

이 정 윤 교수지도
석사학위 청구논문

청소년의 부모애착과
심리적 안녕감의 관계
: 기본심리욕구의 매개효과

2010

성신여자대학교 대학원
심 리 학 과
황 아 람

청소년의 부모애착과
심리적 안녕감의 관계
: 기본심리욕구의 매개효과

이 정 윤 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2009년 11월

성신여자대학교 대학원
심 리 학 과
황 아 람

인 준 서

황아람의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

심사위원 _____ 인

성신여자대학교 대학원

논문개요

본 연구는 청소년의 부모애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과를 가정하고 이를 검증해 보고자 하였다. 연구대상은 경기도에 위치한 중학교에 재학중인 청소년 426명이었으며, 청소년의 애착유형 척도(Experience of Colse Relationship-Revised: ECR-R), 심리적 안녕감 척도, 한국판 기본 심리 욕구 척도를 사용하여 설문을 실시하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 각 변인의 상관 분석 결과, 청소년의 불안·회피 애착은 기본심리욕구 및 심리적 안녕감 간에 유의미한 부적 상관이 있었고, 기본심리욕구와 심리적 안녕감 간에는 유의미한 정적 상관이 있었다. 즉, 안정애착을 형성할수록 청소년의 기본심리욕구와 심리적 안녕감의 수준이 높은 것을 알 수 있었다. 둘째, 청소년의 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과를 알아본 결과, 기본심리욕구는 이 둘 사이의 관계를 부분매개하는 것으로 나타났다. 애착을 불안과 회피애착으로 세분화하여 알아본 결과, 불안애착과 심리적 안녕감 관계에서는 기본심리욕구의 부분매개 효과가 나타났고, 회피애착과 심리적 안녕감 관계에서는 기본심리욕구의 완전매개효과가 나타났다. 마지막으로 본 연구의 의의와 한계 그리고 후속연구를 위한 제언에 대하여 논의하였다.

주요어 : 부모애착, 심리적 안녕감, 기본심리욕구, 매개효과

목 차

논문개요

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적	1
-----------------------	---

II. 이론적 배경

1. 부모애착과 심리적 안녕감	5
1) 애착이론	5
2) 청소년기 애착	8
3) 심리적 안녕감	9
4) 애착과 심리적 안녕감	11
2. 자기결정성 이론에서 본 기본심리욕구	13
1) 자율성	16
2) 관계성	16
3) 유능감	17
3. 애착, 기본심리욕구, 심리적 안녕감	18
1) 애착과 기본심리욕구	18
2) 기본심리욕구와 심리적 안녕감	20

III. 연구문제	23
-----------------	----

IV. 연구방법

1. 연구 대상 및 절차	24
---------------------	----

2. 측정도구	24
1) 청소년의 애착	24
2) 기본심리욕구	25
3) 심리적 안녕감	26
3. 통계처리 및 자료 분석	27
V. 연구 결과	
1. 주요 변인간의 상관관계	28
2. 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과	29
1) 불안애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과	31
2) 회피애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과	32
3. 매개효과 유의성 검증	33
VI. 논의	
.....	35

참고문헌

ABSTRACT

부 록

표 목 차

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성	24
<표 2> 애착척도의 문항구성 및 신뢰도	25
<표 3> 기본 심리 욕구 척도의 문항구성 및 신뢰도	26
<표 4> 심리적 안녕감 척도의 문항구성 및 신뢰도	27
<표 5> 주요 변인의 상관관계, 평균 및 표준편차	28
<표 6> 애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과	30
<표 7> 불안애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과	31
<표 8> 회피애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과	32

그림 목 차

<그림 1> Bartholomew & Horowitz(1999)의 애착유형별 자기-타인 모델 조합	6
<그림 2> Brennan 등(1998)의 애착 2차원 모형	7
<그림 3> 연구모형	23
<그림 4> Sobel 검증	33

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

초기 청소년기인 중학생 시기는 신체적, 인지적, 사회·정서적 측면의 기술과 능력에 있어서 급격한 변화를 경험하는 시기로서, 사회적·정서적 발달에 중요한 역할을 한다(Roeser, van der Wolf, & Strobel, 2001). 또한 중학생 시기에는 자율성이 점점 더 증가함에 따라 부모로부터 자유를 얻고자 노력하고, 교사들의 학업적 수행에 대한 요구에 대처해야 하고, 원만한 대인관계를 형성해야 하며, 복잡한 현대사회에서 자신의 위치를 찾아간다(문은식, 2007).

그러나 중학교시기에 들어가면서 학교 환경은 초등학교에 비해 보다 경쟁 지향적으로 변화되고, 교사와의 개인적 상호작용의 기회가 현저하게 줄어들어 따라 학생들은 초등학교 시기와는 질적으로 다른 심리적 변화를 경험하게 된다(Chung, Elias, & Schneider, 1988; Eccles et al., 1993; Grolnick, Gurland, Jacob, & Decourcey, 2002; 안도희, 박귀화, 정재우 2008에서 재인용). 또한 학생들간에 비교를 촉진하는 학급 환경의 변화는 비교에 대한 불안과 경쟁심을 조장할 가능성이 크므로 이러한 환경변화에 적응하지 못할 경우 많은 어려움을 경험하게 될 수 있다(Eccles & Midgley, 1990; Fenzel, 2000). 이와 같은 새로운 규칙 준수와 학업 문제 및 교사와 또래들과의 대인관계 문제로 인해 청소년들이 심리적 갈등을 많이 겪고 있는 것으로 나타났으며(유순화, 2007), 실제로 많은 연구자들이 중학교 진학 이후에 학업동기와 수행 저하, 그리고 우울이나 비행과 같은 적응상의 문제를 경험하는 학생들이 증가한다는 연구결과를 보고해 왔다(Chung, Elias, & Schneider, 1998; Crockett, Peterson, Graber,

Schulenberg, & Ebata, 1989; Hirsh, DuBois, & Brownell, 1993; Simmons & Blyth, 1987; 정현희 2003에서 재인용). 이에 따라 청소년들의 심리적 부적응 문제를 예방하고 정신건강, 삶의 질, 행복의 지표라 할 수 있는 심리적 안녕감(psychological well-being)에 관한 연구의 필요성이 제 되고 있다(문은식, 2007).

심리적 안녕감이란, 개인이 지니는 긍정적인 기능의 다차원적인 틀로서 특정 상황에 기반을 두 것이 아닌 전반적인 상황에 기반을 둔 개인의 기질(disposition)과 기분(mood) 모두를 의미하며, 이는 주로 안정적인 특질(traits)로 간주되어 왔다(Wright, Cropanzano, & Meyer, 2004).

심리적 안녕감을 예측할 수 있는 요소 중 가장 중요한 변인으로 부모-자녀간의 애착이 지적되고 있는데, 이는 특히 청소년의 발달에 미치는 요인 중에서 가장 중요하다고 할 수 있다(고영남, 2008; 김정문, 2008).

Bowlby(1958)는 애착(attachment)이란 한 개인이 자신과 가장 가까운 사람에 대해서 느끼는 강한 감정적 유대 관계라 하였는데, 이는 발달과정에서 애착 인물과의 관계에서 내면화된 개인의 상(像)과 애착에 따라서 다른 사람들과의 관계패턴이 재연되는 경향이 있음을 보여주고, 위협의 인식, 정서, 평가, 대처 행동, 갈등 해결 유형과 관계가 있어 심리적 안녕감 형성에 중요한 역할을 한다(김정문, 2008; Guardia, Ryan, Couchman, & Deci, 2000). 또한 청소년의 경우 부모에 대한 안정적인 애착형성은 다음 단계인 성인기의 적응을 위한 중요한 발달과업으로서 바람직한 자아존중감과 심리적 안녕감을 가지게 하고, 아동기에서 성인기로 넘어가는 과도기와 관련된 불안, 우울, 정서적 혼란 등을 완화해 주는 역할을 하므로 청소년에게 매우 중요한 요소이다(Papini, Roggman, & Anderson, 1991).

이와 같이 안정애착은 심리적 안녕감에 영향을 주기도 하지만, 기본 심리욕구 발달에도 영향을 준다. 기본심리욕구(basic psychological need)란, 자기결정성 이론(Self-determination theory)에서 제시하는 자율성

(autonomy), 유능감(competence), 관계성(relatedness)으로, 인간의 잠재력을 최적으로 발휘하고 효과적으로 발달하기 위해서 충족되어야 하는 핵심적인 심리적 영양소이다(Deci & Ryan, 2000). 자율성이란, 외부적 자원에 의한 영향이 있을 때조차도 흥미와 자신이 부여한 가치에 근거하여 자신의 행동을 조절해 나가는 것을 의미한다(Deci & Ryan, 2000). 그리고 유능감이란 사회적 환경과 지속적으로 상호작용하는 과정에서 자신의 역량을 연마하고 표출하는 기회를 경험하면서 자신이 유능하다고 하는 느낌을 일컫는데, 이는 활동을 통해 자신이 지닌 기술과 역량을 증진시키고 이를 유지하고자 하는 지속적인 시도와 최적인 상황에서 도전을 추구하게 하는 것을 말한다. 따라서 유능감은 행위를 하면서 습득된 기술 혹은 역량이라기보다는 행위를 통해 얻게 되는 자신감이라 할 수 있다(Deci & Ryan, 2002). 마지막으로 관계성은 지역사회에 대한 소속감으로 타인을 보살피며, 자신 또한 타인에 의해 보살핌을 받고 있다고 하는 감정을 의미한다(Deci & Ryan, 2002). Ryan과 Deci(2000)는 안정적인 애착 형성을 위해 양육자의 민감성이 요구된다고 주장하였는데, 민감한 양육자는 자녀에게 접근성, 노력, 관심과 구체적인 양육의 형태로 자원을 제공하여 자녀의 능력과 상태에 맞추어 조절하는 최적의 환경을 제공함으로써 자녀의 자율성을 발전시키게 되고, 이는 다시 유능감, 관계성까지 긍정적 영향을 주어 기본심리욕구 충족에 기여하기 때문이다.

사회적 환경에서 이 세 가지 욕구가 만족된 사람은 건강한 기능을 발휘할 수 있다고 보며(Ryan&Deci, 2000) 다양한 연구에서 기본심리욕구의 만족이 심리적 안녕감에 중요하다는 자기결정성이론의 주장이 입증되고 있다. Ryan과 Deci(2000)에 의하면, 개인의 안녕감 증진을 위해 개인이 지니고 있는 기본적 심리욕구, 즉, 자율성, 유능감 및 관계성을 만족시키는 것이 필수적이며, 이는 청소년(문은식, 2007; 김주환, 김은주, 홍세희, 2006; Grolnick, Ryan & Deci, 1991)과 대학생 및 성인(Hahn & Oishi, 2006;

Meyer, Enstrom, Harstveit, Bowles, & Beevers, 2007; Reis, Sheldon, Gable, Roscoe, & Ryan, 2000; Standage, Duda, & Pensgaard, 2005; Vansteenkister, Lens, & Luychx, 2006; 안도희 등, 2008에서 재인용)을 대상으로 한 여러 연구에서 보고되었다.

그러므로 본 연구에서 환경적, 신체적, 인지적 변화로 인하여 스트레스에 노출되어 있는 청소년들의 심리적 안녕감 증진에 부모와의 애착경험이 어떤 영향을 미치는지 살펴보고, 이 과정에서 기본 심리 욕구가 매개역할을 하는지 알아보고자 하였다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 부모애착과 심리적 안녕감

1) 애착이론

애착(attachment)이란, John Bowlby(1969)가 최초 정의한 것으로, 가장 사랑하는 대상간의 밀접한 정서적 유대 관계로서, 상호간 애정과 근접성을 유지하려는 욕구가 특징인 정신분석학적 용어이다. Bowlby(1969)는 애착을 삶에서 특정한 사람에게 느끼는 강력한 정서적 결속을 나타내는 용어로 사용하였으며, 이러한 유대관계를 통해서 자기개념이 출현하고, 더불어 사회 및 세상에 대한 관점을 발달시킨다고 하였다. 그러므로 안정된 애착을 이룬 사람들은 상호작용에서 즐거움을 느끼고 곤경에 처하거나 불확실할 때에도 파트너가 함께 있으면 편안함을 느끼게 된다.

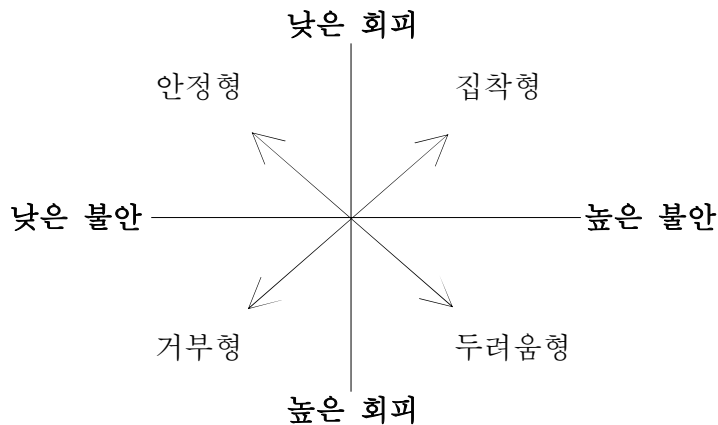
이와 같은 안정된 애착은 양육자가 유아의 요구에 얼마나 민감하게 반응하느냐에 따라 결정되며, 양육자와의 지속적인 상호작용을 통해서 유아는 자신이 애정을 받을 만한 존재인가와 그리고 타인이 자신에게 반응적이고 접근 가능한 존재인지에 대한 ‘내적 작동모델(internal working model)’을 형성하게 된다. 내적 작동모델이란 영아가 양육자와의 상호작용으로부터 구성하는 자기, 타인, 및 관계에 대한 인지적 표상으로서, 개인은 이 모델에 기초하여 자신이 처한 새로운 환경의 자극과 정보를 지각하고 이해하여 미래를 예측하게 된다(Shaffer, 2005). 즉, 부모의 민감하고 반응적인 양육은 아동으로 하여금 타인들을 의지할 수 있다(타인에 대한 긍정적 작동모델)는 결론으로 이끄는 반면, 둔감하고 무관심하고 학대적인 양육은 불안전감과 신뢰의 결핍(타인에 대한 부정적 작동모델)으로 이끌 수 있다.

Bartholomew와 Horowitz(1991)는 Bowlby의 내적 작동 모형을 <그림 1>과 같이 자기(self)와 타인(others)으로 구성된 2개의 차원을 가진 4개의 범주로 개념화했다. 자신과 양육자에 대한 긍정적인 작동모형을 구성한 영아는 ‘안전 애착’을 형성하고, 자기-확신(self-confidence)을 갖고 새로운 도전에 접근하여 숙달하여 이후 삶에서 친구나 배우자와 안전하고 상호 신뢰적인 관계를 형성하는 경향 있다(Waters & Cummings, 2000). 대조적으로, 영아가 둔감하고 지나치게 강요하는 양육자의 주의를 성공적으로 끌어들 수 있을 때 갖게 되는 타인에 대한 부정적 모델과 짝을 이룬 자기에 대한 긍정적 모델은 영아가 ‘회피애착’을 형성하고 밀접한 정서적 결속의 중요성을 무시하게 만드는 경향이 있다. 영아가 때로 필요한 주의를 끌 수 있으나 자주 그럴 수 없을 때 갖게 되는 자기에 대한 부정적 모델과 타인에 대한 긍정적 모델은 ‘저항 애착’을 형성하게 하고 안전한 정서적 결속에 대해 편향되게 한다. 마지막으로, 자기와 타인 모두에 대해 부정적 작동모델인 ‘해체-혼란 애착’은 친밀한 관계에서 상처받을 것에 대한 두려움(물리적이거나 정서적으로)을 형성하여 자신이 타인에 의해서 거절되는 것을 방어하려 하게 된다(Bartholomew & Horowitz, 1991).

		자기모델	
		긍정적	부정적
타인모델	긍정적	안전한 안전애착	몰두된 저항애착
	부정적	포기한 회피애착	두려운 해체-혼란애착

<그림 1> Bartholomew & Horowitz(1999)의 애착유형별 자기-타인 모델 조합

Brennan등(1998)은 위의 Bartholomew등의 모형을 약간 수정하여 <그림 2>와 같은 모형을 제안했다. Brennan등은 Bartholomew등의 2차원 4범주 모형 체계는 받아들이지만 애착 유형 분류의 기준이 되는 2차원을 자신과 타인에 대한 내적 지각이 아닌 애착 행동 전략(attachment behavioral strategy)으로 바꾸었다. Brennan등의 2차원은 각각 불안과 회피이다. 그리고 4개의 범주가 연속적인 2차원의 결합으로 이루어진다. 이들의 설명에 따르면, 대인관계(특히 친밀한 애착 관계)에서 불안과 회피의 전략을 사용하는 정도에 따라 4가지 애착유형으로 나누어 볼 수 있다고 한다. 4가지 유형은 약간의 용어차이를 제외하고 Bartholomew등의 분류와 거의 유사하다(김현주, 2009 재인용).



<그림 2> Brennan 등(1998)의 애착 2차원 모형

애착과 관련된 여러 연구 결과를 종합해보면, 안정적으로 애착된 사람들은 유연하고 복잡한 인지 체계를 가지고 있어서 대인관계 및 정서 경험에서 적응적이다. 또한 이들은 영역에 따른 효능감이 높아서 적응적인 대처양식

을 보인다(Hazan & Shaver, 1987; Kirkpatrick & Davis, 1994; Mikulincer, Florian, 1995; Simpon, Rholes, & Phillips, 1997: 김세진, 1999 재인용). 반면, 불안정하게 애착된 사람들은 정서경험 및 대인관계에 투입되는 인지자원이 부족한데, 이는 불안정하게 애착된 사람들의 정신적 모델의 불안정성으로 인한 걱정이 초래되어 그들의 자원이 온전하게 사용되지 못하기 때문이다(Collins & Read, 1994; 김현주 2009 재인용).

2) 청소년기의 애착

청소년들은 자아정체감의 발달과 함께 신체적, 생리적, 인지적으로 급격한 변화를 겪는다. 청소년 시기는 부모로부터 의존적인 상태에서 분리되어 친구들의 영향이 중요하게 작용되는 시기로서, 부모와의 애착관계가 약화되고 또래와의 애착관계 특히 이성과의 협력관계를 추구하는 발달상의 변화를 보인다(Ainsworth, 1989). 그러나 부모와의 애착관계가 약화된다고 할지라도 여러 연구를 통해 부모와의 애착관계는 또래와의 애착관계보다 더 중요하게 작용한다. Musgrove(1964)에 의하면 청소년기의 애착은 청소년들이 사회적 상황에서는 친구들의 도움을 더 선호하지만, 스트레스 상황에서 부모의 도움을 찾게 된다고 하였으며, Rosenberg(1965)는 미래에 대한 결정을 내리는 중요한 상황에서 친구의 충고보다 부모의 충고를 더 필요로 한다고 주장하였다(김지연, 1995 재인용). Paterson 등(1994)은 13-19세 청소년을 대상으로 초기 청소년기에서 후기 청소년기에 이르기까지 성별, 연령별, 부모의 성별에 따라 부, 모, 또래 애착 관계가 어떻게 지각되는지 연구한 결과 또래에 비해 부모 애착의 질이 더욱 안정적인 것으로 나타났다(옥정, 1998 재인용).

또한 Burke와 Weir(1978)은 안정적인 애착이 형성되었을 경우 부모와 친구로부터 도움을 받고 이를 만족하는 청소년들은 심리적 안정을 경험한다

고 하였다. 이는 부모에 대한 신뢰, 상호 존경 및 좋은 관계가 부모로부터의 독립의 성취와 정체감의 형성에 포함된 갈등을 쉽게 극복해 나가는데 영향을 주기 때문이라고 하였다(Meifen Wei et al. 2005). 조병은 등(1996)은 청소년기, 중년기, 노년기로 구성된 3세대 모녀간의 애착, 자율성 발달과 심리적 적응에 있어서 세대간에 차이를 보이는지 연구한 결과, 애착의 발달 정도와 특성면에서 3세대 모두 비슷한 경향을 보였다. 또한 애착은 개인의 우울감 및 자존감과 유의한 관련이 있는 것도 3세대 모두에서 나타났다. 이러한 결과는 애착이 전생애에 걸쳐 기능하며, 심리적 안전기지를 제공함으로써 개인의 적응에 영향을 주는 요인임을 입증해주었다.

그러므로 애착의 발달은 초기 아동기에만 밀접한 영향을 가지고 발달하는 것이 아니라 전 일생을 통하여 각각의 발달단계에 맞는 형태로 변화하고 발전해 나가는 것이라 할 수 있으며, 특히 청소년들의 안정된 애착은 청소년기 발달과 다양한 상황의 적응에 있어서 중요한 영향을 미침을 예측할 수 있게 해준다.

3) 심리적 안녕감

사회가 발전함에 따라 인간의 생존을 위한 물질적 욕구가 충족되고 삶의 질과 자아실현에 관심을 갖게 되자 인간의 행복과 불행은 사회과학자들 사이에 연구의 중심 논제가 되어왔다. 심리학자와 정신과 의사들은 이 논제에 대해 ‘정신 건강’으로 표현했고, 사회심리학자들은 ‘삶의 질’, 경제학자들은 ‘복지’ 혹은 ‘유용’이라는 용어로 표현해 오다가, 현재는 ‘적응’, ‘심리적 안녕’, 그리고 ‘심리적 고통’과 같은 용어들을 사용해 오고 있다(오화미, 1998 재인용).

이처럼 근래의 상담심리학과 건강심리학을 비롯한 많은 분야의 연구에서 관심을 끄는 ‘심리적 안녕(psychological well-being)’이란 개념은 주관적이

고 전반적인 심리적 안녕감을 말하며, 한 개인이 느끼는 인생 전반에 대한 행복이나 만족정도를 의미한다(Andrews & Robinson, 1991). 그러나 Ryff는 한 개인이 ‘행복’해 하고 ‘만족’하기 위해서는 주관적인 만족뿐만 아니라 삶의 질이 높아야 하며, 사회의 구성원으로서 잘 기능(well-functioning)할 때 삶의 질이 높아질 수 있다고 하였고(Ryff, 1989: 김명소, 김혜원, 차경호, 2001 재인용), Markstrom-Adams(1994)는 심리적 안녕이 자기 가치, 자기 확신, 자기 효능, 심리적 안락, 자기 자신에 대한 만족을 포함한다고 하였다.

청소년의 경우 심리적 안녕감의 구성개념은 여러 차원으로 구성되어 있기 때문에 다양한 측정도구가 사용되어 왔는데, 이러한 측정도구에는 학교에서 경험하는 일반적인 정서적 경향(general emotional tone), 교실에서의 파괴적인 행동에 대한 일반적인 행동 통제(general behavioral control), 동료와의 사회적 관계에 대한 지각, 학업적 효능감에 대한 지각에 대한 내용을 포함하고 있다(Kaplan & Maehr, 1999). 청소년을 대상으로 심리적 안녕감을 연구한 Kaplan과 Maehr(1999)는 성취목표가 청소년의 심리적 안녕감에 촉진역할을 하는지 알아보는 연구에서 일반적 정서적 경향과 충동적 행동통제를 심리적 안녕의 주요한 요인에 포함시켜서 심리적 안녕을 학생의 정서적, 인지적, 그리고 행동적 경험들에 대한 현상적 조직으로 정의 내렸다.

본 연구는 Kaplan과 Maehr(1999)의 심리적 안녕에 대한 정의와 측정을 근거하여 일반적인 정서적 경향과 충동적 행동통제를 심리적 안녕의 중요한 요인으로 보고 이를 측정하였다.

일반적인 정서적 경향은 자신의 삶 속에서의 만족, 행복, 외로움, 즐거움, 슬픔 등에 대한 지각된 정서(예: 대부분의 시간이 나에게서 행복하다. 나는 삶을 즐긴다. 나는 매우 외롭다. 나의 감정을 쉽게 상처를 받는다.)와 관계되는 개념으로서 긍정적, 부정적 정서를 나타낸다. 긍정적 정서란 즐거움, 행복 등과 같이 유쾌한 정서나 감정을 말하는 것으로 긍정적인 정서가 높다

는 의미는 원기가 넘치고, 충분한 집중, 환경과의 유쾌한 상호작용 상태를 말하는 것이다. 반대로 긍정적 정서가 낮다는 것은 슬픔과 무기력의 상태를 말한다. 부정적 정서란 두려움, 분노같은 불쾌한 정서나 감정을 의미하는 것으로 부정적 정서가 높을수록 주관적 혼란과 혐오적인 기분(mood)상태를 많이 느끼는 것이다. 행동통제는 침착성, 자기관리 및 감정통제와 관련되는 개념으로서, '나는 어떤 상황에서도 침착성을 잘 유지한다', '대체로 나 자신을 잘 다스리는 편이다', '나는 쉽게 침착성을 잃는다'등이 그 예이다.

심리적 안녕감에 대한 선행연구들을 살펴보면 문은식(2002)의 청소년을 대상으로 한 연구에서 심리적 안녕감은 학교생활 적응행동에 관련되는 변인들에 직·간접적인 영향을 주었다. Watson과 Clark(1984)는 부정적 정서보다는 긍정적 정서가 더욱 적응적인 행동을 효율적으로 예언한다고 하였고 Taylor와 Brown(1988)의 연구에서는 자존감, 낙천적 성향 및 긍정적 정서가 성취동기와 과제수행능력, 실패 앞에서 쉽게 굴복하지 않는 인내력을 증가시킴으로써 과제에 있어 성공할 수 있는 가능성을 높여준다고 하였다. 또한 조한익(1998)의 미국 흑인 청소년을 대상으로 한 연구에서도 부정적 정서보다는 긍정적 정서가 이들의 학업성취를 유의미하게 예언하며, 비효율적인 스트레스 대처방식이 부정적 정서와 높은 정적 상관을 보였다(강서경, 2004 재인용).

4) 애착과 심리적 안녕감

애착은 대인관계와 심리적 안녕감을 예측해 주는 성격특질로서, 발달과정에서 애착 인물과의 관계로 형성된 내면화된 개인의 상(像)과 애착에 의해 다른 사람들과의 관계패턴이 재연되는 경향이 있고, 위협의 인식, 정서, 평가, 대처 행동, 갈등 해결 유형과 관계가 있어 심리적 안녕감과 깊은 관련이 있다(김정문, 2008).

애착의 중요성이 강조되면서 지난 수년 동안 애착이 우울, 수치심과 같은 정신병리 혹은 외로움과 같은 대인관계에서 어떠한 역할을 하는가에 관한 연구가 활발하게 이루어져 왔다(Wei et al., 2005). Wei 등(2005)의 연구에서 불안애착과 회피형 애착은 수치심, 분노, 자기애적 성격장애, 우울과 불안, 부정적 정서, 정서적 고통과 긴장등과 같은 심리적 고통과 정적인 상관이 있었고, 불안, 회피형 애착은 대인관계, 외로움, 그리고 타인에 대한 적개심을 더 많이 갖는다는 것을 발견했다. 김현주(2009)의 연구에서도 안정 애착된 청소년은 내면화된 수치심 수준이 낮았고, 분노표출과 분노억제도 불안정 애착에 비하여 적게 하는 것으로 나타났다. 김정문(2008)의 연구에서 부모 및 친구와 안정적인 애착을 형성할수록 부정적인 자동적 사고가 낮고 긍정적인 자동적 사고를 많이 하며, 심리적 안녕감을 높게 지각하는 것으로 나타났다. 또한 Armsden과 Greenberg(1987)는 16-20세의 후기청소년을 대상으로 부모 및 또래의 애착과 심리적 안녕감, 자존감, 삶에 대한 만족의 관계를 살펴 본 결과, 부모 및 또래의 애착 안정성이 높을수록 자존감, 삶에 대한 만족도가 높았으며, 우울, 불안, 죄의식, 분노, 소외, 자기 개념의 혼란은 낮은 것으로 나타났다(지수경, 2001 재인용).

한영옥(2002)은 애착과 심리적 안녕감이 밀접하게 관련되어 있다는 보고에 따라 어머니의 과거 애착경험이 어머니의 심리적 특성(자아존중감, 우울감, 심리적 안녕감)과 아동의 행동문제에 어떻게 영향을 주어 이러한 변인들이 어떻게 연관되어 있는지 알아보았다. 그 결과, 어머니의 애착유형은 어머니의 우울감에 영향을 미치며, 이를 통하여 아동의 내재화 및 외현화 행동문제에 간접적인 영향을 미침을 알 수 있었다. 이는 어머니의 애착이 아동의 행동문제를 일으키는 경로에서 어머니의 우울감이 매개요인으로 작용할 수 있음을 시사하였다.

반대로 안정된 애착유형의 청소년들은 그들의 또래들에 비해 더욱 탄력적(ego-resilient)이고 덜 걱정하고 덜 적대적이였다(Kobak & Sceery,

1988). 부모에 대한 청년기 자녀의 애착과 적응에 대한 연구들을 살펴보면, 부모의 안정적인 애착을 형성한 대학생들은 불안정하게 애착된 대학생들보다 대학 생활에 더 잘 적응하였고, 자존감 및 자기 표현력이 높고, 친구들과의 관계가 원만하며 수줍음을 덜 타는 것으로 나타났다(Armsden & Greenberg, 1987). Ainsworth 등(1997)은 애착의 형성과정에서 불안정된 애착을 형성하는 경우 문제행동을 보인다고 주장하였다. 결국 청소년기 자녀들의 부모에 대한 긍정적인 애착형성은 자녀들에게 바람직한 자아존중감과 심리적 안녕감을 가지게 하는 성인기 적응을 위한 중요한 발달 과업이라 하겠다.

이상의 연구를 통해 불안정 애착이 형성 되었을 경우 심리적 고통을 겪게 됨으로써 심리적 안녕감에 부정적 영향을 끼치고, 안정형 애착이 형성 되었을 때 이와는 반대로 심리적 안녕감에 긍정적 영향을 끼친다는 것을 알 수 있다.

2. 자기결정성 이론에서 본 기본심리욕구

심리학에서는 전통적으로 동기를 외재적 동기(extrinsic motivation)와 내재적 동기(intrinsic motivation)의 두 유형으로 구분하여 왔다(김아영, 오순애, 1991). 외재적 동기는 행동을 유발하는 힘의 근원이 외부에서 오는 자극에 있다고 보아, 보상 또는 처벌과 같은 외적 요인으로 인해 행동하는 것을 의미한다. 내재적 동기는 행동을 유발시키는 근원이 개인 내부에서 발생하는 것으로, 과제 자체가 주는 즐거움과 흥미 때문에 행동을 하도록 하는 것이다(Deci & Ryan, 1991; 이명희, 2008 재인용). 이 두 가지 동기 유형의 관계에 대해서 내재적 동기와 외재적 동기는 상호 독립적이며, 외적 보상은 내재적 동기를 저하시킨다는 상호 대립적 견해가 공존해 왔다(김아영, 2002). 양측의 주장은 수많은 경험적 연구들에 의해 각각 지지되어 왔고,

서로 다른 메타분석의 결과로 인해 수년간 논쟁거리가 되어 왔다(김아영, 오순애, 2001 재인용).

그러나 Ryan & Deci는 동기의 유형이 외재적 혹은 내재적으로 분명히 구분된다는 기존의 개념에 의문을 제기하고, 이를 하나의 연속선상에 존재할 수 있는 속성으로 간주하였다. 이에 외재적 동기와 내재적 동기에 대한 논란을 통합할 수 있는 대안적 이론으로 Deci와 Ryan가 자기결정성 이론(Self-Determination Theory: SDT)을 제시하였다(Deci & Ryan, 1985; 2000). 자기결정성 이론은 개인의 행동조절 유형을 자율성의 정도로 구분하고, 사람들이 내재적으로 동기화 되었을 때 자기결정적이며, 외재적으로 동기화 되었을 때 덜 자기결정적이라고 제안하였다. 즉, 자기결정성 이론은 개인의 성격 발달과 행동에 대한 자기조절을 위한 내적인 근거들의 중요성을 강조한 이론이다(Ryan & Deci, 2000).

Ryan & Deci(1995)는 그들의 경험적 연구과정을 통해 내재적 동기의 다양성을 증명하였다. 그들은 개인의 내적인 심리적 욕구에 따라 내재적 동기는 사회적 환경에 의해 촉진되거나 저해될 수 있음을 확인하고, 사회 맥락적 사건들은 행동하는 동안 개인에게 자율성, 유능감, 관계성과 같은 개인의 욕구가 만족되는 정도에 따라 행동에 대한 내재적 동기를 증진시킬 수 있음을 확인하였다. 이 세 가지 욕구는 보편적이고 획득되는 동기라기보다는 타고난 필수조건이므로 자율성, 유능감, 관계성을 경험하는 기회를 갖는 것이 삶의 만족도 혹은 심리적 안녕과 효과적인 활동을 위해서 필요하며(Reis, H. T., Shelton, K. M., Gable, S. L., Roscoe, J., & Ryan, R. M., 2000; Shelton, K. M., Ryan, R. M., & Reis, H. T. 1996; 김주환, 김은주, 홍세희, 2006 재인용), 이것이야말로 인간의 가장 기본적인 심리 욕구임을 제안하였다. 이들 기본적 욕구를 통하여 개인의 건설적인 사회성 발달과 개인 내적인 주관적 안녕감이 성장하고 통합하여 개인의 자연적 성향을 촉진할 수 있다는 것이 확인되었다(Ryan & Deci, 2002).

1) 자율성

자율성(autonomy)의 경험은 특정 행동을 하게 된 원인이 개인 내부에 있다고 지각될 때 이루어진다. 다시 말해서 개인이 행동하는 원인이 자신의 흥미와 통합된 가치로부터 행동하는 것을 의미한다.

자율성은 1980년 Deci가 자기결정성이라는 용어를 제안할 때부터 통제된 의도와 구분하여 논의되기 시작하였고, 자율성이 보장되어야 비로소 유능감이 제대로 발휘될 수 있다고 보아 자율성을 세 가지 욕구 중 가장 핵심적인 요소로 보았다(Ryan, 1982). 자기결정성 이론에서 자율성은 외부의 영향력에 의존하지 않는 것인 독립성(independence)과 혼동되지만, 이 이론의 관점에서 자율성은 의존성(dependence)과 정반대의 개념은 아니다(Deci & Ryan, 2002). 자기결정성이론의 관점에서 자율성은 다른 사람으로부터 요구받거나 강요된 행동과 가치도 자율적으로 행동할 수 있음을 강조한다. 즉, 다른 사람의 지시와 의견에 따른다고 해서 자율성을 경험할 수 없는 것이 아니다(Ryan, 1993; Ryan & Lynch, 1989). 이에 자기결정성이론에서는 외재적 동기도 개인이 지각하는 상대적인 자율성 정도에 따라 달라지기 때문에 그 동기의 유형이 다양할 수 있다고 제안한다. 이 주장에 따르면, 자율성의 정도가 달라짐에 따라 무동기(amotivation)로 시작하여 극단적인 내재적 동기와 외재적 동기 사이에 각기 다른 종류의 외재적인 동기들이 존재한다(Deci & Ryan, 2000). Deci와 Ryan(2000)은 이 동기 유형들을 다음과 같이 설명한다. 자율성의 정도가 낮은 순서대로 무동기(amotivation), 외적 동기(extrinsic motivation), 내재적 동기(intrinsic motivation)으로 구분하였고, 외적동기는 다시 외적 조절(external regulation), 내사된 조절(introjected regulation), 확인된 조절(identified regulation), 통합된 조절(integrated regulation)의 4단계로 세분화하여 구분하였다. 먼저 무동기(amotivation)는 자율성이 전혀 없는 것으로 행동에 대한 의지가 결핍된 상

태이고, 외적 동기(extrinsic motivation)에서 외적 조절(external regulation)은 외재적 동기 중에서 자율성은 없고, 보상이나 마감시간 같은 전형적인 외적인 통제에 의하여 행동하는 것을 의미한다. 내사된 조절(introjected regulation)은 행동에 대한 원인을 이제 막 내면화시키는 단계로 자기 의지가 막 개입되는 상태이지만 근본적으로 외부의 압력에 기초한 것이므로 자기 자신과 다른 사람들의 인정을 받거나 비판을 회피하기 위해 행동하고자 한다. 확인된 조절(identified regulation)은 개인이 행동의 목표를 자신의 것으로 완전히 내면화 시키지 않아도 그 가치를 인정하여 수용한 상태를 말한다. 즉, 스스로가 행동이 가치가 있다고 판단하여 행동하지만 그것 자체에 대한 기쁨이나 자기만족보다는 어떤 목표를 달성하기 위해 행동하기 때문에 완전히 내재화 된 것은 아니다. 통합된 조절(integrated regulation)은 외재적인 동기의 가장 자율적인 형태로 확인된 조절이 자신의 일부로 받아들여진 가치, 목표, 욕구와 통합될 때 나타난다. 이 조절이 내재화되면 그러한 행동의 조절이 완전히 수용되어 행동을 자발적으로 수행하고 내재적 동기와 많은 특성을 공유하지만 그 자체에 대한 고유한 관심이나 즐거움보다는 개인적으로 중요한 결과를 얻기 위해 행해지기 때문에 여전히 외재적이며 도구적이다. 내재적 동기(intrinsic motivation)는 과제 자체에 대한 고유한 관심이나 행위를 하는, 그 자체가 즐겁고 재미있기 때문에 행동을 하는 것을 의미한다. 즉, 자율적 행동의 원형으로 볼 수 있다(김아영, 2002 재인용).

2) 관계성

관계성(relatedness)은 다른 사람으로부터 관심을 받고, 관심을 주고 있다는 느낌이며, 다른 개인들과 사회에 소속되어 있다는 감정으로서 (Baumeister & Leary, 1995; Bowlby, 1979; Harlow, 1958; Ryan, 1995

에서 재인용) 사회적 유기체의 큰 특징이다(Deci & Ryan, 2000). 관계성은 새로 형성되는 특질이라기보다는 점차 정교화되고 개선되는 것이며, 폭넓은 대인관계를 형성하려는 경향은 이미 타인을 돌보고 자녀를 보호하기 위해 이미 갖고 있던 관계성의 결과물이다(Deci & Ryan, 2000).

Ryan과 Deci(2002)는 관계성이 유능감과 자율성에 대한 욕구가 통합적으로 내재적 동기와 관련이 있음을 이론화하고, 유능감과 자율성의 지각에 영향을 미치는 사회적 맥락의 측면들이 내적 동기에 영향을 미치게 된다는 것을 확인하였다. 결국 내재적 동기를 유지하기 위해서 관계성에 대한 욕구의 만족이 필요하다고 하였다.

3) 유능감

자기결정성이론의 기본 심리 욕구의 핵심요소로서 유능감(competence)은 개인이 사회 환경과 상호작용 속에서 자신의 능력이나 기술과 재능을 사용할 기회들을 경험할 때 충족된다고 본다(Deci & Ryan, 2000). 이러한 유능감에 대한 욕구는 능력을 발휘할 수 있는 최적의 조건을 찾게 하고, 활동을 통해 기술과 능력을 유지하고 발전시키려는 시도를 유지하게 한다. Deci와 Ryan(1980)은 유능감 욕구를 충족시키는 긍정적인 피드백이 내재적 동기를 증진시킨다는 것을 확인하고, 내재적 동기에 미치는 피드백의 효과를 유능감 지각이 매개하는 것을 발견하였다(Deci & Cascio, 1972; Vallerand & Reid, 1984). 또한 Fisher(1978)의 연구에서는 수행과 긍정적 피드백의 관계에서 유능감을 느끼는 수행일 때 긍정적 피드백이 수행 수준을 증진시켰음을 알 수 있었다(Deci & Ryan).

3. 애착, 기본심리욕구, 심리적 안녕감

1) 애착과 기본심리욕구

자기결정성 이론은 인간의 기본심리욕구가 생득적이기는 하나 저절로 발
생하는 것이 아니며, 자신의 타고난 성품과 잠재력을 실현하는 사람으로 발
달하려면 사회적 환경으로부터 인간의 성장과 발달에 필수적인 지지를 공급
받아야 한다고 주장한다. 이는 인간의 최소단위의 사회인 가정에서 부모와
의 관계 및 애착 형성의 중요성을 강조하는 것이라 하겠다.

사회, 성격, 발달 심리학 분야에서 친밀한 관계의 중요성에 대한 연구는
큰 부분을 차지해왔다(Reis & Patrick, 1996; Deci & Ryan, 2000 재인
용). 비록 접근방식이 다양하더라도 이러한 연구의 많은 부분이 애착구조
안에서 이루어져 오고 있다. 특히 그 중에서도 애착의 틀은 영아와 주 양육
자 간의 관계가 성장 후 타인과의 관계에 원형이 되며, 양육자와의 안정애
착은 성장 후 건강한 관계를 형성하고, 건강함과 안녕감을 더 많이 경험하
는데 결정적이라고 가정하였다(Deci & Ryan, 2000). 비록 대부분의 애착
연구자들은 사람들이 관계에 대한 생득적 욕구를 갖고 있다는 것에 대해 일
반적으로 논의하지는 않았지만, 초기 애착 이론은 타인과의 친밀한 관계에
대한 근본적인 욕구를 가정하고 있으며(Bowlby, 1958; Deci & Ryan,
2000 재인용), 최근의 애착 이론은 함축적으로 관계에 대한 욕구의 견해를
포함하고 있다(Deci & Ryan, 2000).

생득적 욕구를 주장하는 자기 결정성 이론에서 개인마다 욕구에 대해 차
이가 나는 것은 개인의 욕구 강도의 차이 때문이 아니라, 오히려 개인의 욕
구를 지지하거나 철회시켜 버리는 사회적 맥락과 개인의 욕구간의 상호작용
으로 형성되는 ‘일반적인 원인 소재(causality orientation)’에 중점을 두며,

이는 발달적 결과물로 보았다. 애착이론도 이와 마찬가지로 개인차의 중심적 개념은 애착되고 싶은 욕구(need to be attached)의 강도가 아니라(모든 사람은 이런 경향을 갖고 있는 것으로 가정된다) 오히려 애착유형이며, 이는 아동이 관계를 맺기 위한 시도와 이러한 시도를 지지 혹은 철회하는 사회적 맥락(예를 들면 주양육자)간의 상호작용으로부터 나오는 결과라고 보았다(Deci & Ryan, 2000).

그러므로 자기 결정과 애착 방식은 개인의 행동, 감정, 안녕감등을 예측하기 위해 조절 혹은 상호작용 유형의 개인 차이가 있는지 주목했다. 왜냐하면 이러한 유형들은 개인의 생득적 욕구와 그들을 만족시키는 사회적 환경의 정도간의 발달적 상호작용의 결과이며, 각각의 접근방식은 안녕감의 중요한 예측요소로 볼 수 있기 때문이다. 또한 자기 결정성 이론에서는, 강한 자율성은 심리적인 건강과 강하게 연관되어 있고, 애착이론에서는 이와 유사하게 안정애착 유형이 심리적 건강과 강하게 연관되어 있다는 것을 발견했다(Deci & Ryan, 2000). Bretherton(1985)은 애착개념은 안전감을 획득함으로써 자율성의 발달로 이어진다는 의미를 내포한다고 하였고(조병은 등, 1996재인용), Wei 등(2005)은 이것을 애착이론이 안정애착을 경험할 때 자율성, 유능감, 관계성이 만족될 수 있다고 제안한 것으로 보았다. 왜냐하면 애착이론에 따르면 민감한 양육자는 자녀의 욕구, 신호, 행동시각에 시기적절한 반응을 보이며, 자녀는 안정감을 경험하게 되기 때문이다. 이러한 안정감은 자녀가 자신감을 갖고 환경을 탐색하도록 돕고, 이는 자율성과 유능감을 증진시키게 되며, 타인과의 친밀함을 갖도록 돕기 때문이라고 하였다(Pietromonaco & Feldman Barrett, 2000; Sroufe & Waters, 1977). Wei 등(2005)은 이를 바탕으로 애착과 수치심, 우울 등과 같은 심리적인 어려움 간에 기본심리욕구의 매개효과를 알아보는 연구에서, 불안정 애착이 기본심리욕구에 부정적인 영향을 끼친다는 결과를 나타냈으며, 따라서 애착이 기본심리욕구에 영향을 미친다는 것을 입증하였다.

Ryan 등(2006)은 발달에 있어서 자율성 및 자율성 지지의 중요성에 대한 연구에서 기본심리욕구의 충족을 위해 애착의 중요성을 설명하였다. 그는 자율성을 지지하는 양육자란 자녀에게 민감하며 자녀에게 관여(involverment)와 구조(structure)를 제공하는데, 관여하는 부모(involved parents)는 자녀에게 접근성, 노력, 관심과 구체적인 양육의 형태로 자원을 제공하며, 자녀의 능력과 상태에 맞추어 조절하는 최적의 환경을 제공함으로써 자녀가 자율성을 발전시키는데 기여한다고 하였다. 이러한 자율성의 발달은 위에서도 언급했듯이 유능감과 관계성 만족에도 영향을 주게 된다.

이와 같이 안정애착을 형성한 학생들은 생활의 변화를 잘 다룰 수 있으며(Bartholomew & Horowitz, 1991), 부모와의 긍정적인 애착관계는 자녀가 집을 떠나 있는 동안에도 환경에도 환경을 극복하고 사회적 능력을 계속적으로 발달시킬 수 있도록 지지하는 역할을 하였다(Kenny, 1987). 또한 수용적이고 반응적이며 독립을 격려하는 부모와의 안정애착은 아동의 행동 자율성에 유의미한 영향을 미쳤다(김용희, 2009). 그러나 비수용적이고, 비지지적인 양육을 받은 청소년들은 초기 성인기로 넘어가면서 부정적인 자아상 형성으로 또래 관계에서 거부감을 더 많이 느꼈고, 자신은 사랑받을 가치가 없다고 느낌으로써 관계성과 정서적 자율성 발달이 저해되었다(Ryan & Lynch, 1989). 이는 부모의 지지와 그들과의 긍정적인 애착이 개인이 성인이 된 후에도 안전 기지(secure base)로 작용하여 개인의 자율성 발달 및 유능감, 관계성을 지지하고 도와주는 기반으로 작용한다는 것을 의미한다.

2) 기본심리욕구와 심리적 안녕감

안녕감은 연령에 따른 학업과 삶의 만족 및 심리적인 건강과 관련이 있는데, 자기결정성 이론에서는 안녕감을 단순히 주관적인 긍정적 정서경험뿐만 아니라 개인의 활기(vitality), 심리적 유연성(psychological flexibility), 내

적인 건강(inner sense of wellness)을 예측해주는 유기체의 기능(organismic function)까지 안녕감으로 본다(Deci & Ryan, 2000). 자기결정성 이론은 인간이 잘 기능하고 잠재력을 최적으로 발휘하며 효과적으로 발달하기 위해서는 핵심적인 심리적 영양소인 자율성, 유능감, 관계성이 충족되어야 하며, 이는 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 미치는 것으로 본다(Deci & Ryan, 2000).

Sheldon 등(1996)은 대인관계에 있어서 자율성, 유능감 경험이 긍정정서와 활기와, 이와는 반대인 부정정서는 증후군과 유의미한 상관이 있었다는 것을 발견했다. 또한 그 날의 자율성, 유능감의 욕구 만족에 따라 그 날의 안녕감이 예측된다는 결과를 보였다. Reis 등(2000)에 의해 실시된 후속연구에서는 유능감까지 포함하여 자신이 스스로 느끼는 기본심리욕구가 안녕감에 어떠한 역할을 하는지 알아보았다. 그 결과 세 욕구 모두 안녕감과 유의미하게 관련이 있었으며, 각각의 욕구가 독립적으로 안녕감을 예측하였다.

Ryan과 Deci는 세부적 상황에서의 욕구 만족과 안녕감 사이의 상관을 연구하였다. 예를 들어, 직업적 상황에서 자율성, 유능감, 관계성의 만족에 대한 근로자의 보고는 자아 존중감, 일반적 건강과 활기와, 혹은 반대로 불안과 신체화와 상관이 있었으며, 이것은 미국뿐만 아니라 불가리아에서도 같은 결과를 나타냈다. Nursing home에 대한 Vallerand와 O'Conner의 연구를 확장한 V. Kasser와 Ryan(1999)에 의한 연구에서는 일상생활에서의 자율성과 관계성에 대한 욕구 만족이 안녕감과 nursing home 상주자의 지각된 건강과 정적 상관이 있었다(Deci & Ryan, 2000 재인용).

Ryan 등(2005)은 대인관계에 있어서 파트너의 세 가지 욕구의 정서적 지지가 안녕감에 유익하며, 이는 성별, 관계(relationships), 문화에 따른 차이가 있을 것으로 예측하고 알아본 결과, 정서적 지지에 있어서 개인의 차이는 특정 대인관계나 전반적인 대인관계에서 욕구 만족의 수준과 체계적으로

관련이 있었다.

Patrick 등(2007)도 대인관계 기능과 안녕감에 있어서 기본 심리 욕구 만족이 어떠한 역할을 하는지 알아보았다. 그 결과 세 욕구 모두 대인관계와 안녕감을 독립적으로 예측하였고, 관계성은 대인관계의 가장 큰 예측 요인으로 나타났으며, 욕구만족이 잘 된 사람일수록 그들의 관계가 자율적이고 내재적인 경향을 가지므로 의견충돌 상황을 잘 받아들이는 것으로 나타났다.

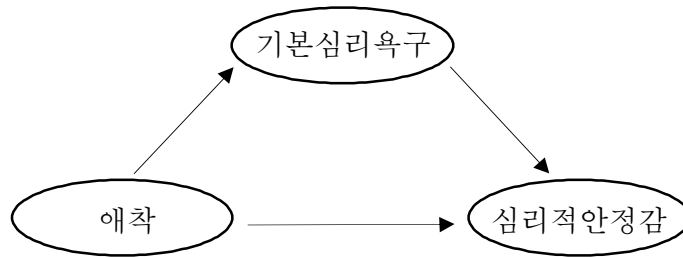
최근 긍정심리학 및 행복 연구 분야에서도 기본심리욕구에 대한 연구가 활발히 이루어지고 있다. Ryan 등(2008)은 개인의 내재적 목표와 가치의 추구, 자율적이고 의지적인 행동, 스스로 필요성을 느끼고 행동하는 것들이 행복에 긍정적 영향을 주며, 이는 자율성, 유능감, 관계성 욕구 충족을 가능하게 하는 것으로 보았다. 이러한 연구는 높은 행복감을 느끼는 사람들은 호의적인 사회적 방법으로 행동하는 경향이 있으며, 이는 개인이 속한 단체에도 긍정적 영향을 끼치는 것으로 나타났다.

Meyer 등(2007)은 패션모델의 욕구 만족이 행복과 좌절에 주는 영향을 연구하였다. 이들은 패션모델들이 외모에 중요한 가치를 두며, 피상적인 대인관계로 인해 기본심리욕구의 만족과 안녕감 수준이 낮을 것으로 가정하였다. 일반인과 비교하여 연구한 결과 패션모델은 낮은 욕구만족과 안녕감과 높은 성격적 부적응을 나타내는 것으로 보고하였고, 충족되지 않은 기본적인 욕구가 낮은 안녕감을 매개하였다. 이로써 안녕감과 적응에 있어서 기본심리욕구의 중요성을 입증하였다.

이러한 욕구의 만족과 안녕감 및 정신건강과의 관련성은 문화에 따라 방법이나 강도는 어느 정도 차이는 있으나 궁극적으로 문화보편적이라는 것이 반복적으로 확인되고 있으며(한소영, 신희천, 2009), 최근 국내 연구에서도 자기결정성이론의 주장과 마찬가지로 기본 심리적 욕구의 보편성이 지지되고 있다.

Ⅲ. 연구문제

애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본 심리 욕구가 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위하여, <그림 3>과 같이 연구모형을 설정하였다.



<그림 3> 연구모형

본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 청소년의 애착, 기본심리욕구, 심리적 안녕감간의 상관관계는 유의미한가?

연구문제 2. 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구가 매개하는가?

연구문제 2-1.

불안 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구가 매개하는가?

연구문제 2-2.

회피 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구가 매개하는가?

IV. 연구방법

1. 연구대상 및 절차

본 연구의 설문은 경기도에 위치한 한 개의 중학교에 재학 중인 청소년을 대상으로 실시하였다. 총 426부가 배부되었으며 이중 불성실하게 응답하거나 응답이 누락된 자료는 분석에서 제외되어, 최종적으로 420부의 자료를 분석하였다. 응답 자료의 일반적 특성은 <표 1>에 제시하였다.

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성

	남	여	총 인원수
중1	73(33.2%)	74(37%)	147(35%)
중2	68(30.9%)	62(31%)	130(31%)
중3	79(35.9%)	64(32%)	143(34%)
전체	220(52.4%)	200(47.6%)	420(100%)

2. 측정도구

1) 청소년의 애착

애착을 측정하기 위해서 Brennan등(1998)이 ‘애착의 자기보고형 측정에 관한 통합적 개관’에서 소개한 ECR(Experiences in Close Relationships)을 김성현(2004)이 번안한 것에 박지선(2008)이 상담심리를 전공한 국어교사의 평정을 받아 청소년용으로 수정 보완한 척도를 사용하였다. 이 척도는 성인 애착의 기본적인 두 차원인 애착불안과 애착회피를 측정하는 문항으로 각 18문항씩, 총 36문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다

(1)‘에서 ‘매우 그렇다(7)’의 7점 척도로 되어있고, 각 차원의 점수는 18~90점 사이에 있으며, 점수가 높을수록 각 차원의 애착이 높은 것을 의미한다. 불안차원과 회피차원의 문항분류와 신뢰도는 <표 2>와 같다.

Brennan등 (1998)은 지금까지의 자기보고 애착측정 자료를 요인 분석한 결과 이미 알려진 회피와 불안 특성에 상응하는 두 가지 본질적인 독립요인을 산출하였고, 두 차원의 조합으로 제시한 4가지 애착유형은 안정형, 집착형, 거부형, 두려움형이다. 안정형은 불안점수와 회피점수가 모두 평균보다 낮은 집단이고, 집착형은 불안점수는 평균보다 높고 회피점수는 평균보다 낮은 집단이다. 거부형은 불안점수는 평균보다 낮고 회피점수는 평균보다 높은 집단이며, 두려움형은 불안점수와 회피점수 모두 평균보다 높은 집단을 말한다. 김성현(2004)의 연구에서 Cronbach's α 는 불안애착이 .89, 회피애착이 .85였으며, 본 연구에서 사용한 이 척도의 Cronbach's α 는 불안애착이 .91, 회피애착이 .86이었다.

<표 2> 애착척도의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
불안차원	2,6,8*,10,12,13,14,15,17,20,21,22,23*, 24,25,26,31,36	18	.91
회피차원	1,3*,4,5*,7*,9*,11,16,18*,19,27,28*, 29*,30*,32*,33*,34*,35	18	.86

*는 역채점

2) 기본심리욕구

기본심리욕구를 측정하기 위해 자기결정성 이론에 근거하여 Ryan과 Deci(2002, 2004)가 개발한 ‘기본 심리 욕구 척도(Basic Psychological Needs Scale : BPNS)’를 토대로 이명희(2008)가 청소년을 대상으로 개발

및 타당화한 ‘한국형 기본심리욕구 척도’를 사용하였다. 이 척도는 개인의 자율성(autonomy), 유능감(competence), 관계성(relatedness)의 3가지 하위요인으로 구성되어 있으며, 각 요인의 점수가 높을수록 기본 심리 욕구가 잘 충족되었음을 의미한다. 이 척도는 각 하위 요인별로 6문항씩 총 18문항으로 구성되어 있으며, 각 문항의 응답 방식은 ‘전혀아니다(1)’에서 ‘매우 그렇다(6)’의 Likert식 6점 척도이다. 이명희(2008)의 연구에서 하위요인의 내적 합치도는 .70~.79의 적정수준의 신뢰도를 나타내었고, 본 연구에서 사용한 이 척도의 Cronbach's α 는 자율성이 .73, 유능감이 .83, 관계성이 .83이었다.

자율성, 유능감, 관계성의 문항분류와 신뢰도는 <표 3>과 같다.

<표 3> 기본 심리 욕구 척도의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
자율성	1*,2*,3*,4,5,6*	6	.73
유능감	7,8,9,10,11,12	6	.83
관계성	13,14*,15,16,17,18	6	.83

*는 역채점

3) 심리적 안녕감

심리적 안녕감을 측정하기 위해 Kaplan과 Maehr(1999)의 연구에서 사용된 심리적 안녕감 검사를 문은식(2002)이 번안한 후 우리나라 중등학생의 상황에 알맞게 수정·보완한 것을 사용하였다. 이 척도는 일반적인 정서적 경향과 행동 통제를 측정하기 위해 제작된 자기 보고식 검사로서, 각 문항의 응답양식은 ‘전혀 그렇지 않다(1)’에서 ‘매우 그렇다(4)’의 4점 척도이고, 부정적인 내용의 문항은 역으로 환산하여 계산하였다. 점수가 높을수록 정

서가 안정되고 충동적인 감정을 잘 통제할 수 있음을 나타낸다. 문은식 (2002)의 연구에서 Cronbach's α 는 정서적 안녕이 .82, 행동통제가 .68, 전체가 .83이었으며, 본 연구에서 사용한 이 척도의 Cronbach's α 는 정서적 안녕이 .78, 행동통제가 .69이었다. 정서적 안녕과 행동통제의 문항분류와 신뢰도는 <표 4>와 같다.

<표 4> 심리적 안녕감 척도의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
정서적 안녕	2,3*,4,5,7,8*,9,10	8	.78
행동통제	1,6,11,12,13*,14*,15	7	.69

*는 역채점

3. 통계처리 및 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 14.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

첫째, 청소년의 애착, 기본심리욕구, 심리적 안녕감의 관계를 살펴보기 위해 상관분석을 실시하였다.

둘째, 청소년의 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구가 매개하는지 알아보기 위해 Baron & Kenny의 매개효과 분석을 실시하였고, 매개효과의 유의도를 알아보기 위해 Sobel(1982) 검증을 실시하였다.

V. 연구결과

1. 주요 변인간의 상관관계

<표 5> 주요 변인의 상관관계 및 평균과 표준편차

	1	2	3	4	5	6	7
1.불안애착	1						
2.회피애착	.345**	1					
3.자율성	-.525**	-.439**	1				
4.유능감	-.182**	-.430**	.471**	1			
5.관계성	-.355**	-.689**	.527**	.554**	1		
6.정서적 안녕	-.594**	-.428**	.623**	.376**	.450**	1	
7.행동통제	-.355**	-.134**	.391**	.239**	.185**	.431**	1
평균	2.98	3.44	4.24	3.85	4.38	2.83	2.59
표준편차	.97	.85	.86	.91	.89	.54	.47

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

애착, 기본 심리 욕구, 정서적 안녕감 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson 상관계수를 산출하였다. 그 결과를 살펴보면, 불안애착과 회피애착은 서로 정적 상관($r=.345$, $p<.01$)을 나타냈으며, 기본 심리 욕구 및 심리적 안녕감의 모든 하위 요인과는 부적 상관을 나타냈다. 특히 불안애착은 정서적 안녕 요인과 가장 높은 부적상관($r=-.594$, $p<.01$)을, 회피애착은 관계성과 가장 높은 부적상관($r=-.689$, $p<.01$)을 보였고, 기본 심리 욕구와 심리적 안녕감 간의 상관은 모두 정적 상관을 보였다. 이러한 결과는 불안애착과 회피애착일수록 기본 심리 욕구 및 심리적 안녕감이 낮아지고, 기본 심리 욕구가 잘 충족될수록 심리적 안녕감도 높아짐을 의미한다. 상관분석 결과는

<표 5>와 같다.

2. 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과

매개 모형을 검증하기 위하여 Baron & Kenny(1986)의 매개효과 검증 절차를 적용하였다. 이 분석법에 따르면 매개효과를 입증하기 위해서는 먼저 4가지 조건이 전제되는데, 첫째, 독립변인이 매개변인에 통계적으로 유의미한 영향을 미쳐야 하며 둘째, 독립변인은 종속변인에 유의미한 영향을 미쳐야 하고 셋째, 매개변인과 종속변인이 유의미한 관계가 있어야 하고 넷째, 종속변인에 대한 독립변인의 영향은 매개변인을 통제한 후에 그 효과(β 값)가 줄어들어야 한다. 즉, 마지막 단계에서 매개변인을 투입하였을 때 독립변인과 종속변인의 관계가 더 약하게 나타나면 매개변인의 상대적 영향력을 설명할 수 있다. 매개변인의 효과를 통제하고 남은 독립변인의 효과가 0에 가까울수록 매개효과는 큰 것이며, 0이 되면 완전한 매개효과를 검증할 수 있다.

애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향 관계에서 기본심리욕구는 매개역할을 하는지 알아보기 위해 회귀분석을 실시하였으며, 매개 효과를 알아보는 세부 절차는 다음과 같다. 먼저 첫번째 회귀 방정식에 독립변인으로 애착을, 종속변인으로는 기본심리욕구를 투입하였다. 다음으로 두 번째 회귀 방정식에 독립변인으로 애착을, 종속변인으로 심리적 안녕감을 투입하였다. 마지막 회귀방정식에서 애착과 기본심리욕구를 모두 독립변인으로 투입하여, 심리적 안녕감에 미치는 상대적 영향력을 알아보았다. 분석의 결과는 <표 6>에서 제시된 것과 같다. 구체적으로 애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개역할을 분석한 결과는 다음과 같다. 첫 번째 회귀 방정식에서 애착이 기본심리욕구와 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것이 검증되었고($\beta=-.634, p<.001$), 두 번째 회귀방정식의 애착은 심리적 안녕감에

유의미한 영향을 끼쳤으며($\beta = -.565, p < .001$), 세 번째 회귀방정식에서는 기본심리욕구가 심리적 안녕감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났고($\beta = .316, p < .001$), 애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향력이 두 번째 회귀 방정식에서보다 세 번째 회귀 방정식에서 줄어들었다($\beta = -.365, p < .01$). 유의 수준을 가늠할 수 있는 t값과 p값은 1단계, 2단계, 3단계 모두 유의한 결과를 보여주고 있다. 그러므로 기본심리욕구의 만족은 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 부분적으로 매개효과를 가진다고 할 수 있다.

<표 6> 애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과

단계	변인	β	t값	R ²
1	애착 → 기본심리욕구	-.634***	-16.780	.402
2	애착 → 심리적 안녕감	-.565***	-14.015	.320
3	애착 → 심리적 안녕감	-.365***	-7.313	.379
	기본심리욕구 → 심리적 안녕감	.316***	6.329	

***p<.001

1) 불안애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과

불안애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개효과를 동일한 방법으로 검증하였다. <표 7>에서 볼 수 있듯이, 첫 번째 회귀 방정식에서 불안애착이 기본심리욕구와 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것이 검증되었고($\beta = -.425, p < .001$), 두 번째 회귀방정식의 불안애착은 심리적 안녕감에 유의미한 영향을 끼쳤으며($\beta = -.569, p < .001$), 세 번째 회귀방정식에서는 기본심리욕구가 심리적 안녕감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .373, p < .001$), 불안애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향력이 두 번째 회귀 방정식에서보다 세 번째 회귀 방정식에서 줄어들었다($\beta = -.411, p < .01$). 유의수준을 가늠할 수 있는 t값과 p값은 1단계, 2단계, 3단계 모두 유의한 결과를 보여주고 있다. 그러므로 기본심리욕구의 만족은 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 부분적으로 매개효과를 가진다고 할 수 있다.

<표 7> 불안애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과

	단계	변인	β	t값	R ²
불안애착	1	불안애착 → 기본심리욕구	-.425***	-9.609	.181
	2	불안애착 → 심리적 안녕감	-.569***	-14.159	.324
	3	불안애착 → 심리적 안녕감	-.411***	-10.127	.438
		기본심리욕구 → 심리적 안녕감	.373***	9.188	

***p<.001

2) 회피애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과

회피애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향에서 기본심리욕구의 매개효과를 동일한 방법으로 검증하였다. <표 8>에서 볼 수 있듯이, 첫 번째 회귀 방정식에서 회피애착이 기본심리욕구와 통계적으로 유의미한 영향을 미치는 것이 검증되었고($\beta = -.631, p < .001$), 두 번째 회귀방정식에서 회피애착은 심리적 안녕감에 대한 유의미한 예측변인이었으나($\beta = -.343, p < .001$), 세 번째 회귀방정식에서는 회피애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향력은 유의미하지 않은 것으로 나타났고($\beta = .003, p = n.s$), 기본심리욕구만 심리적 안녕감에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다($\beta = .549, p < .001$). 그러므로 기본심리욕구는 회피애착과 심리적 안녕감의 관계에서 완전한 매개효과를 가진다고 할 수 있으며, 기본심리욕구를 매개하여 심리적 안녕감에 이르는 영향력이 30%로, 기본심리욕구를 매개하지 않았을 때 보다 약 3배 더 큰 영향력을 미치는 것으로 나타났다.

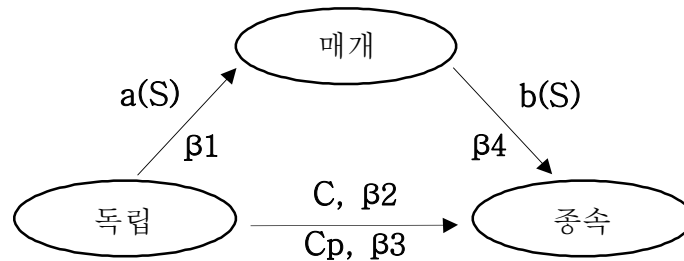
<표 8> 회피애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과

	단계	변인	β	t값	R ²
회피애착	1	회피애착 → 기본심리욕구	-.631***	-16.616	.398
	2	회피애착 → 심리적 안녕감	-.343***	-7.478	.118
	3	회피애착 → 심리적 안녕감	.003	.056	.300
		기본심리욕구 → 심리적 안녕감	.549***	10.403	

*** $p < .001$

3. 매개효과의 유의성 검증

위에서 살펴본 매개효과들의 유의성을 검증하기 위해 Sobel(1982) 검증을 실시하였다. Sobel은 매개변수의 효과에 대한 검증방법으로 매개변수의 효과를 검증하는 실증연구들에서 제대로 검증되지 않고 간과하는 부분은 독립변수의 간접적 효과라고 주장하면서, 독립변수가 매개변수를 통해 종속변수에 영향을 주는 부분은 $a \times b$ 라고 했을 때, 이를 검증함으로써 매개효과를 파악할 수 있다고 하였다.



<그림 4> Sobel 검증

<그림 4>에서 β 값들은 각각의 표준화 회귀계수들이고, a 와 b 는 비표준화 회귀계수이며, S_a 와 S_b 는 각각의 비표준화 회귀계수들의 표준오차들이다. 따라서 매개효과를 검증하기 위해서는 $H_0: a \times b = 0$ 이라는 귀무가설을 기각시켜야 한다. 이 검증을 위해서는 $a \times b$ 의 표준오차가 필요한데 다변량 정규분포를 가정할 때 간접효과인 $a \times b$ 의 표준오차 S_{abr} 는 다음과 같다.

$$S_{abr} = \sqrt{b^{2r} S_a^{2r} + a^{2r} S_b^{2r} + S_a^{2r} S_b^{2r}}$$

위 식에서 세 번째 항은 일반적으로 매우 작으므로 생략이 가능하고 이 표준오차를 이용하여 Z검증을 이용한 방법이 바로 Sobel-test 방정식이다.

$$Z = \frac{a \times br}{Sabr}$$

Sobel 검증 결과, 애착과 심리적 안녕감 사이에서 기본심리욕구의 매개효과($Z=-5.99, p<.001$), 불안애착과 심리적 안녕감 사이에서 기본심리욕구의 매개효과($Z=-6.65, p<.001$), 회피애착과 심리적 안녕감 사이에서 기본심리욕구의 매개효과($Z=-8.82, p<.001$)가 모두 유의미하였으며, 이는 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구가 매개역할을 한다는 것을 검증해 주는 것이다.

VI. 논의

본 연구는 사회적·정서적 발달에 중요한 시기인 중학생을 대상으로 청소년의 애착과 기본심리욕구, 심리적 안녕감의 관계를 살펴보고자 하였다. 먼저 애착, 기본심리욕구, 심리적 안녕감의 상관관계를 알아보았고, 애착에 따른 기본심리욕구와 심리적 안녕감의 차이를 알아보았다. 또한 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과를 검증하고자 하였다.

본 연구의 주요결과를 요약하고, 이를 중심으로 논의하면 다음과 같다.

첫째, 청소년의 애착, 기본심리욕구, 심리적 안녕감 간에 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시한 결과 불안애착과 회피애착은 정적 상관을 보였으며, 기본심리욕구와 심리적 안녕감 간에도 정적 상관을 보였다. 불안이나 회피 애착과 기본심리욕구 및 심리적 안녕감 간에는 모두 부적 상관을 보여, 안정애착이 형성될수록 청소년의 기본심리욕구와 심리적 안녕감도 높아진다는 것을 의미한다.

보다 구체적으로 애착과 기본심리욕구의 관계를 살펴보면, 불안애착은 자율성과, 회피애착은 관계성과 가장 높은 부적 상관을 보였다. 우선 불안애착의 경우, 이들은 자신을 부정적으로 바라보는 내적 수행 모델을 갖고 있다. 불안애착의 형성은 자신의 욕구를 억제하거나 알아차리지 못하게 작용하며, 또한 알아차린다 하더라도 자신의 욕구 표출로 인하여 자신이 사랑받지 못하게 된다고 인식한다(Wei et al. 2005). 이는 자신의 흥미와 통합된 가치에 의해 행동하는 자율성의 형성을 방해하는 것이므로 불안애착과 가장 높은 부적 상관을 이룬 것으로 보인다. 반대로 회피애착의 경우, 이들은 중요한 타인과의 관계에서 얻은 부정적인 경험을 통해 타인에 대한 부정적인 이미지를 가지고 있지만, 그러한 경험으로부터 자신을 보호하기 위해 자기에 대해서는 긍정적인 이미지를 갖고 있다(Bartholomew & Horowitz, 1991).

이들은 자신의 욕구를 알고 있고 또한 충족하고 싶어 하지만 타인이 채워줄 수는 없다고 믿는다. 그러므로 더욱 자신을 의지하게 되는데, 이로 인하여 관계성과 가장 높은 부적 상관을 이룬 것으로 보인다. 전체적으로 보면 불안·회피 애착은 기본심리욕구와 부적상관을 나타냈는데, 이는 불안정 애착으로 인한 심리적 고통간의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과를 연구에서 불안·회피 애착과 기본심리욕구와 부적 상관을 보인 Wei 등(2005)의 연구와도 일치하는 결과이며, 안정애착이 기본심리욕구 만족에 영향을 준다는 자기결정성 이론을 지지하는 결과라 할 수 있다.

애착과 심리적 안녕감의 관계를 살펴보면, 안정애착을 형성할수록 심리적 안녕감도 높았다. 이는 여고생을 대상으로 부모애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향을 알아본 강서경(2004), 박은영(2004)의 연구, 안정애착을 형성할수록 부정적인 자동적 사고가 낮고, 긍정적인 자동적 사고가 높게 나타나며 심리적 안녕감도 높게 지각한다는 김정문(2008)의 연구, 자기결정성 이론의 관점에서 안정애착과 심리적 안녕감을 예측한 Guardia 등(2000)의 연구, 중학생의 안녕감 증진을 위해 부·모·또래 애착의 중요성을 강조한 고영남(2008)연구와 일치하는 결과이다.

기본심리욕구의 세 하위요인 또한 중학생들의 심리적 안녕감과 유의미한 정적 상관이 있었으며, 이는 자율성 지지·기본적 욕구가 중학생의 심리적 안녕감과 유의미한 관계가 있다는 안도희 등(2008)의 연구와 일치한다. 이와 같은 결과는 자율성, 유능감, 관계성이 잘 충족될 때 인간은 잘 기능할 수 있으며, 자신의 잠재력도 최적으로 발휘할 수 있다는 자기결정성 이론을 지지하는 것이며, 중학생의 심리적 안녕감 증진을 위하여 자율성, 유능감 및 관계성 욕구가 잘 충족되어야 함을 시사한다.

둘째, 애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구의 매개효과를 알아보기 위해 Baron & Kenny(1986)의 매개효과 검증을 하고, 매개효과의 유의성을 알아보기 위해 Sobel(1982)의 유사검증방법을 실시하였다. 연구결과

애착과 심리적 안녕감 사이에 기본심리욕구는 부분매개를 하였다. 즉, 부모와의 안정 애착은 청소년의 심리적 안녕감에 직접적으로 영향을 미치기도 하지만, 기본심리욕구를 매개로 하여 간접적으로도 영향을 미치는 것을 의미한다. 이와 같은 결과는 기본심리욕구가 청소년의 심리적 안녕감에 많은 영향을 준다(안도희 등, 2008)는 선행연구와 일치한다. 또한 부모 관계에서 안정감을 많이 느낀 아동일수록 스트레스가 되는 상황에서도 이를 잘 극복하고 회피하기보다는 행동적 시도를 많이 하여 유능감을 높이고 이에 따라 긍정정서가 높아진다(김용희, 2009)는 선행연구를 지지하는 것이다.

애착 차원을 세부적으로 알아본 결과, 불안애착과 심리적 안녕감의 관계에서 기본심리욕구가 부분매개를, 회피애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구가 완전매개를 하는 것으로 나타났다. 불안애착과 회피애착 모두 기본 심리욕구에 부적의 영향을 미쳤는데, 이러한 결과는 안정애착과 기본욕구만족이 정적상관이 있고(La Guardia et al., 2000) 기본심리욕구가 수치심, 우울, 외로움과 부적상관이 있다(Wei et al., 2005)는 선행연구와 일치한다.

흥미로운 것은 애착과 심리적 안녕감 관계에서 기본심리욕구의 매개효과의 차이가 있었는데, 불안애착일 경우는 부분 매개를, 회피애착일 경우 완전매개를 하였다. 이러한 결과는 기본심리욕구가 불안애착보다는 회피애착일 경우 매개효과가 크다는 것을 의미하며, Wei 등(2005)의 연구와 일치한다. 세부적으로 살펴보면, 불안애착이 형성된 사람들은 자신의 욕구를 억압하거나 알아차리지 못하고 대신 타인의 인정을 받는 것으로 자신의 욕구를 채우는데, 이것은 낮은 수준의 심리적 안녕감에 직접 영향을 주기도 하지만, 낮은 기본심리욕구의 만족 수준을 거쳐서 심리적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 보인다. 이러한 결과는 불안애착의 경우 청소년의 기본심리욕구의 만족 수준을 높인다면 심리적 안녕감도 증진시킬 수 있다는 것을 시사한다. 반대로 회피애착이 형성된 사람들은 타인에 대해 부정적이므로 자신을 보호

하기 위해 더욱 자신을 의지하게 되는데, 이것은 낮은 수준의 심리적 안녕감에 직접적으로 영향을 미치기 보다는 이들의 기본심리욕구의 만족수준이 낮기 때문에 심리적 안녕감에도 부정적인 영향을 미치는 것으로 보인다. 이러한 결과는 회피애착의 경우 청소년의 심리적 안녕감을 증진시키기 위해서는 기본심리욕구가 만족되어야 한다는 것을 시사한다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 경기도에 소재한 한 개의 중학교에 재학 중인 청소년을 대상으로 실시하였다. 따라서 본 연구의 결과를 전체 청소년으로 일반화시키기에는 한계가 있으며, 앞으로 다양한 지역의 청소년을 대상으로 본 연구 결과를 교차 타당화 할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서 측정방법과 관련된 제한점이 있다. 연구의 자료는 자기보고형식에 의해 얻어졌기 때문에, 설문 응답자가 사회적으로 바람직하게 보이려는 경향을 응답했을 가능성을 배제할 수 없다. 그러므로 면접연구나 질적 연구를 통해 자기보고 형식의 조사가 미칠 수 있는 영향을 보완할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서 사용한 청소년의 심리적 안녕감 척도에 대한 제한점이 있다. 현재 국내에는 청소년의 심리적 안녕감을 측정할 수 있는 타당화 된 척도가 없는 실정이다. 비록 본 연구에서 사용한 심리적 안녕감 척도가 청소년을 대상으로 개발되었고, 여러 연구에서 사용하였다 하더라도 국내에서 타당화 작업이 이뤄지지 않았으므로 한국실정에 맞는 청소년의 심리적 안녕감 측정도구가 필요하다.

이와 같은 제한점에도 불구하고 본 연구는 청소년의 애착이 심리적 안녕감에 미치는 영향에 있어서 기본심리욕구의 매개효과를 검증하였다는데 의의가 있다. 이는 심리적으로 불안정한 시기를 보내고 있는 청소년이 불안정 애착의 형성으로 인하여 심리적 안녕감이 낮다고 하더라도 기본심리욕구를 충족시킴으로써 청소년의 심리적 안녕감을 증진시킬 수 있다는 것을 시사한

다. 따라서 청소년의 심리적 안녕감을 증진시키기 위해서는 부모와의 애착
뿐만 아니라 청소년의 기본심리욕구인 자율성, 유능감, 관계성에 초점을 두어
상담할 경우 효과적으로 개입할 수 있음을 시사한다.

참 고 문 헌

- 강서경 (2004). **청소년의 애착이 사회적 지지요청과 받기, 심리적 안녕감에 미치는 영향**. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 고영남 (2008). **중학생의 부 애착, 모 애착, 또래 애착 및 주관적 안녕감의 관계**. **열린 교육 연구**, 16(2), 111-131.
- 김명소, 김혜원, 차경호 (2001). **심리적 안녕감의 구성개념분석: 한국 성인 남녀를 대상으로**. **한국심리학회지: 사회 및 성격**, 15(2), 19-39.
- 김성현 (2004). **친밀관계 경험 검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항반응이론을 중심으로**. 서울대학교 석사학위논문.
- 김세진 (1999). **성인애착유형에 따른 분노경험양상의 차이**. 서울대학교 석사학위논문
- 김용희 (2009). **아동의 부모분리개별화와 애착이 긍정 정서 및 부정 정서에 미치는 영향: 행동적 자율성의 매개효과**. **한국심리학회지: 건강**, 14(1), 07-124.
- 김정문 (2008). **애착과 심리적 안녕감간의 관계에서 자동적 사고의 매개효과**. **청소년학연구**, 15(6), 197-224.
- 김지연 (1995). **청소년기 애착과 자아존중감의 관계**. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 류연지 (1996). **성격 및 욕구수준이 주관적 안녕감에 미치는 영향**. 연세대학교 석사학위논문
- 문은식 (2002). **청소년의 학교생활 적응행동에 관련되는 사회·심리적 요인들의 구조적 분석**. 충남대학교 박사학위논문.
- 문은식 (2005). **중·고등학생이 지각한 사회적 지지와 심리적 안녕 및 학교생활 적응의 관계**. **교육심리연구**, 19(4), 1087-1108.

- 문은식 (2007). 중학생의 심리적 안녕에 관련되는 사회·동기적 변인들의 구조적 분석. **교육심리연구**, 21(2), 459-475.
- 신현숙, 구본용 (2001). 청소년의 스트레스 대처방식과 적응과의 관계. **청소년상담연구**, 9, 189-225.
- 안도희, 박귀화, 정재우 (2008). 자율성지지, 기본적 욕구 및 심리적 안녕감 간의 관계. **청소년학 연구**, 15(5), 315-338.
- 오화미 (1998). 긍정적 사고와 부정적 사고가 심리적 안녕에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학교 석사학위논문.
- 옥정 (1998). 청소년기 애착 안정성과 우울 성향의 관계-지각된 유능감 (Perceived Competence)의 매개효과를 중심으로. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 이명희, 김아영 (2008). 자기결정성이론에 근거한 한국형 기본 심리 욕구 척도 개발 및 타당화. **한국심리학회지 : 사회 및 성격**, 22(4), 157-174.
- 장휘숙 (1998) 애착에 대한 어머니의 내적 작동 모델, 남편에 대한 애착 및 자녀의 생활만족. **한국심리학회지:발달**, 11, 121-133.
- 정현희 (2003). 중학교 진학 후의 심리적 부적응을 예측하는 요인. **청소년상담연구**, 11(2), 36-46
- 조병은, 유은희, 이정순, 최혜경 (1996). 3세대 모녀간의 애착· 자율성 발달과 심리적 적응. **한국가정관리학회지**, 14(4).
- 지수경 (2001). **청소년의 애착과 자기효능감 및 학교생활적응과의 관계**. 서강대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 한영옥 (2002). 어머니의 애착유형이 아동행동문제에 미치는 영향: 한국과 미국 비교 연구. **한국심리학회지: 임상**, 21(2), 361-376.
- Ainsworth, M. D. S. (1989). Attachment beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), pp709-716.

- Ainsworth, M. D. S., Blehar M.C., Warters E. W. (1978). *Patterns of Attachment : A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale. NJ., Erlbaum.
- Armsden, G. C. & Greengerg, M. T.(1987). The Inventory of Parents and Peer Attachment: Individual defferences and their relationship to psychological well-being in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence*, 16(5), 427-453.
- Baron, R. M. & Kenny, D. A. (1986). The Moderator-Mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical consideration. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Bartholomew, K. & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64, 226-244.
- Bowlby, J. (1969). *Attachment and a loss(Vol.1)*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and a loss: Separation anxiety and anger*. New York: Basic Books.
- Kobak, R. R. & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and perception of self and others. *Child Development*, 59, 135-146.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "What" and "Why" of Goal Pursuits: Human Need and the Self-Determination of Behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Eccles, J. S., & Midgley, C. (1990). *Change in academic motivation and self-perceptions during early adolescence*. In R. Montemayor, G.

- R., Adams, & T. P. Gullotta (Eds.) From childhood to adolescence (p.134-155). Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Elias, M. J., Ubriaco, M. Reese, A., Gara, M., Rothbaum, P., & Haviland, M. (1992). A measure of adaptation to problematic academic and interpersonal tasks of middle school. *Journal of School Psychology, 30*, 41-57.
- Fenzel, L. M. (2000). Prospective study of change in global self-worth and strain during the transition to middle school. *Journal of Early Adolescence, 20*, 93-116.
- Grolnick, W. S., Ryan, R. M., & Deci, E. L. (1991) Inner Resource for School Achievement: Motivational Mediators of Children's Perceptions of Their Parents. *Journal of Educational Psychology, 83*(4), 508-517.
- Jennifer G. La Guardia, Richard M. Ryan, Charles E. Couchman, & Edward L. Deci (2000). Within-person variation in security of attachment: A self-determination theory perspective on attachment, need fulfillment, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology, 79*(3), 367-384.
- Kaplan, A., & Maehre, M. L. (1999). Achievement goals and student well-being. *Contemporary Educational Psychology, 24*, 330-358.
- Marrone, M. (2000). *Attachment and interaction*. New York: Kingsley Publishers. / 김민희 역.(2005). 애착과 심리치료. 서울:시그마 프레스.
- Meifen Wei, Philip A. Shaffer, Shannon K. Young, and Robyn A. Zakalik (2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness: The mediation role fo basic psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology, 52*(4), 591-601.

- Meyer, B., Enström, M. K., Harstveit, M., Bowles, D. P., & Beevers, C. G. (2007). Happiness and despair on the catwalk: Need satisfaction, well-being, and personality adjustment among fashion models. *The Journal of Positive Psychology, 2*(1), 2-17.
- Mullins, E.R. & Irvin, J. L.(2000). Transition into middle school. *Middle School Journal, 25*, 134-141.
- Panini, D. R., Roggman, L. A., & Anderson, J. (1991). Early-adolescent perceptions of attachment to mother and father: A test of emotional-distancing and buffering hypotheses. *Journal of Early Adolescence, 11*, 258-275.
- Patrick, H., Knee, C. Raymond., Canevello, A., & Lonsbary, C. (2007). The role of need fulfillment in relationship functioning and well-being: A self-determination theory perspective. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*(3), 434-457.
- Roeser, R. W., van der Wolf, K., & Strobel, K. R. (2001). On the relation between social-emotional and school functioning during early adolescence Preliminary findings from Dutch and American samples. *Journal of Social Psychology, 39*(2), 111-139.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L., (2000). Self-Determination Theory and the Facilitation of Intrinsic Motivation, Social Development, and Well-Being. *American Psychologist, 55*(1), 68-78.
- Ryan, R. M., Deci, E. L., Grolnick, W. S., & La Guardia, J. G. (2006). Developmental Psychology: Theory and Method(Vol.1), *The Significance of Autonomy and Autonomy Support in Psychology Development and Psychopathology*(pp796~802).
- Ryan, R. M., Huta V, & Deci, E. L. (2008). Living well: A self

- determination theory perspective on eudaimonia. *Journal of Happiness Studies*, 9, 139-170.
- Ryan, R. M., La Guardia, J. G., Solky-butzel, J., Chirkov, V., & Youngmee, K. (2005). On the interpersonal regulation of emotions: Emotional reliance across gender, relationships, and cultures. *Personal Relationships*, 12, 145-163.
- Wei, M., Shaffer, P. A., Young, S. K., & Zakalik(2005). Adult attachment, shame, depression, and loneliness; The mediation role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Counseling Psychology*. 52(4), 591-601.
- Wright, T. A., Cropanzano, R., & Meyer, D. G. (2004). State and trait correlates of job performance: A tale of two perspectives. *Journal of Business and Psychology*, 18(3), 365-383.

ABSTRACT

The Relationship between Attachment
and Psychological Well-being in Adolescents
: The Mediating Effects of Basic Psychological Needs

Ah-ram Hwang
Department of Psychology
The Graduate School of
Sungshin Women's University

This study examined the mediating effects of the basic psychological needs between attachment and psychological well-being among adolescents. The subjects were 420 students recruited from middle school in Gyeonggi area. The Experience of Close Relationship-Revised(ECR-R): Korean Basic Psychological Needs Scale(BPNS-K): psychological well-being scale(emotional tone, impulse control) were administered to the students.

The results were as follows:

First, correlational analyses showed that attachment anxiety and attachment avoidance had significant negative correlation with basic psychological needs and psychological well-being, and basic psychological needs and psychological well-being showed significantly positive correlation.

Second, basic psychological needs satisfaction showed mediation effects between attachment and psychological well-being. Basic psychological needs satisfaction partially mediated the relation between attachment anxiety and psychological well-being, and fully mediated the relation between attachment avoidance and psychological well-being.

Finally, based on the finding results, the implications and limitations of this study were discussed.

Key words : attachment, psychological well-being, basic psychological needs, mediation effect

부 록

부록 1. 청소년의 애착 척도

부록 2. 심리적 안녕감 척도

부록 3. 기본심리욕구 척도

설문지

안녕하세요?

여러분의 소중한 시간을 내어 주셔서 감사합니다.

본 설문지는 여러분이 앞으로 보다 건강하고 행복한 생활을 할 수 있는 방법을 연구하기 위해 여러분의 대인관계와 관련된 경험이나 생각을 조사하는 것입니다.

각 문항에는 맞는 답과 틀린 답이 있지 않습니다. **평소 여러분들의 행동과 느낌을 솔직하게 답해 주시면 됩니다.** 빠진 응답이 있는 질문지는 연구자료로 사용할 수 없으므로 설문지에 있는 모든 문항을 잘 읽고, **한 문제도 빠짐없이 솔직하게** 응답해 주시면 감사하겠습니다.

이 설문지는 성적과는 상관없고 담임 선생님과 부모님, 친구들에게 알리지 않습니다. 익명으로 처리되고 **철저하게 비밀이 보장될** 것이며, 학문적 연구 이외의 목적에는 사용되지 않을 것입니다.

본 연구에 도움을 주셔서 다시 한 번 진심으로 감사드립니다.



성신여자대학교 대학원 상담심리
연구실

지도교수 이 정 윤
연구자 황 아 람

※ 본 조사는 통계법 제 8조에 의거하여 비밀이 보장되며, 통계 목적 이외에는 사용되지 않습니다.

다음의 문항들을 잘 읽어보고 **친밀한 관계에 대한 당신의 일반적인 느낌을** 얼마나 잘 묘사해주고 있는지 '○'표로 표현해 주십시오. 실제 자신이 해본 경험이 없는 질문에 대해서는 '만약 그런 상황이 된다면' 이라고 가정 하시고 응답해 주십시오.

문 항	전혀 그 렇 지 않 다	1	2	3	4	5	6	7	보통 이다	매우 그렇 다
1. 다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다.	1	2	3	4	5	6	7			
2. 때때로 다른 사람들은 분명한 이유 없이 나에게 대한 감정을 바꾸곤 한다.	1	2	3	4	5	6	7			
3. 다른 사람들과 가까워지는 것은 비교적 쉬운 편이다.	1	2	3	4	5	6	7			
4. 다른 사람들이 나와 가까워지려고 하면 불편하다.	1	2	3	4	5	6	7			
5. 다른 사람들에게 모든 것을 다 이야기한다.	1	2	3	4	5	6	7			
6. 다른 사람들은 내가 화나 있을 때만 나에게 주목하는 것 같다.	1	2	3	4	5	6	7			
7. 다른 사람들은 나 자신과 내가 원하는 것을 잘 알고 있다.	1	2	3	4	5	6	7			
8. 버림받을까봐 걱정하는 일은 별로 없다.	1	2	3	4	5	6	7			
9. 다른 사람들과 여러 가지에 대해 의논한다.	1	2	3	4	5	6	7			
10. 내가 다른 사람들에게 관심을 갖는 것만큼 내게 관심을 가져주지 않을까봐 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7			
11. 다른 사람들에게 내 마음 속 깊은 감정을 드러내는 것을 원치 않는 편이다.	1	2	3	4	5	6	7			
12. 다른 사람들의 기대에 못 미칠까봐 걱정된다.	1	2	3	4	5	6	7			
13. 다른 사람들이 내가 원하는 만큼의 애정과 지지(격려)를 보내주지 않을 때는 화가 난다.	1	2	3	4	5	6	7			
14. 내가 다른 사람들에게 호감을 표현했을 때, 그들이 나에게 호감을 보이지 않을까봐 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7			
15. 사람들이 나를 진심으로 사랑하지 않을까봐 자주 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7			
16. 다른 사람들에게 속내를 털어놓는 것이 편하지 않다.	1	2	3	4	5	6	7			
17. 다른 사람들은 내가 나 자신에 대해서 회의(의심)를 하게 만든다.	1	2	3	4	5	6	7			
18. 필요할 때 다른 사람들에게 의지하는 것은 도움이 된다.	1	2	3	4	5	6	7			

문항	전혀 그 지 않 다	1	2	3	보통 이다	4	5	6	매우 그 렇 다	7
19. 다른 사람들을 의지하는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5	6	7			
20. 내가 다른 사람들에게 갖는 호감만큼 그들도 내게 강한 호감을 가지기를 자주 원한다.	1	2	3	4	5	6	7			
21. 다른 사람들과의 대인관계에 대해 걱정이 많다.	1	2	3	4	5	6	7			
22. 매우 가까워지고 싶은 나의 욕구 때문에 사람들이 내게서 멀어지기도 한다.	1	2	3	4	5	6	7			
23. 다른 사람들이 나를 떠날까봐 걱정하는 일은 거의 없다.	1	2	3	4	5	6	7			
24. 다른 사람들은 내가 바라는 만큼 나와 가까워지려고 하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7			
25. 다른 사람들이 잠시 떠나 있으면 그들이 나 아닌 누군가에게 관심을 갖게 될까봐 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7			
26. 다른 사람들의 사랑을 잃을까봐 두렵다.	1	2	3	4	5	6	7			
27. 다른 사람들과 가깝게 지내는 것이 매우 편하다.	1	2	3	4	5	6	7			
28. 다른 사람들에게 다정하게 대하는 것은 쉬운 일이다.	1	2	3	4	5	6	7			
29. 다른 사람들에게 의지하는 것이 편하게 느껴진다.	1	2	3	4	5	6	7			
30. 다른 사람들에게 의지하는 것은 쉬운 일이다.	1	2	3	4	5	6	7			
31. 다른 사람들이 나와 함께 있기를 원하지 않을까봐 자주 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7			
32. 다른 사람들과 가까워지는 것은 어렵지 않다.	1	2	3	4	5	6	7			
33. 나는 걱정이나 문제가 생기면 보통 다른 사람들과 의논한다.	1	2	3	4	5	6	7			
34. 사적인 생각과 감정을 다른 사람들과 나누는 것이 편안하다.	1	2	3	4	5	6	7			
35. 다른 사람들이 내게 너무 가까워지려고 하면 불안하다.	1	2	3	4	5	6	7			
36. 다른 사람들이 나에 대해 알게 되면, 그 사람이 있는 그대로의 내 모습을 좋아하지 않을까봐 두렵다.	1	2	3	4	5	6	7			

다음의 문항들은 **여러분의 심리적 안녕**에 관한 질문입니다. 아래 각 문항을 잘 읽고, '평소'의 여러분 자신과 가장 일치되는 곳에 '○'표 해주십시오.

문 항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	대체로 그렇다	항상 그렇다
1. 나는 화를 잘 내는 편이다.	1	2	3	4
2. 나는 다른 사람들만큼 즐겁지 않다라는 생각이 든다.	1	2	3	4
3. 대부분의 시간이 나에게서 행복하다.	1	2	3	4
4. 나의 감정은 쉽게 상처를 받는다.	1	2	3	4
5. 대부분의 시간이 나에게서 정서적으로 허무한 생각이 든다.	1	2	3	4
6. 나는 매우 신경질적이다.	1	2	3	4
7. 나는 매우 외롭다.	1	2	3	4
8. 나는 삶을 즐긴다.	1	2	3	4
9. 나는 내가 원하는 유형의 사람과 거리가 멀다고 자주 생각한다.	1	2	3	4
10. 나는 자주 슬픔을 느낀다.	1	2	3	4
11. 나는 쉽게 침착성을 잃는다.	1	2	3	4
12. 내 생각대로 되지 않으면 짜증이 난다.	1	2	3	4
13. 나는 어떤 상황이라도 침착성을 잘 유지한다.	1	2	3	4
14. 대체로 나 자신을 잘 다스리는 편이다.	1	2	3	4
15. 어떤 것을 해서는 안 되는 줄 알면서도 어쩔 수 없이 하는 경우가 종종 있다.	1	2	3	4

다음의 문항들은 여러분이 **일상생활에서 자신에 대해 어떻게 느끼는지**를 알아보기 위한 것입니다. 지금 현재의 상태가 아니라면, 일반적인 관계에서 자신의 경험을 토대로 응답해주시기 바랍니다. 해당하는 번호에 빠짐없이 '○'표 해주십시오.

문 항	전혀 그렇 지않 다	그렇 지 않다	조금 그렇 지 않다	조금 그렇 다	그렇 다	매우 그렇 다
1. 나는 다른 사람들에게 의해 통제받고 억압을 받는다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
2. 내 일을 진행하는 방법을 스스로 결정할 기회가 많지 않다.	1	2	3	4	5	6
3. 일상생활에서 나는 자주 남이 시키는 대로 해야만 한다.	1	2	3	4	5	6
4. 나는 대체로 내 생각과 의견을 자유롭게 표현할 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
5. 나는 내가 내 인생을 어떻게 살아갈지 스스로 결정할 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
6. 어떤 일을 할 때 내 생각대로 일을 처리하기 보다는 다른 사람의 생각이나 처리방식을 따를 때가 많다.	1	2	3	4	5	6
7. 나는 내 자신이 매우 효율적이라고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
8. 나는 대부분 내가 하는 일들로부터 성취감을 느낀다.	1	2	3	4	5	6
9. 나를 아는 사람은 내가 일을 잘 한다고 말한다.	1	2	3	4	5	6
10. 나는 내게 주어진 일을 잘 해결할 능력이 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
11. 나는 내가 아는 것을 다른 사람에게 가르칠 수 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
12. 나는 다른 사람보다 잘 하는 것이 많다고 느낀다.	1	2	3	4	5	6
13. 나는 내 주변 사람들로 부터 사랑과 관심을 받는 것을 느낀다.	1	2	3	4	5	6
14. 나와 정기적으로 만나는 사람들은 나를 별로 좋아하지 않는 것 같다.	1	2	3	4	5	6
15. 나는 내가 만나는 사람들과 잘 지낸다.	1	2	3	4	5	6
16. 나는 내 주변 사람들을 정말 좋아한다.	1	2	3	4	5	6
17. 내 주변 사람들과 나는 평소에 서로 도움을 주고 받는다.	1	2	3	4	5	6
18. 내 주변 사람들은 평소에 나와 감정을 공유할 때가 많다.	1	2	3	4	5	6

다음은 여러분의 일반적인 사항들을 묻는 질문입니다. 해당하는 번호에 ○표해 주세요.

1. 성별을 표시해 주세요.

- ① 남 ② 여

2. 현재 몇 학년인지 표시해 주세요.

- ① 중 1 ② 중 2 ③ 중 3