundson, & Carleton 2006; Ellason & Ross, 1997), 이는 아동기 외상이 다양한 부적응적인 문제의 원인이자 아동기에 경험한 외상이 성인이 되어서도 부정적인 영향을 지속적으로 미치고 있음을 시사한다.

2) 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계

Kohut(1977)은 중독되는 상태를 중독된 대상이나 물질에 대한 욕구가 아닌

자기 내면의 결핍을 채우기 위한 시도라고 설명하였다. 즉, 자신을 스스로 돌보지 못하게 될 때 자신의 내적인 결핍을 물질 혹은 사람과 같은 다른 대상으로 충족시키려고 하기에 중독이 발생한다는 것이다. 이러한 내면의 결핍은 과거 초기 발달 단계에서 주 양육자와의 단절, 학대 및 방임과 같은 경험으로부터 시작되었다고 볼 수 있다. Kohut(1977)은 관계 양상에 문제가 있는 사람의 경우 과거 초기발달의 문제가 있다고 보았으며, 이의선(2005)은 관계과몰입 성향이 높은 사람의 경우 과거 발달 상의 문제나 어린 시절 경험을 살펴봐야 한다고 하였다. 또한 Hart(1990)는 관계과몰입인 사람들은 어린 시절 부모의 사랑과 애정을 충분히 받지 못했기 때문에 이 좌절된 욕구를 현재 만나고 있는 상대방으로부터 받고자 관계에 중독되는 것이라고 보았다. 이러한 연구들은 아동기 외상과 관계과몰입이 밀접한 관련이 있음을 시사한다.

아동기가 지나고 성인기로 접어들면 중요한 애착 대상이 부모에서 또래 혹은 이성관계로 변화하게 된다. 즉, 아동기에는 부모와의 관계가 중요한 발달 과업이었다면, 성인기가 되면서 부모가 아닌 또래 및 이성이 이 시기의 중요한 애착대상이 된다(Hazan & Shaver, 1987). 아동기에 부모와의 관계는 이성 관계를 포함한 성인의 유대감에 중요한 영향을 미치는 선행요인이며(Morris, 1982; Weiss, 1982), 아동기에 부모 혹은 주 양육자와의 관계에서 경험한 방임과 학대는 성인기에 건강하지 못한 이성관계를 초래한다. 사랑을 받지 못한 가정환경에서 자란 사람들의 경우 애정과 관심을 충분히 받은 사람에 비해 상대적으로 관계과몰입에 더 취약하며(Whiteman & Peterson, 1998), 아동기에 외상을 경험한 경우 성인기에 맺게 되는 새로운 관계에 만성적인 불안을 느끼게 되고 관계에 집착하여 결국 관계과몰입에 빠질 가능성이 높다(우상우, 2014). 이는 아동기 외상 경험으로 인해 자신이 사랑받지 못할 것이라는 인식과 스스로에 대한 낮은 수용, 불안정감을 가지고 있기에 상대방을 자신의 낮은 가치감을 대신 채워줄 하나의 대안으로 삼으며(Bireda, 1990), 결과적으로

그 관계에 집착하는 관계과몰입 성향이 높아지는 것으로 볼 수 있다.

정리하면, 아동기에 학대와 방임과 같은 외상 경험이 있는 경우 자신에 대하여 불안정함을 느끼고 스스로 의미 있는 존재임을 인식하지 못하게 되면서(이지원, 이기학, 2014), 이를 타인으로부터 채우려고 하기에 관계와 상대에게 지나치게 의존하는 특성을 가지는 관계과몰입 성향을 높이는 것으로 예측할 수 있다.

3. 거부민감성

1) 거부민감성의 정의와 개념

사람은 누구나 관계 속에서 거부당하는 경험을 한다. 그러나 사람에 따라서는 거부당하는 것에 상대적으로 예민하게 반응하는 경우가 있는데, 이처럼 대인관계 속에서 거부당할 것에 대한 불안한 기대를 거부민감성(rejection sensitivity)이라 한다(이경숙, 서수정, 신의진, 2000). 구체적으로 거부민감성이란 거부를 당하는 것에 과민하게 반응하는 역동적인 인지-정서적 과정을 의미하며(Feldman & Downey, 1994), 인지-정서적 과정이란 어떠한 상황에 직면했을 때 개인이 가지고 있는 신념, 기대, 지향성과 같은 다양한 정신적 표상들이 그 개인의 정서와 인지에 영향을 주는 것으로서 이 과정을 통해 그 상황에 특정한 행동을 하게 된다(임정민, 오경민, 2016; Ayduk, Mendoza-Denton, Mischel, Downey, Peake, & Rodriguez, 2000).

거부민감성이 낮은 사람의 경우 모호한 신호에 대해 거부로 인식하지 않으며, 수용적인 태도를 가진다(Ayduk, et al., 2000). 반면 거부민감성이 높은 사람은 대인관계에서 거부 당하는 것에 대하여 항상 높은 불안을 가지고 있으

며, 거부에 관련된 작은 단서에도 예민하게 받아들이며 과잉 경계하는 태도를 보인다. 또한 이들은 거부 혹은 거절을 당했다고 인식할 때 거부민감성이 낮은 사람보다 더 많은 스트레스와 부정적인 정서들을 경험하며(임정민, 오경자, 2016), 모호하고 중립적인 단서를 거부로 받아들일 가능성이 높다. 이들은 거부당하는 것을 상대방이 자신을 멀리하고 버리는 것으로 인식하여 질투나 우울감을 느끼며, 상대방을 통제하려는 부적응적인 방법을 선택하는 등 거부에 과잉 반응하는 경향이 있다(송준현, 백용매, 2018; Downey & Feldman, 1996).

Levy, Ayduk와 Downey(2001)은 거부민감성을 설명하기 위하여 거부민감성 모델을 제안하였다(그림 2). 이 거부민감성 모델은 Bowlby(1980)의 애착이론과 Sullivan(1937)의 대인관계 이론을 토대로 발전하였으며, 거부에 대한 인식과 반응을 나타내는 개인차를 설명한다. 이 모델에 의하면 사람들은 어린 시절 주 양육자와의 애착관계 형성을 통하여 내적 작동 모델(Internal Working Model)을 형성하고, 이를 통해 대인관계에 영향을 미친다고 보았다. 즉, 어린 시절 애착 형성하는 단계에서 주 양육자로 인하여 반복적으로 거부당하는 경험을 하게 되면 거부민감성이 형성되어 자신에게 중요한 사람이 자신을 거절할지 모른다는 예기불안을 경험하게 된다.

이처럼 거부민감성이 높은 경우 대인관계에서 자신이 거부당할 것을 예상할 때 반사적으로 예기 불안과 두려움이 유발된다. 이는 거부민감성의 시발점이자 핵심으로, 거부에 대한 방어적 반응은 거부단서를 예민하게 받아들여주고 과잉경계를 촉진시키며, 중립적인 상황에서도 자신을 거부하는 것으로 지각하게 한다. 자신이 거부당하는 것으로 느끼게 되면 여러 인지-정서적 반응을 일으키게 되는데(Downey & Feldman, 1996), 이 때 인지-정서적 정보처리 과정을 통하여 우울, 분노 등의 부정적인 정서를 경험하고 이로 인해 외현적으로 공격적이고 적대적인 행동과 같은 과잉반응을 하게 된다(Ayduk, Downey, Testa, Yen, & Shoda, 1999; Ayduk, May, Downey, & Higgins, 2003;

Levy et al., 2001). 즉, 관계에서 거부에 대한 예기 불안으로 인해 쉽게 거부를 지각하고, 이로 인해 여러 인지적, 정서적 반응을 통하여 부적절한 행동을 하게 되는 것이다. 이러한 과정의 결과로 거부에 민감한 사람들은 거부에 과민반응하는 행동을 함으로써 상대방을 지치게 만들고 관계를 악화시키며, 이러한 상황에서 거부를 더욱 예민하게 지각하여 거부민감성이 강화되는 악순환이 반복되게 된다(Downey, Freitas, Michaelis, & Khouri, 1998). 따라서 거부민감성은 초기 성인기의 중요한 발달과업이라고 할 수 있는 이성교제에서 친밀한 관계를 맺고 이어나가는 것에 어려움을 줄 수 있는 요인으로 볼 수 있으며, 이성관계에서 부적절한 관계를 맺을 가능성을 높인다고 볼 수 있다.

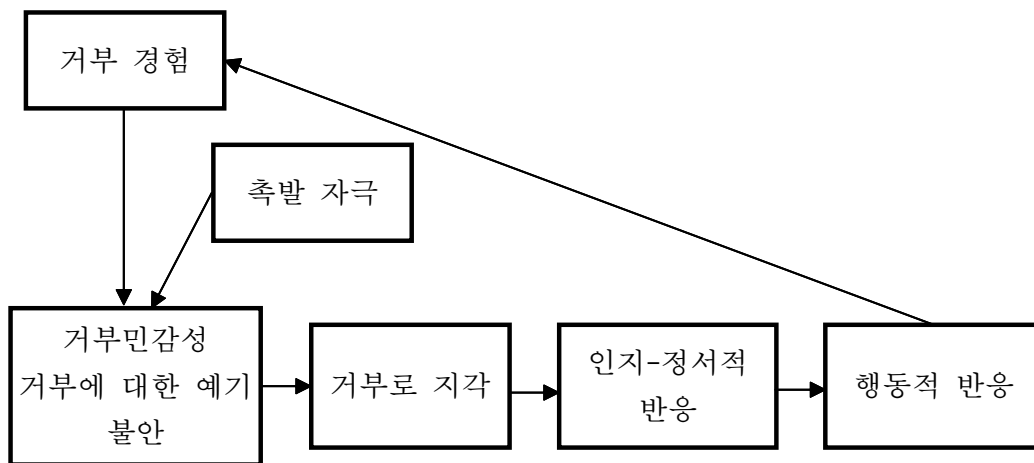


그림 2 . 거부민감성 모델(Levy, Ayduk & Downey, 2001)

2) 아동기 외상과 거부민감성의 관계

거부민감성은 어린 시절 주 양육자 혹은 부모가 아동의 반응이나 요구를 지속적으로 거부할 때 거부에 예민하게 반응하게 된다는 애착이론을 기반으로

한다(Bowlby, 1980). Bowlby(1980)는 초기 양육과정에서의 주 양육자와 아동의 관계의 중요성을 강조하였는데, 부모와의 애착이 형성되는 시기에 부모가 아동의 여러 욕구를 충분히 충족시켜주었을 때 아동은 부모와의 안정적인 애착 관계가 형성됨으로써 관계에 대한 신뢰감과 안정감을 느끼게 된다. 반대로, 이 시기에 부모가 아동의 욕구를 알아차리지 못하고 충분한 애정과 관심을 주지 않고 학대 및 방임한 경우, 아동은 부모로부터 반복적으로 거부를 지각하게 됨으로써 내적 가치감을 형성하지 못하고 관계에서 불안, 우울과 같은 정서적 어려움을 느끼며, 성인이 되어서도 타인에게 버림받는 것과 거절당하는 것에 만성적인 두려움을 가지게 된다(안동현, 2000; Downey, Feldman, & Ayduk, 2000; Feldman & Downey, 1994). 즉, 어린 시절 학대와 방임을 경험한 사람은 반복적으로 자신의 욕구가 거절당한 경험이 있기 때문에 이후에도 상대방이 자신을 거부할 것이라고 예측하는 생각이 잠재적으로 계속 머물러 있는 상태가 된다(이복동, 2000).

아동기 외상과 거부민감성의 관계를 확인한 선행연구들을 구체적으로 살펴보면, 아동기 외상 경험이 있는 경우 모호한 단서를 거부로 인식하여 자신이 거절 당했다고 더 많이 지각하고 과잉 반응하는 것으로 나타났으며(이경숙, 서수정, 신의진, 2000), 아동기 외상 경험으로 형성된 불안 애착이 친밀함에 대한 두려움과 사회불안에 영향을 미치는 경로에서 거부민감성이 완전매개한다는 연구결과가 있다(김나경, 양난미, 2016; 성정아, 홍혜영, 2014). 또한 양승애와 서경현(2015)은 대학생이 지각한 부모의 거부적인 양육태도가 데이트 폭력에 영향을 미치는 과정에서 거부민감성이 매개하는지를 살펴보았는데, 부모의 거부적 양육태도와 자녀의 거부민감성은 정적인 상관관계가 있었으며, 부모의 거부적 양육은 직접적으로 데이트폭력에 영향을 미치기도 하고 거부민감성을 매개하여 간접적으로도 데이트폭력에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 어린 시절 부모가 자녀를 관심과 애정으로 대하지 않고 학대와 방임을 하는 경

우 자녀의 거부민감성이 더욱 발달하게 되고, 결국 부적응적인 이성관계를 초래하게 됨을 의미한다. 즉, 어린 시절 부모에게 받은 학대와 방임의 경험으로 인해 거부를 민감하게 지각하게 되고, 이는 자라면서 고착되어 성인기에 다양한 사회적 부적응 요인들에 영향을 미치는 것으로 보인다.

따라서 본 연구에서는 아동기에 주 양육자로부터 학대, 방임과 같은 외상을 경험한 경우 중요한 타인에게 거절당했다는 도식으로 인하여 거부를 보다 예민하게 지각하는 거부민감성이 높아진다고 가정하고 이를 살펴보고자 하였다.

3) 거부민감성과 관계과몰입 간의 관계

Downey와 Feldman(1996)은 거부에 민감한 사람들은 자신에게 중요하고 친밀한 타인과의 관계에서 거부와 거절을 보다 예민하게 파악한다고 하였다. 거부민감성이 높은 개인은 자기에 대한 표상을 통합하지 못함으로써 이성과의 관계에서 과도하게 의존 및 헌신하며 비주장성을 나타낸다(송준현, 백용매, 2018). 또한 거부민감성이 높은 사람들은 거부당하지 않기 위해 갈등상황에서 자신의 감정이나 생각을 드러내지 않고 억압함으로써 이성관계에서 친밀감을 느끼려고 노력하며(지은선, 2014), 원치 않는 성관계를 거절하지 못하고 응낙하는 경향이 있다(김은수, 이우경, 2016). Downey, Bonica와 Rincon(1999)은 거부에 민감한 사람들은 거절당하지 않기 위해 상대방이 자신을 정서적, 신체적 및 성적으로 힘들게 하더라도 이를 참고 견뎌한다고 하였으며, Purdie와 Downey(2000)는 거부민감성이 높을수록 이성관계에서 갈등을 경험할 때 잘못된 선택임을 알면서도 관계를 유지하기 위해 상대방이 요구하는 어떤 일이라도 하겠다고 응답하는 경향이 높다고 보고하였다. 또한 거부민감성은 긍정적인 관계를 맺고 유지하는 것을 어렵게 하여 외로움을 느끼도록 만들어 이성에게 더욱 의존하는 관계과몰입 성향을 높아지게 한다(Downey et al., 1998; Levy,

Ayduk, & Downey, 2001). 이러한 연구결과들은 거부민감성이 높은 사람들은 관계에서 경험하는 자신의 감정이나 의견을 주장하지 못한 채 자기 자신을 깎아내리면서까지 관계에 순응하는 가능성이 높음을 시사한다. 이는 거부민감성이 높을수록 건강하고 주체적으로 관계를 이끌어가지 못하고 거부당하지 않기 위해 관계에 지나치게 의존, 집착하는 관계과몰입 성향이 높아질 수 있다고 볼 수 있다.

이처럼 거부민감성과 대인관계 문제, 이성관계와의 관련성을 살펴본 연구들은 많이 진행되어 왔으나(김주연, 성태훈, 김지혜, 신민영, 2014; 정소현, 양난미, 2018; 차혜련, 김종남; 2016; Downey et al., 1999; Galliher & Bentley, 2010; London, Downey, & Bonica, 2007), 거부민감성과 관계과몰입 간의 관계를 직접적으로 살펴본 연구는 아직까지 제한적인 실정이다. 이에 본 연구는 거부민감성이 높을수록 관계를 끊지 못하고 유지하려는 관계과몰입 성향이 증가한다고 가정하고 이를 검증하고자 하였다.

4. 정서조절곤란

1) 정서조절곤란의 개념

사람은 여러 상황을 겪으면서 다양한 정서를 경험하게 된다. 이러한 정서를 경험할 때 우리는 이를 조절하거나 통제하기 위한 노력을 기울인다. 적응적으로 살아가기 위해서는 자신에게 일어나는 정서를 인지하고 이것의 의미를 파악함으로써 상황에 유연하게 반응하고 대처할 필요가 있다.

정서조절에 대해서는 학자마다 다양하게 설명하기 때문에 정서조절을 명확하게 개념화하기는 쉽지 않다(Walden & Smith, 1997). 이는 정서조절의 과정

이 정서의 종류와 인지 및 행동적, 생리적 요인들이 복합적으로 연관되어 작용하기에(Diamond & Aspinwall, 2003; Gross & John, 2003) 연구자들마다 자신의 관심사에 따라 정서조절을 개념화하여 연구를 진행하였기 때문이다(이지영, 2012).

학자에 따라서 정서조절은 자신의 상황과 목표에 맞게 정서를 조절할 수 있는 과정(Cole et al., 1994) 혹은 적절한 순간에 유연한 방법으로 정서를 표현하는 과정(Gross, 1998)이라고 정의되며, 부정적인 정서에 대한 표현과 정서적 각성을 감소시키려는 노력(Garner & Spears, 2000)으로도 정의된다. 또한 Gratz와 Roemer(2004)는 정서를 이해하고 인식하고 정서를 수용하는 능력, 부정적인 정서를 경험할 때 나타나는 충동적인 행동을 조절하여 목표 달성을 이루고자 하는 행동 능력, 상황에 따라 융통성 있고 적절하게 정서를 사용하는 능력이라고 정의하였다. 이처럼 학자들마다 정서조절을 다르게 정의하고 있으나, 정서조절이 개인의 정신건강과 적응에 있어서 중요한 역할을 한다는 점은 일관되게 주장하고 있다. 하지만 모든 사람들이 정서를 건강한 방법으로 조절하는 것은 아니며, 정서를 조절하는데 실패할 경우에는 역기능적인 행동이나 우울, 불안과 같은 부정적인 정서가 일어나게 된다(이지영, 권석만, 2006).

이렇게 정서조절의 실패가 만성적이고 반복적으로 나타나는 것을 정서조절 곤란(emotion dysregulation)이라고 하며, 정서조절에 실패한 경우 부정적인 정서를 보다 악화시키고 개인의 내적 기능과 사회적 기능은 약화시켜 다양한 심리적 부적응을 초래하게 된다(이지영, 2016; Cole et al., 1994; Hofmann, Sawyer, Fang, & Asnaani, 2012). 정서조절의 개념과 정의를 학자마다 다르게 설명하는 것처럼 정서조절곤란의 개념 또한 학자마다 다르나, 본 연구에서는 Gratz와 Roemer(2004)가 정의한 바와 같이 정서를 적응적으로 조절, 수용하지 못하는 것을 ‘정서조절곤란’으로 보고자 한다.

여러 선행연구들을 통해 정서조절곤란은 다양한 심리적 증상 및 정신 장애

와 관련이 있음이 밝혀졌다. 이미현과 채규만(2012)은 부정적 정서와 정서조절 곤란이 폭식행동을 유의미하게 설명하는 것을 밝혔으며, 오은혜, 노상선, 조용래(2009)는 정서조절의 어려움이 클수록 사회적 상호작용 불안과 사회공포증상이 심해진다고 하였다. 또한 정서조절곤란이 높을수록 경계선 성격을 가진 사람의 자해 행동이 증가한다는 연구결과도 존재한다(임선영, 이영호, 2017). 즉, 정서조절곤란이 심할수록 자기 파괴적이고 극단적인 방법으로 정서를 통제하려는 시도를 하게 되며(Luxenberg, Spinazzola, & Van der Kolk, 2001), 이는 정서조절이 적절히 이루어지지 못할 때 다양한 문제행동과 정신 병리를 야기할 수 있음을 시사한다. 이상에서 살펴본 바에 따르면, 정서조절곤란은 개인의 사회적 적응, 정신 건강에 부정적인 영향을 미치며 문제 행동을 악화시키는 요인임을 예측할 수 있다.

2) 아동기 외상과 정서조절곤란의 관계

외상을 경험한 사람들은 대인관계 속에서 자신의 감정이나 정서, 부적절한 행동을 잘 알아차리지 못한다(최나운, 이영호, 2018). Luxenberg 등(2001)은 과거 학대와 같은 외상을 경험한 사람은 자기 자신을 무능하고 상처 받는 존재로서 인지하고, 세상에 대한 부정적인 시각을 가지게 된다고 하였다. 이들은 다른 사람들이 자신을 이해하지 못한다는 생각으로 외부 현실에서의 관계를 객관적으로 바라보지 못하고 자신의 정서를 파악, 조절, 통제하지 못한다.

많은 학자들이 정서조절곤란은 아동기 외상을 경험한 사람들의 주된 기능장애이며, 아동기 외상은 정서조절곤란의 강력한 선행요인이라고 하였다(김은정, 김진숙, 2010; 안현의, 2007; Courtois, 2008; Luxenberg et al., 2001). 아동기 외상을 경험한 사람들은 사소한 일에도 쉽게 압도당하여 과민반응을 하게 되고 자신의 정서를 제대로 조절하지 못하며 고통스러운 정서를 회피하기 위

해 자신을 파괴하는 행동을 보인다(김보미, 유성은, 2012). 실제로 Shields와 Cicchetti(1998)는 가정에서 부모의 학대를 받은 아동의 경우 학대를 받지 않은 아동에 비해 정서를 적절하게 조절하지 못하는 것을 밝혔으며, 또한 학대와 방임을 직접적으로 경험하지 않더라도 이를 목격한 경우 여러 심리적 문제를 나타낼 가능성이 매우 높다고 하였다. 반면에, Gunnar와 Donzella(2002)는 학령기 전에 충분한 관심과 애정을 받은 경우 학대와 방임을 경험한 아동에 비하여 스트레스를 덜 지각하고 공격적인 행동을 덜 한다는 것을 밝혔다. 즉, 학대와 방임을 경험한 경우 상대적으로 자기 조절 능력이 부족하여 정서조절의 어려움을 가질 가능성이 높다고 볼 수 있다(Shields & Cicchetti, 1998).

또한 아동기 외상과 정서조절곤란의 관계를 살펴본 연구에 따르면, 아동기 외상과 성인기 대인관계 문제 및 우울간의 관계에서 정서조절곤란이 부분매개 하였으며(고나래, 2008; 김은정, 김진숙, 2008; 최나운, 이영호, 2018), 아동기 외상의 경험이 많을수록 정서조절의 어려워지면서 폭식행동이 증가하는 것으로 나타났다(조혜나, 2016). 이러한 연구들을 종합해볼 때, 아동기 외상을 경험한 사람들은 정서조절을 적절히 하지 못하게 되며, 이로 인해 여러 심리적 문제를 경험할 가능성이 높아짐을 알 수 있다.

이는 아동기에 외상을 경험한 경우, 후에 자신의 정서를 적절히 파악하지 못해 효율적이고 적응적인 방법으로 정서를 조절하지 못한다는 것을 시사하며, 아동기 외상이 정서조절곤란을 야기시키는 선행요인의 역할을 하는 것으로 볼 수 있다.

3) 정서조절곤란과 관계과몰입 간의 관계

정서는 상대방에게 느끼는 감정을 표현함으로써 자신의 감정을 상대방에게

전하는 의사소통의 기능을 한다(이지영, 권석만, 2006). 이처럼 정서는 원활한 상호작용과 의사소통을 할 수 있도록 도와주는 순기능을 가지고 있다. 그러나 정서조절에 어려움을 보이는 경우, 다양한 부정적인 정서를 해결하지 못하고 오히려 강화시킴으로써 부적응을 초래할 수 있다(Taylor, Bagby, & Parker, 1999). 많은 연구자들은 이러한 정서조절곤란을 정신병리와 심리적 부적응을 일으키는 취약성이자 주요한 요인이라고 주장하였다(이다현, 이종환, 곽호완, 장문선, 구본훈, 2016; Kring & Bachorowski, 1999).

정서조절 능력이 높은 사람들은 능동적인 대처 방식을 사용하여 우울, 불안이나 분노 등을 감소시키며, 문제 해결에 도움이 되지 않는 행동이나 상황을 변화시키려고 하는 적극적인 행동을 보인다(조미령, 2002). 반대로 정서조절에 어려움을 보이는 경우 자신의 정서를 적절하게 표현하지 못하기에 부정적인 행동이나 대처방식으로 갈등을 풀고자 한다(황여주, 2013). 이렇게 정서조절곤란은 자신의 감정을 표현, 통제하지 못하게 하여 대인관계의 어려움이나 갈등을 초래한다.

정서조절곤란은 개인의 전반적인 기능에 부정적인 영향을 미치지만 그중에서도 정서조절곤란은 다양한 중독에 빠지게 하는 원인으로 알려져 있다(김세광, 2018; Thorberg & Lyvers, 2006). 이에 따라 정서조절곤란과 중독의 관계에 대한 연구가 지속적으로 진행되는 추세이다(최다혜, 이혜진, 2017). 정서조절곤란과 여러 중독간의 관계를 살펴본 선행연구들에 따르면, 외로움과 정서강도가 정서조절곤란을 매개하여 스마트폰 중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다(김수성, 이영순, 강정석, 2017; 이현주, 하은혜, 2016; 최다혜, 이혜진, 2017). 또한 청소년의 부모-자녀 의사소통은 정서조절곤란을 매개하여 인터넷 중독에 영향을 미치는 것으로 나타났다(김소연, 전중철, 2016). 이러한 연구들은 정서조절곤란으로 인하여 중독 양상이 심해질

수 있다는 것을 시사한다. 이처럼 정서조절곤란이 다양한 중독과 관련이 있다는 연구결과들로 미루어 볼 때 정서조절곤란은 과정중독의 유형 중 하나인 관계과몰입과도 관련이 있을 것으로 예측된다.

정서를 적절하게 조절하는 것은 건강한 관계를 맺는데 있어 매우 중요하며, 그렇지 못할 경우 지속적으로 관계에서 정서적인 고통을 받게 된다(Cassidy & Shaver, 2008). Schaeffer과 Mcelhny(1997)은 상대가 언제 떠나갈지 모른다는 불안감, 좌절감과 우울 등의 부정적인 정서를 지속적으로 경험할 때 관계과몰입 성향이 높아진다고 하였다. 즉, 정서조절에 어려움을 겪을 경우 관계에서 경험하는 두려움, 불안감, 좌절감과 같은 다양한 부정적인 정서를 적절히 조절하지 못해 관계에 집착하고 의존하는 관계과몰입에 빠질 가능성이 높아진다고 볼 수 있다.

정서조절곤란과 관계과몰입의 관계에 대한 연구를 살펴보면, 내현적 자기애와 관계과몰입 간의 관계에서 관계과몰입을 일으키는데 정서조절곤란이 영향을 미치는 것으로 밝혀졌으며(김세광, 2018), 성인애착과 내면화된 수치심이 관계과몰입에 영향을 미치는 경로에서 정서조절곤란이 부분매개하는 것으로 나타났다(박해온, 2019; 이다혜, 2016).

이러한 연구결과들은 정서조절의 어려움이 클수록 관계과몰입을 포함한 다양한 중독 경향이 높아진다는 것을 시사하며, 정서조절곤란이 관계과몰입의 선행요인으로서 영향을 줄 가능성을 예측할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 정서조절곤란이 관계과몰입에 영향을 미칠 것으로 보고 이를 확인하고자 하였다.

5. 거부민감성과 정서조절곤란 간의 관계

앞에서 언급한 바와 같이, 본 연구에서는 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계를 거부민감성과 정서조절곤란이 각각 매개할 것으로 가정하였다. 뿐만 아니라, 본 연구에서는 매개변인으로 가정한 거부민감성과 정서조절곤란 간에도 순차적인 관계가 있을 것으로 가정하였다. 거부민감성이 높은 사람들은 자신에게 위협적인 상황이라고 인식할 때 매우 강한 정서적 반응을 일으킨다(Canyas, Downey, Berenson, Ayduk, & Kang, 2010). 이들은 일반 사람들보다 상대적으로 거부에 대하여 더욱 고통스러워하며 모호한 상황에서 거부를 당했다고 지각하는 순간 정서적 불편감을 느끼게 되며(류혜라, 박기환, 2014; Staebler et al., 2011), 자신을 거부한 상대와 이러한 상황에 대하여 부정적인 정서를 가진다(이유미, 2018). 이렇게 관계에서 거부당할 것이라는 불안한 기대가 있는 사람은 거부에 대한 두려움으로 인해 자신의 정서를 상대방에게 표현하지 못하며, 거부당한다고 지각했을 경우에 경험하는 부정적인 정서를 적절하게 조절하지 못한다(최연숙, 홍혜영, 2016). 또한 거부를 예민하게 지각하는 사람들은 상대방이 자신의 사소한 요구를 들어주지 않을 때 이를 이해하려는 노력보다 거부를 확대 해석하여 자신을 거부하였다고 인식하고 분노나 우울함을 쉽게 느낀다(류혜라, 박기환, 2014). 즉, 거부당할 것이라는 불안이 높을수록 관계에서 자신이 거절당했다는 지각과 함께 정서를 조절, 통제하지 못하고 다양한 부정적인 정서를 느낄 가능성이 높아진다.

실제로 거부민감성이 높은 경우 타인으로부터 거부를 지각할 때 상대방이 자신을 지지하지 않을 것으로 확신하고 상대방을 불신하게 되면서 우울을 경험할 가능성이 높아지는 것으로 나타났다(Ayduk, Downey, & Kim, 2001; Gotlib & Hammen 1992). 즉, 거부민감성이 높으면 자신의 정서를 있는 그대로 인식하지 못하고 부정적인 정서를 해결하지 못하여(류은영, 김정모, 2016) 결

국 정서조절곤란이 더욱 악화될 수 있다는 것을 시사한다.

이처럼 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성이 정서조절곤란을 순차매개할 가능성이 있음에도 불구하고 아직까지 거부민감성과 정서조절곤란의 순차매개효과를 직접적으로 살펴본 연구는 드문 실정이다. 이에 본 연구에서는 아동기 외상과 관계과몰입의 관계를 거부민감성과 정서조절곤란이 순차적으로 매개하는지 검증하고자 하였다.

IV. 연구방법

1. 연구대상 및 절차

본 연구는 연애 경험이 있는 만 18세 이상 30세 미만 수도권 소재 대학생 390명을 대상으로 실시하였다. 연구 대상자 수를 산출하기 위해 G*Power program을 사용하였으며 다중회귀로 효과크기 .15, 검증력 .95, 유의수준 .05로 설정하였을 때 최소 표본수는 172명으로 나타났다. 그러나 여러 선행연구들을 살펴보았을 때, 최소 271명에서 최대 395명을 연구대상으로 조사를 실시하였기에 본 연구는 이를 바탕으로 하여 최종 표본수를 350명으로 산출하였다.

설문조사는 온라인을 통해 실시하였으며, 대학생들이 많이 이용하는 인터넷 카페 및 SNS, 대학교 온라인 커뮤니티를 통해 설문지를 배포하였다. 총 수거된 설문지는 총 430부였으나, 수거한 설문지 중 아동기 외상의 모든 문항에 ‘전혀 없었다(1점)’으로 응답한 경우와 누락된 문항이 있거나 불성실하게 응답한 자료인 40부를 제외하여 분석에 사용하였다. 본 연구는 성신여자대학교 IRB(승인번호: SSWUIRB-2019-032)의 승인을 받은 후 실시되었다.

2. 측정도구

1) 아동기 외상

아동기 외상을 측정하기 위해 Berstein과 Fink(1998)가 개발한 아동기 외상 설문지(Childhood Trauma Questionnaire: CTQ)를 이유경(2006)이 번안하고

김은정, 김진숙(2010)이 타당화한 아동기 외상 설문지 단축형(Childhood Trauma Questionnaire Short Form: CTQ-SF)을 사용하였다. 이 척도는 신체적 학대, 신체적 방임, 정서적 학대, 정서적 방임, 성적 학대의 5가지 하위요인으로 구성되어 있으며 각 5문항, 총 25문항으로 이루어져있다. 하지만 성적 학대의 경우 선행연구들에서 이를 독립적인 외상으로 고려하여 개별적으로 연구를 진행하는 연구 동향에 따라(김은정, 김진숙, 2010; 최은영, 안현의, 2011) 본 연구에서는 성적학대는 제외하고 나머지 4가지 요인을 사용하였다. 또한 본 설문지를 타당화한 김은정, 김진숙(2010)은 학대와 방임을 신체적 및 정서적 요인으로 구분하지 않고 정서적 학대와 신체적 학대를 포함하여 ‘학대’ 하위요인으로, 정서적 방임과 신체적 방임을 포함하여 ‘방임’ 하위요인으로 구분하였기에 본 연구에서도 이러한 제안에 근거하여 학대와 방임 두 가지 하위요인으로 아동기 외상을 측정하였다.

문항의 예로, 학대요인은 “가족 중에 나에게 모욕적인 이야기나 심한 말 등을 해서 마음이 상한 적이 있다”, “다른 사람들이 알아볼 정도로 너무 많이 맞은 적이 있다” 등으로 구성되어 있으며, 방임요인으로 “나에게 제 때 밥을 챙겨주지 않았다”, “내가 아파도 병원에 데려가지 않았다” 등으로 구성되어 있다. 11~ 15번, 17번 문항의 경우 역채점 문항이며, 각 문항은 만 18세 이전에 부모 혹은 가족 구성원으로부터의 학대와 방임 경험을 토대로 4점 리커트 척도(1점: 전혀 없었다, 4점: 매우 그렇다)로 체크하도록 구성되어 있다. 점수가 높을수록 아동기 외상의 정도가 심하다는 것을 의미한다. 김은정, 김진숙(2010)의 연구에서 학대와 방임 요인의 내적신뢰도 Cronbach's α 는 .86, .85이며, 전체 내적신뢰도 Cronbach's α 는 .89로 나타났다. 본 연구에서의 전체 내적 신뢰도 Cronbach's α 는 .89이며, 학대와 방임요인의 내적 신뢰도 Cronbach's α 는 각각 .86, .85으로 나타났다.

표 1 . 아동기 외상 문항 구성

하위요인	문항 수	문항번호	신뢰도 계수
학대	10	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10	.86
방임	10	11*, 12*, 13*, 14*, 15*, 16, 17*, 18, 19, 20	.85
전체	20		.89

*역채점 문항

2) 관계과몰입

관계과몰입을 측정하기 위해 Peabody(2005)가 개발하고 이수현(2009)이 번안하고 타당화한 관계중독 질문지(Relationship Addiction Questionnaire: RAQ)를 사용하였다. 이 질문지는 총 40문항으로, 이성관계에서 자신이 경험한 생각, 느낌 등을 묻는 문항들로 구성되어 있다. 이수현(2009)은 탐색적 요인분석을 통해 과도한 몰입, 과잉 반응, 강박과 사로잡힘, 의존, 비현실적 기대, 갈망과 같은 총 6개의 하위요인을 제시하였으나, 이후 이상우(2014)의 연구에서 이수현(2009)의 요인분석에 대한 반복검증을 실시하였을 때 이수현(2009)이 제시한 여러 하위요인이 아닌 단일요인으로 척도를 사용할 경우 더 타당하게 측정하는 것으로 나타났다. 이에 따라 본 연구에서는 이상우(2014)의 연구 결과에 근거하여 하위요인 없이 단일요인으로 관계과몰입을 측정하였다. 역채점 문항은 없으며, 각 문항은 5점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 5점: 매우 그렇다)로 구성되어 있다. 문항의 예로 “나는 사랑에 빠지면 중요한 일을 할 때조차 그(그녀)와 관련된 생각을 멈추기 어렵다”, “나는 상대와 관계를 유지하기 위하여 내가 감당해야 하는 몫 이상의 책임을 진다” 등이 있다. 총 점수가 높을수록 관계과몰입 성향이 심하다는 것을 의미한다. 이수현(2009)의 연구에서 내적신뢰도 Cronbach's α 는

.94로 나타났다. 본 연구에서의 전체 내적 신뢰도 Cronbach's α 는 .92으로 나타났다.

3) 거부민감성

거부민감성을 측정하기 위해서 Downey와 Feldman(1996)이 개발한 거부민감성 질문지(Rejection Sensitivity Questionnaire: RSQ)를 이복동(2000)이 한국판으로 타당화한 척도를 사용하였다. 본 질문지는 초기 성인기의 일상생활에서 자신이 요구를 해야 하는 18개의 상황들을 제시하고, 각 상황에서 자신의 요구가 받아들여지지 않을 것이라 생각하여 나타나는 걱정과 불안을 측정하는 문항(a)과 상대방이 자신의 요구를 받아들일 것으로 예상하는 문항(b)으로 이루어져있다. 각 문항에 대하여 거절당할 것 같은 걱정과 불안을 측정하는 '거부불안' 과 본인이 거절을 당하지 않고 수용 받을 것이라 예상하는 '거부기대' 요인으로 구성되어 있다. 예를 들면, '친한 친구와 심하게 다투고 난 후에 그 친구에게 다가가서 말을 건다' 라는 상황에서 '친구에게 다가가는 것에 대해 주저하거나 불안하다' 의 거부불안 요인 문항(a)과 '아무 거리낌 없이 다가가서 대화를 잘 할 수 있을 것이라 예상된다' 의 거부기대 요인 문항(b)이 있다. 6점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 6점: 매우 그렇다)로 되어있으며, 총 36문항으로 구성되어 있다.

거부민감성 점수는 거부기대를 역채점 한 후 거부불안 점수와 곱한다. 곱하여서 나온 각 상황의 값을 모두 합하여 다시 18로 나누어 최종적으로 산출된 점수가 높을수록 거부민감성이 높은 것을 의미한다. Downey와 Feldman(1996) 연구에서의 내적 신뢰도 Cronbach's α 는 .83이었으며, 이복동(2000)의 연구에서 내적신뢰도 Cronbach's α 는 .87로 나타났다. 김나영

(2009)의 연구에서 거북불안과 거부기대 요인의 내적신뢰도 Cronbach' s α 는 각각 .90, .88로 나타났다. 본 연구에서의 전체 내적 신뢰도 Cronbach' s α 는 .92이며, 각 하위요인별로 .90, .88로 나타났다.

표 2 . 거부민감성 문항 구성

하위요인	문항 수	문항번호	신뢰도 계수
거북불안	18	1a, 2a, 3a, 4a, 5a, 6a, 7a, 8a, 9a, 10a, 11a, 12a, 13a, 14a, 15a, 16a, 17a, 18a	.90
거부기대	18	1b*, 2b*, 3b*, 4b*, 5b*, 6b*, 7b*, 8b*, 9b*, 10b*, 11b*, 12b*, 13b*, 14b*, 15b*, 16b*, 17b*, 18b*	.88
전체	36		.92

*역채점 문항

4) 정서조절곤란

정서조절곤란을 측정하기 위해 Graztz와 Roemer(2004)가 개발한 정서조절곤란 척도(Difficulties in Emotion Regulation Scale: DERS)를 조용래(2007)가 한국판으로 변안하고 타당화한 것을 사용하였다. 본 척도는 5점 리커트 척도(1점: 전혀 그렇지 않다, 5점: 매우 그렇다)로 평정하며, 각 문항에서 평소 자신의 감정을 가장 잘 나타내는 정도에 체크하도록 되어 있다.

본 척도의 하위요인으로는 1) 정서에 대한 주의와 자각 부족, 2) 정서적 명료성의 부족, 3) 충동통제곤란, 4) 정서에 대한 비수용성, 5) 정서조절전략에 대한 접근 제한, 6) 목표지향행동의 어려움 총 6개로 구성되어 있다. 본 척도는 총 36문항으로 구성되어 있으나, 한국판으로 타당화한 조용래(2007)는 요인 분석 결과 이론과 대조적으로 나타난 17번 문항을 제외하였기에 본 연구에서

도 이를 제외하고 총 35문항을 사용하였다. 역채점하는 10문항이 있으며, 각 요인 별 점수가 높을수록 해당 요인의 정서조절곤란의 수준이 높음을 의미한다.

조용래(2007)의 연구에서 전체 내적신뢰도 Cronbach' s α 는 .92이었으며, 하위요인들의 내적신뢰도 Cronbach' s α 는 .76 ~ .89로 나타났다. 본 연구에서의 전체 내적신뢰도 Cronbach' s α 는 .94이며, 각 하위요인의 내적신뢰도 Cronbach' s α 는 .76 ~ .89로 나타났다.

표 3 . 정서조절곤란의 문항 구성

하위요인	문항 수	문항번호	신뢰도 계수
정서에 대한 주의/ 자각 부족	8	1*, 2*, 6*, 7*, 8*, 10*, 32, 33*	.83
정서적 명료성의 부족	3	4, 5, 9	.76
충동통제곤란	8	3, 14, 18, 19*, 21*, 23*, 26, 31	.89
정서에 대한 비수용성	7	11, 12, 20, 22, 24, 28, 29	.87
정서조절전략에 대한 접근 제한	6	15, 16, 27, 30, 34, 35	.79
목표지향행동의 어려움	3	13, 17, 25	.86
전체	35		.94

*역채점 문항

3. 자료 분석

본 연구에서는 먼저 SPSS 25.0 프로그램과 SPSS PROCESS Macro를 사용하여 자료를 분석하였다. 첫 번째로, 연구 대상자들의 인구통계학적 특성을 확인하기 위하여 기술통계분석을 실시하였다. 두 번째로, 관계과몰입, 아동기 외상, 거부민감성, 정서조절곤란 간의 상관관계를 파악하기 위해 Pearson 상관계수를 산출하였다. 세 번째로, 본 연구에서 사용한 측정도구의 신뢰도를 확인하기 위하여 신뢰도 분석을 실시하여 내적합치도 계수 Cronbach's α 를 산출하였다. 네 번째로, 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란의 순차 매개효과를 검증하기 위해서 Hayes(2015)가 제안한 SPSS Process Macro 모델 6인 직렬다중매개모형을 사용하였다. 마지막으로, 부트스트래핑(Bootstrapping)방식을 10,000번으로 설정하여 본 매개효과의 통계적 유의성을 검증하였다.

V. 연구결과

1. 주요 변인들의 기술통계 및 상관

1) 연구 대상자의 인구통계학적 특성

본 연구의 참여한 연구대상자는 총 390명으로 여성 315명(80.8%), 남성 75명(19.2%)이다. 연구대상자의 평균 연령은 21.6세(SD=2.0)이었으며, 구체적으로 살펴보면 19세-22세가 266명(68.2%)으로 가장 많았으며, 23-26세가 118명(30.3%), 27-30세가 6명(1.5%) 순으로 나타났다. 전공의 경우 자연이공계열이 113명(29.0%)으로 가장 많았으며, 인문사회계열 98명(25.1%), 사회과학계열 49명(12.6%), 상경계열 43명(11.0%), 예체능계열 28명(7.2%), 의료간호계열 27명(6.9%), 사범계열 19명(4.9%), 법학계열 12명(3.0%), 기타 1명(0.3%) 순이었다. 학년의 경우 4학년이 106명(27.2%)으로 가장 많았으며, 3학년 103명(26.4%), 2학년 100명(25.6%), 1학년 76명(19.5%), 기타 5명(1.3%) 순이었다. 이성교제의 횟수는 1-2회가 191명(49.0%)으로 가장 많이 응답하였으며, 그 다음으로 3-4회 115명(29.5%), 5-6회 51명(13.1%), 7-8회 18명(4.6%), 11회 이상 8명(2.1%), 9-10회 7명(1.8%) 순으로 나타났다. 마지막으로 현재의 이성교제 여부를 살펴본 결과, 189명(48.5%)이 현재 이성교제를 하고 있다고 응답하였으며, 201명(51.5%)가 현재 이성교제를 하고 있지 않다고 응답하였다. 자세한 결과는 <표 4>에 제시하였다.

표 4 . 연구 대상자의 인구통계학적 특성

(N=390)

특성	구분	사례 수(명)	백분율(%)
성별	남자	75	19.2%
	여자	315	80.8%
나이	19-22세	266	68.2%
	23-26세	118	30.3%
	27-30세	6	1.5%
전공	자연이공계열	113	29.0%
	인문사회계열	98	25.1%
	사회과학계열	49	12.6%
	상경계열	43	11.0%
	예체능계열	28	7.2%
	의료간호계열	27	6.9%
	사범계열	19	4.9%
	법학계열	12	3.0%
	기타	1명	0.3%
학년	1학년	76	19.5%
	2학년	100	25.6%
	3학년	103	26.4%
	4학년	106	27.2%
	기타	5	1.3%
이성교제 횟수	1-2회	191	49.0%
	3-4회	115	29.5%
	5-6회	51	13.1%
	7-8회	18	4.6%
	9-10회	7	1.8%
	11회 이상	8	2.1%
현재	있음	189	48.5%
이성교제 여부	없음	201	51.5%

2) 주요변인들의 상관관계

먼저 주요 변인들 간 관계를 보기 위하여 기술통계분석과 Pearson 상관분석을 실시하였으며, 이에 대한 결과를 <표 5> 제시하였다. Kline(2005)는 왜도와 첨도의 절대값이 각각 3, 10 이상인 경우에는 정규성을 가정할 수 없는 것으로 보았는데, 본 연구의 각 변인들의 왜도와 첨도는 모두 정규성 가정을 위반하지 않았기에 주요 변인들이 모두 정규성 가정을 만족한다고 볼 수 있다.

두 번째로, 주요 변인들의 상관분석을 실시한 결과, 아동기 외상, 관계과몰입, 거부민감성, 정서조절곤란 모두 통계적으로 유의한 정적 상관관계인 것으로 나타났다($p < .01$). 관계과몰입은 정서조절곤란($r = .51, p < .001$), 거부민감성($r = .38, p < .001$), 아동기 외상($r = .19, p < .05$) 순으로 상관이 높은 것으로 나타났다. 즉, 정서조절곤란이 심할수록, 거부민감성이 높을수록, 아동기 외상경험이 심할수록 관계과몰입의 정도가 심해지는 것으로 나타났다. 아동기 외상의 경우 거부민감성($r = .46, p < .001$), 정서조절곤란($r = .34, p < .001$)과 유의한 정적 상관을 나타냈다. 거부민감성은 정서조절곤란($r = .63, p < .001$)과 유의한 정적 상관을 보였다.

표 5. 주요 변인들의 상관분석 및 기술통계

(N=390)

	1	1a	1b	2	3	3a	3b	4	4a	4b	4c	4d	4e	4f
1. 아동기 외상	1													
a. 학대	.88***	1												
b. 방임	.90***	.57***	1											
2. 관계과몰입	.19*	.15**	.24***	1										
3. 거부민감성	.46***	.34***	.48***	.38***	1									
a. 거부기대	.45***	.32***	.39***	.23***	.88***	1								
b. 거부불안	.37***	.27***	.47***	.43***	.90***	.59***	1							
4. 정서조절곤란	.34***	.24**	.36***	.51***	.63***	.48***	.63***	1						
a. 정서에 대한 주의/ 자각부족	.29***	.15**	.30***	.34***	.51***	.47***	.43***	.66***	1					
b. 정서적 명료성의 부족	.33***	.23***	.33***	.41***	.50***	.39***	.49***	.72***	.63***	1				
c. 충동통제곤란	.28***	.21***	.28***	.44***	.48***	.35***	.49***	.87***	.46***	.48***	1			
d. 정서에 대한 비수용성	.29***	.20***	.30***	.41***	.52***	.37***	.55***	.81***	.40***	.55***	.57***	1		
e. 정서조절전략에 대한 접근 제한	.28***	.21***	.29***	.46***	.55***	.42***	.55***	.89***	.44***	.57***	.76***	.69***	1	
f. 목표지향행동의 어려움	.18***	.14**	.17**	.33***	.36***	.23***	.40***	.63***	.21***	.28***	.63***	.36***	.63***	1
평균	1.49	1.40	1.49	2.31	5.37	2.82	2.54	2.52	2.26	2.36	2.63	2.35	2.58	3.46
표준편차	.42	.45	.50	.60	1.3	.70	.80	.64	.59	.86	.81	.95	.87	.91
왜도	1.52	1.81	1.33	0.35	-0.06	.07	.29	.19	.49	.49	.26	.42	.26	-0.43
첨도	2.61	4.01	1.48	-0.25	-0.51	-0.27	-0.52	-0.35	-0.22	-0.31	-0.51	-0.61	-0.45	-0.23

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

2. 매개효과 검증

아동기 외상과 관계과몰입의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란이 순차적으로 매개하는지를 알아보기 위하여 Hayes(2015)의 순차 다중매개모델 분석방법인 PROCESS Macro의 model 6을 활용하여 매개효과를 검증하였으며, 이에 대한 결과를 <표6>에 제시하였다.

먼저 종속변인인 관계과몰입을 예측하는 아동기 외상의 회귀 모형은 통계적으로 유의하였다($F(1, 388)=14.54, p<.001$). 즉, 아동기 외상 수준의 1단위의 증가는 관계과몰입의 .27 수준의 증가를 가져왔다($B=.27, t(388)=17.91, p<.001$).

다음으로 거부민감성을 예측하는 아동기 외상의 회귀모형은 통계적으로 유의하였다($F(1, 388)=101.68, p<.001$). 즉, 거부민감성에 대한 아동기 외상의 영향은 정적으로 유의하였다($B=1.45, t(388)=10.08, p<.001$). 아동기 외상 수준의 1단위의 증가는 1.45단위의 거부민감성의 증가를 가져왔다.

세 번째로, 정서조절곤란을 예측하는 아동기 외상과 거부민감성의 회귀 모형은 통계적으로 유의하였다($F(2, 387)=129.59, p<.001$). 구체적으로 살펴보면, 정서조절곤란에 대한 거부민감성의 영향은 정적으로 유의한 것으로 나타났다($B=.29, t(387)=13.56, p<.001$). 거부민감성 수준의 1단위 증가는 정서조절곤란의 .29 단위의 수준 증가를 가져왔다. 반면, 아동기 외상은 정서조절곤란을 유의하게 예측하지 못하는 것으로 나타났다($B=.10, t(387)=1.55, p>.05$).

네 번째로, 관계과몰입을 예측하는 아동기 외상, 거부민감성, 정서조절곤란의 회귀모형은 통계적으로 유의하였다($F(3, 386)=47.21, p<.001$). 자세히 살펴보면, 아동기 외상은 관계과몰입을 유의하게 설명하지 못하는 것으로 나타났다($B=-.01, t(386)=-.18, p>.05$). 다음으로 거부민감성은 정서조절곤란을

유의하게 설명하지 못하는 것으로 나타났다($B=.04$, $t(386)=1.57$, $p>.05$). 반면, 정서조절곤란은 관계과몰입을 유의하게 예측하는 것으로 나타났다($B=.43$, $t(386)=8.13$, $p<.001$). 즉, 정서조절곤란의 1단위 증가는 관계과몰입의 .43단위의 증가를 가져왔다.

마지막으로 아동기 외상과 관계과몰입의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란을 매개변인으로 투입하였을 때, 아동기 외상이 관계과몰입에 미치는 직접적인 영향력은 사라지고, 거부민감성과 정서조절곤란을 순차적으로 거쳐 관계과몰입에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 따라서 거부민감성과 정서조절곤란의 완전매개모형이 지지되었다. 지금까지 살펴본 결과는 <그림 3>에 제시하였다.

표 6. 매개효과 검증 결과 (N=390)

종속변인	독립변인	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>
관계과몰입	아동기 외상	.27	.11	17.91***
	F(1, 388)=14.54, p=000, R ² =.04			
거부민감성	아동기 외상	1.45	.14	10.08***
	F(1, 388)=101.68, p=000, R ² =.20			
정서조절곤란	아동기 외상	.10	.07	1.55
	거부민감성	.29	.02	13.56***
	F(2, 387)= 129.59, p=000, R ² =.40			
관계과몰입	아동기 외상	-.01	.07	-.18
	거부민감성	.04	.03	1.58
	정서조절곤란	.43	.05	8.13***
F(3, 386)=47.21 p=000, R ² =.27				

*** $p<.001$

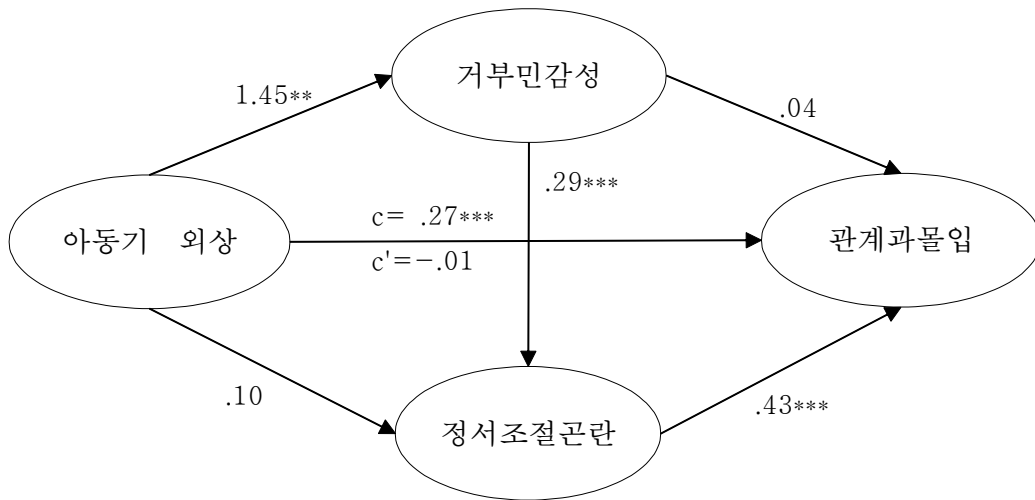


그림 3. 최종모형

*** $p < .001$, c = 총효과, c' = 직접효과

아동기 외상과 관계과몰입의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란이 통계적으로 유의한 매개효과를 가지는지 검증하기 위하여 Bootstrapping 방법을 10,000번으로 실시하였다. Bootstrapping 방법은 95% 신뢰구간에 대하여 매개효과 계수를 산출하며, 이 신뢰구간이 0을 포함하지 않을 경우 이에 대한 매개효과가 통계적으로 .05 수준에서 유의하다고 볼 수 있다(Preacher & Hayes, 2004). 표 7에 제시한 바와 같이, 본 연구에서는 아동기 외상이 거부민감성을 거쳐 관계과몰입에 영향을 미치는 경우는 신뢰구간에 0을 포함하고 있어 통계적으로 유의하지 않았다($B = .61$, 95% Bias-corrected CI = $-.02 \sim .15$). 또한 아동기 외상이 정서조절곤란을 거쳐 관계과몰입에 영향을 미치는 경우도 95% 신뢰구간의 상,하한 값이 0을 포함하므로 통계적으로 매개효과

를 보이지 않는 것으로 나타났다($B=.45$, 95% Bias-corrected CI=-.01~.11). 반면 아동기 외상이 거부민감성과 정서조절곤란을 순차적으로 매개하였을 경우 상,하한 값이 각각 .12와 .25로 0을 포함하지 않기에 통계적으로 유의한 매개효과를 보이는 것으로 나타났다($B=.18$, 95% Bias-corrected CI=.12~.25). 즉, 아동기 외상과 관계과몰입의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란의 순차매개가 통계적으로 유의하다고 볼 수 있다.

표 7. 매개효과 유의성 검증 (N=10000)

Indirect effects	Bootstrap estimates		95% 신뢰구간	
	B	SE	Boot LLCL	Boot ULCL
아동기 외상 → 거부민감성 → 관계과몰입	.61	.05	-.02	.15
아동기 외상 → 정서조절곤란 → 관계과몰입	.45	.03	-.01	.11
아동기 외상 → 거부민감성 → 정서조절곤란 → 관계과몰입	.18	.03	.12	.25

VI. 논의

본 연구에서는 대학생을 대상으로 아동기 외상이 성인 초기 관계과몰입에 영향을 미치는지 살펴보았다. 또한 이들의 관계를 거부민감성과 정서조절곤란이 각각 매개하는지, 거부민감성과 정서조절곤란이 순차적으로 매개효과를 가지는지에 대해 검증하고자 하였다. 본 연구의 주요 결과를 정리하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 살펴본 아동기 외상, 관계과몰입, 거부민감성, 정서조절곤란의 상관관계를 살펴본 결과 모두 유의한 정적 상관을 가지는 것으로 나타났다으며, 이는 주요 변인 간 연관성이 높음을 의미한다. 구체적으로 살펴보면, 아동기 외상과 관계과몰입은 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 아동기에 학대와 방임을 경험한 사람들일수록 관계과몰입이 증가한다는 선행연구와 일치한다(박한나, 가요한, 2017; 이상우, 2014; 이지원, 이기학, 2014). 또한 아동기 외상과 거부민감성도 유의한 정적 상관을 나타냈다. 이는 아동기에 외상을 경험할수록 거부에 대해 더욱 민감하게 과잉반응한다는 선행연구와 맥을 같이 한다(김나경, 양난미, 2016; 최연숙, 홍혜영, 2016). 즉, 어린 시절 부모로부터 외상을 경험하면 이후 성인기에도 타인과의 대인관계에서도 거부에 대해 보다 예민하게 지각한다는 것을 의미한다. 아동기 외상은 정서조절곤란과도 유의한 정적 상관을 보였는데, 이는 아동기에 가정에서 경험한 외상이 정서조절의 어려움과 관련된다는 선행연구를 지지하는 결과이다(김은정, 김진숙, 2008; 최나운, 이영호, 2018; Gunnar & Donzenlla, 2002; Luxenberg et al., 2001). 거부민감성과 정서조절곤란 간에도 유의한 정적 상관이 나타났다. 이는 거부에 대해 민감하게 지각할수록 정서적 불편감과 어려움을 느끼고 정서를 적절하게 조절하지 못한다는 선행연구와 일치하는 결

과이다(류혜라, 박기환, 2014; 이유미, 2018; 최은선, 권혜수, 2013; Ayduk et al., 2001; Staebler, 2011). 거부민감성과 관계과몰입 사이에서도 유의한 정적 상관관계가 나타났는데, 이는 거부에 대해 예민할수록 이성관계에서 주체적으로 관계를 이끌어가기보다 관계에 집착 및 몰입하는 관계과몰입과 관련된다는 선행연구들과 맥락을 같이 한다(이인숙, 2019; 선미진, 2019 Downey et al., 1999; Purdie & Downey, 2000). 마지막으로 정서조절곤란과 관계과몰입 사이에서도 정적 상관관계가 유의한 것으로 나타났다. 이는 정서를 적절하게 인식, 조절하지 못할수록 관계에 의존하며 집착하는 관계과몰입 성향이 심해진다는 여러 선행연구들과 일치한다(김세광, 2018; 박해은, 2019; 이다혜, 2016).

둘째, 아동기 외상은 관계과몰입에 직접적으로 영향을 주는 것으로 나타났다. 이는 어린 시절의 방임과 학대가 과거 부모와의 관계뿐만 아니라 성인기에 스스로 선택하여 맺을 수 있는 이성관계에까지 부정적인 영향을 미친다는 의미이다. 아동기 외상을 경험한 개인은 자신을 위태롭게 하는 상대를 끌어내지 못하고 오히려 사랑받기 위해 지나치게 몰입하고 의존하여 결국엔 과거 부모에게 받은 외상처럼 이성관계에서 다시금 외상을 경험하는 악순환이 반복될 가능성이 높다(Feeney & Noller, 1990; Winter, Duncan & Summerfield, 2008). 따라서 상담 장면에서 상담자는 어린 시절 부모로부터 외상을 경험한 관계과몰입 성향의 내담자에게 안정적이고 안전함을 느낄 수 있는 따뜻한 치료적 관계를 형성하여(김영근, 2016) 내담자가 더 이상 사랑받지 못했던 과거에 머물러 있지 않고 관계에 대한 불안을 감소시키도록 수용적인 태도를 제공할 필요가 있다고 볼 수 있다(이문희, 2018).

셋째, 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성의 매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 아동기 외상이 거부민감성을 증가시키기는 하지만, 증가된 거부민감성이 관계과몰입에 직접적인 영향을 미치지 않는 것으로 나타났는데, 이는 아동기에 주 양육자로부터

경험한 학대와 방임이 거부민감성을 증가시킨다는 선행연구(김나경, 양난미, 2016; 양승애, 서경현, 2015)와는 일치하는 결과이지만, 거부에 민감한 사람들이 거절당하지 않기 위해 관계에 헌신, 의존한다는 연구와는 일치하지 않는 결과이다(Downey et al., 1999; Edwards & Barber, 2010; Levy et al., 2001). 이러한 결과는 아동기 외상 경험이 거부민감성에는 영향을 미쳐 이를 증가시키지만, 증가된 거부민감성은 직접적으로 관계과몰입으로 이어지지 않는음을 의미하며, 이들 간의 관계에 또 다른 변인이 관여할 가능성을 시사한다(성정아, 홍혜영, 2014; 유아진, 서영석, 2017; Downey et al., 1998; Sparrevohn & Rapee, 2009). 따라서 아동기 외상으로 인해 관계과몰입 성향을 보이는 내담자에게 거부민감성에 대한 개입만으로는 한계가 있을 수 있음을 시사한다.

넷째, 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계를 정서조절곤란이 매개하지 않는 것으로 나타났다. 즉, 아동기 외상은 정서조절곤란에 직접적으로 영향을 주지는 않지만, 정서조절곤란은 관계과몰입에 영향을 주는 것으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 과거의 외상경험으로 인하여 자신의 부정적인 정서를 상대방에게 투사함으로써 관계에 의존하는 관계과몰입 성향이 증가한다고 보고한 선행연구와 일치하지 않는 결과이다(박해은, 2019; 이다혜, 2016; Timmreck, 1990). 정서조절의 어려움이 관계에 과도하게 몰입하도록 하는데 영향을 미치지만(김민정, 2019), 어린 시절에 경험한 학대와 방임은 정서 조절에 직접적으로 영향을 미치지 않는다는 것을 의미한다. 따라서 이러한 결과로 미뤄볼 때 아동기 외상이 정서조절곤란에 영향을 미치는 과정에 또 다른 변인이 관여할 가능성을 추론해 볼 수 있을 것이다.

다섯째, 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란을 매개변인으로 차례대로 투입한 결과, 이들은 순차적인 완전매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 즉, 거부민감성과 정서조절곤란을 매개변인으로

투입했을 때 아동기 외상이 관계과몰입에 미치는 직접효과는 사라지고, 아동기 외상이 거부민감성을 증가시키며, 증가된 거부민감성이 정서조절을 어렵게 만들어 결과적으로 관계과몰입을 야기시키는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 어린 시절 학대와 방임을 경험한 사람들은 성인이 되어서도 관계에서 자신이 거부를 당했다고 예민하게 지각하며(이경숙, 서수정, 신의진, 2000; 안동현, 2000; Downey et al., 2000), 이로 인해 경험하는 불안, 우울과 두려움과 같은 부정적인 정서를 잘 알아차리지 못하고 적절히 조절하지 못함으로써(박우람, 홍상환, 2018; 이유미, 2018) 결과적으로 관계에 집착하며 부적절한 관계라 하더라도 끊지 못하는 관계과몰입 성향이 증가할 수 있음을 시사한다(김민정, 2019). 또한 이러한 결과는 어린 시절 주 양육자의 학대와 방임으로 인해 거부당한 경험이 있는 경우 이후의 다른 대인관계에서도 거부당할 것이라는 잠재적인 예기 불안을 가지게 되고, 이로 인해 거부를 지각할 때 우울, 두려움, 분노와 같은 부정적인 정서를 경험하고 이를 적절히 통제, 수용하지 못해 결과적으로 관계에 지나치게 몰입하고 의존하는 행동적 반응이 나올 수 있다는 맥락에서 Levy, Ayduk와 Downey(2001)가 제안한 거부민감성 모델과도 일치한다고 볼 수 있다.

이렇게 아동기외상이 거부민감성과 정서조절곤란을 순차적으로 매개하여 관계과몰입에 영향을 미치는 것으로 볼 때, 아동기 외상으로 인해 관계과몰입을 경험하고 있는 사람들에게 치료적으로 개입할 때 두 변인이 모두 매우 중요한 요인임을 알 수 있다. 따라서 아동기 외상으로 인한 관계과몰입 성향을 감소시키기 위해서는 거부민감성이나 정서조절곤란과 관련된 요소들을 개별적으로 다루기보다는 이 요인들을 함께 고려하여 개입하는 것이 보다 효과적일 것이다. 또한 본 결과는 관계과몰입 성향을 낮추기 위해 아동기 외상보다는 거부민감성과 정서조절곤란을 다루는 것이 보다 효과적일 것임을 시사한다. 따라서 상담자는 관계과몰입 성향의 내담자에게 자신의 과거

아동기 외상 경험으로 인하여 거부를 상대적으로 더욱 예민하게 받아들이고 과민반응할 수 있음을 이해하도록 도와주며, 중립적인 상황에서 거부단서를 예민하게 받아들이기보다 객관적으로 상황을 바라보고 거부당하는 것이 아닐 수 있음을 알려주어 거부민감성이 감소하도록 개입할 필요가 있다. 뿐만 아니라 거부에 대한 두려움과 예기불안으로 인해 경험하는 자신의 부정적인 정서를 자각, 이해하고 이를 적절하게 조절할 수 있도록 도와줄 필요가 있다(박상희, 이남옥, 2014). 적응적 정서조절방략을 사용할수록 정서조절곤란의 정도가 낮아지며, 부적응적 정서조절방략을 사용할수록 부정적인 정서를 지속적으로 경험 및 축적시키는 정서조절곤란을 악화시키므로(Aldao, Nolen-Hoeksema & Schweizer, 2010; 이지영, 2010; 이지영, 2017), 상담자는 내담자의 불쾌하고 부정적인 정서를 악화 및 축적시키는 부적응적 정서조절방략들을 탐색해보고, 이를 적응적인 정서조절방략으로 수정 및 변화시킬 수 있도록 개입할 필요가 있음을 시사한다.

본 연구는 아동기 외상과 관계과몰입의 관계에 대해 부분적으로 변인들 간의 관계를 살펴본 선행연구들에 비해(박한나, 가요한, 2017; 박해운, 2019, 손승희, 2017), 이들 간의 관계를 매개하는 거부민감성과 정서조절곤란이라는 변인을 함께 고려함으로써 보다 종합적으로 관계과몰입이 발생하는 기제와 경로를 검증하였다는데 의의가 있다. 또한 본 연구는 실제로 이성교제 경험이 있는 대학생들을 대상으로 실시하였기에 이성교제에 대한 관계과몰입의 실질적인 실태를 확인했다는 점에서 의의가 있다. 관계과몰입은 과정중독의 일종으로 이해할 수 있는데(한진주, 2007; Schaeffer & McElhny, 1997), 이러한 양상은 개인의 심리내적인 기능에서부터 사회적 적응에까지 다양한 방면에서 부정적인 영향을 끼치며, 이러한 어려움을 해결하기 위해서는 다차원적이며 통합적인 상담전략과 이해가 필요하다. 이에 대하여 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란이 순

차적으로 매개한다는 본 연구결과는 관계과몰입으로 고통 받는 내담자들에게 보다 구체적이고 실질적인 도움을 주는 기초자료가 될 것으로 기대된다.

하지만 이러한 의의에도 불구하고 본 연구는 몇몇 제한점들을 가지고 있다. 첫째, 아동기 외상과 관계과몰입 간의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란은 각각 매개하지 않는다는 결과가 나타났는데, 거부민감성의 경우 이성관계에서 거부당할 것이라는 예기불안을 형성시킴으로써 관계에 과도하게 몰입하게 하기보다 오히려 관계를 회피하게 할 가능성도 있을 것으로 보이며(성정아, 홍혜영, 2014; 유아진, 서영석, 2017; Downey et al., 1998, Sparrevohn & Rapee, 2009), 정서조절곤란이 매개하지 않는다는 결과는 아동기 외상이 관계과몰입에 영향을 미치는 경로에서 정서조절곤란이 아닌 다른 변인이 작용할 가능성이 있다고 볼 수 있을 것이다. 이러한 결과에 대하여 추후 연구를 통해 반복검증을 실시하여 본 결과의 타당성을 다시금 확인할 필요가 있겠다. 둘째, 본 연구의 참여자들 중 80.8%가 여성, 19.2%가 남성이므로 극단적인 성차가 존재하였다. 이는 본 연구의 결과가 여성들의 성향을 보다 많이 반영했을 가능성을 시사한다. 성별에 따른 관계과몰입에 관한 연구결과는 현재까지 일관적이지 않게 보고되고 있다. 남성의 경우 여성보다 관계과몰입 성향이 높다고 보고한 연구결과(배혜림, 남숙경, 2019; 안명란, 2016)와 반대로 여성이 남성보다 관계과몰입 성향이 높다는 상반된 연구결과(박한나, 2016)가 존재하기에 추후 연구에서는 적절한 성비를 맞추어 연구를 진행할 필요가 있겠다. 셋째, 대부분의 연구 참여자들이 아동기 외상의 경험과 정도를 상대적으로 낮게 보고하였다. 이는 자기보고식 설문지를 사용하였기에 참여자들이 자신의 부모와 가정환경이 사회적으로 바람직하게 평가받을 수 있는 방향으로 응답했을 가능성이 있다. 이에 후속 연구에서는 각 변인의 측정에 대한 한계를 보완하기 위해 임상가 면접 등의 방법을 활용하여 연구결과에 대한 타당성을 다시 한번 확인할 필요가 있겠다. 또한

본 연구는 미국의 관계과몰입 척도를 이수현(2009)이 타당화한 것을 사용하였는데, 서양과 한국의 경우 관계를 대하는 방법과 특징들이 문화적으로 다를 수 있기에 본 척도가 한국의 관계에 대한 문화심리적 특성을 충분히 반영하지 못했을 가능성이 있다. 따라서 차후 우리나라의 관계에 대한 정서와 특징들을 반영한 관계과몰입에 관한 척도를 개발할 필요가 있겠다. 넷째, 본 연구는 이성관계가 활발하게 이루어지는 성인 초기 일반 대학생으로 국한하였기에 다른 대상에게 일반화하기엔 한계가 있을 수 있다. 따라서 추후 연구에서는 연령대를 확대하여 관계과몰입에 대한 양상을 보다 심도 있게 연구할 필요가 있겠다. 이에 더하여 본 연구에서는 경계선 성격장애 및 성향을 가진 사람들을 제외하지 않았기에 향후 경계선 성격 장애 및 성향을 가진 사람들을 제외한 일반인을 대상으로 연구를 진행하여 본 연구의 타당성을 다시금 확인할 필요가 있겠다. 다섯째, 본 연구는 거부민감성과 정서조절곤란이 순차적으로 매개하여 관계과몰입에 영향을 끼치는 연구 모형을 설정하였는데, 관계과몰입에 대한 심도 있는 연구를 위하여 관계과몰입이 선행하여 거부민감성과 정서조절곤란이 악화되는 모형 또한 살펴봄으로써 추후 연구에서 본 연구모형의 경쟁모형을 설정하고 다시 한번 관계과몰입에 대한 경로를 확인할 필요가 있겠다. 여섯째, 본 연구는 아동기 외상이 관계과몰입에 미치는 영향에서 거부민감성과 정서조절곤란의 순차매개효과를 확인하였으나, 후속연구에서는 거부민감성과 정서조절곤란 이외에 관계과몰입에 영향을 주는 다른 변인 또한 고려하여 관계과몰입에 관한 연구를 폭넓게 진행할 필요가 있겠다. 일곱째, 본 연구에서는 관계과몰입의 양상이 얼마나 심각한지에 대한 수준을 알기엔 한계가 있다. 따라서 추후 연구에서는 이러한 관계과몰입의 문제 수준을 측정할 수 있는 요소 혹은 측정도구를 추가하여 관계과몰입의 정도를 확인하여 연구를 진행할 필요가 있겠다. 마지막으로, 관계과몰입은 과정중독의 한 유형으로 설명되고 있으나(장효강, 최이순,

2016; Earp, Wudarczyk, Foddy & Savulescu, 2017), 관계과몰입에 대한 연구가 최근에서야 활발하게 이루어지고 있기에 관계과몰입의 양상에 대한 일관된 정의 및 개념은 부족한 실정이다. 따라서 관계과몰입을 다른 물질중독, 도박중독과 같이 병리적으로 심각한 중독의 증상과 변화를 보인다고 설명하는 것은 한계가 있을 수 있다. 이러한 관점에서 관계과몰입을 하나의 ‘중독’으로 보기엔 어렵다고 볼 수 있기에 관계과몰입의 증상에 대한 보다 명확한 기준과 일관된 개념 및 양상을 확인하는 연구를 할 필요성이 있겠다.

참 고 문 헌

- 고나래 (2008). **아동, 청소년기 복합외상경험이 정서조절과 대인관계문제에 미치는 영향**. 이화여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 고유나 (2016). 아동기 정서적 외상경험이 대학생의 우울 및 불안 수준에 미치는 영향: 자아탄력성의 조절효과를 중심으로. **청소년복지연구**, 18(1), 105-132.
- 권도연, 현명호 (2018). 우울과 이상섭식행동의 관계에서 자기침묵과 정서조절 곤란의 직렬효과. **한국심리학회지: 건강**, 23(4), 1075-1093.
- 김나경, 양난미 (2016). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계: 거부민감성과 부적응적 인지적 정서조절 전략의 매개효과. **상담학연구**, 17(2), 217-238.
- 김나리 (2002). **대학생의 이성관계에서 애착이 갈등해결전략에 미치는 영향: 부정적 기분 조절 기대치를 매개변인으로**. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김나영 (2009). **대학생의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대한 스트레스 대처방식의 중재효과**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김민정 (2019). **신체이미지를 통한 ‘관계 중독(Relationship Addiction)’ 표현 연구**. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 김보미, 유성은 (2012). 대인관계 외상 경험자들의 사회적 유대감, 정서 조절과 자살 생각의 관계. **한국심리학회지: 임상**, 31(3), 731-748.
- 김세광 (2018). **내현적 자기애가 관계중독에 미치는 영향: 정서조절곤란과 지각된 사회적 지지의 매개효과**. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 김소연, 전종철 (2016). 청소년의 부모-자녀 의사소통, 우울, 불안 및 정서조절 곤란과 인터넷 중독 간의 구조모형 검증. **한국청소년복지학회**, 18(1),

159-183.

- 김수민 (2016). **심리적 외상경험이 관계중독에 미치는 영향: 주관적 고통 감내력의 매개효과**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김수성, 이영순, 강정석 (2017). 초기 부적응 도식, 정서조절곤란, 그리고 SNS 중독의 관계. **감성과학**, 20(2), 33-44.
- 김영근 (2016). 치료적 관계 안에서의 내담자의 변화와 성장. **인간·환경·미래**, (17), 111-142.
- 김원진, 이종환, 임종민, 장문선 (2018). 자극추구와 스마트폰 중독 간의 관계에서 경험회피와 정서조절곤란의 매개효과. **한국심리학회 학술대회 자료집**, 2018(8), 318-318.
- 김은수, 이우경 (2016). 여대생의 불안정 애착과 원하지 않는 성관계 응낙의 관계에서 거부민감성의 매개효과. **한국심리학회 학술대회 자료집**, 2015(8), 310-311.
- 김은영, 김정기, 최승애, 남태현 (2016). 대학(원)생들이 경험하는 우울과 스마트폰 중독의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과. **한국청소년학회**, 23(6), 97-118.
- 김은정, 김진숙 (2008). 아동기 정서적 외상경험과 우울 수준간의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과. **상담학연구**, 9(4), 1505-1520.
- 김은정, 김진숙 (2010). 아동기 외상과 초기 성인의 우울수준과의 관계: 초기부적응도식과 정서표현양가성 및 회피대처방식의 매개효과. **한국심리학회지 상담 및 심리치료**, 22(3), 605-630.
- 김인혜, 송현주 (2014). 아동기 정서적 외상과 대학생의 친밀함에 대한 두려움의 관계: 자기체계 손상의 매개효과. **인간이해**, 35(2), 65-78.
- 김주연, 성태훈, 김지혜, 신민영 (2014). 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 주의력 조절의 조절효과. **인지행동치료**, 14(1), 21-37.

- 김환, 한수미 (2015). 대인외상충격이 자기체계 손상에 미치는 영향에서 초발 연령의 조절 효과. **상담학연구**, 16(4), 45-63.
- 류은영, 김정모 (2016). 불안민감성과 정서조절의 관계: 경험적 회피의 매개효과. **청소년학연구**, 23(10), 339-359.
- 류혜라, 박기환 (2014). 대학생의 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절의 중재효과. **한국심리학회지: 건강**, 19(1), 203-218.
- 박상희, 이남옥 (2014). 부모애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 공감과 정서조절의 매개효과. **가족과 상담**, 4(1), 1-18.
- 박연주 (2008). **성인의 애착과 낮은 자존감이 관계중독에 미치는 영향: 수도권 거주자를 대상으로**. 호서대학교 벤처전문대학원 석사학위논문.
- 박우람, 홍상황 (2018). 아동의 거부민감성과 관계적 공격성의 관계: 정서조절, 질투와 시샘의 순차적 매개효과. **초등상담연구**, 14(1), 1-23.
- 박은아, 조혜정, 이재경 (2016). 성인의 아동청소년기 외상경험이 자살생각에 미치는 영향: 외상 후 성장의 조절효과를 중심으로. **사회복지연구**, 47(3), 223-249.
- 박한나 (2016). **초기대상관계와 관계중독간의 관계: 미성숙한 방어유형의 매개효과**. 한동대학교 석사학위논문.
- 박한나, 가요한 (2017). 불안정한 초기대상관계가 관계중독에 미치는 영향. **한국기독교상담학회지**, 28(3), 61-83.
- 박해운 (2019). **내면화된 수치심이 관계중독에 미치는 영향: 정서조절곤란의 매개효과와 정서조절양식의 조절효과를 중심으로**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 배혜림, 남숙경 (2019). 성별에 따른 성격 5요인과 관계중독의 사이에서 내현적 자기애의 매개효과. **상담학연구**, 20(2), 171-190.
- 석애란, 김영근 (2018). 아동기 정서적 학대경험이 대인관계문제에 미치는 영

- 향: 정서인식명확성과 정서조절곤란의 매개효과. **아시아교육연구**, 19(2), 305-329.
- 선미진 (2019). **대학생의 이성관계에서 내면화된 수치심과 관계중독의 관계: 거부민감성의 매개효과**. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 성정아, 홍혜영 (2014). 대학생의 이성관계에서 성인애착이 친밀감 두려움에 미치는 영향: 거부민감성과 자기노출의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 26(2), 387-414.
- 손승희 (2017). 아동기외상과 관계중독의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과 검증: 여자대학생을 중심으로. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 29(3), 743-763.
- 송준현, 백용매 (2018). 대학생의 분리-개별화와 의존성 우울취약성의 관계에서 공적자의식, 거부민감성, 정서표현양가성의 매개효과. **한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제**, 4(1), 1-25.
- 신가영 (2019). **대학생의 애착불안과 SNS 중독경향성: 정서조절곤란과 대인관계문제의 매개효과**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 신은정, 김정민, 윤정미 (2017). 대학생의 아동기 대인 간 외상경험이 자기체계 손상에 미치는 영향: 정서지능과 다차원적 경험회피의 이중매개효과를 중심으로. **한국아동심리치료학회지**, 22(3), 89-106.
- 심두경, 백용매 (2019). 아동기의 복합외상경험이 성인기의 우울과 적대감에 미치는 영향: 내, 외통제성의 매개효과. **한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제**, 5(1), 17-37.
- 심현진, 권해수 (2013). 대학생의 아동기 대인간 외상경험과 사회불안의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. **상담학연구**, 14(6), 3709-3722.
- 안동현 (2002). 아동학대의 피해자 상담. **한국아동복지학회 학술발표논문집**, 3-16.

- 안명란 (2016). 부정적 초기 대상관계가 관계중독에 미치는 영향. **통합치료연구**, 8(1), 75-100.
- 안재희, 이아라 (2016). 대학생의 특성분노와 대인관계문제의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과. **청소년학연구**, 23(6), 47-69.
- 안현의 (2007). 복합외상 (Complex trauma)의 개념과 경험적 근거. **한국심리학회지: 일반**, 26(1), 105-119.
- 안현의, 장진이, 조하나 (2009). 자기체계의 손상으로 본 복합외상증후군. **한국심리학회지: 일반**, 28(2), 283-301.
- 양승애, 서경현 (2015). 부모의 거부적 양육과 대학생의 데이트 폭력 간의 관계: 거부민감성의 매개효과를 중심으로. **청소년학연구**, 22(8), 407-427.
- 양승애, 서경현 (2017). 행동의 활성화 및 억제 성향, 정서조절곤란 및 대학생의 인터넷 게임중독 간의 관계. **청소년학연구**, 24(12), 25-44.
- 오은정, 김민선, 정소라 (2015). 2014년도 상명대학교 서울캠퍼스 학생생활연구. **상명대학교 학생생활연구**, 28, 1-133.
- 오은혜, 노상선, 조용래 (2009). 부정적인 사회적 자기 개념과 정서조절곤란이 대학생의 사회불안에 미치는 영향. **인지행동치료**, 9(1), 75-89.
- 우상우 (2014). **관계중독의 심리사회적 특성과 이론적 모형개발**. 경북대학교 대학원 박사학위논문.
- 우희정, 박경 (2019). 경계선 성격특성과 대인관계문제와의 관계에서 정서조절곤란과 거절민감성의 매개효과. **한국심리학회 학술대회 자료집**, 2014(1), 286-286.
- 유아진, 서영석 (2017). 단절 및 거절 도식과 정서적 단절의 관계에서 거부민감성과 친밀함에 대한 두려움의 매개효과. **상담학연구**, 18(5), 41-60.
- 이경숙, 서수정, 신의진 (2000). 학령기 아동들의 부모에 대한 애착관계가 거부민감성 및 또래 관계에 미치는 영향. **소아·청소년정신의학**, 11(1), 51-59.

- 이기학, 조영아, 송소원 (2006). 2005학년도 재학생 실태조사. 연세상담코칭연구.
- 이다현, 이종환, 곽호완, 장문선, 구분훈 (2016). 특성불안과 정서조절 전략의 관계: 습관적, 지시적 정서조절 전략 유도에 따른 차이. 한국심리학회지: 건강, 21(2), 527-548.
- 이다혜 (2016). **대학생의 성인애착과 관계중독의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이동욱 (2015). **대학생의 성인애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 정서조절 곤란의 매개효과**. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 이문희 (2018). 어린 시절 부-자녀관계가 대인관계문제에 미치는 영향: 정서조절곤란의 매개효과. 한국가족관계학회지, 23(1), 97-120.
- 이미현, 채규만 (2012). 부정적 정서와 폭식행동의 관계-정서조절곤란의 매개효과를 중심으로. 인지행동치료, 12(2), 129-144.
- 이복동 (2000). **성인애착과 이성관계 만족: 거부민감성과 귀인 양식의 매개효과를 중심으로**. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 이수현 (2009). **여대생의 대인불안, 대인관계 유형, 낭만적 애착유형과 관계중독과의 관계**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이유경 (2006). **여대생의 아동기 외상경험이 심리적 증상과 대인관계문제에 미치는 영향**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 이유미 (2018). **애착불안과 대인관계문제의 관계: 거부민감성과 정서조절곤란의 매개효과**. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 이윤연, 장현아 (2016). 아동기 정서적 학대 경험이 경계선 성격 성향에 미치는 영향: 부정적 자기개념의 매개효과. 정서·행동장애연구, 32(3), 241-255.
- 이윤연, 장현아 (2017). 아동기 외상과 데이트 폭력 피해의 관계: 유기도식과 관계중독의 이중매개효과. 한국심리학회지: 여성, 22(2), 191-209.

- 이의선 (2005). **관계중독의 기독교 상담적 치료방안에 관한 연구**. 서울신학대학교 대학원 석사학위논문.
- 이인숙 (2019). **거부민감성이 관계중독에 미치는 영향: 자기자비로 조절된 부정적 갈등해결전략의 매개효과**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이지영 (2010). 정서조절방략이 정서조절곤란에 미치는 영향. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 22(3), 821-841.
- 이지영 (2012). **정서 조절 코칭북: 내 감정의 주인이 되어라**. 시그마프레스.
- 이지영 (2016). 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절방략의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 28(1), 217-244.
- 이지영 (2017). 성인의 기질과 정서조절곤란의 관계에서 적응적 및 부적응적 정서조절방략의 매개효과. **한국심리학회지: 건강**, 22(4), 943-968.
- 이지영, 권석만 (2006). 정서조절과 정신병리의 관계. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 18(3), 461-493.
- 이지원, 이기학 (2014). 불안정애착 및 심리적 고통이 관계중독에 미치는 영향: 지지추구적 정서조절양식의 조절된 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 26(1), 65-95.
- 이현주, 하은혜 (2016). 중학생의 정서강도가 스마트폰 중독에 미치는 영향에서 정서조절곤란의 매개효과. **한국놀이치료학회지**, 19(1), 35-51.
- 이혜원 (2016). **미혼여성의 데이트 폭력 경험과 대인관계 문제, 우울의 관계**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 임선영, 이영호 (2017). 부정 긴급성, 부정 정서 및 정서조절곤란이 경계선 성격의 자해 행동에 미치는 영향. **한국심리학회지: 건강**, 22(3), 565-585.
- 임정민, 오경자 (2016). 거부민감성이 관계의 질에 미치는 영향: 적대적 행동과 자기 침묵의 매개효과. **한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제**, 2(2), 183-195.

- 장석진, 연문희 (2009). 애착이론에 근거한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인관계 문제 및 능력에 미치는 효과. **상담학연구**, 10(4), 2031-2054.
- 장효강, 최이순 (2016). 인구사회학적 특성이 도박중독·인터넷 중독·심리적 안녕감에 미치는 영향. **한국심리학회지: 중독**, 1(1), 55-65.
- 정소현, 양난미 (2018). 대학생의 거부민감성과 대인관계문제의 관계: 자기침묵과 정서인식명확성의 매개효과. **상담학연구**, 19(5), 137-159.
- 정은정 (2018). **관계중독이 우울에 미치는 영향: 거부민감성과 자기침묵의 매개효과**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 조미령 (2002). 정서지능과 스트레스 수준 및 대처방식과의 관계. 원광대학교 대학원 석사학위논문.
- 조용래 (2007). 정서조절곤란의 평가: 한국판 척도의 심리측정적 속성. **한국심리학회지: 임상**, 27(4), 1015-1038.
- 조혜나 (2016). 아동기 외상과 폭식행동의 관계: FFFS, 정서조절곤란, 해리의 매개효과를 중심으로. 대구가톨릭대학교 석사학위 논문.
- 지은선 (2014). 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 책임귀인의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 차혜련, 김종남 (2016). 대학생의 내면화된 수치심이 대인관계문제에 미치는 영향. **청소년학연구**, 23(12), 373-401.
- 최나운, 이영호 (2018). 아동기 외상이 초기 성인기 대인관계 문제에 미치는 영향: 초기부적응도식과 자기개념 및 정서조절곤란의 매개효과. **청소년학연구**, 25(2), 137-166.
- 최다혜, 이혜진 (2017). 외로움과 스마트폰 중독의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과. **인지행동치료**, 17(1), 87-103.
- 최미정 (2009). 아동기 학대경험과 우울 및 불안의 관계: 초기부적응도식의 매개효과. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.

- 최연숙, 홍혜영 (2016). 대학생의 불안정 애착과 우울의 관계에서 거부민감성과 정서표현양가성의 매개효과. **상담학연구**, 17(4), 295-311.
- 최은선, 권혜수 (2013). 대학생의 성인애착과 정서조절능력의 관계에서 거부민감성의 매개효과. **청소년시설환경**, 11(4), 123-132.
- 최은영, 안현의 (2011). 여대생의 아동 청소년기 대인간 외상 경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. **한국심리학회지: 여성**, 16(3), 285-302.
- 한진주 (2007). 어린시절 경험과 관계중독의 패턴연구. **애니어그램연구**, 4(2), 135-161.
- 허연주, 이민규 (2015). 경계선 성격장애 성향이 우울에 미치는 영향: 심리적 유연성의 매개효과. **한국심리학회지: 임상**, 34(3), 747-767.
- 홍채영, 김정민 (2017). 대학생의 대인외상경험이 정서조절곤란에 미치는 영향: 자기체계손상의 매개효과를 중심으로. **정서·행동장애연구**, 33(4), 333-353.
- 황명구, 송현정 (2018). 한국의 관계중독에 대한 동향 연구. **한국정책분석평가학회 학술대회 논문집**, 17-34.
- 황명구, 송현정 (2019). 한국 관계중독 연구 활성화 위한 동향 분석. **한국콘텐츠학회논문지**, 19(10), 98-111.
- 황여주 (2013). 미혼 남녀의 정서조절과 이성관계 만족도 관계에서 갈등대처방략의 매개효과와 갈등빈도의 조절효과. 이화여자대학교 석사학위 논문.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review*, 30(2), 217-237.
- Allen, J. G. (2005). *Coping with trauma* (2nd). Washington, DC: American Psychiatric Association Press.

- APA(2015). **정신질환의 진단 및 통계편람 제5판. [DSM-5]**. (권준수 역). 서울: 학지사.
- Aron, A., Fisher, H., Mashek, D. J., Strong, G., Li, H., & Brown, L. L. (2005). Reward, motivation, and emotion systems associated with early-stage intense romantic love. *Journal of neurophysiology*, *94*(1), 327-337.
- Ayduk, O., Downey, G., & Kim, M. (2001). Rejection sensitivity and depressive symptoms in women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, *27*(7), 868-877.
- Ayduk, O., Downey, G., Testa, A., Yen, Y., & Shoda, Y. (1999). Does rejection elicit hostility in rejection sensitive women? *Social Cognition*, *17*(2), 245-271.
- 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.
- Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Mischel, W., Downey, G., Peake, P. K., & Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: strategic self-regulation for coping with rejection sensitivity. *Journal of personality and social psychology*, *79*(5), 776-792.
- Bandelow, B., Schmahl, C., Falkai, P., & Wedekind, D. (2010). Borderline personality disorder: a dysregulation of the endogenous opioid system?. *Psychological review*, *117*(2), 623-636.
- Bernet, C. Z., & Stein, M. B. (1999). Relationship of childhood maltreatment to the onset and course of major depression in adulthood. *Depression and anxiety*, *9*(4), 169-174.
- Bernstein, D. P., & Fink, L. (1998). *Childhood trauma questionnaire: A*

- retrospective self-report*: Manual Psychological Corporation,
- Bireda, M. R. (1990). *Love addiction: A guide to emotional independence*. New Harbinger Publications.
- Bowlby. (1980). *Attachment and loss (Vol 3)*. New York: Basic Books.
- Briere, J., & Runtz, M. (1990). Differential adult symptomatology associated with three types of child abuse histories. *Child abuse & neglect, 14*(3), 357-364.
- Canyas, R., Downey, G., Berenson, K., Ayduk, O., & Kang, N. J. (2010). Rejection sensitivity and the rejection-hostility link in romantic relationships. *Journal of Personality, 78*(1), 119- 148.
- Cassidy, J., & Shaver, P. R. (Eds.) (2008). *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical application (2nd ed.)*. New York: Guilford Press.
- Cole, P. M., Michel, M.K., & Teti, L. O. (1994). The development of emotion regulatuon and dysregulation: A clinical perspective. *Monographs of the Society for Research in Child Development, 59*(2-3), 73-102.
- Cook, A., Spinazzola, J., Ford, J., Lanktree, C., Blaustein, M., Cloitre, M., Derosa, R., Hubbard, R., Kagan, R., Liautaud, J., Mallah, K., Olafson, E & Van der Kolk, B. (2017). Complex trauma in children and adolescents. *Psychiatric annals, 35*(5), 390-398.
- Courtois, C. A. (2008). Complex trauma, complex reactions: Assessment and treatment. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy, 1*, 86-100.
- Crowell, S. E., Beauchaine, T. P., & Linehan, M. M. (2009). A biosocial developmental model of borderline personality: Elaborating and extending linehan' s theory. *Psychological bulletin, 135*(3), 495.

- Diamond, L. M., & Aspinwall, L. G. (2003). Integrating diverse developmental perspectives on emotion regulation. *Motivation and Emotion, 27*(1), 1-6.
- Douglas, K. R., Chan, G., Gelernter, J., Arias, A. J., Anton, R. F., Weiss, R. D., Brady, K., Poling, J., Farrer, L., & Kranzler, H. R. (2010). Adverse childhood events as risk factors for substance dependence: partial mediation by mood and anxiety disorders. *Addictive behaviors, 35*(1), 7-13.
- Downey, G., & Feldman, S. I., & Ayduk, O. (2000). Rejection sensitivity and male violence in romantic relationships. *Personal Relationships, 7*(1), 45-61.
- Downey, G., Bonica, C., & Rincon, C. (1999). Rejection sensitivity and adolescent romantic relationships. *The development of romantic relationships in adolescence, 148-174*.
- Downey, G., Feldman, S. (1996). Implications of Rejection Sensitivity for Intimate Relationship. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(6), 1327-1343.
- Downey, G., Freitas, A., Michaelis, B., Khouri, H. (1998). The Self-Fulfilling Prophecy in Close Relationships: Rejection Sensitivity and Rejection by Romantic Partners. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*(2), 545-560.
- Earp, B. D., Wudarczyk, O. A., Foddy, B., & Savulescu, J. (2017). Addicted to love: What is love addiction and when should it be treated?. *Philosophy, Psychiatry & Psychology, 24*(1), 77-92.
- Edwards, G. L., & Barber, B. L. (2010). The relationship between rejection sensitivity and compliant condom use. *Archives of Sexual Behavior, 39*(6), 1381-1388.
- Ellason, J. W., & Ross, C. A. (1997). Childhood trauma and psychiatric

- symptoms. *Psychological Reports*, 80(2), 447-450.
- Erikson, E. (1970). *Identity through the life cycle*. New York: W. W. Norton.
- Esch, T., & Stefano, G. B. (2005). *The neurobiology of love. Neuroendocrinology Letters*, 26(3), 175-192.
- Feeney, J., & Noller, P. (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationship. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(2), 281-291.
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychology*, 6, 231-247.
- Finkelhor, D., & Dzuiba-Leatherman, J.(1994). Victimization of children. *The American Psychologist*, 49, 413-426.
- Finzi-Dottan, R., & Karu, T. (2006). From emotional abuse in childhood to psychopathology in adulthood: A path mediated by immature defense mechanisms and self-esteem. *The Journal of nervous and mental disease*, 194(8), 616-621.
- Ford, J. D. (2009). *Neurobiological and developmental research. Treating Complex Traumatic Stress Disorders: An Evidence Based Guide* (Ed). New York: Guildford Press.
- Galliher, R. V., & Bentley, C. G. (2010). Links between rejection sensitivity and adolescent romantic relationship functioning: The mediating role of problem-solving behaviors. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma*, 15(6), 603-623.
- Garner, P. W., & Spears, F. M. (2000). Emotion regulation in low-income preschoolers. *Social Development*, 9(2), 246-264.

- Gotlib, I. H., & Hammen, C. L. (1992). *Psychological aspects of depression: Toward a cognitive interpersonal integration*. Oxford.
- Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional Assessment of Emotion Regulation and Dysregulation: Development, Factor Structure, and Initial Validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 26, 41-54.
- Griffin-Shelley, E. (2007). Adolescent sex and relationship addicts. *Sexual Addiction & Compulsivity: The Journal of Treatment and Prevention*, 2(2), 112-127.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response- focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224-237.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348.
- Gunnar, M. R., & Donzella B. (2002). Social regulation of cortisol level in early human development. *Psychoneuroendocrinology*, 27(1-2), 220.
- Hart, A. D. (1990). *Healing life's hidden addictions*. Ann Arbor: Servant Publications.
- Hayes, A. F. (2015). **PROCESS macro를 이용한 매개분석 조절분석 및 조절된 매개분석**. (이형권 역). 신영사. (원전은 2013에 출판).
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Hofmann, S. G., Sawyer, A. T., Fang, A., & Asnaani, A. (2012). Emotion

- dysregulation model of mood and anxiety disorders. *Depression and Anxiety*, 29(5), 409-416.
- Hovens, J. G., Wiersma, J. E., Giltay, E. J., Van Oppen, P., Spinhoven, P., Penninx, B. W., & Zitman, F. G. (2010). Childhood life events and childhood trauma in adult patients with depressive, anxiety and comorbid disorders vs. controls. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 122(1), 66-74.
- Kline, R. B. (2010). **구조방정식 모형: 원리와 적용**. (이현숙, 김수진, 전수현 역). 서울: 학지사. (원전은 2004에 출판).
- Kohut, H. (1977). *The analysis of self*. New York, NY: International University Press.
- Kring, A. M., & Bachorowski, J. A. (1999). Emotions and psychopathology. *Cognition & Emotion*, 13(5), 575-599.
- Kuo, J. R., Goldin, P. R., Werner, K., Heimberg, R. G., & Gross, J. J. (2011). Childhood trauma and current psychological functioning in adults with social anxiety disorder. *Journal of anxiety disorders*, 25(4), 467-473.
- Larkin, M., Wood, R. T., & Griffiths, M. D. (2006). Towards addiction as relationship. *Addiction Research and Theory*, 14(3), 207-215.
- Layne, C. M., Beck, C. J., Rimmasch, H., Southwick, J. s., Moreno, M. A., Hobfoll, S. E., Brom, D., Pat-Horenczyk, R., & Ford, J. D. (2009). *Treating traumatized children: Risk, resilience and recovery*. New York: Taylor & Francis Group.
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups. *Interpersonal rejection*, 2001(10), 251-289.
- Linehan, M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality*

- disorder*. New York: Guilford Press.
- London, B., Downey, G., Bonica, C., & Paltin, I. (2007). Social causes and consequences of rejection sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, *17*(3), 481-506.
- Luxenberg, T., Spinazzola, J., & Van der Kolk, B. (2001). Complex trauma and disorders of extreme stress (DESNOS) diagnosis, part one: Assessment. *Directions in Psychiatry*, *21*, 373-392.
- Miano, A., Fertuck, E. A., Roepke, S., & Dziobek, I. (2017). Romantic relationship dysfunction in borderline personality disorder—a naturalistic approach to trustworthiness perception. *Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment*, *8*(3), 281-286.
- Morris, D. (1982). *Attachment and intimacy*. In M. Fisher & G. Stricker (Eds.), New York: Plenum Press.
- Peabody, S. (2005). *Addiction to love: Overcoming obsession and dependency in relationships*. Celestial Arts; 3rd edition.
- Pearson, J. (1991). Relationship dependent women: Their views on symptoms and recovery. *Virginia Counselors Journal*, *19*, 3-13.
- Peele, S., & Brodsky, A. (1975). *Love and addiction*. New York: Signet.
- Perry, B. D., Polland, R. A., Blakley, T. L., Baker, W. L., & Vigilante, D. (1995). Childhood trauma, the neurobiology of adaptation, and “use dependent” development of the brain: How “states” become “traits” ? *Infant Mental Health Journal*, *16*(4), 271-291.
- Poole, C., Keith, S. D., & Dennis, P. (2017). Childhood adversity and adult depression: The protective role of psychological resilience. *Child Abuse & Neglect*, *64*, p. 89-100.

- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers, 36*, 717-731.
- Purdie, V., & Downey, G. (2000). Rejection sensitivity and adolescent girls' vulnerability to relationship-centered difficulties. *Child Maltreatment, 5*(4), 338-349.
- Reynaud, M., Karila, L., Blecha, L., & Benyamina, A. (2010). Is love passion an addictive disorder?. *The American Journal of Drug and Alcohol Abuse, 35*(5), 261-267.
- Rosenberg, K. P., & Feder, L. C. (2014). *Behavioral Addictions*. London: Academic Press.
- Schaeffer, B., & McElhny, K. (1997). *Is It love or is it addiction?*. Hazelden Publishing.
- Selby, E. A., Braithwaite, S. R., Joiner Jr, T. E., & Fincham, F. D. (2008). Features of borderline personality disorder, perceived childhood emotional invalidation, and dysfunction within current romantic relationships. *Journal of Family Psychology, 22*(6), 885.
- Shields, A., & Cicchetti, D. (1998). Reactive aggression among maltreated children: The contributions of attention and emotion dysregulation. *Journal of clinical child psychology, 27*(4), 381-395.
- Sit, D., Luther, J., Buysse, D., Dills, J. L., Eng, H., Okun, M., Wisniewski, S., & Wisner, K. L. (2015). Suicidal ideation in depressed postpartum women: associations with childhood trauma, sleep disturbance and anxiety. *Journal of psychiatric research, 66*, 95-104.
- Sparrevohn, R. M., & Rapee, R. M. (2009). Self- disclosure, emotional

- expression and intimacy within romantic relationships of people with social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, 47(12), 1074-1078.
- Staebler, K., Helbing, E., Rosenbach, C., & Renneberg, B. (2011). Rejection sensitivity and borderline personality disorder. *Clinical psychology & psychotherapy*, 18(4), 275-283.
- Stepp, S. D., Pilkonis, P. A., Yaggi, K. E., Morse, J. Q., & Feske, U. (2009). Interpersonal and emotional experiences of social interactions in borderline personality disorder. *The Journal of nervous and mental disease*, 197(7), 484.
- Sullivan, H. S. (1937). A note on the implications of psychiatry, the study of interpersonal relations, for investigations in the social sciences. *American Journal of Sociology*, 42(6), 848-861.
- Sussman, S. (2010). Love Addiction: Definition, Etiology, Treatment. *Sexual Addiction & Compulsivity*, 17(1), 31-45.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A. (1999). *Disorders of Affect Regulation: Alexithymia in Medical and Psychiatric Illness*. Cambridge University Press.
- Taylor, S., Asmundson, G. J., & Carleton, R. N. (2006). Simple versus complex PTSD: A cluster analytic investigation. *Journal of Anxiety Disorders*, 20(4), 459-472.
- Terr, L. S. (1991). Childhood traumas: An outline and overview. *Journal of Psychiatry*, 148(1), 10-20.
- Thorberg, F. A., & Lyvers, M. (2006). Negative mood regulation(NMR) expectancies, mood, and affect intensity among clients in substance disorder treatment facilities. *Addictive Behaviors*, 31(5), 811-820.

- Timmreck, T. C. (1990). Overcoming the Loss of a Love: Preventing Love Addiction and Promoting Positive Emotional Health. *Psychological Reports*, 66(2), 515-528.
- Walden, T. A., & Smith, M. C. (1997). Emotion regulation. *Motivation and Emotion*, 21(1), 7-25.
- Weiss, R. W. (1982). *Attachment in adult life*. New York: Basic Books.
- West, R. (2001). Theories of addiction. *Addiction*, 96, 3-13.
- Whiteman, T., & Peterson, R. (1998). *Victim of Love?: How you can break the cycle of bad relationships*. NavPress Publishing Group.
- Wiersma, J. E., Hovens, J. G., van Oppen, P., Giltay, E. J., van Schaik, D. J., Beekman, A. T., & Penninx, B. W. (2009). The importance of childhood trauma and childhood life events for chronicity of depression in adults. *Journal of clinical Psychiatry*, 70(7), 983.
- Winter, D., Duncan, J., & Summerfield E. (2008). Love Hurts: Explorations of Love, Validation, and Conflict. *Personal Construct Theory & Practice*, 5, 86-98.
- Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders*. Sarasota, FL: Professional Resources Press.
- Zlotnick, C., Warshaw, M., Shea, M. T., & Keller, M. B. (1997). Trauma and chronic depression among patients with anxiety disorders. *Journal of consulting and clinical psychology*, 65(2), 333.

ABSTRACT

The effects of Childhood Trauma on Relationship Addiction in Early Adulthood : The Sequential Meditating Effects of Rejection Sensitivity and Emotion Dysregulation

Hye-Yoon Kim

Department of Psychology

Graduate school of

Sungshin University

The purpose of this study was to examine the sequential meditating effects of rejection sensitivity and emotion dysregulation on the relationship between childhood trauma and relationship addiction in early adulthood. For this purpose, Childhood Trauma Questionnaire, Relationship Addiction Questionnaire, Rejection Sensitivity Questionnaire, and Difficulties in Emotion Regulation Scale were administered to 390 college students who had dating experiences. The main results were as follows. First, childhood trauma, relationship addiction, rejection sensitivity and emotion dysregulation showed statistically significant positive correlations. Second, the meditating effect of rejection sensitivity was statistically insignificant in the relationship between childhood trauma and relationship addiction. Third, the meditating effect of emotion dysregulation was statistically insignificant in the relationship

between childhood trauma and relationship addiction. Fourth, the sequential mediating effects of rejection sensitivity and emotion dysregulation was statistically significant in the relationship between childhood trauma and relationship addiction. Finally, the implications and limitations for future study were discussed.

Keywords: childhood trauma, relationship addiction, rejection sensitivity, emotion dysregulation

부 록

부 록 1. 아동기 외상 설문지 단축형
(Childhood Trauma Questionnaire- Short Form: CTQ-SF)

부 록 2. 관계중독 척도
(Relationship Addiction Questionnaire: RAQ)

부 록 3. 거부민감성 척도
(Rejection Sensitivity Questionnaire: RSQ)

부 록 4. 정서조절곤란 척도
(Korean-Difficulties in Emotional Regulation Scale: K-DERS)

부 록 5. 인구 통계학적 질문지

부 록 1. 아동기 외상 설문지 단축형

(Childhood Trauma Questionnaire- Short Form: CTQ-SF)

※ 귀하가 만 18세 이전에 당신의 부모님 혹은 주 양육자, 다른 가족 구성원들과의 사이에서 겪었던 경험을 생각하시고, 평소 자신의 경험에 가장 가깝게 느껴지는 곳에 체크해주시시오.

문 항 내 용		전혀 없었다	드물게 있었다	가끔 있었다	자주 있었다
1	내가 듣기 싫은 별명으로 부르곤 했다(예: 바보, 멍청이, 병신).	1	2	3	4
2	나에게 “너 같은 애는 태어나지 말았어야 했어.” 라고 말한 적이 있다.	1	2	3	4
3	가족 중에 나를 미워하는 사람이 있다고 느꼈다.	1	2	3	4
4	가족 중에 나에게 모욕적인 이야기나 심한 말 등을 해서 마음이 상한 적이 있다.	1	2	3	4
5	나는 정서적으로 학대를 당한 적이 있다.	1	2	3	4
6	세계 맞아 멍이나 상처를 입은 적이 있다.	1	2	3	4
7	세계 맞아 병원에 간 적이 있다.	1	2	3	4
8	회초리 이외의 물건(예. 허리띠, 몽둥이 등)으로 맞은 적이 있다.	1	2	3	4
9	나는 신체적으로 학대를 당한 적이 있다.	1	2	3	4
10	다른 사람들이 알아볼 정도로 너무 많이 맞은 적이 있다.	1	2	3	4

11	가족 안에서 사랑받았다고 느꼈다.	1	2	3	4
12	가족 안에서 내가 중요한 존재라는 생각이 들었다.	1	2	3	4
13	우리 가족들은 서로 가깝다고 느꼈다.	1	2	3	4
14	우리 가족은 나를 지지해준다고 느꼈다.	1	2	3	4
15	우리 가족은 서로를 배려한다고 느꼈다.	1	2	3	4
16	나에게 제 때 밥을 챙겨주지 않았다.	1	2	3	4
17	가족들에게 나는 충분한 보살핌을 받았다.	1	2	3	4
18	부모님이 술을 너무 많이 먹었다.	1	2	3	4
19	내가 씻지 않거나 더러운 옷을 입어도 내버려둔 적이 있다.	1	2	3	4
20	내가 아파도 병원에 데려가지 않았다.	1	2	3	4

부 록 2. 관계중독 척도

(Relationship Addiction Questionnaire: RAQ)

※ 다음은 이성관계 경험과 관련된 문항들입니다. 자신과 가장 적절하다고 생각하는 곳에 체크해주시시오.

	문 항 내 용	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이 다	대체로 그렇다	매우 그렇 다
1	나는 연애관계에서 확신을 갖지 못하고 사랑과 정서적인 지지를 많이 요구한다.	1	2	3	4	5
2	나는 너무 일찍 쉽게 사랑에 빠진다.	1	2	3	4	5
3	나는 사랑에 빠지면 중요한 일을 할 때조차 그(그녀)와 관련된 생각을 멈추기 어렵다.	1	2	3	4	5
4	가끔 외롭고 누군가 만나고 싶을 때 평소에 원하거나 가치를 두었던 기준을 낮추어 관계를 유지하는 편이다.	1	2	3	4	5
5	상대에게 너무 많은 사랑을 주거나 보호하면서 그 상대를 구속하는 경향이 있다.	1	2	3	4	5
6	나에게 헌신하지 않는 상대방이 달라질 것이라고 바라면서 연애를 해 본 적이 있다.	1	2	3	4	5
7	일단 연애 관계에 빠지게 되면 헤어 나오기 힘들다.	1	2	3	4	5
8	나는 누군가에게 매력을 느껴 끌릴 때, 상대방이 나에게 좋은 사람이 아니라는 단서들을 무시하려 한다.	1	2	3	4	5
9	내가 사랑에 빠지고 이성을 선택할 때 다른 것보다 더욱 중요한 것은 처음의 끌림이다. 나에게 오랜 기간을 거친 후 사랑에 빠지는 일은 별로이다.	1	2	3	4	5

10	나는 사랑을 하고 있을 때 신뢰하기 힘든 사람을 믿지만 평소에는 사람들을 믿는데 어려움을 느낀다.	1	2	3	4	5
11	연애가 끝났을 때 나의 삶이 끝난 것처럼 느껴지고 한 번 이상 자살을 생각해 본 적이 있다.	1	2	3	4	5
12	나는 상대와 관계를 유지하기 위하여 내가 감당해야 하는 몫 이상의 책임을 진다.	1	2	3	4	5
13	나의 유일한 관심의 대상은 사랑과 연애 관계이다.	1	2	3	4	5
14	지금까지 연애 관계 중 몇몇은 나만 사랑에 빠졌었다.	1	2	3	4	5
15	내가 사랑을 하고 있지 않거나 누군가를 만나고 있지 않을 때 외로움에 압도당한다.	1	2	3	4	5
16	나는 혼자 지내는 것을 견딜 수 없다.	1	2	3	4	5
17	나는 외로움을 피하기 위해 한 번 이상 좋지 않은 사람과 관련을 맺은 적이 있다.	1	2	3	4	5
18	사랑을 할 대상을 찾지 못할까봐 두렵다.	1	2	3	4	5
19	연애 관계를 맺지 못하면 내가 무언가 부적절하다고 느낀다.	1	2	3	4	5
20	내가 사랑에 빠져 있거나 그 상대가 나를 떠날 것이라고 위협하는 상황이라면 나는 상대의 말이나 행동을 거절할 수 없다.	1	2	3	4	5
21	상대가 원하는 내가 되기 위해 많은 노력을 한다. 내가 원하거나 필요한 것, 내가 가치 있다고 느끼는 것들을 희생하더라도 상대를 기쁘게 하는 일은 무엇이든 할 것이다.	1	2	3	4	5
22	사랑에 빠지면 나는 내가 원하는 것만 본다. 내가 가진 사랑에 대한 판타지를 충족시키고 그와의 이별로 인한 불안을 떨치기 위해 현실을 왜곡하기도 한다.	1	2	3	4	5

23	실연의 아픔을 피하기 위해서 외로움, 불신, 무관심, 우울한 기분과 같은 고통을 잘 참아낸다.	1	2	3	4	5
24	나를 사랑하지 않는 상대를 짝사랑하며 괴로워한 적이 한 번이 상 있다.	1	2	3	4	5
25	나는 로맨스(낭만)을 사랑한다. 상대가 정직하지 않은 상황일지라도 동시에 로맨틱한 관심이 생기기도 한다.	1	2	3	4	5
26	학대적인 사람과 지내 본 적이 있다.	1	2	3	4	5
27	실제로 내가 사귄 수 있는 사람을 만나는 것 보다 내가 사랑하는 상대방에 대한 판타지가 더 중요하다.	1	2	3	4	5
28	버려지는 것에 대해 두려워한다. 작은 거절일지라도 버려지는 것처럼 느껴져 두렵다.	1	2	3	4	5
29	나를 거절했던 사람을 쫓아다니고 그의 마음을 바꾸어보려고 필사적인 노력을 한다.	1	2	3	4	5
30	사랑에 빠지면 과도하게 상대를 소유하려고 질투를 한다.	1	2	3	4	5
31	연애 때문에 가족이나 친구를 한 번 이상 모른 척 한 적이 있다.	1	2	3	4	5
32	사랑에 빠졌을 때 충동 통제를 할 수 없다.	1	2	3	4	5
33	내가 사랑하는 사람이 무엇을 하는지 확인하고 싶은 마음이 강하다.	1	2	3	4	5
34	나와 사랑하는 사이인 상대방의 과거를 한 번 이상 알아 본 적이 있다.	1	2	3	4	5
35	상대방에게 다른 사람이 있다 할지라도 사랑하는 상대방을 포기할 수 없다.	1	2	3	4	5
36	삼각관계에 놓인다면 그 누구도 잘못이 있다고 생각하지 않으며 그 관계에서 도망가지 않을 것이다.	1	2	3	4	5
37	사랑은 나에게 가장 중요하다.	1	2	3	4	5
38	연애를 하고 있지 않을지라도 항상 사랑에 대한 판타지를 가진다(과거 애인이나 완벽한 남자가 언젠가는 나에게 다가올 것이라는 등).	1	2	3	4	5

39	사랑과 낭만적인 환상(판타지)에 압도되어 본 기억이 있다.	1	2	3	4	5
40	사랑에 빠지면 마술에 걸리거나 무엇에 홀린 것처럼 무기력해져서 현명한 선택을 하지 못하기도 한다.	1	2	3	4	5

부 록 3. 거부민감성 척도

(Rejection Sensitivity Questionnaire: RSQ)

※ 다음은 일상생활에서 일어날 수 있는 여러 상황들과 관련된 질문입니다. 각 상황에 대한 두 가지 질문에 대해 어떻게 느끼는지 답해주십시오. 해당 상황을 경험해본 적이 없다면, 그런 상황에 처하면 어떻게 할지 상상하여 응답해 주시기 바랍니다.

1	2	3	4	5	6
전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	다소 그렇다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다

상황 1. 같은 수업을 듣는 사람에게 강의노트를 빌려 달라고 한다.						
(a) 강의노트를 빌려주지 않을지에 대해 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 강의노트를 빌려줄 것이라 예상한다.	1	2	3	4	5	6

상황 2. 친구에게 이사 와서 나와 함께 살자고 부탁한다.						
(a) 이사 오기를 거절하지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 이사 오라는 부탁을 받아들일 것이라 예상한다.	1	2	3	4	5	6

상황 3. 부모님에게 어떤 공부를 더 해야 할지 결정하는 것을 도와달라고 부탁한다.						
(a) 부모님이 결정을 도와주지 않을까봐 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 부모님이 결정을 도와주실 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 4. 잘 모르는 사람에게 데이트를 신청한다.						
(a) 데이트 신청을 받아들이지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 데이트 신청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 5. 당신의 남자(여자)친구는 오늘 밤에 다른 친구들과 약속이 있다. 그런데 당신은 오늘 남자(여자)친구와 함께 있고 싶어서, 남자(여자)친구에게 자신과 함께 있어 달라고 요구한다.						
(a) 남자(여자)친구가 당신과 함께 있어줄지 걱정이 되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b)(a) 남자(여자)친구가 당신과 함께 있어줄 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 6. 부모님에게 용돈을 더 달라고 부탁한다.						
(a) 부모님이 용돈을 더 주지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 부모님이 용돈을 더 주시리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 7. 수업이 끝난 후, 교수님께 수업 중 잘 이해되지 않는 부분에 대해 질문하고, 좀 더 설명해주실 것을 요구한다.						
(a) 교수님이 설명을 더 해주실지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 교수님이 설명을 더 해주시리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 8. 친한 친구와 심하게 다투고 난 후에, 그 친구에게 먼저 다가가서 말을 건다.						
(a) 친구에게 다가가는 것에 대해 주저하거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 아무 거리낌 없이 다가가서 대화를 잘 할 수 있을 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 9. 같은 수업을 듣는 사람에게 같이 커피를 마시자고 제의한다.						
(a) 그 사람이 그러자고 할 지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 그 사람이 같이 커피를 마실 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 10. 졸업하고 난 다음 직장을 구하지 못했을 때, 부모님께 당분간 생활비를 보조해달라고 요구한다.						
(a) 생활비 보조를 거절하지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 생활비를 보조해 주시리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 11. 방학 기간 동안 친구에게 나와 함께 여행을 가자고 제안한다.						
(a) 친구가 여행 제의를 거절하지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 친구가 여행 제의를 받아들여리라 예상한다.	1	2	3	4	5	6

상황 12. 남자(여자)친구와 심하게 다투고 난 후, 먼저 전화해서 만나고 싶다고 말한다.						
(a) 남자(여자)친구가 만남을 거절할지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 남자(여자)친구가 만나자는 제의를 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 13. 친구에게 어떤 물건을 빌려 달라고 요구한다.						
(a) 친구가 물건을 빌려줄지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 친구가 물건을 빌려줄 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 14. 부모님께 내가 참여하는 중요한 행사에 참석해 달라고 요청한다.						
(a) 부모님이 참석 요청을 거절할까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 부모님이 참석 요청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 15. 친구에게 어려운 부탁을 한다.						
(a) 친구가 그 부탁을 들어줄지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 친구가 그 부탁을 들어줄 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 16. 남자(여자)친구에게 진심으로 나를 사랑하는지 물어본다.						
(a) 남자(여자)친구가 나를 사랑할지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 남자(여자)친구가 나를 사랑한다고 할 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 17. 클럽에서 눈에 띄는 이성에게 다가가서 춤을 추자고 청한다.						
(a) 내 청을 거절할 것 같아 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 내 청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 18. 남자(여자)친구에게 부모님을 만나러 와 달라고 요청한다.						
(a) 내 청을 거절할 것 같아 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
(b) 내 청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

부 록 4. 정서조절곤란 척도

(Korean-Difficulties in Emotional Regulation Scale: K-DERS)

※ 다음은 감정과 관련된 문항들입니다. 각 문장을 자세히 읽어보시고 자신을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 번호에 체크해주시요.

문 항 내 용		전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 내 감정에 대해 분명하게 알고 있다.	1	2	3	4	5
2	나는 내가 어떻게 느끼는지에 대해 주의를 기울인다.	1	2	3	4	5
3	나는 감정에 압도되고 감정을 통제하기 힘들다고 생각한다.	1	2	3	4	5
4	나는 내가 어떤 감정을 느끼고 있는지 잘 모른다.	1	2	3	4	5
5	나는 내 감정을 이해하기 어렵다.	1	2	3	4	5
6	나는 내 감정에 주의를 기울인다.	1	2	3	4	5
7	나는 내가 어떻게 느끼고 있는지를 정확하게 안다.	1	2	3	4	5
8	내가 무엇을 느끼고 있는지에 대해 관심이 있다.	1	2	3	4	5
9	나는 내가 어떻게 느끼는지가 혼란스럽다.	1	2	3	4	5
10	나는 화가 나거나 기분이 나쁠 때, 내 감정이 어떤지를 알아차린다.	1	2	3	4	5

11	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그런 감정을 느끼는 나 자신에 대해 화가 난다.	1	2	3	4	5
12	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그런 감정을 느끼는 것에 대해 당황하게 된다.	1	2	3	4	5
13	나는 화가 나거나 기분이 나쁠 때, 일을 끝마치기가 어렵다.	1	2	3	4	5
14	나는 화가 나거나 기분이 나쁠 때, 나는 통제하기가 어려워진다.	1	2	3	4	5
15	나는 화가 나거나 기분이 나쁠 때, 내가 그런 상태로 오랫동안 있을거라 생각한다.	1	2	3	4	5
16	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 결국에는 내가 아주 우울해질 거라고 생각한다.	1	2	3	4	5
17	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 다른 일들에 집중하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
18	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 통제하지 못한다고 느낀다.	1	2	3	4	5
19	나는 화가 나거나 기분이 나쁘더라도 여전히 일을 끝마칠 수 있다.	1	2	3	4	5
20	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그렇게 느끼는 것에 대해 부끄럽다.	1	2	3	4	5
21	나는 화가 나거나 기분이 나쁘더라도 궁극적으로 기분이 더 좋아지는 방법을 내가 찾아낼 수 있다고 믿는다.	1	2	3	4	5
22	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내가 나약한 사람처럼 느껴진다.	1	2	3	4	5
23	나는 화가 나거나 기분이 나쁘더라도 나의 행동을 통제할 수 있는 것처럼 느껴진다.	1	2	3	4	5

24	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그렇게 느끼는 것에 죄책감을 느낀다.	1	2	3	4	5
25	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 집중하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
26	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 행동을 통제하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
27	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 기분을 더 좋아지게 하기 위해 내가 할 수 있는 일이 아무것도 없다고 생각한다.	1	2	3	4	5
28	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그렇게 느끼는 내 자신에게 짜증이 난다.	1	2	3	4	5
29	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 나 자신에 대해 기분이 매우 나빠지기 시작한다.	1	2	3	4	5
30	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그 상태에 빠져 허우적거린다.	1	2	3	4	5
31	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 행동에 대한 통제력을 잃어버린다.	1	2	3	4	5
32	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 다른 어떤 일에 대해서도 생각하기가 어렵다.	1	2	3	4	5
33	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내가 진정으로 느끼는 것이 무엇인지 생각해본다.	1	2	3	4	5
34	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 기분이 더 좋아지는데 오랜 시간이 걸린다.	1	2	3	4	5
35	나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 감정에 의해 압도당하는 것처럼 느껴진다.	1	2	3	4	5

부 록 5. 인구 통계학적 질문지

1. 귀하의 성별은 무엇입니까?

①남성

②여성

2. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까?

만 _____세

3. 귀하의 현재 학년은 어떻게 되십니까?

①1학년

②2학년

③3학년

④4학년

⑤기타

4. 귀하의 전공은 무엇입니까?

①인문계열

②이공계열

③예체능계열

④사회과학계열

⑤기타

5. 현재 귀하는 이성교제를 하고 있습니까?

- ①네
- ②아니오

6. 귀하의 연애행의 횟수가 어떻게 되십니까?

- ①없음
- ②1-2회
- ③3-4회
- ④5-6회
- ⑤7-8회
- ⑥9-10회
- ⑦11회 이상