

<http://dx.doi.org/10.17703/JCCT.2023.9.3.339>

JCCT 2023-5-39

불안정 성인애착과 회복탄력성 간의 관계 :정신화의 매개효과

The Relationship between Insecure Adult Attachment and Resilience : The Mediation Effect of Mentalization

고미나*

Ko Mi Na*

요약 본 연구의 목적은 불안정 성인애착과 회복탄력성과의 관계에서 정신화의 매개효과를 검증하고자 하였다. 온라인 리서치 회사에 설문을 의뢰하여 총 468명의 데이터를 수집하였다. 수집된 데이터는 SPSS 25.0을 활용하여 기술통계와 위계적 회귀분석을 실시하였고, 정신화의 매개효과를 검증하기 위하여 Sobel test를 실시하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 애착불안, 애착회피, 정신화, 회복탄력성 간에 모두 유의미한 상관관계가 있는 것으로 나타났다. 둘째, 애착불안과 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과는 유의미한 것으로 나타났으며, 완전매개효과가 있는 것으로 나타났다. 셋째, 애착회피와 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 본 연구결과를 통해 불안정 성인애착과 회복탄력성 간의 관계를 재확인하였으며, 이들 간의 관계에서 나타나는 정신화의 역할 또한 확인하였다.

주요어 : 불안정 성인애착, 애착회피, 애착불안, 정신화, 회복탄력성

Abstract The purpose of this study was to verify the mediating effect of mentalization in the relationship between insecure adult attachment and resilience. A total of 468 data were collected by requesting a survey to an online research company. The collected data were subjected to descriptive statistics and hierarchical regression analysis using spss 25.0. The Sobel test was conducted to verify the mediating effect of mentalization. The research results are as follows. First, there was a significant correlation between attachment anxiety, attachment avoidance, mentalization, and resilience. Second, the mediating effect of mentalization was found to be significant in the relationship between attachment anxiety and resilience, and a complete mediating effect was found. Third, the mediating effect of mentalization in the relationship between attachment avoidance and resilience was found to be insignificant. Through the results of this study, the relationship between insecure adult attachment and resilience was reconfirmed, and the role of mentalization in the relationship between them was also confirmed.

Key words : Insecure Adult Attachment, Attachment Avoidance, Attachment Anxiety, Mentalization, Resilience

*정회원 동의대학교 철학인문교양학부 부교수(제1저자)
접수일: 2023년 3월 30일, 수정완료일: 2023년 4월 14일
게재확정일: 2023년 5월 5일

Received: March 30, 2023 / Revised: April 14, 2023

Accepted: May 5, 2023

*Corresponding Author: minapro@deu.ac.kr

Division of Philosophy, College of Liberal Arts, Dong-Eui univ, Korea

1. 서론

대학생 시기는 후기 청소년기와 초기 성인기에 해당하는 시기로서 인간의 발달단계에서 많은 변화를 경험하는 불안정한 시기이다. 또한 청소년기와는 달리 다양한 배경을 가진 사람들과의 관계를 경험하게 되고, 부모 및 교사의 관리에서 벗어나 주체적으로 자신의 삶을 추구해야 하는 시기이다[1]. 그러나 대학생들은 아직 사회적·정서적·심리적인 면들이 미성숙하여 환경과의 상호작용에서 좌절을 겪기도 하고, 갈등을 합리적으로 해결하지 못하여 적응의 어려움을 겪기도 하면서 다양한 스트레스 상황에 놓이게 된다[2, 3].

대학생의 스트레스는 다양한 정신건강 문제를 야기할 수 있으며, 이러한 상황은 대학생활적응의 어려움으로 연결될 수 있다[4]. 하지만 동일한 상황에 놓여져 있더라도 심리적 안녕감을 회복하거나 오히려 심리적 성장을 보이는 경우도 있다. 이와같이 동일한 상황에 대한 반응이 다를 수 있음을 설명할 수 있는 것이 회복탄력성이다.

회복탄력성은 개인이 겪게 되는 역경 속에서 긍정적이고 유연한 적응을 위해 필요한 심리적 변인으로, 대학생들이 일상에서 마주하는 어려움에 대처해 나갈 수 있도록 도움을 주는 개인 내적 자원이라고 볼 수 있다[5, 6]. 최근 연구에서 회복탄력성이 학교생활적응, 심리적 안녕감, 낙관성, 대인관계 등에 긍정적인 영향을 미치는 것이 밝혀지면서, 회복탄력성을 증진시키는 요인에 대한 연구의 필요성이 대두되고 있다[7, 8]. 이러한 회복탄력성에 영향을 미치는 다수의 변인 중 가장 일관되고 안정적인 상관을 보여주는 변인으로 애착이 있다.

선행연구를 살펴보면, 안정애착을 형성한 어머니는 자녀에게 일관된 반응을 보이고 정서적 지지를 제공함으로써 자녀의 회복탄력성에 긍정적인 영향을 미쳤다[9]. 반면, 불안정 애착의 애착불안과 애착회피는 스트레스 상황을 마주하거나 역경을 이겨내는 힘이 부족하며, 불안정 애착의 수준이 높을수록 회복탄력성이 낮아지는 부적 상관이 확인되었다[10-13]. 회복탄력성을 매개변인으로 설정한 연구에서도 성인애착이 회복탄력성에 유의한 영향을 나타내었고, 회복탄력성의 하위요인인 통제성, 긍정성, 사회성에 모두 영향을 미치는 것으로 나타났다[14]. 이렇듯 안정애착을 형성하게 되면, 스트레스 상황에서 주저하지 않고 극복할 수 있는 회복탄

력성이 높아지게 되고, 반대로 불안정 애착을 형성하게 되면 스트레스 상황에서 부적응적인 정서와 태도가 나타나며 회복탄력성이 낮아지게 되는 것을 알 수 있다.

한편, 또 다른 연구에서는 성인애착 중 애착불안과 애착회피가 서로 다른 양상을 보이고 있음을 보고하고 있다. 불안정 애착 중 애착불안만이 심리적 디스트레스와 유의한 정적상관이 있음을 보고하였다[15]. 이는 같은 불안정 성인애착이라도 서로 다른 내적작동모델을 가지므로 다른 결과가 나타난 것으로 볼 수 있다. 이러한 가능성이 존재하기 때문에 불안정 성인애착을 애착불안과 애착회피로 구분하여 각 유형이 회복탄력성으로 가는 기제에 대한 연구의 필요성 또한 대두되었다.

위의 선행연구들을 종합하면, 불안정 성인애착일수록 회복탄력성이 낮은 것으로 나타나고 있으며, 또한 애착불안과 애착회피에 따라 회복탄력성과의 관계 양상은 달라진다고 보고하고 있다. 즉, 지금까지의 선행연구들은 애착과 회복탄력성 간의 이론적 개념과 경험적 연구결과에서 나타난 유의미한 관계성에 주목해왔다. 하지만 이제는 상담 및 심리치료 시 활용할 수 있는 실제적인 개입 방법에 대한 시사점을 도출하는 것이 필요하다. 이를 위해 불안정 성인애착과 회복탄력성 간의 관계를 매개하는 추가적인 변인에 대한 탐색은 매우 중요하다.

Fonagy는 생애 초기에 형성된 애착 그 자체보다는 지금까지 경험한 애착 대상과의 관계경험에 대한 정신화가 개인의 성격 및 관계 양상에 더 큰 영향력을 미친다고 주장한다[16]. 즉, 초기 관계에서 불안정 애착을 형성하였더라도 정신화 능력이 향상되면 애착관련 사고 및 정서가 활성화 될 때에도 부적응적 대처 양식과 부정적 정서를 중재할 수 있음을 의미한다. 이처럼 정신화는 정서를 인식하고 조절하는 능력을 향상시켜 정서가 제대로 기능할 수 있도록 돕는다. 이는 정신화를 치료적 기제로 활용할 수 있다는 가능성을 의미하며, 이와 같은 내용을 토대로 최근 심리치료에서는 애착과 정신질환과의 관계에서 핵심변인을 정신화로 설정한 정신화 기반치료(Mentalization-Based Therapy)가 개발되어 활용되고 있다.

위의 선행연구 결과들은 회복탄력성이 선천적으로 타고나는 부분도 있지만, 후천적으로 교육 및 환경의 영향을 받아 향상될 수 있다는 주장과도 연결할 수 있다[17]. 즉, 회복탄력성은 직접적인 교육을 통해서도 향

상이 가능하지만, 회복탄력성과 부적 상관관계를 보이는 불안정 애착의 상태이더라도 매개변인을 활용하면 회복탄력성 향상에 기여할 수 있다는 것을 의미한다.

이에 본 연구는 불안정 성인애착과 회복탄력성의 관련성에 주목하고 특히 두 변인 간의 관계를 매개하는 개인 내적 특성을 검증하여 대학생의 회복탄력성 향상에 기여할 수 있는 개입방안을 제안하고자 한다. 또한 불안정 성인애착과 회복탄력성 간의 관계를 매개하는 변인으로 Fonagy가 제안한 정신화의 관련성을 경험적으로 확인하고자 한다.

본 연구를 위해 설정한 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 불안정 성인애착(애착불안, 애착회피)과 정신화, 회복탄력성 간의 관계는 어떠한가? 둘째, 애착불안과 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과는 어떠한가? 셋째, 애착회피와 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과는 어떠한가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구에서는 온라인 리서치 회사에 설문을 의뢰하여 2022년 8월 1일부터 8월 12일까지 전국에 소재한 4년제 대학생에게 온라인 설문조사를 실시하였다. 총 468명의 데이터가 수집되었고, 남성 228명(48.7%), 여성 240명(51.3%), 학년별 분포는 1학년 111명(23.7%), 2학년 115명(24.6%), 3학년 119명(25.4%), 4학년 123명(26.4%)으로 구성되었다.

2. 측정도구

1) 성인애착

성인애착을 측정하기 위한 척도로 ECR(Experience in Close Relationship)를 활용하였다. ECR은 36개 항목으로 이루어진 자기보고식 측정으로 Brennan 등이 개발하였으며, 본 연구에서는 황경옥이 번안한 질문지를 사용하였다[18-19]. 하위요인은 애착불안과 애착회피이며, 각 18문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'의 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 본 연구에서의 신뢰도는 애착불안 .886, 애착회피 .858, 전체는 .903이다.

2) 정신화

정신화를 측정하기 위해 박세미가 개발한 정신화 척

도를 사용하였다[20]. 본 척도의 하위요인은 자기 및 타인성찰, 타인의 마음에 대한 확신, 정서 자각 실패, 경직된 사고로 구성되어 있다. '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'의 5점 Likert 척도이며, 총 25문항으로 구성되어 있다. 점수가 높을수록 정신화 능력이 높다는 것을 의미하며, 본 연구에서의 신뢰도는 자기 및 타인성찰 .806, 타인의 마음에 대한 확신 .846, 정서 자각실패 .844, 경직된 사고 .909, 전체는 .841이다.

3) 회복탄력성

회복탄력성을 측정하기 위해 Reivich와 Shatt가 개발하고 김주환이 번안한 한국형 회복탄력성 지수(Korean Resilience Quotient-53: KRQ)를 신우열 등이 수정한 회복탄력성 척도(YKRQ-27)를 사용하였다[21]. 본 척도는 통제성, 긍정성, 사회성의 3개 하위요인이며, 총 27문항으로 구성되었다. 각 문항은 '전혀 그렇지 않다'에서 '매우 그렇다'의 4점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 회복탄력성이 높은 것으로 해석한다. 본 연구에서의 신뢰도는 통제성 .741, 긍정성 .812, 사회성 .823, 전체는 .891이다.

3. 자료분석

본 연구의 자료분석은 SPSS 25.0을 활용하여 분석을 실시하였다. 첫째, 각 변인들의 기초통계치 파악을 위해 기술통계를 실시하였으며, Cronbach α 값을 통해 신뢰도를 측정하였다. 둘째, Pearson 상관분석을 통해 애착불안, 애착회피, 정신화, 회복탄력성 간의 관계를 파악하였다. 셋째, 애착불안 및 애착회피와 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과를 분석하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 정신화의 매개효과를 검증하기 위하여 Sobel test를 실시하였다.

III. 연구결과

1. 주요변인 기술통계 및 상관관계

애착불안, 애착회피와 정신화, 회복탄력성의 상관분석과 기술통계를 실시하였으며, 결과는 표 1과 같다. 모든 변인들 간의 관계에서 통계적으로 유의미함을 나타내었다. 애착회피는 애착불안과는 정적상관($r=.438, p<.001$)을 보였지만, 매개변인인 정신화와 종속변인인 회복탄력성과는 모두 부적상관을 나타내었다. 구체적으로 살펴보면, 애착회피는 정신화($r=-.325, p<.001$), 회복

탄력성($r=-.349, p<.001$)였고, 애착불안은 정신화($r=-.582, p<.001$), 회복탄력성($r=-.097, p<.05$)였다. 반면, 매개변인인 정신화와 종속변인인 회복탄력성 간에는 정적상관($r=.192, p<.001$)이 있는 것으로 나타났다.

표 1. 주요변인 간의 기술통계 및 상관관계
Table 1. Descriptive statistics and correlation between major variables

	1	2	3	4
1				
2	.438***			
3	-.325***	-.582***		
4	-.349***	-.097*	.192***	
M	2.928	2.802	3.293	3.018
SD	.582	.626	.409	.298

* $p<.05$. *** $p<.001$.

1.애착회피 2.애착불안 3.정신화 4.회복탄력성

2. 애착불안과 회복탄력성의 관계에서 정신화의 매개효과

애착불안과 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과는 표 2에서 나타난 바와 같다. 1단계에서 애착불안이 정신화를 유의미하게 예측하였고($\beta=-.582, p<.001$), 2단계에서도 애착불안이 회복탄력성을 유의미하게 예측하였다($\beta=-.097, p<.05$). 3단계에서 애착불안과 정신화를 동시에 투입한 결과 이들 두 변수 중 정신화만 회복탄력성을 유의미하게 예측하였다($\beta=.205, p<.001$). 3단계에서는 애착불안이 회복탄력성을 유의미하게 설명하지 않았기 때문에 완전매개가 효과가 있는 것으로 나타났다. Sobel test를 활용하여 간접효과를 검증한 결과($Z=-3.556, p<.001$) 유의미한 것으로 나타났다. Sobel test에서는 절대값 1.96 이상이면 매개효과의 유의성이 검증된 것으로 인정한다.

표 2. 애착불안과 회복탄력성의 관계에서 정신화의 매개효과
Table 2. Mediating effects of mentalization in the relationship between attachment anxiety and resilience

단계	독립 변수	종속 변수	B	SE	β	R^2	F
1	애착불안	정신화	-.380	.025	-.582***	.338	238.41***
2	애착불안	회복탄력성	-.046	.022	-.097*	.009	4.453*
3	애착불안 정신화	회복탄력성	.011	.027	.022	.037	9.03**
			.150	.041	.205***		
Sobel's test			-3.556***				

* $p<.05$. *** $p<.001$.

3. 애착회피와 회복탄력성의 관계에서 정신화의 매개효과

애착회피와 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과는 표 3에서 나타난 바와 같다. 1단계에서 애착회피가 정신화를 유의미하게 예측하였고($\beta=-.325, p<.001$), 2단계에서도 애착회피가 회복탄력성을 유의미하게 예측하였다($\beta=-.349, p<.001$). 3단계에서 애착회피와 정신화를 동시에 투입한 결과 이들 두 변수 중 애착회피만 회복탄력성을 유의미하게 예측하였다($\beta=-.320, p<.001$). 애착회피와 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과를 알아보기 위하여 Sobel test를 실시한 결과($Z=-1.903, p>.05$) 유의미하지 않는 것으로 나타났다. 즉, 애착회피와 회복탄력성 간의 관계에서는 정신화의 매개효과는 없는 것으로 나타났다.

표 3. 애착회피와 회복탄력성의 관계에서 정신화의 매개효과
Table 3. Mediating effect of mentalization in the relationship between attachment avoidance and resilience

단계	독립 변수	종속 변수	B	SE	β	R^2	F
1	애착회피	정신화	-.228	.031	-.325***	.106	55.010**
2	애착회피	회복탄력성	-.179	.022	-.349***	.121	64.436***
3	애착회피 정신화	회복탄력성	-.164	.023	-.320***	.128	34.280**
			.065	.033	.089		
Sobel's test			-1.903				

*** $p<.001$.

IV. 논 의

본 연구에서는 불안정 성인애착과 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과를 검증하고자 하였다. 연구의 주요 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 모든 변인들은 통계적으로 유의미한 상관관계를 나타내었다. 애착회피는 애착불안과는 정적 상관을 보였지만, 매개 변인인 정신화와 종속 변인인 회복탄력성과는 모두 부적 상관을 나타내었다. 반면, 매개 변인인 정신화와 종속 변인인 회복탄력성 간에는 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 애착불안과 애착회피 모두 정신화와 부적상관을 보였다는 기존의 선행연구

들과 동일한 결과를 나타내었다[22-24]. 불안정 애착 수준이 높을수록 자신 또는 타인에 대한 내적 표상이 부정적이며 나아가 자신과 타인의 감정을 이해하고 신념과 욕구를 추론하는 정신화 능력이 낮아진다는 것을 재확인할 수 있었다[23].

둘째, 애착불안과 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과는 유의한 것으로 나타났으며, 완전매개 효과가 있는 것으로 나타났다. 애착불안은 심리적 위기를 경험하게 되면 내적 작동모델이 과잉활성화 되기 때문에 고통을 크게 지각하여 정신화 능력이 저해된다[25]. 이때 정신화 능력이 애착불안과 회복탄력성 간의 관계를 매개한다는 것을 본 연구결과를 통해서 확인할 수 있다. 이는 초기 부모와 자녀관계에서 형성된 안정애착은 정신화 능력을 활성화시키는 것을 의미하며, 정신화 능력은 부적응적 정신병리의 보호요인이 된다는 연구결과와 맥락을 같이 한다[26-27]. 따라서 애착불안의 경우라도 정신화 능력이 향상되면 애착관련 사고와 정서가 활성화되더라도 부정적 정서경험 혹은 부적응적 대처양식을 증재할 수 있다고 볼 수 있다[28].

셋째, 애착회피와 회복탄력성 간의 관계에서 정신화의 매개효과는 유의미하지 않은 것으로 나타났다. 정신화의 부분매개효과를 확인한 선행연구도 있는 것으로 나타났으나, 본 연구결과와는 맥락을 함께 하지 않는다[24]. 애착회피의 경우 부정적 정서를 경험할 때 억압 혹은 무시와 같은 비활성화 전략을 사용하는 경향이 있다[25]. 이와 같은 특성 때문에 자신의 욕구에 대한 탐색이 부족하고 타인에게 관심 또한 기울이지 않기 때문에 자신 및 타인의 감정을 이해하고 신념과 욕구를 추론하는 정신화의 영향력이 유의미하지 않을 가능성이 있다.

본 연구는 오랜 기간에 걸쳐 형성된 애착의 형태를 바꾸는 것은 어렵기 때문에 매개변인인 정신화 능력의 증진을 통해 회복탄력성을 향상시키는 방안을 제시했다는 점에서 의의를 찾을 수 있다. 또한 불안정 성인애착을 애착불안과 애착회피로 구분하여 정신화 및 회복탄력성과의 관계를 검증하였다는 측면에서도 연구의 의의를 찾을 수 있다. 따라서 본 연구의 결과는 불안정 성인애착인 대학생의 회복탄력성을 높이기 위해 실제 상담에서 적용할 수 있는 기초자료로 활용될 수 있을 것이다.

V. 결 론

본 연구에서는 불안정 성인애착과 정신화, 회복탄력성을 연구변인으로 선정하여 이들 변인들 간의 관계를 살펴보았다. 본 연구결과를 통해 불안정 성인애착인 애착불안, 애착회피와 회복탄력성 간의 관계를 재확인 하였으며, 이들 간의 관계에서 나타나는 정신화의 역할 또한 확인하였다. 본 연구결과는 대학생들이 발달적 과업을 수행하는 도중 마주할 수 있는 갈등상황을 유연한 태도로 대처할 수 있도록 교육하고 개입하는데 기여할 것이라고 기대된다.

본 연구의 제한점과 이후 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 자료수집이 온라인을 통해 진행되었다는 점에서 자료 신뢰성에 한계가 있을 수 있다. 온라인 설문은 경우 참여자가 제공한 정보가 사실이라고 가정할 수 밖에 없기 때문에 후속연구에서는 이러한 한계점을 보완하는 것이 필요하다. 둘째, 불안정 성인애착인 대학생들의 회복탄력성을 높이기 위한 추가적인 변인에 대한 검증도 필요하다. 불안정 애착은 오랜시간 형성되었기 때문에 애착의 형태를 변화시키기에는 많은 시간이 소요될 수 있다. 따라서 상담 및 심리치료 현장에서 유용하게 활용할 수 있는 매개변인들에 대한 추가적인 검증이 필요하다.

References

- [1] J. U. Kim and J. H. Kim. "Relationships Among Parental Attachment, Social Support and Adjustment to College Life," *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol. 13, No. 9, pp. 248-259, 2013. DOI : 10.5392/JKCA.2013.13.09.248
- [2] M. J. Park, Y. L. Ham and D. N. Oh. "Levels and their Correlations of Decision-Making-Competency, Adjustment to College Life, Satisfaction to College Life in Freshmen," *The Journal of the Korea Contents Association*, Vol. 12, No. 4, pp. 327-337, 2012. DOI : 10.5392/JKCA.2012.12.04.327
- [3] I. Kim, S. C. Bae and W. S. Kim. "The Impact of Adolescents' Parent, Teacher, and Peer Relationships on School Life Satisfaction: Focusing on the Mediating Effect of Delinquency Experience," *International Journal of Advanced Culture Technology(IJACT)*, Vol.

- 10, No. 4, pp. 168-174, 2022. DOI <https://doi.org/10.17703/IJACT.2022.10.4.168>
- [4] J. U. Ohk. "Effects of Affect Regulation Style and Inferiority on Mental Health of University Students," Pusan National University Master Thesis, 2010.
- [5] Y. M. Jeong. "Effect of Parental Attachment on Children's Life Satisfaction : Mediating Effect of Ego Resilience," *The Journal of the Convergence on Culture Technology(JCCT)*, Vol. 8, No. 3, pp. 137-142, 2022.
- [6] J. S. Yoo. "The effect of college students' adult attachment on resilience : the mediating effect of time perspective," Konyang University Master Thesis, 2019.
- [7] N. M. Kim and S. S. Kim. "Mediation Effects of Social Support and Resilience between Life Stress and Psychological Well-Being Among Korean College Students," *Korea Journal of Counseling*, Vol. 14, No. 2, pp. 1125-1144, 2013.
- [8] H. I. Hwang, H. M. Kang and J. H. Tak. "The mediating effect of resilience on the relationship between emotional intelligence and optimism in early childhood teachers," *The Korean Society For Early Childhood Education*, Vol. 34, No. 2, pp. 323-346, 2014. DOI : 10.18023/kjece.2014.34.2.015
- [9] S. A. Choi, J. Y. Shim, J. H. Jung and S. K. Oh. "An Analysis on Children's Behavior Styles Characteristics according to the Mothers' Adult Attachment: Focus on Recovery Resilience, Self-Esteem, Language Ability, Attentional Capability and Working Memory of Young Children," *Early Childhood Education Research & Review*, Vol. 21 No. 1, pp. 655-685, 2017.
- [10] I. S. Choi and E. J. Joo. "The Relationship between Adult Attachment and Planned Happenstance Skills in University Students: Mediating Effect of Resilience," *Korean journal of youth studies*, Vol. 27, No. 3, pp. 301-322, 2020.
- [11] S. Y. Shim and Y. S. Kim. "The relationship between Uncertainty Adult Attachment and Life Stress: Mediating effect of resilience," *Korea Journal of Counseling*, Vol. 16, No. 5, pp. 95-105, 2015. DOI : 10.15703/kjc.16.5.201510.95
- [12] H. J. Yang and S. H. Sohn. "The Mediating Effect of Emotional Clarity and Ego-Resilience on the Relationship between Counselors Adult Attachment and Countertransference Management Ability," *The Journal of Welfare and Counselling Education*, Vol. 9, No. 2, pp. 181-207, 2020.
- [13] C. S. Jung. "The Effect of Adult Attachment of University Students on Their Career Barriers: Focused on the Mediating Effects of Resilience," *Journal of Korea Academia-Industrial Cooperation Society*, Vol. 22, No. 3, pp. 215-226, 2021. DOI : 10.5762/KAIS.2021.22.3.215
- [14] I. Y. Park. "The Influence of Parental Attachment and Adult in University Students on Career Decision Making: Mediating Effect of Resilience," Kyung Pook National University Master Thesis, 2015.
- [15] H. Y. An and Y. S. Seo. "Adult Attachment, Psychological Distress, and Interpersonal Problems: The Mediating Roles of Reactions to Significant Others' Feedback, Emotional Coping, and Social Support Seeking," *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, Vol. 22, No. 3, pp. 575-603, 2010.
- [16] P. Fonagy. "Thinking about thinking: Some clinical and theoretical considerations in the treatment of a borderline patient," *International Journal of Psycho-Analysis*, Vol. 72, No. 4, pp. 639-656, 1991.
- [17] M. McAllister and J. McKinnon. "The importance of teaching and learning resilience in the health disciplines: a critical review of the literature," *Nurse Education Today*, Vol. 29, No. 4, pp. 371-379, 2009.
- [18] K. A. Brennan, C. L. Clark and P. R. Shaver. "Dimensions of Adult Attachment, Affect Regulation, and Romantic Relationship Functioning," *Personality and Social Psychology Bulletin*, Vol. 21, pp. 267-283, 1995.
- [19] K. O. Hwang. "Between Attachment Style, Identity and Interpersonal Relation Tendency of University Students," WonKwang University Master Thesis, 2001.
- [20] S. M. Park. "Development and validation of self-rated mentalization questionnaire," Catholic University Master Thesis, 2016.
- [21] W. Y. Shin, M. G. Kim and J. H. Kim. "Developing Measures of Resilience for Korean Adolescents and Testing Cross, Convergent, and Discriminant Validity," *Studies on Korean Youth*, Vol. 20, No. 4, pp. 105-131, 2009.
- [22] K. E. Kim and N. W. Chung. "The Relationship between Attachment and Post-Traumatic Growth: The Mediating Effects of Mentalization and Rumination," *Korean journal of health*

- psychology*, Vol. 23, No. 3, pp. 739-764, 2018.
DOI : 10.17315/kjhp.2018.23.3.008
- [23]C. Y. Kim and H. N. Choi. "The relationship between adult attachment and emotional regulation of university student: The mediation effect of mindfulness and mentalization," *The Journal of Welfare and Counselling Education*, Vol. 7, No. 1, pp. 47-74, 2018. DOI : 10.20497/jwce.2018.7.1.47
- [24]G. S. Yang and H. Y. Hong. "The Effects of Insecure Attachment on Depression in Early Adulthood: The Mediating Effects of Mentalization and Distress Tolerance," *Korea Journal of Counseling*, Vol. 23, No. 2, pp. 147-166, 2022.
- [25]T. S. Kim and M. H. Ahn. "Insecure Adult Attachment and Adversarial Growth: Mediating Role of Selfobject and Mentalization," *Korean Journal Of Counseling And Psychotherapy*, Vol. 25, No. 4, pp. 853-871, 2013.
- [26]A. Bateman and P. Fonagy. "*Psychotherapy for Borderline Personality Disorder: mentalization-based treatment*," Oxford University Press Inc., New York, 2004.
- [27]P. Fonagy. "*Attachment theory and psychoanalysis*," New York: Other Press, 2001.
- [28]H. J. Lee and M. H. Ahn. "Maternal Insecure Adult Attachment and Psychological Control: Mediating Role of Mentalization and Negative Emotion," *The Korean Journal of Woman Psychology*, Vol. 17, No. 3, pp. 413-434, 2012.
DOI : 10.18205/kpa.2012.17.3.006