

## 애착불안, 애착회피와 진로미결정수준과의 관계: 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움의 다중매개효과

손 영 미

건양대학교

박 정 열<sup>†</sup>

서울과학종합대학원

본 연구는 애착불안과 애착회피가 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움을 매개하여 진로미결정수준에 미치는 직·간접적인 영향을 살펴보는 것을 목적으로 수행되었다. 이를 위해 4학년 재학 이상의 취업경험이 없는 20대 미취업자 401명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 애착불안이 높을수록 부정적 평가를 두려워하며, 사회비교를 하는 경향성이 있고, 자기비난을 많이 하는 경향이 있는 것으로 나타났다. 애착회피가 높을수록 부정적 평가를 두려워하며, 자기비난을 많이 하는 경향이 있는 반면 사회비교의 경향성은 낮았다. 둘째, 애착불안과 애착회피는 진로미결정수준과 정적 상관관계를 보였다. 셋째, 애착불안, 애착회피, 진로미결정수준과의 관계에서 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움의 매개효과를 살펴본 결과, 애착유형에 따라 진로미결정수준으로 이어지는 매개효과의 양상에 차이가 있는 것으로 드러났다. 구체적으로, 애착불안은 자기비난과 사회비교경향성을 부분매개하여 진로미결정수준에 영향을 미치는 반면 애착회피는 자기비난과 사회비교경향성을 완전매개하여 진로미결정수준에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 연구결과를 바탕으로 본 연구의 함의와 후속연구를 위한 제언을 하였다.

주요어 : 애착불안, 애착회피, 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움, 진로미결정, 진로

<sup>†</sup> 교신저자 : 박정열, 서울과학종합대학원, 서울시 서대문구 이화여대 2길 46

Tel : 070-7012-2214, E-mail : cypark@assist.ac.kr

진로(進路)는 문자 그대로 ‘앞으로 나아갈 길’이다. 직업선택, 임금과 관련된 일(work, job)을 찾는 협의적 의미로 자주 사용되지만, 본래에는 자신이 일생 동안 살아갈/나아갈 길을 찾는다는 뜻이 담겨있다(목정연, 진영은, 2019). 후기 청소년기, 초기 성인기에 해당하는 대학생들은 이 시기 동안 어린 시절 부모로부터 부여받은 삶의 양식과 자기개념, 직업적 가치 등을 재구성하는 과정을 거치면서, 자신이 앞으로 어떤 직업을 갖고, 어떤 시민이 될 것이며, 어떤 일에 가치를 두고 전념할 것인지를 고민하게 된다. 그리고 그 길을 찾기 위해 여러 영역(개인심리적 측면, 사회적 측면 등)을 탐색한다(김경미, 류승아, 2019; Erikson, 1956; Super, 1990). 이들은 진로에 대해 고민하는 자연스러운 발달적 위기를 겪게 되며, 상당수 학생들은 진통 끝에 자신의 진로를 결정하게 된다.

그러나 몇몇 대학생들은 진로미결정의 상태가 오랜 시간 동안 지속되기도 한다. 진로미결정은 개인이 자신의 진로를 선택하고 전념할 능력이 없고(Tokar, Withrow, Hall & Moradi, 2003), 진로결정과정에서 문제가 있어서 진로에 대한 확실한 선택과 결정을 내리지 못하는 상태이다(Crites, 1981; Gati, Krausz, & Osipow, 1996). 지난 40여 년 동안 진로상담 분야에서는 누가 자신의 진로를 더 자신있게 결정하며, 누가 자신의 직업적 미래에 대해 불확실해 하는지 그 원인과 기제를 밝히기 위해 노력해왔다. 그리고 주요 타자와의 애착(attachment)관계가 진로발달에 주요하게 영향을 미친다는 결과가 누적되었다.

애착이론은 어린 시절 양육자-자녀와의 정서적 유대관계가 이후 관계 도식의 기반이 되어 현재와 미래의 대인관계에 영향을 미친다

고 가정한다(Bowlby, 1977; Wallin, 2007). 초기 애착관계를 통해 형성된 내적작동모델은 진로 선택과정에 영향을 미치며(Blustein, Prezioso, & Palladino Schultheiss, 1995), 애착관계를 진로와 관련한 학습경험의 템플릿으로 사용하면서 진로 및 직업세계에 접근 혹은 회피하는 행동을 한다고 본다(Wright & Perrone, 2008). 애착의 발달과정을 살펴본 연구들은 초기 양육자-자녀와의 애착관계가 청소년기, 성인기의 경험에 의해 변하는지에 대해 관심을 가져왔고 여전히 논의를 지속하고 있다. 여러 연구들은 초기의 부모자녀관계가 성인기 부모자녀관계로 이어지며(Prioste, Narciso, Goncalves & Pereira, 2016; Savelieva et al., 2017), 초기의 애착수준이 청소년기와 성인기 애착수준과 높은 상관관계를 갖는다는 종단적 결과(Fraley, Roisman, Booth-LaForce, Owen & Holland, 2013; Zayas, Mischel, Shoda, & Aber, 2011)를 보여주고 있는 반면 초기 애착수준이 성인기 애착수준을 중간(moderate) 수준으로만 설명한다는 메타연구(Fraley, 2002)도 있다.

그러나 이러한 논의 속에서도 개인이 ‘현재’ 보이는 불안정애착수준이 진로발달에 미치는 영향에 대해서는 매우 일관된 연구결과를 보여주고 있다. 안정애착은 진로선택, 진로탐색, 진로자기효능감, 진로의사결정과 정적인 상관이 있으며(Kvitkovičová, Umemura & Macek, 2017; Vignoli, Croity-Belz, Chapeland, de Fillipis & Martine, 2005), 불안정애착은 역기능적 진로사고, 진로미결정 등과 정적 상관이 있다(이영선, 김정희, 이영순, 1999; 이은희, 2011; 정애경, 김계현, 김동민, 2008; Downing & Nauta, 2010; Hazan & Shaver, 1990; van Eecke, 2007). 즉, 안정애착의 성인은 자신에 대해 긍정적인 자기상을 가지며, 타인과 세상에 대해 신뢰감을

가지는 반면 불안정애착의 성인은 자신에 대해 부정적인 자기상을 가지며, 타인과 세상에 대해 신뢰하지 못하고, 타인이 자신을 거부하거나 부정적으로 평가할 것이라는 관계도식을 갖는다. 그리고 이러한 관계도식은 불안정애착 성인의 진로발달에 부정적인 영향을 미치는 바, 자신의 내적 세계와 외적 환경에 대해 적극적으로 탐색하는 것을 주저하며, 직업인으로서의 자신과 타인, 세상에 대한 확신이 부족하여, 진로에 대한 자기이해와 진로결정에 어려움을 겪는다(Porfeli, Lee, Vondracek, & Weigold, 2011; Savickas, 2002).

이렇듯 불안정애착과 진로미결정의 상관성에 대한 매우 일관된 연구결과가 누적되었다 하더라도, 불안정애착의 하위 유형 중 어느 것이 진로미결정수준에 더 유의한 영향을 미치는지에 대해서 추가 연구가 필요하다(Keller & Brown, 2014; Wolfe & Betz, 2004). 또한 몇몇 연구들은 애착불안과 애착회피에 따라 진로미결정수준에 이르는 심리적 기제가 서로 다를 수 있음을 주장하나, 그 기제가 어떻게 다른지 명확하게 밝혀지지 않았다. 예를 들어, 애착불안이 애착회피보다 진로미결정수준에 더 유의한 영향을 미친다는 결과(이은희, 2011; 이지원, 이기학, 2014; Downing & Nauta, 2010; Tokar et al., 2003)와 애착회피가 진로미결정수준과 더 유의하다는 결과(van Ecke, 2007), 애착회피가 진로미결정수준과 유의한 상관성이 없다(Braunstein-Bercovitz, Benjamin, Asor, & Lev, 2012; Keller & Brown, 2014)는 결과가 혼재되어 있다. 그리고 몇몇 연구들은 애착회피와 애착불안 모두 진로미결정수준에 유의한 영향을 미치지만 애착회피는 진로미결정수준을 완전매개하며, 애착불안은 부분매개하는 등 기제가 다르게 작동한다(Braunstein-Bercovitz, 2014;

Braunstein-Bercovitz et al., 2012; Downing & Nauta, 2010)는 결과들을 보여주기도 한다.

이렇게 불일치한 결과가 도출된 주요 이유 중 하나는 조사대상자의 수가 적거나 자료가 특정 성별(주로 여성)에 치우쳐 있고, 연구마다 조사대상자의 학년이 다르기 때문일 수 있다. 애착 관련 연구는 애착유형과 수준에 차이가 있음을 보고하고 있기 때문에(Matsuoka et al., 2006; O'Loughlin, Cox, Kahn, & Wu, 2018; Yu, Wang & Liu, 2012), 한 성에 치우쳐 자료를 수집하게 되면 그것이 결과에 미칠 가능성이 높다(Downing & Nauta, 2010). 또한 대학교 1학년 학생에게 진로미결정은 진로발달의 자연스러운 과정으로, 사회로의 진입을 눈앞에 두고 있는 4학년 학생들의 진로미결정과는 다르다. 즉, 후자가 전자에 비해 불안정애착의 특성에 의해 영향을 받을 가능성이 높다. 본 연구는 이러한 점을 보완하여, 진로를 결정해야 할 시기임에도 불구하고 진로결정의 어려움을 겪는 4학년 이상의 남녀대학생(성비 고려)을 대상으로 애착유형에서 진로미결정수준으로 이어지는 기제를 명확히 밝히고자 한다.

다음으로, 애착과 진로미결정수준의 기제를 살펴보는 연구들은 대개 단일의 매개변인에 초점을 맞추어 수행해온 경향이 있다. 그러나 진로결정의 어려움을 주호소 문제로 내방한 대학생 내담자와 상담을 하면 보통 불안정애착과 관련한 여러 가지의 문제목록을 이야기한다. 이들의 상당수는 타인을 의식하고, 인정받으려는 욕구가 강하며, 타인의 부정적인 평가에 두려움을 갖고, 자기비난을 자주 하는 등 여러 가지 매개변인을 동시에 드러낸다. 상담자는 이들 중에서 어떤 변인에 더 주의를 기울여 상담목표를 설정하고 개입할 것인가를 결정해야 한다. 즉, 모든 변인이 진로미결정수

준과 유의한 상관관계를 갖고 있다고 하더라도 그 중에서 가장 영향력이 크고, 먼저 개입해야 할 변인을 밝혀야 한다.

본 연구는 이러한 학문적·현실적인 필요성을 기반으로, 애착불안과 애착회피가 진로미결정수준으로 가는 기제를 확인하고자 한다. 특히 애착불안 및 애착회피와 관련이 있다고 논의되고 있는 대인관계심리인 사회비교경향성, 자기비난, 타인의 평가에 대한 두려움을 매개변인으로 삼아, 애착불안과 애착회피에 따라 진로미결정수준으로 가는 기제가 상이한지, 그리고 어느 매개변인이 경로를 더욱 유효하게 설명하는지를 살펴볼 것이다. 각 애착유형에 따라 더 주요한 매개변인을 확인하는 것은 진로상담의 개입전략을 수립하는데 매우 중요한 기초자료가 될 것이다. 본 연구에서 탐색할 연구문제를 정리하면 다음과 같다.

연구문제 1. 애착불안 및 애착회피와 진로미결정수준, 대인관계심리(사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가에 대한 두려움)는 어떤 관계성을 가질 것인가?

연구문제 2. 애착불안과 진로미결정수준과의 관계에서 대인관계심리(사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가에 대한 두려움)의 매개효과를 어떻게 할 것인가?

연구문제 3. 애착회피와 진로미결정수준과의 관계에서 대인관계심리(사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가에 대한 두려움)의 매개효과를 어떻게 할 것인가?

애착불안·애착회피와 진로미결정수준과의 관계에서 대인관계심리의 매개효과

불안정애착은 애착불안과 애착회피의 두

가지 독립적인 차원으로 개념화할 수 있다(Brennan, Clark, & Shaver, 1998). 먼저 애착불안을 살펴보면, 다수의 연구결과들은 애착불안과 관련한 주요 대인관계 특성으로 부정적 평가 혹은 타인으로부터의 거부에 대한 두려움과 타인에게 지나치게 주의를 기울이고 비교하는 경향성을 들고 있다. Wallin(2007)이 애착불안이 높은 사람을 ‘자기 자신을 위한 마음의 공간이 없는 사람’으로 언급하였듯이, 이들은 거절당하거나 버림받는 것에 대한 두려움으로 인해 관계에 지나치게 몰두하며(Brennan et al., 1998; Wei, Heppner, Russell, & Young, 2006), 타인에게 너무 의존하고, 타인의 평가에 과도한 주의를 기울이며, 타인의 부정적인 반응(거부)을 두려워하는 경향이 있다(Blatt, 2008). 이러한 대인관계특성으로 애착불안이 높은 사람들은 자신보다 타인의 승인을 얻고, 그들의 기대를 충족시키는 것을 우선하게 된다.

진로를 결정하기 위해서는 자기의 내적 세계와 진로 세계에 대한 이해가 필요하다. 그리고 나와 진로세계가 잘 맞는지 알기 위해서 정보를 찾고, 타인과 세상으로부터 피드백을 받아 조정해나가는 과정이 필요하다. 그런데 타인을 지나치게 의식하고(높은 사회비교경향성), 타인에게 부정적인 평가를 받을지도 모르며, 거부될 수 있다는 두려움을 강하게 느낄수록(높은 부정적 평가에 대한 두려움) 개인은 자신의 내면보다 타인이 원하는 것에 주목하고 맞추게 될 가능성이 높다. 이 과정에서 자신의 욕구를 중요하게 여기지 않고, 자신의 내적인 세계를 탐험하지 못하게 되고(이은희, 2011), 자기가치에 대한 확신과 자기에 대한 이해가 부족하게 된다(Kvitkovičová et al., 2017; Mikulincer & Shaver, 2007; Tokar et al., 2003). 이것은 진로결정의 어려움으로 이어지는데,

기존 연구들은 타인과의 비교경향성이 높을수록 진로미결정수준(김나래, 이기학, 2012)과 진로불안수준(유기은, 이기학, 2016)이 높다고 하였다. 그리고 타인으로부터 받는 부정적 평가에 대한 두려움은 진로미결정과 유의한 정적 상관을 보이고(김나래, 이기학, 2012), 진로의사결정과 유의한 부적 상관을 보였다(Braunstein-Bercovitz et al., 2012). 타인에 대한 평가불안이 높은 사람들은 진로장벽을 높게 지각하고(Fuqua, Seaworth., & Newman, 1987), 진로결정자기효능감도 낮은 경향이 있다고 하였다(이민혁, 2018).

애착불안과 달리, 애착회피가 높은 사람들은 다른 사람과 가까워지는 것을 불편해하고 꺼리며, 타인을 믿지 못하는 특성을 갖는다(Brennan et al., 1998; Wei et al., 2006). 우리는 타인과 비교하고, 타인으로부터 자신에 대한 피드백을 받음으로써 자기를 이해하게 된다. 그러나 애착회피가 높은 사람들은 타인과 비교하거나 타인을 의식하지 않으려고 하기 때문에 자기에 대한 정보를 잘 얻지 못하게 된다. 이들은 대인보다는 대물관계에 관심을 갖고 일에 더 의미를 부여하지만 주의를 기울이는 대상이 매우 제한적이고(Luyten & Blatt, 2011; Mikulincer & Shaver, 2007; Zuroff & Fitzpatrick, 1995), 직업세상과 진로에 대한 탐색도 제한적인 경향을 보인다(van Ecke, 2007). 이들이 자기에 대한 피드백을 받는 영역은 자기 자신이다. 그러나 기존 연구들은 애착회피 경향이 높을수록 자기비난을 더 많이 한다는 결과를 보여주면서(Cantanzaro & Wei, 2010; Falgares et al., 2017; Luyten & Blatt, 2011; Zuroff & Fitzpatrick, 1995), 자기가 스스로에게 하는 피드백도 자기비난적이고 부정확할 가능성을 시사하였다.

애착불안 및 애착회피와 대인관계심리와의 관계를 살펴본 연구들은 애착불안이 타인의 평가 및 거절에 대한 두려움 등과 같은 관계 의존적 특성과 더 관련이 있으며, 애착회피는 자기비난과 더 관련이 있다고 하였다. 구체적으로, Zuroff와 Fitzpatrick(1995), Cantanzaro와 Wei(2010)의 연구는 애착회피가 자기비난과 정적 상관을 가지며, 애착불안은 대인관계에서의 거절에 대한 두려움 및 의존성과 유의한 정적 상관을 보여주었다. Santis, Falgares와 Kopala-Sibley(2019)의 연구는 애착불안과 애착회피가 모두 자기비난과 유의하게 높은 상관을 보였지만, 애착회피와 자기비난의 상관계수가 더 높았으며, Falgares 등(2017)의 연구는 두 애착유형 모두 자기비난, 부정적 평가에 대한 두려움과 유의한 상관을 보이지만, 애착불안은 부정적 평가에 대한 두려움과 더 높은 상관을 보이며, 애착회피는 자기비난과 더 높은 상관을 보인다는 결과를 도출하였다. 특히 Falgares 등(2017)은 두 불안장애착유형이 모두 자기비난과 유의한 상관관계를 보이지만 기저하는 동기는 다를 수 있다는 흥미로운 논의를 제시하였다. 즉, 애착불안이 높은 사람들은 타인에게 거부당하거나 비난받을 가능성을 낮추기 위해 자기비난을 하지만 애착회피가 높은 사람들의 자기비난경향성에는 완벽하고자 하는 욕구, 자신의 단점을 극복하여 타인에 의존하지 않으려는 독립성의 욕구가 내포되어 있다고 하였다. 이러한 해석 역시 애착불안이 애착회피에 비해 관계의존심리와 더 관련이 깊다는 것을 보여준다.

지금까지 애착불안 및 애착회피와 대인관계 특성, 진로미결정과 관계 살펴보았다. 문헌고찰을 통해 불안장애착유형과 대인관계 특성 즉, 타인에게 지나치게 주의를 기울이고

비교하는 경향성(사회비교경향성), 자기비난, 타인으로부터 받는 부정적 평가(거절)에 대한 두려움이 유의한 상관관계가 있음을 알 수 있었다. 특히 애착유형에 따라 더 유의한 대인관계 심리가 있을 수 있음을 발견하였다. 본 연구는 기존 연구결과들을 토대로, 애착불안 및 애착회피가 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움을 매개하여 진로미결정수준에 영향을 미치는 서로 다른 기제를 밝히고자 한다. 특히 애착불안 및 애착회피와 진로미결정 간의 관계를 더 잘 설명하는 매개변인을 확인하고자 한다. 각 애착유형에 따라 보다 더 주요한 매개변인이 무엇인지를 확인하는 것은 향후 진로상담을 위한 개입전략을 수립하는데 매우 중요한 기초자료가 될 것이다.

### 방법 및 절차

#### 자료 수집 및 조사대상자

본 연구는 대학교 4학년 재학 이상의 취업 경험이 없는 20대 미취업자 401명을 대상으로 실시되었다. 대학교 저학년 학생들에게 진로미결정은 진로발달의 자연스러운 과정이기 때문에, 졸업과 취업을 앞둔 4학년과 대학원생을 대상으로 연구가 진행되었다. 또한 치과, 의예과, 간호학과 및 예체능계 학과 등 졸업 후 진로가 비교적 명확한 학과의 학생들은 제외하였다. 자료는 온라인 전문조사기관을 통해 수집되었으며, 인터넷을 통한 설문조사 방식으로 이루어졌다.

조사대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보면, 남자 200명(49.9%), 여자 201(50.1%)명이었으며, 평균 연령은 25.7세이었다. 학력은 4학년 재학 37.9%, 대학졸업 24.7%, 대학원 재학 34.9%, 대학원 졸업 2.5%이었다. 월평균 가구수입은 150만원 미만이 7.0%이었으며, 150-300

표 1. 조사대상자의 인구통계학적 특성 (빈도(%), 평균)

	구분	빈도	백분율	평균(표준편차)
성별	남	200	49.9%	
	여	201	50.1%	
학력	대학교 4학년 재학	152	37.9%	
	대학교 졸업	99	24.7%	
	대학원 재학	140	34.9%	
	대학원 졸업	10	2.5%	
월평균 가구수입	150만원 미만	28	7.0%	
	150~300만원	81	20.2%	
	300~400만원	93	23.2%	
	400~500만원	79	19.7%	
	500만원 초과	120	29.9%	
연령				25.70(2.42)

만원 20.2%, 300-400만원 23.2%, 400-500만원 19.7%, 500만원 초과가 29.9%이었다.

#### 측정도구

##### 애착불안과 애착회피

본 연구에서는 대학생들이 현재 경험하는 애착불안과 애착회피 수준을 측정하기 위해 Brennan, Clark과 Shaver(1998)가 개발하고, 김성현(2004)이 타당화한 친밀관계 경험검사(Experiences in Close Relationships Scale - Revised: ECRS-R)를 사용하였다. 본 검사는 '내가 다른 사람들에게 갖는 호감만큼 그들도 내게 강한 호감을 가지기를 자주 원한다', '다른 사람들의 사랑을 잃을까봐 두렵다' 등 애착불안을 묻는 18문항과 '나는 다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다', '나는 다른 사람들이 나와 가까워지려고 하면 불편하다' 등 애착회피를 묻는 18문항(총 36개 문항)으로 이루어져 있다(7점 척도). 애착불안과 애착회피 척도의 신뢰도는 각각 .936와 .899이었으며, 애착척도 전체 신뢰도는 .927이었다.

##### 진로미결정수준

진로미결정수준을 측정하기 위해 Tak과 Lee(2003)가 개발한 한국판 진로미결정척도(Korean Career Indecision Inventory)를 사용하였다. 이 척도는 '직업과 관련된 정보를 얻는 방법을 잘 모르겠다', '어떤 종류의 직업이 있는지 잘 모르겠다', '내 흥미가 무엇인지 모르겠다', '내가 바라는 직업에서 잘 해낼 수 있는지 모르겠다', '내가 바라는 직업을 주변에서 반대하는 사람이 많다' 등과 같이 직업정보부족(6문항), 자기명확성 부족(4문항), 우유부단한 성격(4문항), 필요성인식 부족(4문항), 외적 장

애(4문항) 등을 묻는 22개 문항으로 구성되었다. 각 문항은 5점 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 진로미결정수준이 높음을 의미한다. 이 척도의 신뢰도는 .918이었다.

##### 대인관계심리: 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가에 대한 두려움,

타인과 비교하는 경향성을 측정하기 위해 Gibbons와 Buunk(1999)가 개발하고, 최윤희(2003)가 번안한 사회비교경향성 척도(Iowa-Netherlands Comparison Orientation Measure: INCOM)를 사용하였다. 이 척도는 '나는 항상 나의 행동을 타인의 행동과 비교하는 것을 좋아한다', '나는 종종 내가 인생에서 달성한 것과 다른 사람들이 달성한 것을 비교한다' 등 11문항으로 구성되며, 점수가 높을수록 타인과 비교하는 경향성이 높음을 의미한다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다(1점)'에서 '항상 그렇다(5점)'의 5점 척도로 평정되며, 신뢰도는 .834이었다.

자기비난은 자기에 대한 부정적인 인지적 평가로, 기준에 도달하지 못했다고 인식했을 때 죄책감을 느끼거나 자신의 잘못으로 귀인하고, 스스로에게 처벌적인 입장을 취하는 경향성을 의미한다(Blatt & Zuroff, 1992). 본 연구에서는 이것을 측정하기 위해 Ishiyama와 Munson(1993)이 개발하고, 이혜미(2009)가 타당화한 자기-비판적 인지양식 척도를 활용하였다. 이 척도는 '나는 나의 약점, 한계, 실수를 과장하여 생각하는 경향이 있다', '남들이 무언가 잘하는 것을 보면, 나는 나의 활동이나 성취한 것에 대해 비판적으로 보게 된다', '나는 내 자신에 대해 너무 쉽게 비판적인 결론을 내리는 경향이 있다' 등 10문항으로 구성되며, 점수가 높을수록 자신에 대해 엄격한

기준으로 평가하고, 비난하는 경향성이 높음을 의미한다. 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다(1점)’에서 ‘매우 그렇다(5점)’의 5점 척도로 평정되며, 신뢰도는 .904이었다.

부정적 평가에 대한 두려움은 다른 사람에게 자신이 부적절하게 보이거나 다른 사람의 기대에 못 미쳐 거절당할 것을 두려워하는 감정(이정운, 최정훈, 1997; Marks & Gelder, 1996)을 의미한다. 본 연구에서는 이것을 측정하기 위해 Watson과 Friend(1969)가 개발하였고, Leary(1983)가 12개 문항의 단축형으로 제작하였으며, 이정운과 최정훈(1997)이 타당화한 ‘부정적 평가에 대한 두려움(Fear of Negative Evaluation; FNE)척도’를 활용하였다. 이 척도는 ‘사람들이 나를 어떻게 생각하는가가 중요하지 않다는 걸 알면서도 걱정 된다’, ‘사람들이 나의 결점을 알아 차릴까봐 자주 걱정된다’ 등 12문항(5점 척도)으로 구성되며, 점수가 높을수록 타인으로부터 부정적 평가를 받는 것에 대한 두려움이 높음을 의미한다. 이 척도의 신뢰도는 .894이었다.

#### 자료분석

본 연구의 자료분석은 IBM SPSS 25.0과 SPSS PROCESS Macro를 이용하여 이루어졌다. 연구대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보기 위하여 기술통계를 실시하였다. 측정도구의 신뢰도를 파악하기 위하여 Cronbach's  $\alpha$  값을 확인하였으며, 변인들 간의 상관관계를 살펴보았다. 애착불안, 애착회피와 진로미결정수준과의 관계에서 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움의 매개효과를 분석하기 위하여 SPSS PROCESS Macro의 4번째 모형을 적용하여 병렬다중매개모형을 분석하였다. 본 연

구는 독립변인이 다중(애착불안, 애착회피)인 관계로 매개분석은 애착불안을 독립변인으로 투입한 경우에는 애착회피를 통제변인(공변량)으로 처리하였으며, 애착회피를 독립변인으로 투입한 경우에는 애착불안을 통제변인(공변량)으로 처리하여 실시하였다. 또한 성별, 연령, 경제적 능력(가구수입)은 진로결정과 상관이 있을 것으로 판단되어, 이들 인구통계학적 변인들에 대해서도 통제변인으로 처리하여 분석을 실시하였다.

## 결 과

### 연구변인들의 기술통계치

본 연구에서 사용한 각 변인들의 기초 통계치를 확인하고, 변인들 간의 전반적인 상관관계를 살펴보았다(표 2 참조). 그 결과, 애착회피와 사회비교경향성 간에 부적으로 유의미한 상관( $r=-.144, p<.01$ )을 보인 것을 제외하고, 모든 변인들 간에 정적인 상관을 보였다. 특히 정적인 상관을 보이는 변인들 중에서 사회비교경향성과 진로미결정수준의 관계를 제외( $r=.082, p=.101$ )하면 모두 .001 수준에서 유의미한 정적인 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 애착불안이 높을수록 사회비교경향성( $r=.364, p<.001$ ), 자기비난( $r=.623, p<.001$ ), 부정적 평가에 대한 두려움( $r=.622, p<.001$ ) 수준이 높은 경향을 보였다. 그리고 애착회피가 높을수록 자기비난( $r=.358, p<.001$ )과 부정적 평가에 대한 두려움( $r=.225, p<.001$ ) 수준이 높은 반면 타인과 자신을 비교하는 경향성( $r=-.144, p<.01$ )은 낮은 것으로 나타났다. 진로미결정수준은 애착불안( $r=.451, p<.001$ ), 애착



표 2. 측정 변인간 상관, 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

	애착불안	애착회피	사회비교경향성	자기비난	부정적 평가두려움	진로미결정수준	연령	가구수입
애착불안	-							
애착회피	.324***	-						
사회비교경향성	.364***	-.144**	-					
자기비난	.623***	.358***	.485***	-				
부정적 평가두려움	.622***	.225***	.545***	.640***	-			
진로미결정수준	.451***	.305***	.082	.467***	.282***	-		
연령	-.035	.091	-.102*	-.031	-.024	-.013	-	
가구수입	-.086	-.117*	.008	-.081	-.056	-.124*	.058	-
평균	3.466	3.873	3.205	2.890	3.098	2.796	25.703	3.454
표준편차	1.012	.827	.570	.710	.645	.651	2.417	1.294
왜도	.026	-.002	.011	.081	.177	-.105	.456	-.249
첨도	-.631	.185	.462	-.058	.420	-.272	.219	-1.143

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

주. 가구수입은 150만원 미만=1, 150~300만원=2, 300~400만원=3, 400~500만원=4, 500만원 초과=5로 측정됨

회피( $r=.305, p<.001$ )와는 정적 상관을 보였다. 한편 통제변인으로 사용된 연령과 가구수입의 경우, 연령은 사회비교경향성과 부적으로 유의미한 상관( $r=-.102, p<.05$ )을 보였으며, 가구수입은 애착회피( $r=-.117, p<.05$ ), 진로미결정수준( $r=-.124, p<.05$ )과 부적으로 유의미한 상관이 있는 것으로 나타났다.

독립변인들 간의 다중공선성을 살펴보기 위하여 VIF 지수를 확인한 결과 그 값들이 1.411~2.293으로 나타나 특별한 문제는 없는 것으로 판단되었다. 한편 모든 변인들의 왜도(-.249~.456)와 첨도(-1.143~.462)는 절대값 3을 넘지 않는 것으로 나타나 모집단의 정규분포에 대한 가정은 충족하는 것으로 나타났다(Kline, 2005).

애착불안 및 애착회피와 진로미결정수준의 관계에서 대인관계심리의 다중매개효과검증

애착불안, 애착회피와 진로미결정수준의 관계에서 대인관계심리(사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가에 대한 두려움)의 다중매개효과를 분석한 결과는 표 3과 같다. 독립변인으로 설정한 애착불안과 애착회피가 종속변인인 진로미결정수준에 미치는 직접효과를 살펴본 결과, 애착불안( $B=.193, SE=.038, t=5.073, p<.001$ )은 진로미결정수준에 정적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으나 애착회피( $B=.038, SE=.040, t=.936, p=.350$ )는 진로미결정수준에 유의미한 영향을 미치지 못하였다.

애착불안과 애착회피가 매개변인으로 설정된 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두

표 3. 애착 - 대인관계심리 - 진로미결정수준과의 직접효과, 간접효과, 총효과

직접효과	B	SE	t	LLCI	ULCI
애착불안 → 진로미결정수준	.193	.038	5.073***	.118	.267
애착불안 → 사회비교경향성	.259	.026	9.837***	.207	.311
애착불안 → 자기비난	.398	.029	13.971***	.342	.454
애착불안 → 부정적 평가두려움	.392	.027	14.764***	.340	.445
애착회피 → 진로미결정수준	.038	.040	.936	-.041	.117
애착회피 → 사회비교경향성	-.211	.033	-6.429***	-.276	-.147
애착회피 → 자기비난	.141	.036	3.954***	.071	.210
애착회피 → 부정적 평가두려움	.013	.033	.386	-.052	.078
사회비교경향성 → 진로미결정수준	-.196	.065	-3.008**	-.323	-.068
자기비난 → 진로미결정수준	.350	.059	5.984***	.235	.465
부정적 평가두려움 → 진로미결정수준	-.075	.064	-1.178	-.200	.050
간접효과	B	Boot SE	Boot LLCI	Boot ULCI	
애착불안 총 간접효과	.059	.027	.004	.110	
사회비교경향성	-.051	.018	-.089	-.018	
자기비난	.139	.026	.091	.194	
부정적 평가두려움	-.029	.027	-.085	.021	
애착회피 총 간접효과	.090	.025	.045	.142	
사회비교경향성	.041	.015	.016	.076	
자기비난	.049	.018	.019	.091	
부정적 평가두려움	-.001	.004	-.014	.004	
총효과	B	SE	t	LLCI	ULCI
애착불안 → 진로미결정수준(직접+간접)	.252	.030	8.402***	.193	.311
애착회피 → 진로미결정수준(직접+간접)	.127	.037	3.403***	.054	.201

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

B: 비표준화 계수, SE: 표준오차

려움에 미치는 직접효과를 살펴보았다. 애착불안은 사회비교경향성( $B=.259$ ,  $SE=.026$ ,  $t=9.837$ ,  $p<.001$ ), 자기비난( $B=.398$ ,  $SE=.029$ ,  $t=13.971$ ,  $p<.001$ ), 부정적 평가두려움( $B=.392$ ,  $SE=.027$ ,  $t=14.764$ ,  $p<.001$ )에 모두 정적으로

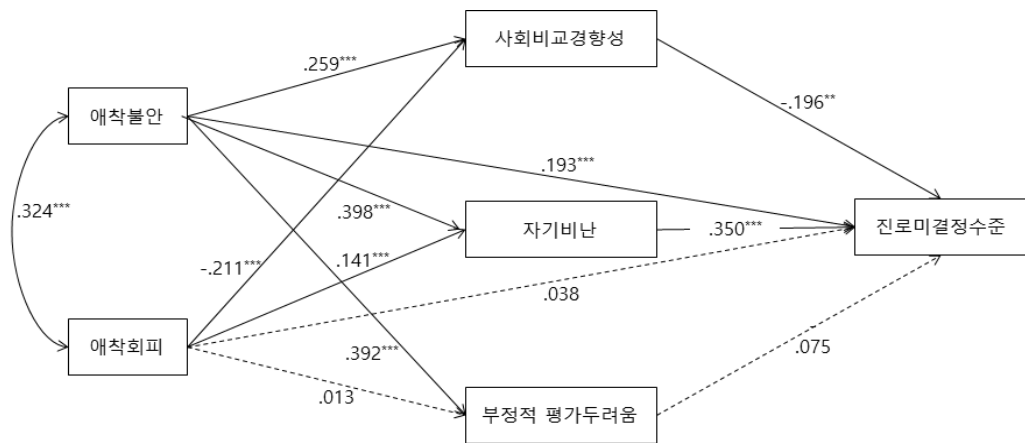
유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 한편 애착회피는 애착불안과는 다른 양상을 보이는 바, 자기비난( $B=.141$ ,  $SE=.036$ ,  $t=3.954$ ,  $p<.001$ )에는 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 드러났으나, 사회비교경향성( $B=-.211$ ,

$SE=.033, t=-6.429, p<.001$ )에는 부적으로 유의한 영향을 미쳤고, 부정적 평가두려움( $B=.013, SE=.033, t=.386, p=.700$ )에는 그 영향력이 유의하지 못하였다.

다음으로 매개변인(사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움)이 종속변인(진로미결정수준)에 미치는 영향을 확인한 결과, 사회비교경향성( $B=-.196, SE=.065, t=-3.008, p<.01$ )은 부적으로 유의한 영향을 미치고 있는 것으로 나타난 반면, 자기비난은 진로미결정수준( $B=.350, SE=.059, t=5.984, p<.001$ )에 정적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 그러나 부정적 평가두려움( $B=-.075, SE=.064, t=-1.178, p=.240$ )은 부적인 영향을 미쳤으나 그 영향력은 유의하지 못하였다.

매개모형의 간접효과 크기가 통계적으로 유의미한지를 파악하기 5,000회의 편향조정 부트스트래핑(Bias corrected bootstrapping)을 95% 신뢰구간을 적용하여 실시하였다. 애착불안과 진로미결정수준의 관계에서 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움에 대한 간접효과의 유의성을 확인한 결과, 총 간접효과 계

수는 .059이었으며, 95% 편향조정 신뢰구간(Bias corrected confidence interval)의 하한값과 상한값의 범위(.004~.110)에 0을 포함하고 있지 않은 바, 유의한 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 세부 요인별 매개효과(specific indirect effect)를 확인해보면, 애착불안이 사회비교경향성을 거쳐 진로미결정수준으로 가는 경로( $B=-.051$ )는 95% 편향조정 신뢰구간의 하한값과 상한값 범위(-.089~-.018)안에 0을 포함하고 있지 않은 바, 유의한 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 애착불안이 자기비난을 거쳐 진로미결정수준으로 가는 경로( $B=.139$ ) 역시 95% 편향조정 신뢰구간의 하한값과 상한값 범위(.091~.194)안에 0을 포함하고 있지 않은 바, 자기비난의 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 그러나 애착불안이 부정적 평가두려움을 거쳐 진로미결정수준으로 가는 경로( $B=-.029$ )는 95% 편향조정 신뢰구간의 하한값과 상한값 범위(-.085~.021)안에 0을 포함하고 있는 바, 부정적 평가두려움의 간접효과는 없는 것으로 나타났다. 결국, 애착불안이 진로미결정수준에 영향을 미치는 과정에서 사회비교



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

그림 1. 애착불안 및 애착회피와 진로미결정수준간의 관계에서 대인관계심리의 다중매개효과 및 직접효과

경향성과 자기비난은 변개변인으로서 유의한 역할을 하는 것으로 파악되었다.

애착회피와 진로미결정수준의 관계에서 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움에 대한 간접효과의 유의성을 확인한 결과, 총 간접효과 계수는 .090이었으며, 95% 편향조정 신뢰구간의 하한값과 상한값의 범위(.045~.142)에 0을 포함하고 있지 않은 바, 유의미한 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 세부 요인별 매개효과를 확인해보면, 애착회피가 사회비교경향성을 거쳐 진로미결정수준으로 가는 경로 ( $B=.041$ )는 95% 편향조정 신뢰구간의 하한값과 상한값 범위(.016~.076)안에 0을 포함하고 있지 않은 바, 사회비교경향성의 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 또한 애착회피가 자기비난을 거쳐 진로미결정수준으로 가는 경로 ( $B=.049$ ) 역시 95% 편향조정 신뢰구간의 하한값과 상한값 범위(.019~.091)안에 0을 포함하고 있지 않은 바, 간접효과가 있는 것으로 나타났다. 그러나 애착회피가 부정적 평가두려움을 거쳐 진로미결정수준으로 가는 경로 ( $B=-.001$ )는 95% 편향조정 신뢰구간의 하한값과 상한값 범위(-.014~.004)안에 0을 포함하고 있는 바, 부정적 평가두려움의 간접효과는 없는 것으로 나타났다. 결국, 애착회피가 진로미결정수준에 영향을 미치는 과정에서 사회비교경향성과 자기비난은 매개변인으로서 유의한 역할을 하였으나, 부정적 평가두려움은 매개변인의 역할을 하지 못하는 것으로 나타났다.

## 논의 및 결론

진로결정의 어려움에 관한 연구들은 직업정보의 부족, 시장경제불황과 같은 외적 요인

이외에 심리적 요인이 진로미결정에 중요하게 영향을 미친다고 하였다(Gati et al., 2011; Rottinghaus, Jenkins & Jantzer, 2009). Brown과 Rector(2008)는 대인관계 갈등과 불안이 진로미결정의 4요인 중 하나로, 높은 수준의 대인관계 갈등과 불안이 진로미결정으로 이어진다고 하였다. 많은 대학과 학생들이 취업과 스펙쌓기를 위해 많은 시간과 비용, 노력을 기울이는데도 진로를 결정하지 못해 어려움을 겪는 청년층의 수가 증가하는 이유 중 하나는 직업을 구하고, 진로를 선택하는 것과는 직접적인 상관이 없어 보이는 이러한 대인관계적 특성이 진로의사결정과 밀접한 관련이 있기 때문일 수 있다.

본 연구는 불안정애착과 관련한 대인관계심리가 대학생들의 진로미결정수준과 어떤 관련이 있는지를 확인하는 것을 목적으로 수행되었다. 구체적으로, 애착불안과 애착회피가 어떻게 진로미결정수준에 영향을 미치는지 그 기제를 살펴보았다. 특히, 불안정애착과 깊은 관련이 있는 대인관계심리인 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가에 대한 두려움 중 어떤 변인이 불안정애착과 진로미결정의 과정을 더 유의하게 매개하는지를 확인하였다. 그 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 애착유형과 대인관계심리(사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움)의 상관관계를 살펴본 결과, 애착불안과 애착회피 모두 세 개의 매개변인 및 종속변인과 유의한 상관성을 보였다. 구체적으로, 애착불안이 높을수록 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가에 대한 두려움 수준이 높았다. 그리고 애착회피가 높을수록 자기비난과 부정적 평가에 대한 두려움 수준은 높았으며, 남들을 의식하고 비교하는 사회비교경향성은 낮았다. 이 결과는,

애착불안 수준이 높은 사람일수록 타인의 인정과 승인에 몰두하고, 거절에 대한 두려움을 많이 느끼는 등 타인과의 관계성에 많은 에너지를 쏟는 반면 애착회피 수준이 높은 사람들은 외부세계나 타인과의 관계에 대해 관심이 제한적이라고 언급한 기존 연구들(Luyten & Blatt, 2011; Wallin, 2007; Wei et al., 2006)과 일치한다.

둘째, 대학생의 애착불안과 애착회피는 진로미결정수준과 정적 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 이것은 불안정애착이 진로미결정과 정적 상관성이 있다는 기존 연구결과들과 맥을 같이하는 것으로(이영선 등, 1999; 정애경 등, 2008; Downing & Nauta, 2010; Tokar et al., 2003; Vignoli, 2009), 주요 타자에 대한 안정된 애착관계가 세상에 대한 신뢰감을 갖고, 세상과 적극적으로 교류하며, 진로세계를 탐색해 나가는 안전기지가 된다(Savickas, 2002)는 주장을 지지하는 결과라 하겠다.

한편 본 연구는 애착불안이 애착회피보다 진로미결정수준과 더 높은 상관을 보이며, 애착불안/애착회피가 대인관계심리를 매개하여 진로미결정수준으로 가는 총효과에서도 애착불안이 애착회피보다 더 큰 것으로 드러나, 이은희(2011), 이지원과 이기학(2014), Downing & Nauta(2010), Keller & Brown(2014) 등의 연구결과를 지지하였다. 애착회피는 애착불안에 비해 대물관계적 경향이 높아, 일(과제)에 더 의미를 부여하는 경향이 있다(Hazan & Shaver, 1990; van Eecke, 2007). 비록 두 유형 모두 진로 탐색과정이 넓고 깊게 이루어지지 않는 않지만 상대적으로 애착회피가 일 추구적 행동을 할 가능성이 높기 때문에 이러한 결과가 도출된 것으로 해석된다.

셋째, 애착불안 및 애착회피와 진로미결정

수준의 관계에서 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움의 매개효과를 살펴본 결과, 자기비난과 사회비교경향성이 유의한 매개변인으로 드러났으며 부정적 평가두려움은 유의하지 않았다. 좀 더 세밀하게 들여다보면, 애착유형에 따라 자기비난과 사회비교경향성을 거쳐 진로미결정수준으로 이어지는 메커니즘에 차이가 있음을 알 수 있다. 이에 대한 논의점을 다음의 네 가지로 정리해볼 수 있다.

먼저, 애착불안은 자기비난과 사회비교경향성을 ‘부분매개’하여 진로미결정수준으로 가는 반면, 애착회피는 ‘완전매개’하는 것으로 드러났다. 불안정애착유형과 진로미결정의 관계에 대한 기제를 밝히기 위한 몇몇 연구들은 애착회피와 애착불안 모두 진로미결정에 유의한 영향을 미치지만 애착회피는 진로미결정을 완전매개하며, 애착불안은 부분매개하는 등 기제가 다르게 작동한다고 하였다(이은희, 2011; Braunstein-Bercovitz, 2014; Braunstein-Bercovitz et al., 2012; Downing & Nauta, 2010). 본 연구도 이들을 지지하고 있다. 특히, 애착불안이 간접효과 이외에 진로미결정수준에 미치는 직접효과가 있다는 것은 대학생들의 진로미결정수준을 완화하기 위해서 진로상담에서 애착불안을 직접적으로 다룰 필요가 있음을 시사한다. 이와 달리 애착회피는 매개변인을 통해서만 진로미결정수준에 영향을 미치고 있어, 매개변인에 대한 개입이 중요한 것으로 드러났다.

다음으로, ‘자기비난’이 애착불안 및 애착회피와 진로미결정수준의 관계에서 간접효과가 가장 큰 매개변인으로 드러났다. 애착불안이나 애착회피 수준이 높은 대학생일수록 자신을 부정적으로 평가하고, 기준에 도달하지 못

했을 때 심한 죄책감을 느끼며, 자신을 비난하고 처벌하려는 태도를 가지는 경향이 높다. 그리고 이렇게 자기비난을 하는 경향이 높을수록 진로를 결정하는데 더 많은 어려움을 경험한다. 불안정애착 성향을 보이는 다수의 진로미결정 내담자들은 실제 상담장면에서 불안정애착과 관련한 다양한 대인관계특성을 호소한다. 이들은 타인으로부터 받을 부정적 평가에 대한 두려움이 커서 수동적으로 맞추어 주려고 하고, 지나치게 타인에게 주의를 많이 기울이고, 비교평가하면서 위축감과 부적절감을 느끼며, 자신을 비난하면서 고통을 겪는다. 때로는 대인관계에 대한 무의미성을 주장하며, 타인이 아닌 자신을 의지하기 위해서는 더 유능하고, 단점이 없어야 한다는 신념으로 더욱 자신을 가혹하게 대하는 경우도 많다 (Cantanzaro & Wei, 2010). 진로결정을 돕기 위해 이러한 대인관계특성 중 어디에 초점을 맞추어 개입해 들어갈지를 판단하는 것은 진로상담에서 매우 중요한 문제이다. 본 연구결과는 이러한 여러 대인관계심리 중 특히 ‘자기비난’을 먼저 다루어야 한다는 것을 명백히 보여주고 있다.

셋째, 사회비교경향성은 애착불안 및 애착회피와 진로미결정수준의 관계를 유의하게 매개하고 있으나, 애착유형에 따라 진로미결정에 미치는 영향의 방향성은 서로 달랐다. 즉, 애착불안 수준이 높은 사람들은 타인과 자신을 비교하는 경향성이 높으며, 이것이 진로미결정수준에 부적적으로 영향을 미치는 반면 애착회피 수준이 높은 사람들은 사회비교경향성이 낮았으며, 이것은 높은 진로미결정수준으로 이어졌다. 이 결과는 타인과 비교하는 경향성이 진로미결정에 긍정적인 기능을 할 수 있음을 보여준다.

진로결정을 위해서는 자기이해가 필요하다. 그리고 개인이 자신을 이해하고, 명료한 자기개념을 갖기 위해서는 자신과 타인을 비교하며, 타인으로부터 자신에 대한 피드백을 받는 것이 중요하다(Festinger, 1954). 본 연구결과는 애착불안이 높은 대학생들의 높은 사회비교경향성이 오히려 자기이해를 촉진하고, 이것이 진로결정의 어려움을 완화시킬 수 있음을 보여준다.

마지막으로, 애착불안 및 애착회피 수준이 높을수록 부정적 평가에 대한 두려움이 높았으나, 이것은 진로미결정수준을 유의하게 매개하지 않는 것으로 드러났다. 이 같은 결과가 도출된 이유 중 하나는 본 연구에서 병렬매개효과를 살펴보았기 때문으로 사료된다. 즉, 부정적 평가두려움이 진로미결정수준과 유의한 정적 상관관계를 갖는다 하더라도, 이것의 설명력이 자기비난, 사회비교경향성과 상당 부분 서로 공유되어 간접효과가 유의하지 않은 것으로 판단된다.

본 연구결과를 통해 몇 가지 학술적·상담실제적 함의를 도출할 수 있다. 먼저 학술적 측면에서, 애착과 진로미결정에 대한 연구가 지난 20여 년 동안 누적되어 왔고, 매우 일관되게 불안정애착과 진로미결정수준이 정적으로 유의한 상관관계가 있음을 입증하였다. 그러나 애착불안과 애착회피 중 어느 것이 더 유의한가에 대해서는 불일치한 결과를 보여주었다. 본 연구는 이것이 연구마다 조사대상자의 수가 다르고, 자료가 특정 성별이나 학년에 치우쳐 있기 때문일 수 있다는 판단하에, 성별과 학년 비율을 고르게 선정하고, 조사대상자의 수를 충분히 수집하여 연구를 수행하였다. 그 결과, 본 연구는 애착불안이 애착회피보다 진로미결정수준과 더 높은 상관을 보

인다는 기존 연구결과들을 지지하였다. 그리고 애착불안과 애착회피 수준에 따라 대인관계 심리변인을 거쳐 진로미결정수준으로 이어지는 내적 기제가 서로 다름을 명확히 하였다. 이것은 애착불안과 애착회피를 불안정애착이라는 포괄적 개념으로 연구하기보다 구분하여 연구할 필요가 있음을 시사한다.

또한 애착과 진로미결정의 기제를 밝히는 대부분의 연구는 하나의 매개변인을 투입하여 매개효과를 검증하고 있어(김세록, 2019; Braunstein-Bercovitz, 2014; Brown & Rector, 2008), 공존하는 여러 변인들 중 어느 변인에 우선 개입해야 하는가를 고민해야 하는 상담현실을 충분히 반영하기 어렵다. 본 연구는 다수의 매개변인을 투입한 병렬매개분석을 실시함으로써 기존 연구들에서 유의한 변인으로 드러난 ‘부정적 평가두려움’ 변인이 유의하지 않으며, ‘자기비난’이 사회비교경향성이나 부정적 평가두려움보다 더 중요한 매개변인임을 밝혀내었다. 이렇듯 관련있는 여러 변인들 중에 어느 것이 더 영향력이 큰 것인지를 밝히는 연구는 상담 및 응용분야의 주요한 기초자료를 제공할 것이다.

상담적 측면에서의 몇 가지 함의를 살펴보면, 진로미결정으로 고민하는 대학생과 상담할 때, 애착유형을 고려하여 접근할 필요가 있음을 보여준다. 먼저, 자기비난이 애착불안/애착회피와 진로미결정수준을 유의하게 매개하는 공통변인이며, 간접효과도 다른 매개변인에 비해 높은 것으로 드러나, 상담자가 내담자의 자기비난경향성에 주목하여 개입할 때 그 효과가 클 수 있음을 보여주었다. 그러나 애착유형에 따라 자기비난을 하는 동기를 다를 수 있는데, Falgares 등(2017)은 애착불안이 높은 사람들은 타인에게 거부당하거나 비난받

을 가능성을 낮추기 위해 자기비난을 하는 반면 애착회피가 높은 사람들은 자신의 단점을 극복하여 자기의존도를 높이기 위해 자기비난을 한다고 하였다. 이를 본 결과와 접목시켜 보면, 애착불안 및 애착회피 수준이 높은 내담자들이 자신이 스스로를 비난하는 서로 다른 동기를 이해하도록 돕는 것이 필요하며, 무엇보다 자신을 친절하게 대하고, 위로하며, 받아들이는 자기자비(self-compassion)능력을 함양시킬 수 있는 상담적 개입이 중요하다고 판단된다.

다음으로, 기존 연구들은 애착불안이 높은 대학생들이 지나치게 타인에게 관심을 두고 그것이 진로미결정에 부정적인 영향을 미친다고 하였으나, 본 연구는 애착불안이 높은 대학생들이 부정적 평가에 대한 두려움을 많이 느끼기는 하지만 그것이 진로미결정수준에 영향을 미치지 않으며, 타인과 비교하는 사회비교경향성은 오히려 진로미결정수준을 낮추는 것으로 드러났다. 따라서 진로상담자는 애착불안이 높은 내담자들이 건강한 사회비교를 할 때조차 타인에게 지나치게 의존하는 것으로 오해하지 않도록 주의할 필요가 있으며, 내담자가 건강한 사회비교와 지나친 타인의식을 구분할 수 있도록 도울 필요가 있다.

마지막으로, 애착회피가 높은 대학생들은 사회비교경향성이 낮으며, 이것이 진로미결정수준으로 이어지는 것으로 드러났다. 애착회피가 자기비난을 매개하여 진로미결정수준으로 이어진다는 본 연구결과와 중첩시켜 살펴보면, 애착회피가 높은 사람들은 사회비교경향성이 낮아서 타인으로부터 자신에 대한 정보를 얻지 못할 뿐만 아니라 자기비난 수준이 높아 자신이 스스로에게 주는 피드백도 지나치게 비난적이거나 처벌적이다. 즉, 낮은 사회

비교경향성과 높은 자기비난으로 인해 타인과 자신으로부터 얻는 정보가 빈약하고 왜곡되어 있을 가능성이 높고, 이것은 왜곡되고 빈약한 자기이해로 이어져, 진로결정의 어려움을 가중시킬 수 있다. 따라서 진로상담에서는 애착회피의 대학생들이 타인(상담자)의 의견에 관심을 갖고, 조언을 구할 수 있도록 도우며, 왜곡된 자기비난의 목소리를 조정할 수 있도록 개입할 필요가 있다.

본 연구는 몇 가지 제한점과 연구과제를 안고 있다. 먼저, 본 연구에서는 자기비난과 사회비교경향성이 진로미결정수준에 영향을 미친다고 가정하고 있으나, 진로미결정의 수준이 높고, 미결정 상태로 오랜 기간 있는 대학생의 경우 그런 자신의 모습에 대해 부정적으로 평가하며 자기비난을 할 수 있고, 타인의 반응을 더 의식할 수도 있다. 따라서 본 연구 결과를 임상장면에 적용하기 위해서는 이를 반복적으로 입증하는 후속연구와 중단연구가 필요할 것이다.

다음으로, 진로선택의 어려움에 관한 연구는 진로미결정과 진로무결정을 구분하고 있다. 진로미결정을 자연스러운 진로발달의 한 현상으로 보는 반면 진로무결정은 만성적인 진로결정장애적 특성으로 간주한다. 본 연구는 진로미결정을 연구의 초점으로 삼아, 대학교 4학년, 대학(원)졸업 후 미취업자, 대학원생 등을 대상으로 자료를 수집하였다. 그러나 연구과정에서 이들 대상자 중에 진로무결정자들을 선별해내지 못하였다는 한계를 갖는다. 기존 연구결과(Cantanzaro & Wei, 2010; Falgares et al., 2017; Zuroff & Fitzpatrick, 1995)와 달리, 본 연구에서는 애착불안이 애착회피에 비해 자기비난과 더 높은 상관을 갖는 것으로 드러났다. 진로무결정자를 선별해내지 못한 것이 이러한

결과에 영향을 미쳤을 가능성을 배제할 수 없다. 현재 애착불안과 애착회피를 구분하여 살펴본 연구가 많지 않기 때문에 후속 연구를 통해 그 관계성을 살펴볼 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 타인과 자신을 비교하는 사회비교경향성이 진로미결정에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 드러나 사회비교경향성이 진로발달에 긍정적인 영향을 미친다는 윤지은과 강영배(2018)의 연구결과를 지지하고 있다. 그러나 사회비교경향성과 개인의 정신건강 및 진로결정에 관한 여러 연구들은 사회비교경향성의 부정적인 영향력에 대해 보고하고 있어서(김나래, 이기학, 2012; 이종환, 박은아, 2010; Li, Hou & Jia, 2015) 이에 대한 추가 연구가 필요하다. 또한 기존 연구는 사회비교를 하는 사람들의 동기와 자기관에 따라 그 영향이 달라질 수 있음을 보여주고 있어(한민, 류승아, 김경미, 2012), 개인차 변인을 고려할 필요가 있다. 이에 대한 후속 연구를 통해 사회비교경향성이 개인의 진로발달 및 미결정에 미치는 기제를 밝히는데 유용할 것이다.

마지막으로, 본 연구결과를 해석하는 과정에서 애착불안 및 애착회피 수준이 높은 사람들의 경우, 사회비교경향성과 자기비난이 왜곡되고 빈약한 자기이해와 자기탐색부족으로 이어지고 그것이 진로미결정수준을 높일 수 있다는 점을 발견하였다. 즉, 자기(self)와 관련된 변인이 애착과 진로미결정의 관계에 있어 주요 매개변인이 된다고 판단하는 바, 추후 연구에서는 자존감 등 자기와 관련한 변인을 포함하여 진로미결정수준으로 가는 경로를 확인하는 보다 세밀한 연구를 진행할 필요가 있다.



### 참고문헌

- 김경미, 류승아 (2019). 대학생의 긍정정서와 대학생활만족도 및 진로준비의 관계에서 소명의식의 매개효과. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 25(3), 231-248.
- 김나래, 이기학 (2012). 대학생의 사회비교경향성과 진로미결정의 관계: 자아존중감과 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 학교*, 9(2), 175-191.
- 김성현 (2004). 친밀관계경험검사 개정판 타당화 연구: 확증적 요인분석과 문항반응 이론을 중심으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김세록 (2019). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제와 진로결정수준의 관계: 자기비난의 매개효과. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 목정연, 진영은 (2019). '진로'의 의미 탐구를 통한 진로교육 방향 모색. *학습자중심교과교육연구*, 19(3), 1073-1096.
- 유기은, 이기학 (2016). 대학생의 사회비교경향성이 진로불안에 미치는 영향. *한국심리학회지: 학교*, 13(3), 407-429.
- 윤지은, 강영배 (2018). 대학생의 사회비교경향성, 성취목표지향성, 진로결정자기효능감과 진로준비행동의 구조관계분석. *청소년문화포럼*, 155-183.
- 이민혁 (2018). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 진로결정자기효능감에 미치는 영향: 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. *숭실대학교 기독교학대학원 석사학위논문*.
- 이영선, 김정희, 이영순 (1999). 진로미결정에 대한 심리적 독립, 애착 및 특성 불안의 관계. *한국진로상담학회지*, 4(1), 137-161.
- 이은희 (2011). 대학생의 불안정 애착 및 자아정체성이 진로미결정에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 16(2), 401-425.
- 이정윤, 최정훈 (1997). 한국판 사회공포증 척도(K-SAD, K-FNE)의 신뢰도 및 타당도 연구. *한국심리학회지: 임상*, 16(2), 251-265.
- 이종한, 박은아 (2010). 내-외적 자기개념, 행복 조건, 사회비교와 자기존중감의 관계. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 16(4), 423-445.
- 이지원, 이기학 (2014). 대학생의 성인애착과 진로의사결정문제와의 관계: 정서적 어려움의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 학교*, 11(1), 55-87.
- 이혜미 (2009). 수치심경험과 우울과의 관계에서 자기-비판적 인지양식과 회피/철수 대처의 매개효과검증. 아주대학교 석사학위 논문.
- 정애경, 김계현, 김동민 (2008). 진로미결정 및 관련 변인에 관한 국내연구 메타분석. *상담학연구*, 9(2), 551-564.
- 최윤희 (2003). 스트레스, 통제소재 및 사회비교 경향성이 우울정도에 미치는 영향. 석사학위논문. 가톨릭대학교 대학원.
- 한민, 류승아, 김경미 (2012). 사회비교와 행복의 관계에서 문화적 자기관의 역할. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 19(4), 577-597.
- Blatt, S. J. (2006). A fundamental polarity in psychoanalysis: Implications for personality development, psychopathology, and the therapeutic process. *Psychoanalytic Inquiry*, 26(4), 494-520.
- Blatt, S. J., & Zuroff, D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 527-562.

- Blustein, D. L., Prezioso, M. S., & Palladino Schultheiss, D. E. (1995). Attachment theory and career development: Current status and future directions. *The Counseling Psychologist*, 23(3), 416-432.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *British Journal of Psychiatry*, 130, 201-210.
- Braunstein-Bercovitz, H. (2014). Self-criticism, anxious attachment, and avoidant attachment as predictors of career decision making. *Journal of Career Assessment*, 22(1), 176-187.
- Braunstein-Bercovitz, H., Benjamin, B. A., Asor, S., & Lev, M. (2012). Insecure attachment and career indecision: Mediating effects of anxiety and pessimism. *Journal of Vocational Behavior*, 81, 236-244.
- Brennan, K. A., Clark, C. L., & Shaver, P. R. (1998). Self-report measurement of adult attachment: An integrative overview. In J. A. Simpson & W. S. Rholes(Eds.), *Attachment theory and close relationships* (pp.46-47). NY: Guilford Press.
- Brown, S. D., & Rector, C. C. (2008). Conceptualizing and diagnosing problems in vocational decision making. In S. D. Brown & R. W. Lent(Eds.), *Handbook of counseling psychology*(4th ed., pp. 392-407). Hoboken, NJ: Basic Books.
- Cantazaro, A. E., & Wei, M. (2010). Adult attachment, dependence, self-criticism, and depressive symptoms: A test of a mediational model. *Journal of Personality*, 78, 1135-1162.
- Crites, J. O. (1981). *Career Counseling: Models, Methods and Materials*. Scarborough, Ont.: McGraw-Hill.
- Downing, H. M., & Nauta, M. M. (2010). Separation-individuation, exploration and identity diffusion as mediators of the relationship between attachment and career indecision. *Journal of Career Development*, 36, 307-227.
- Erikson, E. H. (1956). The problem of ego identity. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 4(1), 56-121.
- Falgares, G. et al. (2017). Attachment styles and suicide-related behaviors in adolescence: The mediating role of self-criticism and dependency. *Frontiers in Psychiatry*, 8, 1-9.
- Festinger, L. (1954). A theory of social comparison processes. *Human Relations*, 7, 117-140.
- Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123-151.
- Fraley, R. C., Roisman, G. I., Booth-LaForce, C., Owen, M. T., & Holland, A. S. (2013). Interpersonal and genetic origins of adult attachment styles: A longitudinal study from infancy to early adulthood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 104(5), 817-838.
- Fuqua, D. R., Seaworth, T. B., & Newman, J. L. (1987). The relationship of career indecision and anxiety: A multivariate examination. *Journal of Vocational Behavior*, 30(2), 175-186.
- Gati, I., Krausz, M., & Osipow, S. H. (1996). A taxonomy of difficulties in career decision making. *Journal of Counseling Psychology*, 43,

- 510-526.
- Gibbons, F. X. & Buunk, B. P. (1999). Individual differences in social comparison: Development of a scale of social comparison orientation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76(1), 129-142.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1990). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 270-280.
- Ishiyama, F. I. & Munson, P. A. (1993). Development and validation of a self-critical cognition scale. *Psychological Report*, 72, 147-154.
- Keller, C. J., & Brown, C. (2014). Conflictual independence, adult attachment orientation, and career indecision among Asian American students. *Journal of Career Development*, 41(5), 426-444.
- Kline, R. B. (2005). *Principle and practice of structural equation modeling*(2nd ed.), NY: The Guilford Press.
- Kvitkovičová, L., Umemura, T., & Macek, P. (2017). Roles of attachment relationships in emerging adults' career decision-making process: A two-year longitudinal research design. *Journal of Vocational Behavior*, 101, 119-132.
- Leary, M. R. (1983). A brief version of the fear of negative evaluation scale. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9, 371-375.
- Li, X., Hou, Z. J., & Jia, Y. (2015). The influence of social comparison on career decision-making: Vocational identity as a moderator and regret as a mediator. *Journal of Vocational Behavior*, 86, 10-19.
- Luyten, P., & Blatt, S. J. (2011). Integrating theory-driven and empirically-derived models of personality development and psychopathology: A proposal for DSM V. *Clinical Psychology Review*, 31, 52-68.
- Marks, I. M., & Gelder, M. G. (1966). Different ages of onset in varieties of phobia. *The American Journal of Psychiatry*, 123(2), 218-221.
- Matsuoka, N., Uji, M., Hiramura, H., Chen, Z., Shikai, N., Kishida, Y., & Kitamura, T. (2006). Adolescents' attachment style and early experiences: A gender difference. *Archives of Women's Mental Health*, 9(1), 23.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics and change*. NY: Guilford.
- O'Loughlin, J. I., Cox, D. W., Kahn, J. H., & Wu, A. D. (2018). Attachment avoidance, alexithymia, and gender: Examining their associations with distress disclosure tendencies and event-specific disclosure. *Journal of Counseling Psychology*, 65(1), 65.
- Porfeli, E. J., Lee, B., Vondracek, F. W., & Weigold, I. K. (2011). A multi-dimensional measure of vocational identity status. *Journal of Adolescence*, 34(5), 853-871.
- Prioste, A., Narciso, I., Gonçalves, M. M., & Pereira, C. R. (2016). Adolescent parents' values: The role played by retrospective perceptions of the family-of-origin. *Journal of Child and Family Studies*, 25(1), 224-231.
- Rottinghaus, P. J., Jenkins, N., & Jantzer, A. M. (2009). Relation of depression and affectivity to career decision status and self-efficacy in

- college students. *Journal of Career Assessment*, 17, 271-285.
- Santis, S. D., Falgares, G., & Kopala-Sibley, D. C. (2019). The relationship between attachment styles and internalizing/externalizing problems: The mediating role of self-criticism. *Current Psychology, Published online*, <https://doi.org/10.1007/s12144-019-00174-4>.
- Savelieva, K., et al. (2017). Intergenerational transmission of qualities of the parent - child relationship in the population-based Young Finns Study. *European Journal of Developmental Psychology*, 14(4), 416-435.
- Savickas, M. L. (2002). Career construction: A developmental theory of vocational behavior. In D. Brown & Associates(Eds.) *Career Choice and Development*(4th., pp.149-205). SanFrancisco: Jossey-Bass.
- Tak, J., & Lee, K. H. (2003). Development of the Korean career indecision inventory. *Journal of Career Assessment*, 11(3), 328-345.
- Tokar, D. M., Withrow, J. R., Hall, R. J., & Moradi, B. (2003). Psychological separation, attachment security, vocational self-concept crystallization, and career indecision: A structural equation analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 3-19.
- van Eecke, Y. (2007). Attachment style and dysfunctional career thoughts: How attachment style can affect the career counseling process. *The Career Development Quarterly*, 55, 339-350.
- Vignoli, E. (2009). Inter-relationships among attachment to mother and father, self esteem and career indecision. *Journal of Vocational Behavior*, 75, 91-99.
- Vignoli, E., Croity-Belz, S., Chapeland, V., de Fillipis, A., & Martine, G. (2005). Career exploration in adolescents: The role of anxiety, attachment and parenting style. *Journal of Vocational Behavior*, 67, 153-168.
- Wallin, D. J. (2007). *Attachment in psychotherapy*. NY: Guilford.
- Watson, D., & Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*, 33, 448-457.
- Wei, M., Heppner, P. P., Russell, D. W., & Young, S. K. (2006). Maladaptive perfectionism and ineffective coping as mediators between attachment and future depression: A prospective analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 67-79.
- Wolfe, J. B., & Betz, N. E. (2004). The influences of the family of origin on career development: A review and analysis. *The Counseling Psychologist*, 32, 493-568.
- Wright, S. L., & Perrone, K. M. (2008). The impact of attachment on career-related variables: A review of the literature and proposed theoretical framework to guide future research. *Journal of Career Development*, 35, 87-106.
- Yu, G., Wang, Y., & Liu, C. (2012). Improving public service quality from a developmental perspective: Empathy, attachment, and gender differences. *Public Personnel Management*, 41(5), 9-20.
- Zayas, V., Mischel, W., Shoda, Y., & Aber, J. L. (2011). Roots of adult attachment: Maternal caregiving at 18 months predicts adult peer and partner attachment. *Social Psychological and*

손영미 · 박정열 / 애착불안, 애착회피와 진로미결정수준과의 관계: 사회비교경향성, 자기비난, 부정적 평가두려움의 다중매개효과

*Personality Science*, 2(3), 289-297.

Zuroff, D. C., & Fitzpatrick, D. K. (1995).

Depressive personality styles: Implications for adult attachment. *Personality and Individual Difference*, 18(2), 253-265.

논문 투고일 : 2019. 10. 07

1 차 심사일 : 2019. 10. 11

게재 확정일 : 2020. 07. 01

## The Relationship of Anxious Attachment, Avoidant Attachment and Career Indecision: The Multiple Mediation Effects of Social Comparison, Self-Criticism, and Fear of Negative Evaluation

Young Mi Sohn

Konyang University

Cheong Yeul Park

Seoul Business School, aSSIST

The present study examines whether fear of negative evaluation, social comparison and self-criticism mediate the relationship between insecure attachment and career indecision. Participants are 401 unemployed people in their 20s who have never had a job. The major findings of this study are as follows. First, correlation analysis indicates that both anxious attachment and avoidant attachment are positively related to fear of negative evaluation and self-criticism. Also, anxious attachment is positively correlated with social comparison, whereas avoidant attachment is negatively correlated with it. Second, both insecure attachments have significant positive correlation with career indecision. Third, it shows the respective unique mechanisms by which each of the two insecure attachment forms are related to career indecision are distinctive: Specifically, The linkage between anxious attachment and career indecision is partially mediated by self-criticism and social comparison, whereas avoidant attachment is indirectly related to career indecision through a full mediation of self-criticism and social comparison. Implications and limitations of this study are discussed.

*Key words* : *anxious attachment, avoidant attachment, social comparison, self-criticism, fear of negative evaluation, career indecision, career*