



저작자표시-동일조건변경허락 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.
- 이차적 저작물을 작성할 수 있습니다.
- 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



동일조건변경허락. 귀하가 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공했을 경우에는, 이 저작물과 동일한 이용허락조건하에서만 배포할 수 있습니다.

- 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 교수지도  
석사학위 청구논문

# 청소년의 애착유형과 분노표현의 관계

-내면화된 수치심의 매개효과-

2009

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

김 현 주

# 청소년의 애착유형과 분노표현의 관계

-내면화된 수치심의 매개효과-

이 정 윤 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함

2009년 5월

성신여자대학교 대학원

심 리 학 과

김 현 주

# 인 준 서

김현주의 석사학위 논문으로 인준함.

심사위원 이 정 윤 인

심사위원 채 규 만 인

심사위원 이 옥 경 인

성신여자대학교 대학원

## 논문개요

본 연구는 청소년의 애착유형과 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 가정하고 이를 검증해 보고자 하였다. 연구대상은 경기도와 인천에 위치한 고등학교에 재학 중인 청소년 477명이었으며, 청소년의 애착유형 척도(Experience of Close Relationship-Revised: ECR-R), 한국판 상태-특성 분노표현 척도(state-trait anger expression inventory: STAXI-K), 내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale: ISS)를 사용하여 설문을 실시하였다. 본 연구의 결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 각 변인의 상관분석 결과, 청소년의 애착유형과 내면화된 수치심은 유의미한 상관을 나타낸다. 안정형과 거부형 애착유형은 내면화된 수치심과 유의미한 부적상관을 보였고, 집착형과 두려움형 애착유형은 내면화된 수치심과 유의미한 정적상관을 보였다. 또한 내면화된 수치심과 분노표현방식의 관계에서 분노표출과 분노억제는 내면화된 수치심과 유의미한 정적상관을 보였고, 분노통제는 유의미한 상관을 나타내지 않았다. 둘째, 청소년의 애착유형에 따른 내면화된 수치심의 차이가 있는지 알아본 결과, 집착형과 두려움형 애착집단이 안정형과 거부형 애착집단보다 내면화된 수치심이 유의하게 높은 것으로 나타났다. 셋째, 청소년의 애착유형에 따라 분노표현방식이 다르게 나타나는지 알아본 결과, 집착형과 두려움형 애착집단이 안정형과 거부형 애착집단보다 분노표출과 분노억제에 있어서 유의하게 높은 것으로 나타났다. 넷째, 청소년의 애착유형과 분노표현의 관계에서 내면화

된 수치심이 미치는 매개효과를 알아본 결과, 애착과 분노표출의 관계에서는 안정형과 두려움형 애착집단에서 내면화된 수치심이 완전매개효과가 있는 것으로 나타났고, 애착과 분노억제의 관계에서는 안정형 애착집단에서 부분매개효과가 나타났으며, 거부형, 집착형, 두려움형 애착집단에서는 내면화된 수치심이 완전매개효과가 있는 것으로 나타났다. 마지막으로 본 연구의 의의와 한계 그리고 후속연구를 위한 제언에 대하여 논의하였다.

주요어 : 청소년, 애착유형, 분노표현, 내면화된 수치심, 매개효과

# 목 차

## 논문개요

### I. 서론

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

### II. 이론적 배경

1. 애착과 분노 .....	8
-----------------	---

1) 애착 .....	8
-------------	---

2) 분노 .....	15
-------------	----

3) 애착과 분노의 관계 .....	20
---------------------	----

2. 애착과 분노의 관계에서 수치심의 매개효과 .....	22
---------------------------------	----

1) 수치심 .....	22
--------------	----

2) 애착과 수치심의 관계 .....	26
----------------------	----

3) 수치심과 분노의 관계 .....	27
----------------------	----

### III. 연구 문제

1. 연구 문제 .....	29
----------------	----

### IV. 연구 방법

1. 연구대상 .....	30
---------------	----

2. 측정도구	
1) 청소년의 애착 .....	31
2) 분노표현 .....	32
3) 내면화된 수치심 .....	34
3. 자료 분석 .....	35
V. 연구 결과	
1. 애착유형의 빈도 .....	36
2. 주요 변인간의 상관관계 .....	37
3. 청소년의 애착유형에 따른 내면화된 수치심과 분노표현방식 .....	38
1) 청소년의 애착유형에 따른 내면화된 수치심 .....	38
2) 청소년의 애착유형에 따른 분노표현방식 .....	39
4. 청소년의 애착유형과 분노표현방식의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과 .....	40
1) 청소년의 애착유형과 분노표출의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과 .....	42
2) 청소년의 애착유형과 분노억제의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과 .....	44
5. 매개효과의 유의성 검증 .....	48
VI. 논의	
.....	51

참고문헌

ABSTRACT(영문초록)

부 록

## 표 목 차

<표 1> 연구대상자의 일반적 특성 .....	30
<표 2> 애착척도의 문항구성 및 신뢰도 .....	32
<표 3> 분노표현의 하위영역별 측정내용 .....	33
<표 4> 하위영역별 분노표현 문항구성 및 신뢰도 .....	33
<표 5> 내면화된 수치심 하위영역별 변인 구성 .....	34
<표 6> 애착유형 및 성별에 따른 분포 .....	36
<표 7> 주요 변인간의 상관관계 .....	38
<표 8> 애착유형에 따른 내면화된 수치심의 평균점수 .....	39
<표 9> 애착유형에 따른 분노표현방식의 평균점수 .....	40
<표 10> 청소년의 애착유형과 분노표출과의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과 .....	42
<표 11> 청소년의 애착유형과 분노억제의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과 .....	44

## 그림 목 차

<그림 1> Bartholomew & Horowitz(1999)의 2차원 4범주 모형 .....	11
<그림 2> Brennan 등(1998)의 애착 2차원 모형 .....	13
<그림 3> 연구모형 .....	41
<그림 4> Sobel 검증 .....	48

# I. 서론

## 1. 연구의 목적과 필요성

전 생애 발달단계 중 청소년기는 육체적, 심리적, 사회적으로 급격한 변화를 경험하는 과도기이며, 생리-신체적 변화와 가치관의 변화 등이 그들의 정서에 큰 영향을 미치는 시기이다. 따라서 이로 인해 청소년들은 다른 어떤 시기보다 감정적 기복이 심하고, 불안정한 정서적 변화를 경험하게 된다. 특히 한국 청소년의 경우 과열된 입시경쟁으로 인한 스트레스와 학교생활에서 부딪히는 과중한 성취압력, 맹목적인 부모의 기대와 요구, 새로운 문화의 노출과 적응 등 여러 가지 사회 심리적 압박 때문에 다른 어떤 집단보다도 심각한 외적 스트레스를 받고 있다. 따라서, 최근 학교와 사회에서의 청소년 폭력, 또래 집단에서의 소외 등과 같은 외현적으로 보이는 문제들이 증가함에 따라 이러한 행동의 기저에는 ‘분노’라는 감정이 바탕이 되어있기 때문이라는 인식으로 분노에 대한 사회적 관심은 증가하고 있다(이은주, 2007).

분노에 대한 정의를 살펴보면, 분노는 인간이 살아가면서 자연스럽게 느끼는 감정으로 목표를 추구하는 행동이 방해받았을 때 느낄 수 있는 인간의 기본 정서 중 하나이다. 분노는 사회체계의 여러 가지 역경에 대처하는데 상당한 적응적 가치를 가지고 있고, 통제감을 느끼게 해주며, 좌절이나 부당함에 직면했을 때 인내심을 촉진시켜 줄 수 있는 것으로 누구나 가질 수 있는 정상적인 정서적 반응이다(Novaco, 1994).

하지만, 청소년에게 있어서 분노는 공격행동 및 비행의 주요 유발인자라고 보는 견해(Feindler, 1989)가 있고, 비행 청소년의 적응 문제 기저에는 통제되지 않은 분노가 있다(Larson, 1992)는 주장도 제기되고 있다. 즉, 청소년기에 발생하는 다양한 문제는 청소년기의 주요 심리적 특성 중 하나인 분노와 관련된 것으로, 분노를 경험하고 이를 표현하는 방식에 있어서 적절히 조절하고 통제하지 못하는데서 오는 결과라고 할 수 있다. 그렇기 때문에 분노표현방식으로 나타나는 청소년의 비행이나 대인관계 등의 문제를 이해하기 위해서는 먼저 주요 원인으로 작용하는 청소년의 분노경험에 대한 이해가 우선시 되어야 할 것이다.

청소년기의 분노현상은 유아기나 아동기, 성인기와는 다른 의미가 있다. 유아기나 아동기에는 주로 물리적, 생리적 자극에 의해서 분노가 발생하지만, 청소년기에 접어들면서부터는 그 원인이 사회적 요인 즉 대인관계로 옮겨지게 된다(권해지, 1995; 이규미, 1998). 하지만, 청소년기는 대인관계에서 발생하는 사회적 성격의 분노를 적절하게 관리하는 방법을 아직 충분히 학습하지 못한 상태이기 때문에 분노표현에 실패할 위험성이 큰 집단이다(주지영, 2005).

분노감정을 유발하게 되는 선행요인으로는 만성적인 조급성, 인내성 부족, 경쟁심, 적대감 및 능력과 통제감에 대한 강한 욕구 등의 특성을 보이는 A형 행동유형, 잠재적인 유전적 소인의 가능성, 또는 어린 시절 양육자와의 애착경험과 같은 가족적 요인 등이 제안되고 있다(Muris, Meesters, Morren, & Moorman, 2004). 특히, 청소년기는 부모 자녀 모두가 상호존중과 개별성에 근거하여 서로 연결성을 유지함과 동시에 자신을 하나의 개

체로 분리하는 과정으로 볼 수 있으며, 이는 더욱 성숙하고 책임감 있는 관계로 나아가기 위해 아동기의 의존성을 버리는 과정을 의미한다 (Greenberg, Siegal, & Leith, 1983). 이러한 분리-개별화 과정에서 청소년들은 부모를 포함한 대인관계에서 적절한 친밀감과 균형 및 다양한 탐색을 통해 심리사회적 적응과 안녕감을 촉진시키며 자아개념과 감정에서의 변화를 경험하게 되고, 최근에는 이러한 청소년기의 심리적 특성과 발달을 애착과 연관지어 살펴보는 연구가 늘어가고 있는 추세이다(김민동, 2003). 이에 본 연구에서도 청소년의 분노표현을 설명하는 취약성 요인으로 가족적 요인 가운데 중요한 변인으로 간주되는 부모와의 애착에 초점을 맞추고자 한다.

애착과 분노의 관계에 대한 선행연구들을 살펴보면, Kobok(1993)는 안정 애착된 청소년들은 부모와 갈등을 타협하는데 있어서 자신에 대한 이해를 동반한 균형잡힌 주장성과 부모에 대한 낮은 수준의 역기능적 분노를 특징으로 지닌 반면, 불안정하게 애착된 청소년들은 부모와의 갈등에서 역기능적인 분노를 느끼며 회피적인 대처를 한다고 하였다. 또한 Mikulincer(1998)는 안정적으로 애착된 사람들은 기능적인 방식으로 분노를 경험하는 반면에, 불안정하게 애착된 사람은 역기능적으로 분노를 경험한다고 보고하였다. 안정적으로 애착된 사람들은 높은 효능감을 지니고 있고, 타인의 선한 의지를 믿기 때문에 좀 더 조절된 방식으로 분노를 표현하고, 분노를 표현한 이후에도 부정적인 정서를 적게 경험한다고 보고하였다. 반면에 불안정하게 애착된 사람들은 분노 상황에서 부적응적인 반응과 조절되지 못한 적대감을 보이며 분노표현 이후에도 부정적인 정서를 많이 경험

한다고 설명하고 있다. 국내연구에서도 안정형 애착집단의 특성분노가 가장 낮았고, 불안정 애착 유형인 거부형, 집착형, 두려움형의 경우 특성 분노 수준이 높게 나타났으며(김세진, 1999), 불안정하게 애착된 집단은 분노를 표현하는 점수가 안정 애착된 집단보다 높았다. 특히 집착형이 분노를 가장 많이 밖으로 표현하는 것으로 나타났고, 두려움형이 분노를 가장 많이 안으로 표현하는 것으로 나타났다(이세정, 2004).

이처럼 생애초기 양육자와의 관계를 중심으로 형성된 애착이 아동기와 청년기를 거쳐 성인기까지 개인의 심리적 특성에 중요한 영향을 미치기 때문에(Hazen & Shaver, 1987) 부모와의 애착은 청소년들의 분노경험의 예측변인으로 볼 수 있겠다. 하지만, 지금까지 애착에 관한 연구는 주로 유아기와 성인기에 관한 것이었고, 청소년기 애착에 관한 연구는 상대적으로 많지 않았다. 더욱이 불안정한 정서변화를 경험하는 청소년을 대상으로 분노와 같은 정서적 특성과 애착간의 관계를 연구한 경우는 드문 것으로 보인다.

또한 선행연구들, 성인 애착유형과 특성분노와의 관계(김해진, 신현균, 홍창희, 2008)와 내면화된 수치심과 애착의 관계(이인숙, 최해림, 2005)에서 경로분석과 매개효과를 검증해볼 필요성을 피력하였다. 이에 본 연구에서는 부모와의 애착과 분노의 관계를 매개할 가능성이 있는 요인으로 내면화된 수치심을 생각해 볼 수 있을 것이다.

내면화된 수치심은 개인이 얼마나 수치심을 쉽게 경험하는가를 나타내는 정서적 특질인 수치심 경향성을 말한다. Lewis(1987)는 수치심을 ‘정신병리 내에 깊이 잠들어 있는 정서’라고 표현했듯이, 전체 자기(entire self)가 문제제시되는 경험으로 최근 여러 정신 병리와 연관성으로 인해 점차 주목받

고 있는 정서 중의 하나이다. 수치심은 우울이나 불안, 분노, 적개심, 복수심, 짜증, 타인을 비난하는 경향성, 자살, 부정적 평가에 대한 두려움, 복종적 행동 등 각종 성격 구성개념 및 정신병리 지표와 관련성이 입증되었다(남기숙, 2002). Lewis(1992)는 한 개인이 자신에 대해 전반적인 평가를 내릴 때 실패의 결과로서 스스로를 평가할 때 경험하게 되는 정서가 수치심이라고 하였다. 즉 수치심은 자신이 부족하고, 결핍되었으며, 부적절하고, 무력하고, 작다고 느끼는 고통스러운 정서이다(Kaufman, 1989; Tangeney, Wagner, & Gramzow, 1992; Wells & Jones, 2000; 박윤선 2007에서 재인용). 이러한 수치심은 부모와의 관계 안에서 발생하기 시작하는데, Erikson(1971)은 배변기에 부모가 아이의 자유로운 선택에 따른 점진적인 자율성을 경험하는 것을 거부함으로써 생긴다고 보았다. 이때 아이는 스스로를 과잉조작해서 조숙된 양심(precocious conscience)을 발달시킬 수 있다는 것이다. 또한 Lewis(1987)는 수치심의 가장 큰 원인은 사랑의 철회로, 자기를 자각할 수 있는 자의식의 발달이 전제되는 생후 18개월에서 36개월 사이에 서서히 출현하는 자의식적 정서라고 하였다.

애착과 수치심의 관계에 대한 경험적인 연구에서 Cillbert, Allen, & Goss(1996)은 어린시절 부모로부터 비난을 받았거나 부모가 다른 형제들을 편애해 자신을 덜 사랑받았다고 지각하는 경우 수치심을 느끼기 쉽고, 대인관계 문제나 다른 정신병리에 있어서도 취약하다고 하였다. 또한 Lewis(1992)는 부모의 학대나 방임, 계속되는 비난 등이 포함된 부정적인 양육행동이 아동의 수치심이나 죄책감 등의 부정적인 정서발달을 촉진한다고 하였다. 특히 부모의 훈육방법 중 신체적인 처벌을 사용하거나 사랑을

거부하는 행위들은 아동의 수치심을 증가시키며, 더욱이 아동이 실패를 경험했을 때 부모가 지속적으로 부정적인 반응을 하게 되면 아동은 실패에 대해 점점 더 자신의 잘못으로 여기는 내적 귀인이 발달하게 되어 수치심을 갖게 될 가능성이 높은 것으로 보고하였다. Rush(1996)의 연구에서는 4범주의 애착유형과 수치심의 관계를 보았는데, 두려움형의 애착유형이 수치심 수준이 가장 높았고, 다음으로는 집착형, 안정형, 거부형의 순으로 나타났다. 국내 연구에서는 박주용(2004), 이인숙과 최해림(2005)의 연구에서 애착과 수치심 경향성의 상관을 검증했다.

이렇게 수치심이 한번 내면화되면, 다양한 대인 관계적 상황에서 유발되고, 이러한 개인의 성격을 수치심에 기초한 정체성이라고 표현하기도 했다(Kaufman, 1989). Lewis(1971)에 따르면 처음 수치심 유발로 인해 스스로를 수치스럽게 생각하게 되고, 자신에게 적대감과 비난의 감정을 가지게 된다고 한다. 그러나 수치심은 거부나 다른 사람이 자신을 인정하지 않을 것이라는 생각과 연결되기 때문에, 자신에게 향했던 적대감이 오히려 다른 사람에게 향하게 되어 타인에게 적대감을 품게 되는 방식의 방어기제로 작용하게 된다고 한다. 또한 수치심을 느끼는 개인은 스스로 항상 부당하게 대우받는다는 생각을 하고, 이러한 사고는 또 다시 수치심을 유발하게 된다고 보았다(류철영, 1998).

이상에서 알 수 있듯이 대부분의 선행연구들은 애착과 분노, 애착과 수치심, 수치심과 분노 간의 관계를 개별적으로 살펴 본 연구들이다. 이러한 연구들은 각각의 변인들이 관련되어 있음을 보여주고 있으나, 변인들 간의 관계, 특히 애착과 분노 사이에서 수치심이 매개요인으로 작용하는지에 대해

서는 직접적으로 검증하지 못하였다. 따라서 본 연구에서는 애착과 청소년기 분노표현이 어떤 관계가 있는지를 살펴보고, 이 과정에서 내면화된 수치심이 매개역할을 하는지를 검증해 보고자 하였다.

## II. 이론적 배경

### 1. 애착과 분노

#### 1) 애착

애착은 John Bowlby가 1958년 유아와 양육자간의 유대관계를 설명하기 위해 최초로 사용한 개념이다. Bowlby는 이런 유대관계를 통해서 자기개념이 출현하고, 더불어 사회 및 세상에 대한 관점을 발달시킨다고 하였다. 유아의 애착행동은 양육자와의 근접성을 유지하게 하고, 안전성과 생존을 증진시키는 생물학적인 기능을 위한 독특하며, 목표-수정적인 것이다 (Bowlby, 1973, 1980; 김세진, 1999에서 재인용). 그러나 최근의 애착 연구자들은 애착의 목표가 단순한 신체적인 근접성을 추구하는 것이 아니라, 좀더 광범위하게 "안정감(felt security)"을 유지하는 것으로 보았다.

Bowlby(1973)의 애착이론은 유아의 사회 및 성격발달에 관한 설명을 제공했다. 즉, 초기 유대관계의 성질은 아동의 필요에 대해 양육자가 얼마나 민감하게 지지와 보호를 보이느냐에 따라 결정되며, 양육자와의 지속적인 상호작용을 통해서, 유아는 자신이 애정을 받을 만한 존재인지, 타인이 자신에게 반응적이고 접근 가능한 존재인지에 대한 “내적 작동모델(internal working model)”을 형성하게 된다고 한다. 즉, 내적 작동모델이란 한 개인이 세상과 자신에 대해 갖는 의식적이며 무의식적 정신표상으로서, 개인은

이 모델에 기초하여 자신이 처한 새로운 환경의 자극과 정보를 지각, 이해하고 미래를 예측하게 된다. 내적 작동 모델이 아동기에 어떻게 형성되었는가에 따라 개인의 애착양식이 달라지며, 형성된 내적 작동 모델은 평생 작용하므로 성인기의 성격과 대인관계 등에도 영향을 미치게 된다(박주용 2004에서 재인용).

Bowlby에 이어, 애착에서 개인차를 고려한 Ainsworth, Blehar, Waters, Wall(1987)은 실험실에서 유아와 양육자를 관찰하여 12개월부터 18개월 사이 유아의 애착 안정성을 측정하는 절차를 개발하였다. 이들은 ‘낯선 상황’으로 불리는 실험실에서 주 양육자가 방을 떠나고 돌아올 때 아이의 반응을 관찰함으로써, 애착의 세 가지 독특한 스타일을 정의하였다. : ‘안정적’, ‘불안/회피적’, ‘불안/양가적인’. Ainsworth등(1978)은 Bowlby와 일관되게, 세 가지 애착유형이 양육자와 따뜻함과 아이의 필요에 대한 반응성에서 개인차와 관련된다고 보았다(Egeland & Faber, 1984). Main, Kaplan과 Cassidy(1985)는 애착 스타일의 차이를, “애착 인물과의 관계 속에서 형성된 자기에 대한 정신적인 표상의 차이이며, 안정적으로 혹은 불안정하게 애착되었다는 것은 관계에 대한 내적 작동 모델의 특정 유형을 언급하는 것으로, 이 모델은 느낌과 행동뿐 아니라, 주의, 인지, 기억도 방향지을 수 있다.”라고 하였다(김세진, 1999에서 재인용).

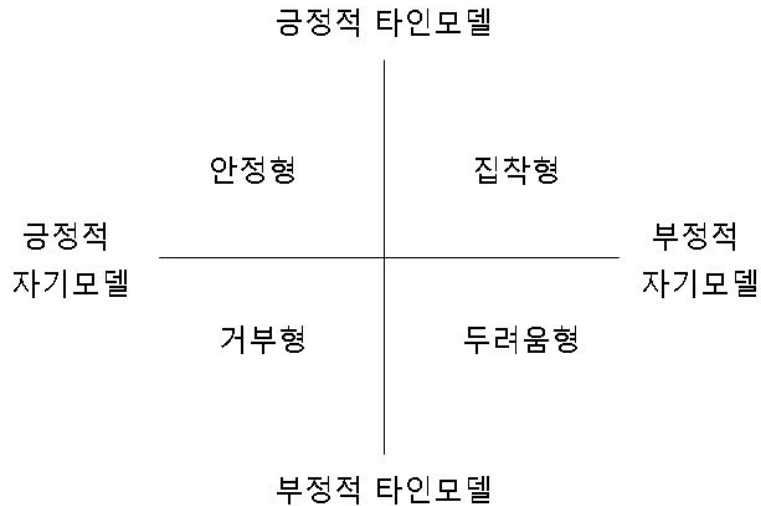
이러한 Bowlby의 주장이후, 아동을 대상으로 시작된 애착연구는 성인의 애착 연구로 이어지게 되었다. Hazan과 Shaver(1987)는 성인남녀의 애정 관계를 애착과정으로 개념화하고, 성인 애착 양식을 아동과 마찬가지로 “안정적인”, “불안한”, “회피적인”의 세 가지 유형으로 나누었다. 또한, Main과

Goldwyn(1984)은 면접을 통해서 “자율적 혹은 안정적”, “무시하는”, “집착하는”의 세 가지 애착 유형과 부가적으로 “와해된”유형으로 구분하였다.

Bartholomew와 Horowitz(1991)는 Bowlby의 내적 작동 모형을 <그림 1>과 같이 2개의 차원을 가진 4개의 범주로 개념화했다. 2개의 차원은 각각 자기(self)와 타인(others)에 대한 인식을 나타낸다. 첫 번째 차원은 자신에 대한 인식인데 자기 자신에 대해 긍정적으로 바라보고 자기존중감이 높은 사람은 타인이 자신을 존중할 것이라고 믿고 대인관계에서도 불안(anxiety)을 느끼지 않고 타인에 대해 과도하게 의존하려고 하지 않을 것이다. 두 번째 차원은 타인에 대한 인식인데, 타인에 대한 긍정성이 높은 사람은 타인이 자신을 지지해 줄거라고 인식하기 때문에 대인관계에서 자신 이외의 사람들을 회피(avoidance)하지 않고 친밀한 관계를 추구한다(김성현, 2004 재인용).

“안정형(secure)”은 자기는 가치있고 사랑받을 만하며, 타인은 자신의 필요에 반응적일 것이라는 기대를 갖는다. 안정형은 타인과의 친밀한 관계를 편안하게 느끼고 자율성을 추구한다. “집착형(preoccupied)”은 자기에 대해서 무가치하고 사랑받지 못할 것이라는 부적인 표상을 지니지만, 타인에 대해서는 정적인 표상을 갖는다. 집착형은 가치있는 타인으로부터 인정을 얻어 자기 인정을 추구하므로 대인관계에 집착하는 것이 특징이다. “거부형(dismissing)”은 자기에 대해서는 높은 가치감을 지니지만, 타인에 대해서는 부적인 표상을 지닌다. 거부형은 친밀한 관계를 회피함으로써, 자기를 보호하고 독립감이나 비취약성을 유지하려는 것이 특징이다. “두려움형(fearful)”은 자기에 대한 무가치감과 타인에 대한 부적 표상을 지닌다. 두

려움형은 타인과의 친밀한 관계를 회피함으로써 자신이 타인에 의해서 거절되는 것을 방어하려고 한다.



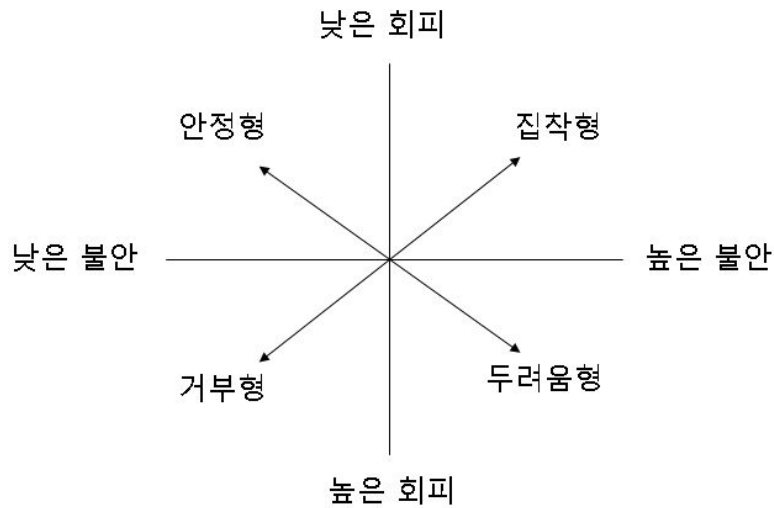
[그림1. Bartholomew & Horowitz(1999)의 2차원 4범주 모형]

Bartholomew와 Horowitz(1991)의 성인 애착 유형 구분의 전제는 내적 작동 모델이다. 내적 작동 모델은 자기와 타인에 대한 인지적 표상으로 애착 인물과의 관계로부터 전개된다. 이는 애착 필요의 통제와 성취에 의해 형성되며, 과거 행동과 경험에 대한 표상으로 조직되고, 새로운 관계에 대한 이해와 사회적 상호작용을 이끄는 틀을 제공한다. 내적 작동 모델에 대한 이론적 관점은 동기와 행동 경향성에 대한 표상을 강조하여 소원, 염려, 목표, 심리적 방어기제, 행동 경향성 등과 같은 무의식적 요소와 불가분하게 얽혀있다고 본다. 그리고 , 내적 작동모델이 단지 자기 및 타인에 대해서 조

직화된 신념과 명제의 세트라기보다는 다음의 네 가지 요소로 구성된다고 보았다(Collins & Read, 1994, ;이세정 2004에서 재인용). (1) 자전적 기억: 구체적인 상호작용이나 일화에 대한 기억뿐 아니라, 이런 일화들에 놓여있는 자기와 타인의 행동에 대한 경험과 설명에 대한 평가를 포함한다. (2) 목표와 동기: 애착과 관련된 목적과 동기가 있는데, 그 기본은 안정성과 애착 유명에 따른 친밀함을 추구, 거절을 회피, 취약성의 느낌을 거부, 그리고 사적인 것을 유지하는 것을 포함한다. (2) 작동적 전략: 애착 인물과의 반복적 연속에 기초하며, “만약-그러면”의 형태로 저장되면, 특정한 상황적 단서나 정서적 경험에 대한 반응에서 자동적으로 촉발된다. 이렇게 내적 작동 모델은 정서가를 지니고 있고, 정서적인 커뮤니케이션을 통해 형성되며 세분화되어있고, 정서조절에 영향을 끼친다. 또한, 내적 작동 모델은 특정 타인과의 관계 내에서 다루어져야 하며, 그 특성이 광범위하고 복잡하고 접근 가능성과 이용가능성을 지니고 있기 때문에, 각 개인의 현재 목표와 기본 상태를 고려해야만 한다.

Brennan 등(1998)은 위의 Bartholomew 등의 모형을 약간 수정하여 <그림 2>와 같은 모형을 제안했다. Brennan 등은 Bartholomew 등의 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. Brennan 등의 2차원은 각각 불안(Anxiety)와 회피(avoidance)이다. 그리고 4개의 범주가 연속적인(continuous) 2차원의 결합으로 이루어진다. 이들의 설명에 따르면, 대인관계(특히 친밀한 애착 관계)에서 불안과 회피의 전략을 사용하는 정도에 따

라 4가지 애착유형으로 나누어 볼 수 있다고 한다. 4가지 유형은 약간의 용어차이를 제외하고 Bartholomew 등의 분류와 거의 유사하다(김성현, 2004 재인용).



[그림 2. Brennan 등(1998)의 애착 2차원 모형 ]

여러 연구들의 결과를 종합해보면, 안정적으로 애착된 사람들은 유연하고 복잡한 인지 체계를 가지고 있어, 대인관계 및 정서 경험에서 적응적이다. 또한, 이들은 영역에 따른 효능감이 높아서 적응적인 대처양식을 보인다 (Hazan & Shver, 1987; Kirkpatrick & Davis, 1994; Mikulincer, Florian,1995; Simpon, Rholes, & Phillips,1997: 김세진,1999에서 재인용). 반면, 불안정하게 애착된 사람들은 정서경험 및 대인관계에 투입되는 인지 자원이 부족하다(Collis & Read,1994). 이는 불안정하게 애착된 사람

들의 정신적 모델의 불안정성으로 인한 걱정이 초래되어 그들의 자원이 온전하게 사용되지 못하기 때문이다. 따라서 애착유형에 따른 정서경험 및 대인관계 양상, 혹은 갈등상황이나 스트레스에 대처하는 방식 등에 차이가 있다는 결과들을 지지하는 연구들에 일관성이 있다.

Brennan, Shaver와 Tobey(1991)는 알코올 중독자 부모의 성인 자녀를 대상으로 한 연구에서 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 4유형 모델을 지지하는 증거를 제공하였다. Brennan 등은 “두려움형”이 Hazan 과 Shaver(1987)의 “회피형”, “불안/양가형”의 양자에 해당하는 경향이 있다고 보고하였고, 네 가지 성인 애착 유형의 2차원 구조가 성인 애착 평정의 근간이 될 수 있음을 보였다. Collins 와 Read(1990)도 성인 애착의 세 가지 유형과 네 가지 유형의 비교를 통해, 이 두 가지 유형 구분이 유사함을 입증하였다. 장휘숙(1997)은 네 가지 유형이 세가지 성인 애착 유형보다 불안정하게 애착된 집단을 좀 더 세분화시키기 때문에, 성인 애착 연구를 위한 좀 더 바람직한 모델이라고 주장하였다. 즉, 안정적으로 애착된 집단에 대해서는 별다른 논란이 없지만, 불안정하게 애착된 집단에 대해서 구분이 Hazan과 Shaver(1987)는 회피형, 불안/양가형으로, Bartholomew와 Horowitz(1997)는 거부형, 집착형, 두려움형으로 구분하였다(김세진, 1999에서 재인용).

김동직과 한성열(1997)은 성인 애착 유형의 문화 간 비교연구를 하였으며, 연구결과 한국 대학생 집단이 미국 대학생 집단에 비해서 “집착형”의 비율이 높았고, “거부형”의 비율이 낮았다. 이러한 성인 애착 유형의 분포 차이를 한국 사회에서의 ‘부모-자식일체감’(최상진, 1994)으로 설명하였다.

장휘숙도(1997)도 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 자료와 비교하여, 한국 대학생 집단은 “안정형”, “두려움형”, “거부형”의 비율이 미국 대학생들보다 낮았고, “집착형”의 선택 비율이 미국 대학생들보다 높았다고 보고하였다.

## 2) 분노

일상생활에서 자주 경험하게 되는 분노는 기본정서로 분류된다. 하지만 이제까지 분노에 대한 연구들은 분노의 정의를 명확히 규정하지 못하였다. 분노, 적대감, 공격성 사이에는 명확한 경계가 없고 실제 현장 연구들에서 이 세 가지 개념들은 구분되지 않고 혼용되어왔다. Spielberger, Johnson, Crane, Jacobs, Worden(1985)에 의하면 분노란 미미한 짜증, 혹은 곤욕감으로부터 강한 격분이나 격노까지 여러 강도를 가지는 정서상태이다.

분노는 일반적으로 공격성, 폭력, 적개심으로 위장되어 나타나는 경우가 많기 때문에 이러한 것들을 구별없이 혼용되어 사용되기도 한다. 그러나 Izard는 적대감, 공격성, 분노는 서로 다른 차원의 개념으로 혼용되어서는 안 된다고 말하면서 이들의 관계를 구분하여 설명한다. 적대감은 인지적인 면과 정서적인 면이 혼재된 개념으로 여러 다양한 정서와 동기 그리고 인지와 정서적 구조들 사이의 상호작용의 결과 발생하는 것이다. 적대감은 분개나 원한 따위의 오랫동안 남아있는 복수하려는 갈망으로서 분노가 누그러지고 난 뒤 따라와 잔존하는 부정적 감정이며 원인이 되풀이되지 않는데도 계속되는 경향이 있다. 적대감에는 경험적인 요소와 표현적인 요소가 다 포함

되어 있다. 이 적대감을 이루는 여러 정서 중 가장 지배적인 정서는 분노이고 이것의 분노는 인식의 차원과 인식의 과정에 영향을 미친다.

공격성은 적대감에 의해서 이루어지기도 하고 또는 다른 감정에 의해서 유발되는 신체적인 행동이다. 공격성은 상대를 해하려하고 당황하게하고 물리치려는 의도를 지닌다. 해를 끼친다고 할 때 이에 심리적인 것 또는 행동적인 것이 포함된다. 일반적으로 공격성이 적대감으로 인하여 발생하기도 하지만 공격성이 역으로 적대감에 영향을 미치기도 한다. 따라서 적대감이 동기를 유발하는 조건이라면 공격성은 이에 따른 행동이고 분노는 앞의 두 개념에 영향을 미치는 근본적인 정서로 볼 수 있다. 분노가 공격성과 적개심의 기회를 증가시키기는 하나 이 두 결과가 불가피하게 일어나는 것은 아니고 이들이 단지 분노에 의해서만 야기되는 것도 아니다. 분노는 공격과 보복하고자하는 충동을 수반하므로 공격성과 혼동되기 쉽다. 그러나 분노는 위축, 우울, 심지어 건설적인 행동들도 유도할 수 있다. 또 공격성은 유인물에 의해서 유발될 수도 있다. Spielberger(1980)도 분노, 공격성, 적대감의 개념 중 분노가 가장 근본적인 개념이라고 말했다. 그에 따르면 분노는 기간과 강도에 있어서 다양한 생리적 흥분상태에 기인하는 정서상태와 상대적으로 안정적인 성격특질로 구분하여 개념화할 수 있다고 하였다. 분노란 긴장되고, 격분되고 화가 나는 주관적인 느낌으로 구성되는 정서상태와 이에 따른 자율신경계의 활성화에 의해 규정되는 감정으로서, 이는 각 개인에게 특유한 행동양식을 유발한다. 또, Spielberger, Johnson, Crane, Jacobs, 및 Wordem(1985)도 분노, 적개심, 그리고 공격성을 집합적으로 AHA (Anger, Hostility, Aggression)증후군으로 설명하고 있다. 즉, 분노는 일

시적인 상태로, 적개심이 상황이 끝났음에도 잔존하는 부정적 정서 혹은 감정으로, 공격성은 보다 구체화되어 남에게 손상을 입히려는 의도가 포함된 동기 혹은 행동으로 볼 수 있다. 분노가 공격성 혹은 적개심과 동시에 나타나는 경우가 많으나 반드시 그런 것은 아니다.

Spielberger, Crane, Jacobs, Russell, Crane(1983)은 분노에 대한 상황-특질 성격 이론을 제안하였고, Spielberger(1988)는 상황, 특질 분노를 측정하기 위한 척도를 개발하였다. 상황분노는 일시적인 정서적-신체적 상태로, 주관적 느낌과 생리적인 자율 신경계의 활성화가 일어나며, 강도가 다양하다. 이에 반하여, 특질 분노는 얼마나 자주 분노를 일으키는가 하는 개인의 분노경향성이다. 특성분노가 높은 사람은 보다 많은 상황을 분노유발상황으로 지각하여, 높은 분노상태로 반응하는 경향이 있다. 분노 경향성과 상태 분노를 경험하는 경향의 안정적인 특성이다. 즉, 높은 특질 분노를 보이는 사람들은 분노를 빈번하게, 그리고 상태 분노를 강하게 느낀다(Spielberger, 1988, 1983). 특질 분노의 지속기간에 대한 이견들이 있지만, 특질 분노는 빈도, 강도, 그리고 상태분노의 지속에서의 개인차가 안정적이다. 따라서, 특질분노는 (1) 쉽게 분노하는 경향, (2) 좀더 강한 분노를 가지고서 반응하는 경향, (3) 잦은 분노 빈도와 강한 강도 때문에 분노에 잘 대처하지 못하고, 덜 긍정적이며 덜 건설적인 방식으로 분노를 표현하는 경향, (4) 부정적인 분노에 관련된 정서를 더 많이 경험하는 경향, (5) 다른 것보다 분노 관련 사건에 더욱 민감하게 반응하는 경향이 그 특징이다(Deffenbacher, Demm, & Brandon, 1986).

분노표현방식은 Spielberger(1983)에 의해 세 가지로 정의되었으며, 이후

Spielberger, Reheiser과 Sydman(1995)는 분노표현방식을 적응적과 부적응적 기능에 따라 크게 두 가지로 나누었다.

첫째, 적응적 분노표현방식으로 타인에게 인내심을 보이거나 냉정함을 유지하는 등의 특성을 가진 분노통제(anger-control)이다. 이는 분노상태를 지각, 감독하면서 분노를 가라앉히기 위해 다양한 책략들을 구사하는 분노표현방식이다. 자신이 가지고 있는 분노감정은 조절되고 적합한 방식으로 표현하는 것으로서, 흥분하지 않고 언어적으로 무엇 때문에 화가 났다고 명확하게 이야기한다든지, 자신의 의견과 상태를 합리적으로 설명하면서 차분하고 진지하게 상대방을 대하려고 노력하는 것을 말한다(Spielberger, Reheiser & Sydman,1995).

둘째, 부적응적 표현방식으로 분류되는 분노표출(anger-out)이다. 신체적, 언어적 수단을 포함하여 자신의 분노를 환경 속의 타인이나 대상에게 나타내는 것으로, 언어적으로 상대방을 공격한다든지, 감정이 실린 말을 한다든지, 물건을 던지거나 바닥을 때리거나 문을 팡 닫는 등의 화난 행동이 그 예에 속한다(Deffenbacher & Hazaleus, 1985).

셋째, 부적응적 표현방식으로 분류되는 분노억제(anger-in)이다. 속으로 화는 나지만 겉으로 화를 드러내지 않는 특성을 가지며, 분노의 원인을 제공 하는 상대방을 피하거나 화난 이유를 말하기를 회피하는 등의 행동으로 나타난다. 화를 내색하지 않고 혼자 투덜거린다든지, 화를 꼭 참고 일부러 괜찮다는 식으로 말한다든지, 속으로는 욕하지만 혼자서 열을 삭힌다든지 하는 것과 행동적으로 화난 모습을 상대방에게 보이지 않고 자리를 벗어나 딴 일을 하는 것 등이 예가 될 수 있다(서수균, 204 재인용). 이는 분노유발상

황과 관련된 사고나 감정을 억제하거나 부정하는 것을 의미하며, 분노반응을 겉으로는 드러내지 않고 속으로 삭히려 하지만 내적으로는 상당한 고통과 스트레스를 경험하는 분노표현방식으로 보고 있다. 이후 이러한 분류방법은 Gottlib(1999)에 의해서도 분노통제는 기능적인 분노표현행동인 반면에, 분노표출과 분노억제는 역기능적인 분노표현행동으로 분류되었다.

청소년을 대상으로 특성분노가 높은 집단과 낮은 집단 간 분노표현 양식에서 차이를 본 결과, 분노통제(anger-control)와 분노표출(anger-out)에서 유의한 차이가 나타났다. 특성분노가 높은 집단이 낮은 집단에 비하여 분노통제가 낮고, 분노표출은 더 높았다. 그러나 분노억제(anger-in)는 차이가 나타나지 않았다. 특성분노와 관계없이 청소년들이 유사한 분노억제 경향을 보이는 것으로 생각해볼 수 있다.

쉽게 분노하는 기질을 갖는 청소년들은 분노를 잘 통제하지 못하고 그들의 성난 감정을 외부로 표현해버리는 것으로 보인다. 특성분노수준이 분노표출의 하나의 예측요인으로 사용될 수 있을 것 같다.

분노를 극히 억제하는 성향을 가진 청소년들은 분노표출도 함께 높은 것으로 나타나 분노억제와 표출이 독립적인 다른 차원이라기보다는 하나의 연속적인 특성을 가진 단일차원이라는 기존의 연구결과의 주장을 뒷받침한다. (신미영, 김재환2001;Funkenstein, 1954; Gentry,1982) 그러므로 자신의 분노감을 극히 억압한다는 것은 한편으로는 쉽게 외부로 표출할 가능성도 높다는 것을 시사한다.

### 3) 애착과 분노의 관계

Bowlby는(1980) 애착의 내적 작동모델은 분노를 경험하는데 있어 결정적인 역할을 하는 것으로 보았으며, 분노를 타인의 부정적인 애착 행동에 대한 기능적인 저항 반응(functional protest reaction)의 일환으로 보았다. 그리고, 불안정한 애착 경험은 기능적인 분노(anger of hope)를 역기능적인 분노(anger of despair)로 변형시킨다고 하였다. 안정적인 애착 경험은 타인이 선한 의도를 가지고 있으며 타인의 부정적인 행동은 일시적이고 바뀔 수 있다는 신념을 지니게 한다. 또한 자신에 대해서는 타인의 행동들을 성공적으로 다룰 수 있는 적절한 반응을 할 수 있다는 신념을 지니게 한다. 이런 경우에 분노는 도구적으로 사용되며 앞으로 있을 타인의 부정적인 행동을 방지할 수 있고 관계에서 겪는 어려움을 극복하며 강한 정서적 유대관계를 지속시키도록 하는 순기능적인 분노를 경험하게 한다. 반면, 분노가 타인의 부정적인 행동을 억제하는데 실패하여 개인이 지속적인 거절과 포기를 경험하게 될 때 역기능적인 분노를 경험하게 된다. 즉, 과도한 짜증과 파괴적인 행동을 하며, 분노 통제를 잘 하지 못하게 하여 유대관계를 약하게 한다.

이러한 Bowlby의 제안을 지지하는 연구들이 있다. Mikulincer(1998)의 성인 애착 유형과 분노경험에 대한 연구에서 안정적으로 애착된 사람이 순기능적인 방식으로 분노를 경험하는 반면에 불안정하게 애착된 사람은 역기능적으로 분노를 경험한다고 보고하였다. 안정적으로 애착된 사람들은 높은 개인적 효능감을 지니고 있고 타인의 선한의도를 믿기 때문에, 좀 더 통제

된 방식으로 분노를 표현하고, 분노를 표현한 이후에도 부적인 정서를 적게 경험한다고 보았다. 반면, 불안정하게 애착된 사람들은 분노상황에서 부적응적인 반응과 통제되지 못한 적대감과 분노 표현 이후에 괴로움 및 부적정서들을 많이 경험한다고 보고하였다. Kobok(1993)의 연구에서 안정 애착된 청소년들은 부모와 갈등을 타협하는데 있어서 자신에 대한 이해를 동반한 균형잡힌 주장성과 부모에 대한 낮은 수준의 역기능적 분노를 특징으로 지닌 반면, 불안정 애착 청소년들은 부모와의 갈등에서 역기능적인 분노를 느끼며 회피적인 대처를 한다고 보였다. 또 다른 연구에서도 안정 애착아는 불안정 애착아보다 부정적인 정서와 그 결과에 대해 더 잘 이해한다고 보고한다. 즉, 불안정 애착 집단의 청소년들은 부정적인 측면에 대한 이해부족으로 인하여 부정정서 혹은 사고를 수용하지 못하고 회피하고 있음을 의미한다. 또한 혼합 애착 집단의 청소년들은 갈등해결방식에 있어 자신의 욕구를 지나치게 주장하거나 부모님의 욕구에 무조건적으로 순응하는 방식을 채택하고 있었다(Laible, & Thampson, 1998). 그 밖에 다른 연구에서도 불안정하게 애착된 유아들이 어머니에게 좀 더 공격적으로 행동하며(Main & Goldwin, 1984), 교실에서 더 많은 공격성을 보인다고 보고한다(Lyon-Ruth, Repacholi, MaLeod, & Siva, 1991).

기존의 애착 유형과 특성분노 및 분노표현에 대한 연구를 살펴보면, 안정형 애착집단의 특성분노가 가장 낮았고, 불안정 애착유형인 거부형, 집착형, 두려움형의 경우 특성분노 수준이 높게 나타났다(김세진, 1999). 분노표현 방식에서도 두려움형 애착집단이 안정형 애착집단에 비해 분노억제(anger-in)가 유의미하게 높았다(김해진, 신현균, 홍창의, 2008). 여자 청소년

년을 대상으로 한 문소현, 박영주(2008) 연구에서도 불안정하게 애착된 유형은 안정된 애착 유형보다 기질분노가 높으며, 안정형이 불안정한 유형인 집착형에 비해 분노를 밖으로 표현하는 정도가 낮으면서 동시에 안으로 억압하지도 않는 것으로 나타나 분노표현과 분노억압정도가 낮은 것으로 나타났다. 이는 애착유형과 분노경험 및 분노표현양식이 서로 밀접한 관련을 맺고 있음을 시사한다.

## 2. 애착, 수치심과 분노

### 1) 수치심

수치심은 개인의 행동이 아닌 ‘총체적인 자기를 검토한 결과 부족하고, 결핍되었으며, 부정적이고, 무력하고, 무가치하고, 작다고 느끼는 것으로, 전체 자기가 문제시되는 고통스러운 감정의 한 형태’로 정의된다(Kaufman, 1989; Lewis, 1971; Tangney et al, 1992).

수치심은 자존감과도 유사한 개념이지만, 자존감보다 더 정서적 개념이다(장진아, 2006). Yontef(1991)는 수치심이 자시 자신에 대한 부정적 정서이며, 자기 자신에 대한 평가적 반응으로 나타난다고 하였다. 수치심은 또한 우울, 외로움, 자기비난, 고립감, 자기분리(self splitting), 완벽주의, 열등감, 실패, 좌절, 자기에 장애 등 많은 내적 상태들과 복합적으로 관계되는 정서이다(Wheeler, 2000). 즉, 이런 많은 정서적, 병리적 현상들의 기저에는 수치심이 자리하고 있다고 할 수 있다. 수치심은 그 자체가 병리적 정서는 아

님에도 불구하고, 부정적 정서로 인식된 채 모호하게 다루어 졌다. 이처럼 수치심의 모호함이 지속될 수밖에 없었던 이유는 수치심이 다른 많은 정서들과 관계가 있을 뿐 아니라 우울, 불안, 분노 등 여러 다른 정서의 모습으로 표현되기 때문이다(Greenberg, 2002). 또 한편으로는 수치심에 직면하는 것 자체가 또 하나의 수치심을 느끼게 할 수 있으며, 그것은 한 개인에게 충분히 위험하다고 느껴졌을 것이다. 이러한 여러 이유로 그동안 수치심은 다른 정서에 비하여 비밀스럽게 다루어져 왔다(고나영, 2004 재인용).

수치심은 죄책감과 더불어 오래 전부터 병인론적 정서로 인식되었지만, 이 두 정서의 개념이 크게 구별되지 않은 채 연구되어 왔다. 프로이드의 정신분석 이론이 주로 죄책감에 초점을 두어 저술됨으로써 그 영향으로 수치심에 관한 연구가 상대적으로 간과되어 왔으며, 수치심이 죄책감과 같은 맥락에서 다루어졌다. 그러나 최근의 연구들은 수치심과 죄책감이 서로 구별되는 정서라는 것과 특히 이 두 정서가 임상장면에서 나타내는 현상학적 차이에 주목해야 함을 강조한다(Tangney et al., 1992). 수치심과 죄책감은 모두 부정적 정서를 포함하지만 부정적 정서의 초점이 다르며, 서로 다른 현상학적 경험을 가져온다고 한다. 전형적으로 수치심은 어색함, 노출, 비웃음, 경멸의 경험으로 기술된다. 못마땅한 행동은 못마땅한 자기(self)의 반영으로 경험되고, 자기 전체에 초점이 맞춰진다. 반면에 죄책감은 어떤 특정 행동이나 행동의 실패에 초점이 맞춰지며 자신의 행동에 대해 평가가 되고 그 결과로 자기 경멸적 경험보다는 양심의 가책이나 후회의 느낌을 낳는다(Lewis, 1971). 또한 정신병리 지표들과 가지는 관계를 검증하는 연구에서는 수치심은 우울이나 불안, 분노, 적개심, 복수심, 짜증, 타인을 비난하는

경향성, 자살, 부정적 평가에 대한 두려움, 복종적 행동 등 각종 성격 구성 개념 및 정신병리 지표와 관련성이 입증된 데 비해, 죄책감은 이들 변인과의 관련이 나타나지 않았다. 또 공감이나 타인의 조망 수용 등 같은 대인관계에서의 긍정적인 변인과 관련하여 수치심은 부적인 상관을 보인 데 비하여 죄책감은 정적인 상관을 보였다(남기숙, 2002)

수치심 이론을 살펴보면, Erickson(1963, 1968)은 수치심을 자기 통제와 자율성을 확보하려는 항문기에 생기는 특징적인 감정으로 보았다. 자신의 배설기능 조절이 안 되어 자율성과 성취감에 손상을 받으면 다른 사람과의 관계에서 수치심을 느끼고 자기 능력을 회의하게 되는 데, 여기서 느끼는 항문기의 특징적 정서가 수치심 이라는 것이다.

또한 Piers와 Singer(1953)은 수치심의 정신내적 입장을 강조하였는데 수치심은 자아 이상(ego ideal)과 자아(ego) 사이의 갈등으로 인하여 생기는 것으로, 자아 이상의 기대에 도달하는 것에 실패했을 때 나타난다고 한다. 따라서 수치심은 자신의 결점과 관련하여 생기는 정서로, 실패와 연결되어 있다. 또한 자신이 정한 기준에 미치지 못하는 결핍상태로 인하여, 다른 사람에게 버림받지 않을까 하는 무의식적인 “버려짐” 위협에 대한 두려움에 의해 수치심이 야기된다. 따라서, 이에 대한 방어로 스스로를 처벌하거나 고통받도록 하여 보상케 하려는 행동이 뒤따른다고 하였다.

Lewis(1971, 1987)는 수치심을 전체 자기(entire self)가 손상되어 문제 시되는 경험으로 보았다. 수치심의 가장 큰 원인이 사랑의 철회에 의한 것이라고 하였다. 수치심의 자기(self)는 수동적이거나 무력하며, 자신을 관찰하는 동시에 관찰을 당하고 인정받지 못하는 대상이 되기도 하는데, 이처럼

자기 기능에 있어서 분리(split) 현상이 일어나 자기 통합성이 상실된다.

수치심이 높은 개인은 실제적인 대중의 유무와 상관없이 타인의 시선 앞에 노출되었다고 느끼게 되는데, 자기 전체가 부정되기 때문에 자기 자신을 바보같고, 유치하고, 어리석고, 우스꽝스럽게 느낀다. 이에 따라 회피하고, 위축되며, 내적으로 도망가거나 숨고 싶어 한다고 한다. 이러한 수치심이 방어기제로 작용하여 모욕감과 노여움, 분노감 등이 표출되거나 타인에게 잘못을 투사하고 비난하거나, 수치심을 보상하기 위해 오만함, 거만함, 뻔뻔스러움으로 외재화 하기도 한다고 설명한다.

Kafuman(1989)은 수치심이 자기에 대한 가장 고통스러운 경험이며 내면으로부터 만들어지는 상처라고 하였다. 이는 자신이 축소된 느낌과 함께 남에게 준비없이 보여지는 것으로 느껴지게 하는 경험으로써, 무가치감과 열등감 정서로 개인의 정체성을 발달시키는데 중심적 역할을 한다고 하였다.

Nathanson(1992)은 수치심이 개인의 특성, 독립-의존, 경쟁, 자기감, 개인적 매력, 성적 관심, 노출과 관련된 문제, 친밀함에 대한 욕구와 공포를 지각하는데 관여한다고 하였다. 따라서 수치심은 자기의 능력에 대한 평가, 내 힘으로는 안된다는 독립-의존의 문제, 남에게 뒤진다는 느낌, 뭔가 모자란다는 자각, 신체적 매력 부족, 성적 결함, 타인에게 노출되어 다 드러나 보이기 전에 도망가려는 충동, 관계가 가까워질 때 친밀해지고자 하는 욕구와 함께 사랑받을 자격이 없을 것 같이 느껴지면서 친밀감에 대한 공포를 수반하는 경험이라고 하였다. 이러한 수치심의 방어기제로 철회, 자기 공격, 회피, 타인공격이 작용한다고 하였다.

## 2) 애착과 수치심의 관계

Tomkins(1987)에 의하면 수치심은 양육자의 무시나 거부로 인해 즐겁고 긍정적인 감정이 중단되면서 생기는 반응이다. Broucker(1991)도 3개월 난 아이가 어머니와 마주 보고 웃는 상호작용의 관찰을 통해서, 어머니가 아이에게 항상 보여주던 감정이 어머니 자신의 감정변화 등으로 인해 낯선 사람과 같이 변화되었을 때 수치심 반응을 일으키게 되는 것으로 보았다. Lewis(1971) 또한 중요 인물과의 애착의 중요성과 함께, 수치심의 관계적 성질을 강조하였다. 사랑하는 사람에 의해 거부당하는 경험은 자기 자신에 대해 전반적이고 통제할 수 없는 거부로 경험되기 때문에 수치심을 일으키는 전형적 경험이라고 여겼다.

Bowlby(1973)에 의하면, 유아는 양육자와의 상호작용을 통해 타인과 자기 자신에 대한 내적표상을 포함하는 ‘내적 작동 모델’을 형성하게 된다. Bowlby(1980)는 이 내적 작동 모델이 유아가 성인이 된 이후에도 계속해서 성인의 대인관계에 지대한 영향을 미치며, 특히 수치심과 같은 강한 부정적 정서는 중요한 관계가 위협받거나 상실될 때 발생된다고 주장하였다.

수치심과 애착의 관계에 대한 경험적 연구에서, Cook(1991)은 부모로부터 양육과 관심의 수준이 낮을 수록, 부모의 통제와 과보호 수준이 높을수록 내면화된 수치심 수준이 높을 것이라고 보았다. Gillbert, Allan과 Goss(1996)는 어린 시절 부모로부터 비난을 받았거나 부모가 다른 형제들을 편애해 자신은 덜 사랑받았다고 지각하는 경우 수치심을 느끼기 쉽고, 대인관계 문제나 다른 정신병리에 있어서도 취약하다는 것을 확인했다.

Gross 와 Hasen(2000)은 Bartholomew의 4범주 애착유형을 사용하여 수치심과의 관계를 보았는데, 안정형은 수치심 경향성과 부적상관을, 집착형과 두려움형은 수치심 경향성과 정적 상관을 보고하였고, Rush(1996)의 연구에서는 두려움형의 애착집단이 수치심 수준이 가장 높고, 다음으로는 집착형, 거부적 유형의 애착집단 순으로 나타났다고 보고했다. 이러한 결과에 대해서 Rush는 두려워하는 유형의 애착집단은 사람들과 가까이 있기 원하면서도 물러나는 철회행동을 통해서 수치심의 고통스러운 감정을 방어하는데 비해, 거부적 유형의 애착집단은 수치심 자체를 느끼기를 회피하기 때문에 수치심 수준이 낮게 나타나는 것으로 해석하였다(이인숙, 최해림, 2005 재인용). 국내에서는 박주용(2004)의 연구에서 애착유형과 수치심 경향성이 상관을 보였으며, 애착이 수치심 경향성을 매개로 우울에 영향을 미친다는 모형을 검증하였다. 또한 이인숙과 최해림(2005)의 연구에서는 내면화된 수치심과 어머니의 애착이 부적상관을 보였다. 그러나 아직까지 국내에서는 애착과 수치심에 대한 연구가 미비한 실정이며, 애착과 수치심의 관계에 대한 좀 더 다양하고 심도 있는 연구가 필요하다.

### 3) 수치심과 분노의 관계

수치심과 분노에 대한 연구는 Lewis, Miller 등에 의해서 이루어졌다. Lewis에 따르면, 처음에 수치심 유발로 인해 스스로를 수치스럽게 생각하게 되고, 자신에게 적대감을 가지게 되지만, 수치심은 거부나 다른 사람이 자신을 불승인할 것이라는 생각과 연결되어 있기 때문에, 자신에게 향했던

적대감이 오히려 다른 사람에게 향하게 되어 타인에게 적대감을 품게 되는 방식의 방어적 기제로 작용하게 된다고 한다. 또한 수치심을 느끼는 개인은 스스로가 부당하게 대우받았다고 생각하고, 이런 인식은 또 다시 수치심을 유발하게 된다고 보았다(Lewis, 1971; 류설영 1999 재인용). Miller(1985)는 두 가지 단계의 수치심-분노 상호작용을 규정하였다. 처음에 분노가 일어났을 때, 사람들은 그 분노에 대해서 수치심을 느끼게 되며, 지속되는 분노로 인한 수치심은 역으로 다른 사람이 자신을 어떻게 볼 것인가라는 생각과 연결되면서 타인에 대한 분노를 유발하게 된다고 보았다.

수치심과 분노에 대한 연구가 많지는 않지만 일관되게 수치심은 다른 정서보다 분노와 밀접한 관련을 가진다는 것이 지지되고 있다(류설영, 1999). 대표적인 것으로 Averill(1982)의 연구가 있는데, 그에 따르면 분노 경험자들에게 분노의 원인을 기술하도록 하였을 때, “개인적인 자부심의 손실” 또는 “자존감의 손실”이라 답하였고, 이것은 수치심과 관련된 경험이라고 한다. Tangney(1992, 1999)의 죄책감이 분노와 적대감과 가지는 상관관계에서, 수치심은 분노나 적대감, 외현화 문제와 정적 상관을 가지며, 수치심은 보다 직접적인 공격 행동보다는 언어적 공격과 정적 상관을 나타냈고 이러한 행동 특성은 남성이나 의존성이 높은 개인들이 특히 더 그러하다는 보고를 하였다. 국내연구에서도 류설영(1999)이 일반청소년과 비행청소년 집단에서 수치심과 심리적 증상(분노, 우울, 불안)간의 정적상관을 보였다. 일반남녀청소년의 경우 수치심이 분노와 가장 정적상관이 높게 나타났으며, 일반집단에서는 남자, 비행집단에서는 여자의 분노점수가 높았다. 또한 장진아(2006)연구에서도 여성의 수치심과 분노에 정적상관이 있었다.

### Ⅲ. 연구문제

본 연구에서 설정한 연구문제와 가설은 다음과 같다.

연구문제 1. 청소년의 애착유형에 따라 내면화된 수치심은 차이가 있는가?

<가설1> 불안정 애착집단(집착형, 거부형, 두려움형)은 안정형 애착집단에 비해 내면화된 수치심이 더 높을 것이다.

연구문제 2. 청소년의 애착유형에 따라 분노표현방식이 차이가 있는가?

<가설2-1> 안정형 애착집단은 분노통제(control)를 많이 할 것이다.

<가설2-2> 집착형 애착집단은 분노표출(out)을 많이 할 것이다.

<가설2-3> 거부형 애착집단은 분노억제(in)을 많이 할 것이다.

<가설2-4> 두려움형 애착집단은 분노억제(in)을 많이 할 것이다.

연구문제 3. 애착과 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심이 매개하는가?

만약 매개한다면 청소년의 애착유형에 따라 다르게 나타나는가?

## IV. 연구방법

### 1. 연구대상

설문은 경기, 인천지역 고등학교에 재학 중인 청소년 518명을 대상으로 이루어졌으며, 세 문항 이상 응답하지 않았거나 연속해서 15문항 이상 동일 문항에 응답한 자료는 분석에서 제외되어 총 477부를 분석하였다. 응답 자료의 성별 분포는 남자가 213명(44.7%), 여자는 263명(55.1%) 이었으며, 1명은 인구학적 변인에 대해 답변을 하지 않았다. 자세한 연구대상자의 일반적 특성은 <표 1>에 제시하였다.

[표 1] 연구대상자의 일반적 특성

변인	구분	인원수	백분율(%)
성별	남	213	44.7
	여	263	55.1
학년	고1	297	62.4
	고2	114	23.9
	고3	65	13.7

## 2. 측정도구

### (1) 청소년 애착척도

애착척도는 Brennan(2000)의 ECR-R(Experience of Close Relationship-Revised)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 Likert 7점 척도로 되어있고 각 차원의 점수는 18~90점 사이에 있으며, 총 점수가 높을수록 각 차원의 애착이 높은 것을 의미한다. 불안차원과 회피차원의 문항분류와 신뢰도는 <표 2>과 같다.

Brennan 등 (1998)이 불안애착과 회피애착 두 차원의 조합으로 제시한 4가지 애착유형은 안정형, 집착형, 거부형, 두려움형이다. 안정형은 불안애착과 회피애착 모두 평균보다 낮은 집단이고, 집착형은 불안애착은 평균보다 높고, 회피애착은 평균보다 낮은 집단이다. 거부형은 불안애착이 평균보다 낮고 회피애착이 평균보다 높은 집단이며, 두려움형은 불안애착과 회피애착 모두 평균보다 높은 집단을 말한다. 김성현(2004)의 연구에서 신뢰도는 불안애착이 .89, 회피애착이 .85였다. 본 연구에서 사용한 이 척도의 신뢰도는 불안애착이 .89, 회피애착이 .60이었다.

[표 2] 애착척도의 문항구성 및 신뢰도

	문항	Cronbach's $\alpha$
불안척도	2, 6, 8*, 10, 12, 13, 14, 15, 17, 20, 21,	.89
	22, 23*, 24, 25, 26, 31, 36	
회피척도	1, 3*, 4, 5*, 7*, 9*, 11, 16, 18*, 19, *27,	.60
	28*, 29*, 30*, 32*, 33*, 34*, 35	

\*는 역채점

## (2) 분노표현척도

Spielberger(1988)가 제작한 상태-특성 분노표현 척도(state-trait anger expression inventory: STAXI)를 전경구, 한덕용, 이장호(1997)가 문화적, 언어적 맥락을 고려하여 번안 및 수정하여 표준화한 한국판 STAXI를 박진숙(2007)이 재구성한 것을 사용하였다. 이 중 연구목적에 맞게 상태분노와 특성분노를 제외한 척도를 사용하겠다. 분노가 행동화 하는 방식인 분노표현양식은 분노통제(anger-control), 분노표출(anger-out), 분노억제(anger-in)로 구성되어 있으며, 각각 8문항씩 24문항으로 구성되어 있다. 이 척도는 분노를 느낄 때 나타내는 반응을 측정하는 것으로써, 각 문항에 대해 평소 일반적으로 느끼고 있는 자신의 성향을 가장 잘 기술해주는 정도를 '전혀 아니다'에서 '매우 그렇다'까지 1점~4점으로 평정한다. 총점의 범위는 24~96점으로, 분노표현은 표현의 방향과는 상관없이 분노가 표현되는 일반적인 빈도수와 빈도의 범위를 평가하는 것이며, 점수가 낮을수록 분노

에 대한 적절한 조절을 의미한다. 분노표현 척도의 하위영역별 측정내용과 문항구성, 하위영역별 신뢰도는 다음 <표 3>, <표 4>과 같다.

[표 3] 분노표현의 하위영역별 측정내용

영역	측정내용
분노표출 (Anger-out)	화가 나면 이를 겉으로 드러내는 것으로, 화난 표정을 지어보이는 것, 욕하는 것, 말다툼이나 과격한 공격행동을 보이는 성향을 측정. '화가 나면 소리를 지른다.'
분노억압 (Anger-in)	화가 나도 이를 겉으로 드러내지 않는 것으로, 오히려 말을 하지 않거나, 사람을 피하고 속으로만 상대방을 비판하는 성향을 측정. '나는 화가 나면 뚱해지거나 토라진다.'
분노통제 (Anger-control)	화가 난 상태를 자각하고 감독하면서 화를 진정시키기 위해서 다양한 책략들을 구사하는 것으로, 냉정을 유지하고 상대방을 이해하려고 노력하는 성향을 측정. '나는 화가 나도 사람들에게 인내심을 갖고 대한다.'

[표 4] 하위영역별 분노표현 문항구성 및 신뢰도

요인	문항번호	문항수	Cronbach $\alpha$
분노표출 (Anger-out)	2,7,9,12,14,19,22,23	8	.78
분노억압 (Anger-in)	3,5,6,10,13,16,17,21	8	.77
분노통제 (Anger-control)	1,4,8,11,15,18,20,24	8	.80

### (3) 내면화된 수치심 척도

내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale: ISS)는 1984년에 이루어진 Ehrlich의 내면화된 수치심(ISS) 예비연구를 바탕으로 Cook(1987)이 만든 30문항으로 된 자기보고식 질문지로, 1989년부터 사용되고 있다. 이 인숙과 최해림(2006)이 우리말로 번안한 것을 사용하였다. 내면화된 수치심 척도는 수치심을 측정하는 24문항과 6개의 자존감 문항으로 구성되어 Likert 5점 척도(1=전혀 아니다, 5=아주 그렇다)로 평정하도록 되어있다. 자존감 6문항은 문항이 같은 방향으로 주어질 경우 한 방향으로 응답하려는 경향을 제어하기 위해 Rosenberg 자존감 척도에서 6문항을 가져와 ISS에 포함시킨 것이다. 수치심 점수는 자존감 문항을 제외한 24문항의 합계로 측정된다. 0에서 96의 점수분포를 나타내며 50점 이상의 점수는 ‘고통스럽고’ 문제가 될 수 있는 수치심 수준을 나타낸다고 보고된다. Cook의 연구에서 신뢰도는 임상집단이 .96, 비임상집단이 .95, 검사-재검사 신뢰도는 .84였다. 이인숙과 최해림(2005)의 연구에서는 Cronbach's  $\alpha$ 가 .93으로 나타났고, 본 연구에서는 .88로 나타났다. 하위영역별 변인구성은 다음 <표 5>과 같다.

[표 5] 내면화된 수치심 하위영역별 변인 구성

하위영역	해당문항
부적절감	1, 2, 3, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 24(10문항)
공허	23, 26, 27, 29, 30(5문항)

자기차별	15, 17, 20, 22, 25 (5문항)
실수불안	6, 13, 16, 19 (4문항)

\*4,9,14,18,21,28(6문항)은 채점하지 않음

### 3. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 12.0 프로그램을 이용하여 분석하였다.

첫째, 청소년의 애착유형, 내면화된 수치심, 분노표현방식의 관계를 살펴 보기 위해 빈도분석 및 상관분석을 실시하였다.

둘째, 청소년의 애착유형에 따라 내면화된 수치심이 차이가 있는지 알아보기 위해 일원변량분석을 실시하였다.

셋째, 청소년의 애착유형에 따라 분노표현양식이 차이가 있는지 알아보기 위해 다변량분석을 실시하였다.

넷째, 청소년의 애착유형에 따른 분노표현에 내면화된 수치심이 매개할 것인지 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였고, 매개효과의 유의도를 알아보기 위해서 Sobel(1982) 검증을 실시하였다.

## V. 연구결과

### 1. 애착유형의 빈도

전체 응답자에 대한 분석결과<표 6>, 청소년의 애착유형에서 안정형(35.0%)의 비율이 가장 높고 다음으로는 두려움형, 집착형, 거부형의 순서로 각각 26.6%, 21.4%, 17.0%로 나타났다. 장휘숙(1999)의 연구에서는 안정형, 집착형, 거부형, 두려움형이 각각 45%, 30%, 16%, 21%로 나타난 바 있고, 김동직과 한성열(1997)의 연구에서는 각각 40%, 34%, 11%, 15%였다. 연구마다 유형별 분포에 있어 차이가 있지만 안정형, 집착형, 거부형, 두려움형의 순서로 제시가 되며, 안정형은 전 연구에서 40%~50% 내외로 분포되어 있는 것으로 보이는 반면, 본 연구에서는 안정형 애착이 35.0%로 선행연구에 비해 비율이 조금 낮은 편이었고, 상대적으로 두려움형의 비율이 높아진 것으로 나타났다.

[표 6] 애착유형 및 성별에 따른 분포

애착유형	전체(N=477)		남자(N=213)		여자(N=263)	
	N	(%)	N	(%)	N	(%)
안정형	167	35.0%	76	35.7%	91	34.6%
집착형	102	21.4%	45	21.1%	57	21.7%
거부형	81	17.0%	42	19.7%	39	14.8%
두려움형	127	26.6%	50	23.5%	76	28.9%

## 2. 주요 변인간의 상관관계

주요 변인들의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson의 상관계수를 산출하였다. 다음 <표 7>에 제시되었으며, 이를 구체적으로 살펴보면, 첫째, 내면화된 수치심과 애착유형간의 관계는 모두 유의미한 상관관계가 있었다. 내면화된 수치심은 안정형 애착( $r=-.419$ )과 거부형 애착( $r=-.165$ )이 부적상관을 보였고, 집착형 애착( $r=.193$ )과 두려움형 애착( $r=.413$ )은 정적상관을 보였다. 집착형과 두려움형이 안정형, 거부형과 구분되는 점은 불안과 회피의 애착전략에서 높은 불안을 지닌 집단이므로, 이는 불안애착일수록 내면화된 수치심 수준이 높아짐을 의미할 수 있겠다.

둘째, 내면화된 수치심과 분노표현의 관계에서는 분노통제는 유의미한 상관을 보이지 않았으며, 내면화된 수치심은 분노표출과 낮은 정적상관( $r=.280$ )을 보였고, 분노억제와는 높은 정적 상관( $r=.591$ )을 보였다. 이는 내면화된 수치심 수준이 높을수록 분노표출과 분노억제가 높아짐을 의미할 수 있겠다.

셋째, 애착유형과 분노표현간의 관계에서는 분노통제는 유의미한 상관이 없었으며, 분노표출은 안정형과 두려움형만이 유의미한 상관이 있었다. 분노표출과 안정형( $r=-1.22$ )은 부적상관, 두려움형( $r=.149$ )과는 정적상관을 보였다. 분노억제는 모든 애착유형과 유의미한 상관을 보였는데, 안정형( $r=-.330$ )과 거부형( $r=-.103$ )은 부적상관, 집착형( $r=.176$ )과 두려움형( $r=.281$ )은 정적상관을 보였다.

[표 7] 주요 변인간의 상관관계

	안정형	거부형	집착형	두려움형	수치심	분노표출	분노억제	분노통제
안정형	1							
거부형	<b>-.332**</b>	1						
집착형	<b>-.383**</b>	<b>-.236**</b>	1					
두려움형	<b>-.422**</b>	<b>-.272**</b>	<b>-.314**</b>	1				
수치심	<b>-.419**</b>	<b>-.165**</b>	<b>.193**</b>	<b>.413**</b>	1			
분노표출	<b>-.122**</b>	-.081	.055	<b>.149**</b>	<b>.280**</b>	1		
분노억제	<b>-.330**</b>	<b>-.103*</b>	<b>.176**</b>	<b>.281**</b>	<b>.591**</b>	<b>.303**</b>	1	
분노통제	-.079	.059	-.022	.055	-.004	<b>-.380**</b>	.092	1

N=477, \*\* p<.01

### 3. 청소년의 애착유형에 따른 내면화된 수치심과 분노표현방식

#### 1) 청소년의 애착유형에 따른 내면화된 수치심

청소년의 애착유형에 따라 내면화된 수치심의 수준이 다른지 알아보기 위해 일원변량분석을 실시하였고, 사후검증으로 Scheffe 검증을 실시하였다. 평균 및 표준편차와 Scheffe 검증결과는 <표 8>에 제시하였다.

일원변량분석을 실시한 결과, 내면화된 수치심은 청소년의 애착유형의 각 집단간에 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다(F=64.77, p<.001). Scheffe 사후검증 결과 집착형과 두려움형이 안정형과 거부형보다 내면화

된 수치심이 유의미하게 높게 나타났다. 따라서, 불안정 애착집단(집착형, 두려움형)은 안정형 애착집단보다 내면화된 수치심이 더 높을 것이라는 가설 1이 부분적으로 지지되었다.

[표 8] 애착유형에 따른 내면화된 수치심의 평균점수

	안정형	거부형	집착형	두려움형	F	Scheffe검증
수치심	4.37(2.28)	5.02(3.12)	7.30(2.46)	8.28(2.83)	64.777***	1,2<3,4

1: 안정형, 2:거부형, 3:집착형, 4:두려움형, ( )는 표준편차. \*\*\*p<.001

‘<’표시는 .05수준에서 유의미함.

## 2) 청소년의 애착유형에 따른 분노표현방식

청소년의 애착유형에 따라 분노표현방식(분노표출, 분노억제, 분노통제)이 서로 다르게 나타나는지 검증하기 위해 다변량분석을 실시하였다. 청소년의 애착유형별로 분노표현 방식의 평균 및 표준편차와 Scheffe 검증결과를 <표 10>에 제시하였다.

분석결과, 청소년의 애착유형에 따라 분노표현방식이 유의미한 차이가 있는 것으로 나타났다(F=10.37, p<.001: Wilk's Lamda=.82). 분노표출(Anger-out)은 애착집단 간에 유의미한 차이가 있었고(F=5.55 p=.01), 분노억제(Anger-in)도 애착집단 간에 유의미한 차이가 있었으며(F=30.4, p<.001), 분노통제(Anger-control)는 애착집단 간에 유의미한 차이가 나타

나지 않았다( $F=1.52, p=.20$ ). 대비결과 분노표출에서는 안정형과 거부형 애착집단과 두려움형 애착집단이 유의미한 차이가 있었으며, 분노억제에서는 안정형 애착집단과 거부형을 제외한 불안정 애착집단(집착형, 두려움형)이 유의미한 차이가 있었다. 하지만 분노통제에 있어서는 애착유형에 따른 차이를 보이지 않았다. 따라서 가설2-1, 2-2, 2-3, 2-4는 지지되지 않았다.

[표 9] 애착유형에 따른 분노표현방식의 평균점수

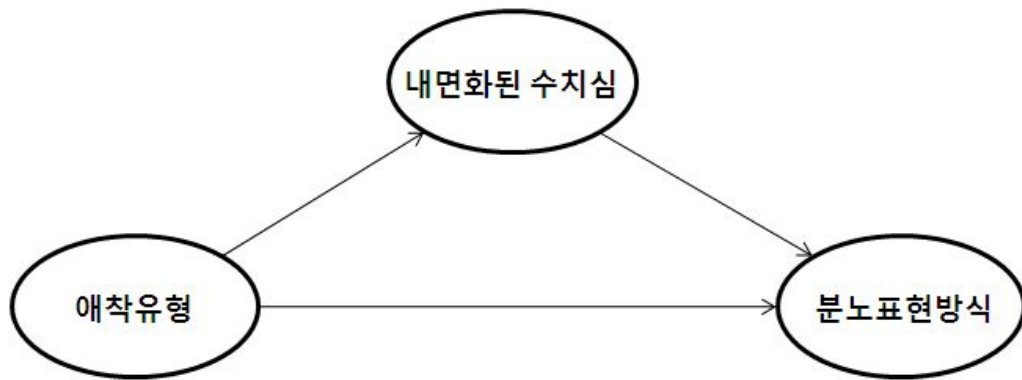
	안정형	거부형	집착형	두려움형	F	Scheffe검증
분노표출	2.00(0.52)	1.99(0.51)	2.15(0.51)	2.23(0.61)	5.551**	1,2<4
분노억제	1.69(0.43)	1.82(0.58)	2.14(0.48)	2.21(0.58)	30.403***	1,2 <3,4
분노통제	2.41(0.58)	2.56(0.65)	2.45(0.56)	2.53(0.59)	1.525	

1: 안정형, 2:거부형, 3:집착형, 4:두려움형, ( )는 표준편차. \*\* $p<.01$ , \*\*\* $p<.001$

‘<’표시는 .05수준에서 유의함.

#### 4. 청소년의 애착유형과 분노표현방식의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과

청소년의 애착유형에 따른 분노표현방식의 관계에서 내면화된 수치심이 어떠한 영향을 미치는지 알아보기 위하여, <그림 3>과 같은 연구모형을 설정하였다.



[그림 3. 연구모형]

위의 매개모형을 검증하기 위하여 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 검증 절차를 적용하였다. 이 분석법에 따르면 매개효과를 입증하기 위해서는 먼저 4가지 조건이 전제되어야 하는데 첫째, 독립변인이 매개변인에 통계적으로 유의미한 영향을 미쳐야 하며 둘째, 독립변인은 종속변인에 유의미한 영향을 미쳐야 하고 셋째, 매개변인과 종속변인이 유의미한 관계가 있어야 한다. 넷째, 종속변인에 대한 독립변인의 영향은 매개변인을 통제 한 후에 그 효과( $\beta$ 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.

위와 같은 방법으로 매개효과를 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제안한 전제조건을 확인한 결과, 분노표현방식의 분노통제는 애착유형과 내면화된 수치심과 상관이 유의미하지 않았기 때문에<표 7 참고> 분석에서

제외하였으며, 분노표출과 상관의 유의미하지 않았던 거부형, 집착형 집단도 분석에서 제외하였다.

### 1) 청소년의 애착유형과 분노표출의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과

청소년의 애착유형과 분노표출(Anger-out)의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 검증하기 위한 세부절차는 다음과 같다. 먼저 첫 번째 회귀방정식에 독립변인으로 애착유형을, 종속변인으로 수치심을 투입하였다. 다음으로 두 번째 회귀방정식에서 애착유형을 독립변인으로, 분노표출을 종속변인으로 투입하였다. 마지막 회귀방정식에서 애착유형과 수치심을 모두 독립변인으로 투입하고, 분노표출을 종속변인으로 투입하였다. 모든 절차에서 표준화된 회귀계수가 사용되었다. 청소년의 애착유형에서 분노표출과의 관계가 유의미하지 않은 거부형과 집착형은 제외하고, 안정형과 두려움형을 검증하였으며, 그 결과는 <표 10>과 같다.

[표 10] 청소년의 애착유형과 분노표출과의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과

	단계	변인	$\beta$ (표준화계수)	$\Delta R^2$	F
안정형	1	애착 →내면화된 수치심	-.419***	.174	101.157***
	2	애착 →분노표출	-1.22**	.013	7.186**
	3	애착 →분노표출	-.32	.049	13.337***
		내면화된 수치심	.216***		
		→분노표출			

두려움형	1	애착 →내면화된 수치심	.413***	.169	97.665***
	2	애착 →분노표출	.149**	.020	10.858**
	3	애착	.066	.052	14.081***
		→분노표출			
		내면화된 수치심			
			→분노표출	.202***	

\*\*p<.01, \*\*\*p<.001

<표 10>의 안정형 애착유형에서, 애착과 분노표출의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 살펴보면, 첫 번째 회귀방정식에서 애착이 내면화된 수치심에 유의한 영향을 미치는 것이 검증되었고( $\beta=-.419$ ,  $p<.001$ ), 두 번째 회귀 방정식에서 애착이 분노표출에 대한 유의한 예측변인이었으나( $\beta=-1.22$ ,  $p<.01$ ), 세 번째 회귀 방정식에는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 그러므로 내면화된 수치심은 애착과 분노표출과의 관계에서 완전한 매개효과를 가진다고 할 수 있다.

다음으로, 두려움형의 애착유형에서, 애착과 분노표출의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 살펴보면, 첫 번째 회귀방정식에서 애착이 내면화된 수치심에 유의한 영향을 미치는 것이 검증되었고( $\beta=.413$ ,  $p<.001$ ), 두 번째 회귀방정식에서 애착이 분노표출에 대한 유의한 예측변인이었으나( $\beta=.149$ ,  $p<.01$ ), 세 번째 회귀 방정식에서는 유의하지 않은 것으로 나타났으므로 내면화된 수치심은 애착과 분노표출의 관계에서 완전한 매개효과를 가진다고 할 수 있다.

정리해 보면, 안정형과 두려움형의 애착집단에서 애착과 분노표출과의 관

계에서 내면화된 수치심이 완전한 매개효과를 가졌다. 이것은 안정형 애착 집단이 분노표출을 적게 하는 이유가 애착유형이 안정적이기 때문에 분노표출을 적게 한다기보다는 안정형 애착집단의 내면화된 수치심 수준이 낮기 때문에 분노표출을 적게 한다는 것을 의미한다. 또한 두려움형의 애착유형이 분노표출을 더 많이 하는 것은, 불안정한 애착(두려움형)이 분노표출을 직접적으로 야기하는 것이라기보다는, 두려움형 애착유형을 형성하게 되면 내면화된 수치심이 높아지고, 이것이 다시 분노표출로 이어진다는 것을 의미한다.

## 2) 청소년의 애착유형과 분노억제의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과

청소년의 애착유형과 분노표현방식 중 분노억제(Anger-in)의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 검증하였고, 그 결과는 <표 11>에 제시하였다.

[표 11] 청소년의 애착유형과 분노억제의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과

	단계	변인	$\beta$ (표준화계수)	$\Delta R^2$	F
안정형	1	애착 →내면화된 수치심	-.419***	.174	101.157***
	2	애착 →분노억제	-.333***	.107	57.941***
	3	애착 →분노억제	-.085*	.387	151.383***
		내면화된 수치심			
		→분노억제	.584***		

거부형	1	애착 →내면화된 수치심	-.165***	.025	13.283***
	2	애착 →분노억제	-.103*	.009	5.143*
	3	애착 →분노억제 내면화된 수치심 →분노억제	-.001 .619***	.381	147.623***
집착형	1	애착 →내면화된 수치심	.193***	.035	18.422***
	2	애착 →분노억제	.176***	.029	15.141***
	3	애착 →분노억제 내면화된 수치심 →분노억제	.058 .608***	.384	149.665***
두려움형	1	애착 →내면화된 수치심	.413***	.169	97.665***
	2	애착 →분노억제	.281***	.077	40.635***
	3	애착 →분노억제 내면화된 수치심 →분노억제	.030 .607***	.382	148.088***

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

먼저, 안정형 애착유형에서, 애착과 분노억제의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 살펴보면, 첫 번째 회귀방정식에서 애착이 내면화된 수치심에 유의한 영향을 미치는 것이 검증되었고( $\beta = -.419$ ,  $p < .001$ ), 두 번째 회귀 방정식에서 애착이 분노억제에 통계적으로 유의한 영향을 끼쳤다( $\beta$

=-330,  $p<.001$ ). 두 번째 회귀 방정식에서 애착이 분노억제에 미치는 영향력이 세 번째 회귀 방정식에서 줄어들었으므로( $\beta=-.085$ ,  $p<.05$ ), 내면화된 수치심이 애착과 분노억제와의 관계에서 부분적으로 매개한다고 볼 수 있다.

다음으로 거부형 애착유형에서, 애착과 분노억제의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 살펴보면, 첫 번째 회귀방정식에서 애착이 내면화된 수치심에 유의한 영향을 미치는 것이 검증되었고( $\beta=-.165$ ,  $p<.001$ ), 두 번째 회귀방정식에서 애착이 분노억제에 대한 유의한 예측변인이었으나( $\beta=.103$ ,  $p<.05$ ), 세 번째 회귀 방정식에서는 유의하지 않은 것으로 나타났으므로 내면화된 수치심은 애착과 분노억제의 관계에서 완전한 매개효과를 가진다고 할 수 있다.

또한 집착형 애착유형에서, 애착과 분노억제의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 살펴보면, 첫 번째 회귀방정식에서 애착이 내면화된 수치심에 유의한 영향을 미치는 것이 검증되었고( $\beta=-.193$ ,  $p<.001$ ), 두 번째 회귀방정식에서 애착이 분노억제에 대한 유의한 예측변인이었으나( $\beta=.176$ ,  $p<.001$ ), 세 번째 회귀 방정식에서는 유의하지 않은 것으로 나타났으므로 내면화된 수치심은 애착과 분노억제의 관계에서 완전한 매개효과를 가진다고 할 수 있다.

마지막으로 두려움형 애착유형에서, 애착과 분노억제의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과를 살펴보면, 첫 번째 회귀방정식에서 애착이 내면화된 수치심에 유의한 영향을 미치는 것이 검증되었고( $\beta=.413$ ,  $p<.001$ ), 두 번째 회귀방정식에서 애착이 분노억제에 대한 유의한 예측변인이었으나( $\beta$

=.281,  $p < .001$ ), 세 번째 회귀 방정식에서는 유의하지 않은 것으로 나타났으므로 내면화된 수치심은 애착과 분노억제의 관계에서 완전한 매개효과를 가진다고 할 수 있다.

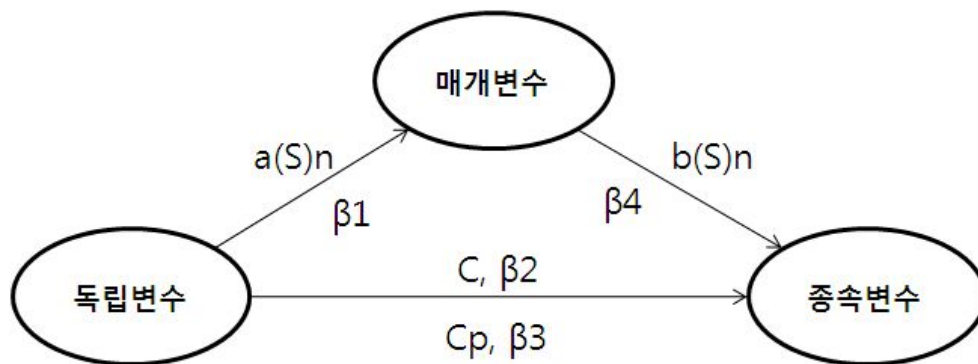
정리해 보면, 안정형 애착집단에서 애착과 분노억제의 관계는 내면화된 수치심이 부분적으로 매개하였다. 이것은 안정형 애착집단이 분노억제를 적게 하는 이유가 애착유형이 안정적이기 때문에 분노억제를 적게 하기도 하지만, 안정형 애착집단의 내면화된 수치심 수준이 낮기 때문에 분노억제를 적게 한다는 것을 의미한다.

또한 거부형 애착집단에서 애착과 분노억제의 관계는 내면화된 수치심이 완전한 매개효과를 가졌는데, 이는 거부형 애착집단이 분노억제를 적게 하는 이유가 애착유형의 특성 때문에 직접적으로 분노억제를 적게 한다기보다는, 거부형 애착집단의 내면화된 수치심 수준이 낮아 분노억제를 적게 한다는 것을 의미한다.

집착형과 두려움형의 애착집단에서 애착과 분노억제의 관계는 내면화된 수치심이 완전한 매개효과를 가졌다. 이것은 불안정 애착유형(집착형, 두려움형)이기 때문에 직접적으로 분노억제를 야기한다기보다는, 불안정 애착집단(집착형, 두려움형)의 경우 내면화된 수치심이 높아지고 높아진 수치심으로 인해 분노억제를 많이 하게 된다는 것을 의미한다.

## 5. 매개효과의 유의성 검증

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



[그림 4. Sobel 검증]

<그림 4>에서  $\beta$ 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 정규

분포를 가정할 때 간접효과인  $a \times b$ 의 표준오차  $Sabr$ 는 다음과 같다.

$$Sabr = \sqrt{b^{2r} S_a^{2r} \Gamma + a^{2r} S_b^{2r} \Gamma + S_a^{2r} \Gamma S_b^{2r}}$$

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 검증의 결과, 안정형 애착과 분노표출 사이에서 수치심의 매개효과 ( $Z=-3.97, p<.001$ ), 두려움형 애착과 분노표출 사이에서 수치심의 매개효과 ( $Z=3.70, p<.001$ ), 안정형 애착과 분노억제 사이에서 수치심의 매개효과 ( $Z=-8.34, p<.001$ ), 거부형 애착과 분노억제 사이에서 수치심의 매개효과 ( $Z=-3.55, P<.001$ ), 집착형 애착과 분노억제 사이에서 수치심의 매개효과 ( $Z=4.13, p<.001$ ), 두려움형 애착과 분노억제 사이에서 수치심이 매개효과 ( $Z=8.36, p<.001$ )가 모두 유의미하였다. 즉, 청소년의 애착유형 중에 안정형과 두려움형은 애착이 분노표출에 이르는 과정에서 내면화된 수치심이 완전매개를 하였다. 그리고 안정형 애착은 내면화된 수치심의 매개로 분노억제에 부분매개를 하며, 거부형, 집착형, 두려움형의 애착은 내면화된 수치심을 매개로 분노억제에 완전매개를 한다. 그러므로 안정형 애착이 높을수록

내면화된 수치심 수준이 낮고, 부적응적 분노표현(분노표출, 분노억제)을 적게 나타내며, 불안정한 애착이(집착형, 두려움형) 높을수록 내면화된 수치심 수준이 높고, 그러한 수치심은 분노표현 방식(분노표출, 분노억제)에 영향을 주는 것으로 볼 수 있다.

## VI. 논의

본 연구는 고등학생을 대상으로 청소년의 애착유형에 따른 내면화된 수치심의 차이와 분노표현방식을 알아보고, 내면화된 수치심이 애착집단에 따라 분노표현방식에서 갖는 매개효과를 검증하고자 하였다. 본 연구의 주요결과를 요약하고, 이를 중심으로 논의하겠다.

먼저, 청소년의 애착유형, 내면화된 수치심, 분노표현방식간의 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 결과, 내면화된 수치심과 애착유형간의 관계는 모두 유의미한 상관이 있었는데, 안정형과 거부형은 부적상관을 보였고, 집착형과 두려움형은 정적상관을 보였다. 이는 자기가 사랑을 받을만한 가치가 있다고 지각되는 정도, 타인의 거절과 내버려짐에 대해 불안해하는 정도를 나타내는 자기표상과 관련된 불안애착이 높을수록(집착형, 두려움형) 내면화된 수치심 수준이 높아짐을 알 수 있었다.

내면화된 수치심과 분노표현방식의 관계에서는 내면화된 수치심과 분노표출, 분노억제가 정적상관을 보였고, 분노통제는 유의미한 상관을 나타내지 않았다. 즉, 내면화된 수치심이 높은 사람은 분노억제와 분노표출처럼 부적응적 방식으로 분노표현을 많이 한다는 것을 의미한다. 이는 수치심 경향성이 특성분노와 분노표현에 영향을 미친다는 기존 연구(류설영, 1999; 남기숙, 2008)와도 일치한다. 반면, 본 연구에서는 내면화된 수치심과 분노통제는 상관이 유의미하지 않아 내면화된 수치심은 분노의 적응적 표현인 분노통제와 상관이 없는 것으로 나타났다.

두 번째로, 청소년의 애착유형에 따른 내면화된 수치심의 차이를 알아보

기 위해 일원변량분석을 실시하였다. 연구결과, 집착형과 두려움형 애착집단이 안정형과 거부형 애착집단보다 내면화된 수치심이 유의하게 높은 것으로 나타났다. 이는 대인관계에 있어 친밀함을 편안하게 느끼기 어려울수록, 사랑받지 못할지도 모른다는 불안감이 높을수록 수치심 경향성이 높다는 박주용(2004)의 연구결과와 일치하는 것으로 볼 수 있겠다. 하지만 불안정한 애착유형인 거부형이 안정형 애착유형보다 내면화된 수치심이 유의하게 높지는 않았다. 거부형 애착의 사람들은 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). 이는 Bartholomew의 4범주 애착유형과 수치심의 관계를 본 기존연구(Rush, 1996)와도 일치하는 결과이다. 이러한 결과에서 자신에 대한 부정적인 내적모델을 가진 불안정한 애착집단, 즉, 자기가 사랑받을 만한 가치가 있다고 느끼지 못하고 타인의 거절과 내버려짐에 불안해하는 애착유형의 사람들은 자기(Self)의 손상감, 부적절감을 의미하는 내면화된 수치심이 안정형 애착집단에 비해 더 높다고 결론지을 수 있다.

세 번째로, 청소년의 애착유형에 따라 분노표현 양식이 다르게 나타나는지 알아보기 위해 다변량 분석을 실시하였다. 연구결과 집착형과 두려움형 애착집단이 안정형과 거부형 애착집단보다 분노표출과 분노억제에 있어서 유의하게 높은 것으로 나타났다. 이 결과는 집착형 애착집단과 두려움형 애착집단에서 모두 분노를 적절하게 표현하지 못하고 억누르며 상대방을 비판하는 분노억제, 분노를 걸어로 드러내고 과격한 태도를 취하는 분노표출의

특성을 모두 보인다. 이는 분노억제가 높을수록 분노표출을 하게 된다는 기존연구(신미영, 김재환, 2001)에서처럼 분노억제나 표출이 독립적인 다른 차원이라기보다는 하나의 연속적인 특성을 지닌 단일차원이라는 주장을 뒷받침한다. 그러므로 자신의 분노감을 극히 억압한다는 것은 한편으로는 쉽게 외부로 표출할 가능성도 높다는 것을 시사한다. 또한, 분노표출과 분노억제가 유의한 상관( $r=.303, p<.01$ )을 나타낸 것으로 보아<표 7> 개인의 분노표현 양식이 명확하게 3가지 하위유형으로 분류되지 않을 수 있겠다. 이는 기존연구(김해진, 신현균, 홍창희, 2008)의 결과와도 일치한다. 이와 비슷한 결과로 <표 9>에서 애착유형에 따른 분노표현방식의 평균을 보면, 네 집단 모두 분노통제 점수 다음으로 분노표출 점수가 높게 나왔다. 이는 표집의 편향성이나 측정도구상의 문제로서 애착 유형에 따른 주된 분노표현 양식이 민감하게 구분되지 않았을 가능성도 있다.

네 번째로, 내면화된 수치심을 매개로 애착유형과 분노표현간의 관계에 영향을 미치는지 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 매개효과 검증을 하고, 매개효과의 유의성을 알아보기 위해 Sobel(1982)의 유사검증방법을 실시하였다. 연구결과, 안정형과 두려움형 애착집단은 애착과 분노표출 사이에 내면화된 수치심이 완전한 매개역할을 하였고, 분노억제에 있어서는 안정형 애착집단은 내면화된 수치심이 부분매개로, 거부형, 집착형, 두려움형은 내면화된 수치심이 완전매개로 나타났다.

정리하자면, 안정애착인 사람들은 내면화된 수치심 수준이 낮고, 분노표출과 분노억제도 적게하는 것으로 나타났다. 이들에게 있어서 애착은 직접적으로 분노표출에 영향을 미치기 보다는 내면화된 수치심 수준이 낮기 때문

에 분노표출이 낮은 것으로 보이며, 분노억제에 있어서는 안정적 애착이 분노억제에 영향을 미치기도 하지만 내면화된 수치심의 수준을 거쳐서 분노억제에 영향을 미치는 것으로 보인다. 거부형의 애착집단의 사람들은 내면화된 수치심 수준이 낮고, 분노억제도 적게하는 것으로 나타났는데, 이들에게 애착은 직접적으로 분노억제에 영향을 미치기 보다는 내면화된 수치심 수준이 낮기 때문에 분노억제를 적게 하는 것으로 볼 수 있겠다. 거부형의 사람들은 친밀한 관계를 회피하고 타인에 대한 집착을 과도하게 경시하고 자신만을 믿기 때문에 홀로 고립되는 사람들로써 자기에 대한 긍정적인 이미지를 갖는 경향이 있다. 따라서 내면화된 수치심 수준이 낮고, 그렇기 때문에 분노억제가 적게 나타나는 것으로 보인다.

집착형 애착집단의 사람들은 내면화된 수치심 수준이 높고, 분노억제도 많이 하는 것으로 나타났다. 이들에게 있어서 애착이 직접적으로 분노억제에 영향을 미치기 보다는 내면화된 수치심을 거쳐서 분노억제에 영향을 미치는 것으로 보인다. 집착형 애착집단은 관계를 이상화 하고, 자기에 대한 부정적인 이미지를 가지고 있기 때문에 타인에게 집착하고, 과도하게 몰입하는 사람들이다. 이러한 사람들은 자기상이 부정적이므로 내면화된 수치심 수준이 높고, 이는 분노억제를 많이 하도록 영향을 미치는 것으로 보인다.

두려움형 애착집단의 사람들은 내면화된 수치심 수준이 높고, 분노표출과 분노억제 모두 많이 하는 것으로 나타났다. 이들에게 있어서 애착이 직접적으로 분노표출과 억제에 영향을 미치기보다는 내면화된 수치심을 거쳐서 분노표출과 억제에 영향을 미치는 것으로 보인다. 두려움형 애착집단은 자기에 대한 무가치감과 타인에 대한 부정적인 표상, 친밀한 관계에 대한 불안

과 회피를 모두 보이는 집단으로 자기(self)에 대한 손상감이나 부적절감을 의미하는 내면화된 수치심이 높아 부적응적인 분노표현(분노표출, 분노억제)을 일으킨다고 볼 수 있겠다.

이상의 결과로 청소년의 애착유형에 따라 분노표현에 영향을 미치는 데에 내면화된 수치심이 매개한다는 것을 알 수 있다. 따라서 청소년의 부적응적 분노표현에 있어서 그 원인들이 부모님과의 애착관계 뿐 아니라 자기 자신에 대해 내면화되어 있는 수치심에서 찾아 볼 수 있겠다.

본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 경기도와 인천에 소재한 고등학교에 재학 중인 청소년을 대상으로 실시하였다. 따라서 본 연구의 결과를 전체 청소년으로 일반화시키기에는 한계가 있으며, 특히, 애착유형의 분포가 기존연구에 비해 안정형 집단이 적고, 두려움형 집단은 많아 분포가 치우쳐 있을 가능성도 있겠다. 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 경향으로 응답했을 가능성을 배제할 수 없다. 그러므로 면접연구나 질적 연구를 통해 자기보고 형식의 조사가 미칠 수 있는 영향을 보완할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서 측정도구에 대한 미비점에 대한 제한점이 있다. 청소년의 애착유형척도에서 회피척도가 낮은 신뢰도를 보였다는 점과 분노표현척도에서 하위영역별로 세분화되지 못하는 점에 있어서 측정도구의 제한점이

있을 수 있다.

이와 같은 제한점에도 불구하고 본 연구는 청소년의 애착유형에 따라 분노표현방식의 차이를 살펴보고, 내면화된 수치심이 매개한다는 점을 확인하였다는데 의의가 있다. 내면화된 수치심을 매개로 하였을 때 청소년들의 부적응적인 분노표현은 더욱 큰 영향력을 가지게 된다. 이러한 점을 고려하여 청소년들의 분노표현에 대한 이해를 높일 수 있겠다. 즉, 부모님과 불안정한 애착은 자기 존재에 대한 내면화된 수치심을 가지게 하며, 이는 부적응적인 분노표현을 높일 수 있다는 점이다. 이에 청소년들의 교육이나 상담 장면에서 불안정 애착에 따른 수치심 경향성을 고려하여 심리교육적인 개입이나 적응에 도움을 줄 수 있겠다. 특히, 애착유형의 경우 과거에 이미 형성되어져 현재 쉽게 변화시키기 어렵다는 점에서 불안정한 애착으로 인한 분노표현을 줄이기 위해서는 보다 최근의 원인으로 작용하는 내면화된 수치심에 개입하여 이를 감소시킴으로써 분노를 줄이는 방식으로 접근할 수 있겠다. 수치심은 ‘도전해서 없애버려야 할’ 부정적인 정서이면서도, 이에 앞서 온전하게 반영되지 못한 자기대상의 실패에 대한 좌절을 반영하는 것으로 다뤄져야 하므로 그러한 좌절에 대한 공감반응이 선행되어야 할 것이다. 상담 장면에서는 부모와의 관계에서 경험해보지 못한 충분히 안정적인 관계를 재경험하도록 돕고, 수치심을 자각하고 이를 표현하며 수용할 수 있는 개입이 필요하겠다.

## 참 고 문 헌

- 고나영(2004). 수치심 척도 개발 및 타당화를 위한 예비연구. 석사학위논문. 성신여자대학교.
- 김민동(2003) 애착유형과 자기개념, 우울 및 불안과의 관련성 : 일반청소년 집단과 재소중인 비행청소년 집단의 비교. 석사학위논문. 성신여자대학교
- 김성현(2004). 친밀관계 경험 검사 개정판 타당화 연구:확증적 요인분석과 문항반응이론을 중심으로. 석사학위논문. 서울대학교 대학원.
- 김세진(1999). 성인애착유형에 따른 분노경험양상의 차이. 석사학위논문. 서울대학교
- 김혜진, 신현균, 홍창의(2008). 성인애착유형, 특성분노 및 음주문제관계-분노표현의 조절효과를 중심으로. 한국심리학회지:임상 Vol.27, No.3
- 남기숙(2002). 정신건강과 관련하여 수치심과 죄책감의 구분문제. 심리과학. Vol.11, No.1
- 남기숙(2008). 수치심경향성, 죄책감경향성과 대처가 심리증상에 미치는 영향. 박사 학위논문. 서울대학교
- 류설영(1998). 대인관계 상황에서의 죄책감, 수치심의 심리적 증상의 관계 연구. 석사학위논문. 이화여자대학교
- 문소현, 박영주(2008). 청소년기 여성의 애착유형에 따른 기질분노와 분노 표현. 여성건강간호학회지. Vol.14, No.2

- 박윤선(2007). 청소년의 부모와의 관계가 대인불안에 미치는 영향: 수치심 경향성을 매개변인으로. 성신여자대학교
- 박주용(2004). 성인애착이 우울에 미치는 영향-수치심경향성을 매개변인으로. 석사 학위논문. 연세대학교
- 송수민(2008). 수치심경향성과 죄책감경향성의 심리적 특성비교. 한국심리학회지:상담 및 심리치료. Vol.20, No.1
- 이규미(1998). 청소년의 분노와 분노처리과정에서의 공격행동에 대한 체험 분석. 박사학위논문. 이화여자대학교
- 이귀선, 정남운(2003). 성인애착 유형에 따른 정서조절양식과 효과성의 차이. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료. Vol.15, No.4.
- 이세정(2004). 성인의 애착유형에 따른 분노경험과 분노조절양식. 석사학위 논문. 영남대학교
- 이시은, 이재창(2004). 청소년기 애착에 관한 질적 분석 연구. 한국심리학회지:상담및 심리치료. Vol.16, NO.2
- 이시은, 이재창(2008). 부모유대와 대인애착간의 관계에 대한 지각된 사회적 지지의 매개효과. 한국심리학회지:상담 및 심리치료. Vol.20, No.1
- 이은주(2007). 청소년의 분노경험과 분노표현방식의 관계에서 인지적 왜곡의 매개 효과. 석사학위논문. 숙명여자대학교
- 이은희, 공수자, 이정숙(2004). 청소년들의 가정, 학교, 지역의 심리사회적 환경과 학교폭력과의 관계: 분노조절과 비행친구 접촉의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료. Vol.16, No,1
- 이인숙, 최해림(2005). 내면화된 수치심 척도(ISS)의 타당화 연구-애착, 자

- 기애, 외로움과의 관계. 한국심리학회지:상담 및 심리치료 Vol.17, No.3
- 이종연(2005). 중학생 자녀가 지각한 부모와의 의사소통 수준과 분노표현방식과의관계. 석사학위논문. 충북대학교 교육대학원.
- 장진아(2006). 여성의 대상관계가 내면화된 수치심을 매개로 분노에 미치는 영향.석사학위논문. 경북대학교
- 주지영(2005). 고등학생의 분노표현방식, 우울 및 공격성간의 관계 연구. 석사학위논문. 서울여자대학교.
- Bartholomew, K. (1990). Avoidance of intimacy: An attachment perspective. *Journal of Social and Personal Relationship*, 7, 141-178.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991) Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61, 226-244
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss*, Vol.2. Loss. New York L Basic Books.
- Cook, D. R. (1987). Measuring shame: The internalized shame scale. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 4, 197-215.
- Cook, D. R. (1991). Shame, attachment, and addictions: Implication for family therapists. *Contemporary Family Therapy*, 13, 205-419.
- Erikson, E. H. (1971). Autonomy v. shame and doubt. In H. Morris

- (Ed.), *Guilt and shame*(pp. 155-158). Belmont: Wadsworth Publishing Company.
- Gilbert, P, Allan, S, & Goss, K. (1996). Parental representations, shame, interpersonal problems, and vulnerability to psychopathology. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 3(1), 23-34
- Hazan, C & Shaver, P. (1987). Romantic Love Conceptualized as an Attachment Process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 511-524.
- Kaufman, G (1989). The psychology of shame: Theory and reconstruction of female experience. *Smith College Studies in Social Work*. 60, 216-232.
- Kaufman, G. (1989). The psychology of shame: Theory and treatment of shame-based syndromes. New York: Springer Publishing Company Inc.
- Kobok, R. R. & Hazen, C (1991). Attachment in marriage. Effect of security and accuracy of working model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60. 861-869.
- Lewis H. B. (1971). Shame and guilt in neurosis. New York: International University Press.
- Lewis H. B. (1987a). Shame-the "sleeper" in psychopathology. In H. B. (Ed) *Emotions in personality and psychopathology*, 371-396.

New York: Plenum

- Mikulicner, M. (1998). Adult Attachment style And Individual Differences in Functional Versus Dysfunctional Experiences Of Anger. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74, 513-524
- Novaco R. W. (1997). A stress inoculation approach officers. *American Journal of Community Psychology*, 5, 357-346.
- Tomkins, S. S. (1987). Shame. In D. L. Nathanson (Ed), *The many facts of Shame* (133-161). New York: Guilford Press.
- Tangency, J. P., & Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. New York: The Guilford Press.

## ABSTRACT

### The Relationship between Self-reported Attachment Style and Anger expression in Adolescents : The Mediating Effects of internalized shame

Kim, Hyun Ju

Department of Psychology

The Graduate School of

Sungshin Women's University

The purpose of this study was to examine the mediating effects of internalized shame on the relationship between self-reported attachment style and anger expression in adolescents. The Experience of Close Relationship-Revised(ECR-R), The State-Trait Anger Expression Inventory-Korean version (STAXI-K), and The Internalized Shame Scale(ISS) were administered to 477 high school students. Data were analyzed by SPSS 12.0.

The results of this study are summarized as follows.

First, correlational analyses showed that the secure and the dismissing attachment style a negative correlation with the internalized shame, while it showed a positive correlation with the preoccupied and fearful attachment style and the internalized shame. Also, the internalized shame had a positive correlation with anger-in expression and anger-out expression.

Second, the mean score of the internalized shame were higher in adolescent with an insecure(preoccupied, fearful) attachment style compared with a secure attachment style except the dismissing attachment style.

Third, the mean score of the anger-in and anger-out expression were higher in adolescent with an insecure(preoccupied, fearful) attachment style compared with a secure attachment style except the dismissing attachment style.

Fourth, the internalized shame showed mediation effect between attachment style and anger expressions.

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

Key words : Attachment Style, Anger Expression, Internalized Shame,  
Mediating Effects

# 부 록

부록 1. 청소년의 애착 척도

부록 2. 분노표현 척도

부록 3. 내면화된 수치심 척도

## 설문지

안녕하세요?

여러분의 소중한 시간을 내어 주셔서 감사합니다.

각 문항에는 정답이 없으며, 또한 좋은 답과 나쁜 답이 있지 않습니다. 따라서 설문지에 있는 모든 문항을 잘 읽고, 평소 여러분의 생각이나 모습을 솔직하게 응답해 주시면 됩니다. 빠진 응답이 있는 질문지는 연구자료로 사용할 수 없으므로 애써 작성해주신 질문지가 유용하게 사용될 수 있도록 한 문항도 빠짐없이 응답해 주시길 부탁드립니다.

이 설문지는 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 김 현 주

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

다음의 문항들을 잘 읽어보고 **친밀한 관계에 대한 당신의 일반적인 느낌**을 얼마나 잘 묘사해주고 있는지 ‘○’ 표로 평가해 주십시오. 실제 자신이 해본 경험이 없는 질문에 대해서는 ‘만약 그런 상황이 된다면’ 이라고 가정하시고 응답해 주십시오.

문 항	전혀 그렇지 않다							보통 이다							매우 그렇다						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
1. 다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	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	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
3. 다른 사람들과 가까워지는 것은 비교적 쉬운 편이다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
4. 다른 사람들이 나와 가까워지려고 하면 불편하다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
5. 다른 사람들에게 모든 것을 다 이야기한다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	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	1	2	3	4	5	6	7	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	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
8. 버림받을까봐 걱정하는 일은 별로 없다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
9. 다른 사람들과 여러 가지에 대해 의논한다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	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	1	2	3	4	5	6	7	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	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
12. 다른 사람들의 기대에 못 미칠까봐 걱정된다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	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	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
14. 내가 다른 사람들에게 호감을 표현했을 때, 그들이 나에게 호감을 보이지 아닐까봐 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
15. 사람들이 나를 진심으로 사랑하지 않을까봐 자주 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
16. 다른 사람들에게 속내를 털어놓는 것이 편하지 않다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
17. 다른 사람들은 내가 내 자신에 대해서 회의(의심)를 하게 만든다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7

문항	전혀 그렇지 않다							보통이다							매우 그렇다						
	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
18. 필요할 때 다른 사람들에게 의지하는 것은 도움이 된다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
19. 다른 사람들을 의지하는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	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	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
21. 다른 사람들과의 대인관계에 대해 걱정이 많다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	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	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
23. 다른 사람들이 나를 떠날까봐 걱정하는 일은 거의 없다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
24. 다른 사람들은 내가 바라는 만큼 나와 가까워지려고 하지 않는다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	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	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
26. 다른 사람들의 사랑을 잃을까봐 두렵다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
27. 다른 사람들과 가깝게 지내는 것이 매우 편하다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
28. 다른 사람들에게 다정하게 대하는 것은 쉬운 일이다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
29. 다른 사람들에게 의지하는 것이 편하게 느껴진다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
30. 다른 사람들에게 의지하는 것은 쉬운 일이다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
31. 다른 사람들이 나와 함께 있기를 원하지 않을까봐 자주 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
32. 다른 사람들과 가까워지는 것은 어렵지 않다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
33. 나는 걱정이나 문제가 생기면 보통 다른 사람들과 의논한다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
34. 사적인 생각과 감정을 다른 사람들과 나누는 것이 편안하다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
35. 다른 사람들이 내게 너무 가까워지려고 하면 불안하다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
36. 다른 사람들이 나에게 대해 알게 되면, 그 사람들이 있는 그대로의 내 모습을 좋아하지 않을까봐 두렵다.	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7

다음의 각 문항을 잘 읽으시고 **평소에 일반적으로 느끼고 있는 자신의 성향**을 가장 잘 나타낸다고 생각되는 숫자에 ‘○’ 표 하시기 바랍니다. 이러한 문제에는 옳고 그른 답이 없습니다. 어느 한 문항에 너무 오래 생각하지 마시고 응답하여 주시기 바랍니다.

나는 평소 일반적으로 어떻게 느끼고 있나?	전혀 아니다	조금 그렇다	상당히 그렇다	매우 그렇다
1. 나는 성미가 급하다.	1	2	3	4
2. 나는 불같은 성질을 지녔다.	1	2	3	4
3. 나는 격해지기 쉬운 사람이다.	1	2	3	4
4. 나는 다른 사람이 잘못해서 내 일이 늦어지게 되면 화가 난다.	1	2	3	4
5. 나는 일을 잘 하고도 다른 사람으로부터 인정받지 못하면 분통이 터진다.	1	2	3	4
6. 나는 쉽게 화를 낸다.	1	2	3	4
7. 나는 화가 나면 욱을 한다.	1	2	3	4
8. 다른 사람들 앞에서 비판을 받게 되면 격분한다.	1	2	3	4
9. 나는 내 일이 막히면, 누군가를 때려주고 싶다.	1	2	3	4
10. 나는 일을 잘 했는데도 나쁜 평가를 받게 되면 격분을 느낀다.	1	2	3	4

다음의 각 문장을 읽고 **화가 났을 때 자신이 어떻게 반응하는지**를 가장 잘 나타내 주고 있는 번호에 ‘○’ 표하십시오. 실제 자신이 해본 경험이 없는 질문에 대해서는 자신이 할 가능성이 가장 높은 곳에 표시해 주십시오.

화가 났을 때 나는?	전혀 그렇지 않다	가끔 그렇다	자주 그렇다	거의 항상 그렇다
1. 나는 화를 참는다.	1	2	3	4
2. 나는 화난 감정을 표현한다.	1	2	3	4
3. 나는 말을 하지 않는다.	1	2	3	4
4. 나는 사람들에게 인내심을 갖고 대한다.	1	2	3	4
5. 나는 똥해지거나 토라진다.	1	2	3	4
6. 나는 사람들을 피한다.	1	2	3	4

화가 났을 때 나는?	전혀 그렇지 않다	가끔 그렇다	자주 그렇다	거의 항상 그렇다
7. 나는 소리를 지른다.	1	2	3	4
8. 나는 냉정을 유지한다.	1	2	3	4
9. 나는 문을 콧 닫아버리는 식의 행동을 한다.	1	2	3	4
10. 나는 상대의 시선을 피한다.	1	2	3	4
11. 나는 나의 행동을 자제한다.	1	2	3	4
12. 나는 사람들과 말다툼을 한다.	1	2	3	4
13. 나는 아무에게도 말하지는 않으나, 안으로 앙심을 품는 경향이 있다.	1	2	3	4
14. 나는 목소리를 높인다.	1	2	3	4
15. 나는 화가 나더라도 침착하게 자제할 수 있다.	1	2	3	4
16. 나는 속으로 다른 사람을 비판하다.	1	2	3	4
17. 나는 나 자신이 인정하고 싶은 것보다 화가 더 나 있다.	1	2	3	4
18. 나는 대부분의 사람들보다 진정이 빨리 된다.	1	2	3	4
19. 나는 욕을 한다.	1	2	3	4
20. 나는 참고 이해하려고 노력한다.	1	2	3	4
21. 나는 다른 사람들이 알고 있는 것보다 분통이 더 나 있다.	1	2	3	4
22. 나는 자제심을 잃고 화를 낸다.	1	2	3	4
23. 나는 화난 표정을 짓는다.	1	2	3	4
24. 나는 화난 감정을 자제한다.	1	2	3	4

☞ 다음 페이지에 계속

다음의 문항은 자신에 대해 경험하고 있거나 느끼는 것과 관련된 것입니다. 문항을 잘 읽어보시고 자신과 일치하는 정도에 해당하는 번호에 ‘○’ 표로 표시해 주시기 바랍니다. 이러한 문제에는 옳고 그른 답이 없습니다. 어느 한 문항에 너무 오래 생각하지 마시고 응답하여 주시기 바랍니다.

문 항	전혀 그렇지 않다					보통 이다					매우 그렇다				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1. 나는 스스로 꽤 괜찮다고 느낀 적이 없다.	1	2	3	4	5										
2. 나는 어쩐지 내쳐진 느낌이다.	1	2	3	4	5										
3. 다른 사람들이 나를 무시한다고 느낀다.	1	2	3	4	5										
4. 나는 대체로 내가 성공한 사람이라고 생각하는 경향이 있다.	1	2	3	4	5										
5. 나는 스스로를 비웃고 자신을 알본다.	1	2	3	4	5										
6. 다른 사람들이 나를 어떻게 볼까 불안하다.	1	2	3	4	5										
7. 다른 사람과 비교할 때 나는 결코 이상(기대)에 부합하지 못한다고 느낀다.	1	2	3	4	5										
8. 나는 내 자신이 매우 보잘 것 없이 느껴진다.	1	2	3	4	5										
9. 나에게는 자랑스러워할 점이 많은 것 같다.	1	2	3	4	5										
10. 나는 부적절함을 강하게 느끼고 자신에 대한 회의로 가득 차 있다.	1	2	3	4	5										
11. 나는 기본적으로 잘못된 어떤 부분이 있는 것 같고 인간으로서 뭔가 결함이 있는 것 같다.	1	2	3	4	5										
12. 다른 사람과 비교할 때 나는 그들만큼 중요하지 않다.	1	2	3	4	5										
13. 다른 사람 앞에서 내 결점이 드러나는 것이 나는 아주 무섭다.	1	2	3	4	5										
14. 나에게 많은 장점이 있다고 느낀다.	1	2	3	4	5										
15. 나는 완벽을 추구하지만 늘 부족함을 볼 뿐이다.	1	2	3	4	5										
16. 다른 사람이 내 결점을 볼 수 있을 거라고 생각한다.	1	2	3	4	5										
17. 나는 실수를 하면 몽둥이로 내 자신의 머리를 내려치고 싶다.	1	2	3	4	5										
18. 대체로 나는 내 자신에 대해 만족한다.	1	2	3	4	5										
19. 실수를 하면 나는 움츠려 드는 것 같다.	1	2	3	4	5										
20. 나는 고통스러운 사건을 마음속에서 반복적으로 생각해서 결국 압도되고 만다.	1	2	3	4	5										

