

대학생의 불안정애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과¹⁾

조은채 숙명여자대학교 일반대학원 아동복지학과 석사졸업
진미경 숙명여자대학교 아동복지학부 교수²⁾

초록

본 연구에서는 대학생의 불안정애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과를 검증하였다. 이를 위해 전국의 대학교에 재학 중인 대학생 331명을 대상으로 성인애착 척도(ECR-R), 완벽주의적 자기제시 척도(PSPS-K), 전문적 도움추구 태도 척도(ASTPH)를 사용하였다. 수집된 자료는 SPSS 26.0을 사용하여 상관분석을 실시하였으며, Hayes(2013)의 Process Macro v 4.2를 활용하여 매개효과를 분석하였다. 본 연구에서 밝혀진 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생의 불안정애착(회피애착, 불안애착), 완벽주의적 자기제시, 전문적 도움추구 태도 간의 상관관계를 분석한 결과, 각 변인들 간의 상관관계가 모두 유의하였다. 둘째, 대학생의 불안정애착의 하위요인인 회피애착과 불안애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과가 유의하였다. 이처럼 본 연구에서는 대학생의 불안정애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과를 검증하여 대학생의 불안정애착과 완벽주의적 자기제시, 전문적 도움추구 태도의 관계를 보다 심층적으로 이해할 수 있게 되었다는 점에서 의의를 지닌다. 또한 전문적 도움추구 태도를 높이기 위해서는 완벽주의적 자기제시의 수준이 중요함을 증명함으로써 개인의 애착 전략에 따라 유연하게 개입해야 할 필요성이 시사된다.

키워드

성인애착, 완벽주의적 자기제시, 전문적 도움추구 태도, 대학생, 매개효과

Manuscript received January 26, 2024 / Revision received May 26, 2024 / Accepted June 17, 2024

1) 이 논문은 2024년도 숙명여자대학교 석사학위 청구논문의 일부임./ IRB: SMWU-2305-HR-020-01

2) 교신저자: mkjin12@sookmyung.ac.kr



This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 4.0 International License

1. 서론

최근 실시된 대학생 심리·정서 관련 조사에서 대학생들의 어려움의 원인이 취업, 경제적 어려움, 좌절·갈등 극복경험 부족 등으로 다양하게 나타났다(김정희 외, 2021). 이는 대학생 시기가 청소년기에서 성인기로 전환되는 과도기적 단계로써 새로운 역할과 생활방식에 적응하는 것을 목표로 하기 때문이다. 특히 성인초기에는 청소년기와 달리 대부분의 것을 스스로 결정하고 대처해야 하므로(윤진영, 박경은, 2022), 그 과정에서 스트레스와 심리적 어려움을 경험할 수 있다(송지현, 정은영, 2020). 이를 예방하고 완화할 수 있는 전문적 도움의 한 형태인 심리상담은, 여러 선행연구들을 통해 그 효과성이 보고되어왔다. 특히 대학생들의 심리 사회적 적응은 우울, 불안과 밀접하게 관련되어 있다(심은정, 2016; 유아라 외, 2020; 이자형, 2021). 이와 관련된 선행연구들을 살펴보면 대학생을 대상으로 하는 심리상담이 우울(권문선, 최성진, 2021; 이순열, 2021; Wampold & Imel, 2015), 그리고 불안(김은경, 2020; 이은경, 송미경, 2018; Dalky & Gharailbeh, 2019)과 같은 부정적인 정서를 감소시킨다는 결과가 일관되게 보고되었다. 이처럼 심리적 어려움을 해결하는 데에 있어 상담과 같은 전문적 도움의 효과성이 알려져 있음에도 불구하고(Greenberg et al., 2008), 대학생들의 상담 서비스 이용률은 낮은 실정이다. 실제로 한국대학교육협의회(김정희 외, 2021)의 실태 조사에 따르면 지난 1년 동안 기분변화, 우울, 불안을 경험한 대학생들이 각각 41.4%, 33.2%, 30.8%로 나타난 것에 반해 학생상담센터를 이용하는 응답자는 13.6%에 불과하였다. 이를 통해, 심리적 어려움을 경험하는 대학생들이 많음에도 불구하고 상담 서비스로 연결되어 전문적인 도움을 받는 비율은 현저히 낮음을 확인할 수 있다. 또한 왕윤정과 서영석(2015)의 연구에서, 대학생들의 일부는 상담받는 사람들을 적극적으로 인지하고 있지만 평가하기도 하지만 한편으로 다수의 대학생들은 내담자들을 내적 갈등이 많으며 스스로 문제를 해결할 수 없는 사람으로 인식한다고 보고되었다. 이는 대학생들이 상담받는 사람들을 양가적으로 인식하고 있으며, 도움이 필요한 상황에서 실제로 상담받는 것에 대해 갈등을 경험할 가능성이 높음을 의미한다. 이에 따라 대학생들의 정신건강 증진과 상담 서비스 이용률을 높이기 위해서는 심리적으로 어려운 상황임에도 도움을 요청하지 않는 대학생들의 심리요인들을 이해하고 적절한 개입방안을 모색하는 것이 필요하다.

이와 관련 있는 변인인 전문적 도움추구 태도는 심리적 어려움이 있을 때 전문적인 도움을 요청하는 개인의 태도와 특성을 의미한다(Fischer & Turner, 1970). 심리적 어려움에 대한 도움요청을 미루는 것은 삶의 질 저하, 위험한 성적행동 등의 원인이 될 수 있으며(Anderson & Lowen, 2010), 이후의 대인관계, 학업 등에도 부정적인 영향을 미칠 수 있다(Hunt & Eisenberg, 2010). 전문적 도움추구 태도 연구는 잠재적 내담자의 상담에 대한 인식을 개선하고 효과적인 상담 전략

을 제시하여(이우람, 2017), 체계적인 상담에 도움을 줄 수 있다. 이를 고려할 때, 전문적 도움추구 태도에 관한 연구의 중요성이 제기된다.

이와 관련하여 전문적 도움추구 태도에 관한 연구는 다방면에 걸쳐 이루어져 왔는데(고명주 외, 2019), 애착은 그 중 가장 영향력 있는 요인 중 하나로 보고되었다(Carlton & Deane, 2000; Vogel & Wei, 2005). 애착은 자신과 타인에 대한 표상 즉, 내적작동모델을 형성하며(Bowlby, 1977), 이를 통해 개인의 대인관계 방식을 예측해볼 수 있다(신혜숙, 2010). 상담 또한 일종의 대인관계 상황이므로(Teyber, 2005), 개인의 애착 체계를 파악하면 그들의 도움추구 태도를 이해하는 데에도 도움이 된다(Vogel & Wei, 2005). 구체적으로 회피애착을 형성한 사람은 자신의 심리적 어려움을 잘 지각하지 못하며 지각한다 해도 이를 부정한다(Dozier, 1990; Vogel & Wei, 2005). 또한 타인에게 의존하지 않기 위해 도움을 과소평가하는 경향이 높기 때문에(Mikulincer et al., 2003), 도움을 요청하기보다는 스스로 해결하려는 모습을 보이는 것으로 보고되었다(Pietromonaco & Barrett, 2000). 한편 일부 선행연구에서 불안애착을 형성한 사람은 타인의 관심과 도움을 얻기 위해(Kobak & Sceery, 1988), 도움 요청에 긍정적인 태도를 보이는 것으로 나타났다. 그러나 대부분의 연구에서는 불안애착이 전문적 도움추구 태도에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났으며(김정윤, 2019; 김하정, 장재홍, 2019; 최서원, 이정윤, 2021; 하정희, 2010), 개인 내적 요인이 매개하는 간접경로에서도 불안애착은 전문적 도움추구 태도에 부적인 영향을 미쳤다(곽현선, 2011). 이는 불안애착을 형성한 사람은 상담이 주는 이익뿐만 아니라 위험기대도 크게 지각하는 양가적인 태도를 지니고 있고(Shaffer et al., 2006), 타인의 지지 여부에 민감하여(임수진, 2007), 도움추구를 주저할 수 있는 것으로 나타났다.

한편, 전문적 도움추구 태도에 영향을 미치는 다양한 변인들 중 완벽주의적 자기제시가 주목받고 있다(김하정, 장재홍, 2019; 최서원, 이정윤, 2021; 하정희, 2010). 여기서 완벽주의적 자기제이란 사회적 상황에서 자기제시 동기가 극단적으로 높아지면서 자신을 완벽하게 보이고자 하는 개인의 표현적 욕구를 의미한다(Hewitt et al., 2003). 즉, 완벽주의적 자기제시는 완벽주의와 달리 실제 수행에서의 완벽함보다 타인 앞에서 완벽하게 보이고자 하는 성향을 뜻한다(하서연, 하정, 2022). 완벽주의적 자기제시 수준이 높은 사람들은 자신의 실수를 인정하지 않고 동시에 자신의 완벽한 모습을 과시하려고 함으로써(Flett et al., 2014), 자기개방과 정서표현에 어려움을 경험할 수 있다(Ey et al., 2000). 또한 완벽주의적 자기제시의 특성으로 인한 자책, 회피 그리고 감정적 반응은 근본적인 문제를 해결하기보다는 실수와 실패에 대해 지나치게 신경 쓰는 행동으로 이어질 수 있다(이동귀, 서해나, 2010). 즉 완벽주의적 자기제시 성향이 높은 사람들은 자기노출과 타인의 부정적 평가에 대한 두려움으로 인해 도움요청을 주저할 수 있으며, 상담장면에서도 어려움을 느

길 수 있다.

이와 더불어 불안정애착을 형성한 사람은 연약한 자기를 보호하기 위한 수단으로 대인관계에서 부정적인 전략을 사용하는 것으로 보고되었다(Chen et al., 2012). 이는 자신의 불완전함을 은폐하고 완벽한 모습을 보이고자 하는 완벽주의적 자기제시의 특징과 유사하다(성숙진, 성승연, 2022). 요컨대 불안정애착을 형성한 사람은 주양육자로부터의 일관적이지 않고, 지나치게 통제적이거나 지지적이지 않은 상호작용 경험으로 인해(Bowlby, 1973), 스스로에 대한 부정적인 내적작동모형을 발달시키게 된다(고은이, 2018). 구체적으로 불안애착을 형성한 사람은 친밀한 관계를 맺고 싶은 욕구가 높아 관계에 지나치게 몰입하거나 집착하여(김중운, 양민정, 2014), 불완전한 부분은 숨기고 자신을 과시적으로 어필하는 것으로 나타났다. 또한 이들은 유기와 거부에 대한 불안감으로 인해 자신의 인상을 완벽하게 통제하려는 욕구가 높은 것으로 보고되었다(고은이, 2018). 한편 회피애착을 형성한 사람은 타인과 관계를 맺고자 하는 욕구 자체를 부정하고 친밀한 관계에 대해 불편감을 지니기 때문에(우정란, 2021; Brennan et al., 1998), 자신을 기만적으로 제시하면서(백수현, 이영순, 2013), 자신의 불완전함을 숨기고자 한다. 이러한 선행연구를 요약해보면 불안애착을 형성한 사람은 ‘자신’에 대한 부정적 작동모형을 지니고 있고, 회피애착을 형성한 사람은 ‘타인과의 관계’에 대해 부정적 작동모형을 지니고 있기에 완벽주의적 자기제시 성향이 높을 것으로 사료된다(Hazan & Shaver, 1987). 따라서 불안정애착이 완벽주의적 자기제시에 영향을 미치는 요인임을 확인할 수 있다.

종합해보면, 대학생의 불안정애착과 완벽주의적 자기제시는 전문적 도움추구 태도에 영향을 미치는 중요한 변인이며, 불안정애착은 완벽주의적 자기제시에 유의한 영향을 미치는 요인임을 알 수 있다. 즉 대학생의 불안정애착은 전문적 도움추구 태도에 직접적인 영향을 미칠뿐만 아니라, 완벽주의적 자기제시를 통해 간접적으로도 영향을 미치는 매개모형을 가정할 수 있다. 이때 불안정애착의 하위요인인 회피애착과 불안애착은 다른 특성을 지닌 차원의 개념이므로 각각의 하위요인에 따라 완벽주의적 자기제시가 구체적으로 매개변인으로서 어떻게 기능하는지 분석하고자, 불안정애착의 하위요인인 회피애착, 불안애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과를 검증하였다.

초기 성인기에 경험하는 심리적 어려움은 해결되지 않을 경우 부적응과 만성적인 질환으로 이어질 가능성이 높기 때문에 적절한 개입과 예방이 필요하다. 이에 본 연구는 전문적 도움요청을 주저하는 대학생들의 심리요인에 대한 이해를 바탕으로 그들의 어려움을 해결할 수 있는 방안을 마련하고 적절한 개입을 실시하는 데에 기여할 수 있을 것으로 기대된다. 더 나아가, 잠재적 내담자들에 대한 보다 폭넓은 이해를 제공함으로써 전문적 도움추구 태도와 상담 서비스 이용률

증진을 위한 기초 자료를 제공할 수 있을 것으로 사료된다. 본 연구목적에 따른 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 대학생의 불안정애착(회피애착, 불안애착), 완벽주의적 자기제시, 전문적 도움추구 태도 간의 상관관계는 어떠한가?

연구문제 2. 대학생의 불안정애착의 하위요인인 회피애착, 불안애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과는 어떠한가?

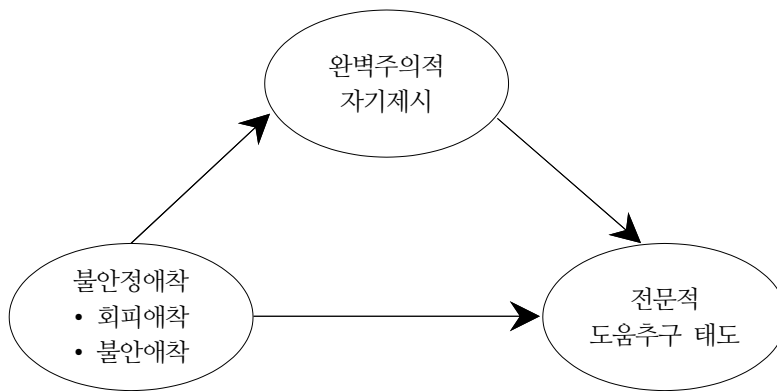


그림 1 연구모형

2. 연구 방법

2.1. 연구대상 및 절차

본 연구는 연구대상자의 윤리적 보호를 위하여 S 대학교 생명윤리위원회(IRB)로부터 모든 연구 절차를 승인 받은 후(IRB 승인번호 : SMWU-2305-HR-020-01), 2023년 6월부터 9월까지 총 4개월간 전국의 대학생을 대상으로 자기보고식 설문지를 배부하여 실시하였다. 먼저 오프라인 설문지의 경우, 각 대학교에 직접 방문하여 대학생들에게 연구의 목적, 취지 및 내용을 설명하고 동의를 구한 뒤 진행하였으며, 온라인 설문지의 경우 눈덩이표집 및 각 대학커뮤니티에 연구대상자 공개모집 문건을 게시하고 연구 참여동의서와 연구에 대한 설명문 및 설문문항을 포함한 온라인 설문지를 첨부하여 동의자에 한해 설문에 참여하도록 하였다. 대학생을 대상으로 매개효과를 검증한 선행연구들을 참고한 결과 평균적으로 약 371부의 설문지가 배부되었고 최종적으로 약 332부가

분석에 사용되어(김하정, 장재홍, 2019; 우정란, 2021; 윤진영, 박경은, 2022), 수집된 346부의 설문지 중 불성실하게 응답한 설문을 제외하고 총 331부를 분석에 사용하였다. 연구 대상자의 성별 구성은 전체 331명의 대학생 중 남자 125명(37.8%), 여자 206명(62.2%)이었으며, 학년 구성은 1학년 35명(10.6%), 2학년 80명(24.2%), 3학년 71명(21.5%), 4학년 145명(43.8%)로 나타났다.

2.2. 연구도구

2.2.1. 성인애착 척도(Experiences in Close Relationship-Revised : ECR-R)

불안정애착을 측정하기 위해 Fraley 등(2000)이 개발한 친밀관계경험척도 개정판을 김성현(2004)이 한국어로 번안, 타당화한 척도를 사용하였다. 본 척도는 14개의 역문항(3, 5, 7, 8, 9, 18, 23, 27, 28, 29, 30, 32, 33, 34)을 포함한 총 36문항으로, 각 하위요인은 불안애착 (18문항)과 회피애착 (18문항)으로 구성되어 있다. 각 하위척도는 7점 Likert 척도(1점= 전혀 그렇지 않다, 7점= 매우 그렇다)로 평정되며 합산점수가 높을수록 각각 불안애착과 회피애착 수준이 높음을 의미한다. 본 척도의 Cronbach's α 는 김성현(2004)의 연구에서 전체 .90, 회피 .85, 불안 .89, 본 연구에서는 .91, 회피 .84, 불안 .92로 나타났다.

2.2.2. 한국판 완벽주의적 자기제시 척도(Perfectionistic Self-Presentation Scale-Korean Version : PSPS-K)

완벽주의적 자기제시를 측정하기 위해 Hewitt 등(2003)이 개발한 완벽주의적 자기제시 척도를 하정희(2011)가 한국 문화에 맞게 번안, 재구성 및 타당화한 한국판 완벽주의적 자기제시 척도를 사용하였다. 본 척도는 1개의 역문항(10)을 포함한 총 19문항으로, 각 문항은 7점 Likert형 척도(1점= 전혀 그렇지 않다, 7점= 매우 그렇다)로 평정되도록 구성되어 있다. 본 연구에서는 총점을 사용하였고, 총점의 범위는 19~133점이며 점수가 높을수록 완벽주의적 자기제시 수준이 높음을 의미한다. 본 척도의 Cronbach's α 는 하정희(2011)의 연구에서 .85, 본 연구에서는 .86으로 나타났다.

2.2.3. 전문적 도움추구 태도 척도(Attitude Toward Seeking Professional Help Scale : ATSPH)

전문적 도움추구 태도를 측정하기 위해 Fisher와 Turner(1970)가 개발하고 Atkinson과 Gim(1989)이 수정한 전문적 도움추구 태도 척도를 유성경(1998)이 번안하고, 신연희(2004)가 수정한 것을 사용하였다. 본 척도는 18개의 역문항(1, 3, 4, 6, 8, 9, 10, 13, 14, 15, 17, 19, 20,

21, 22, 24, 26, 29)을 포함한 총 29문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 4점 Likert 척도(1=전혀 아니다, 4=매우 그렇다)로 평정되도록 구성되었다. 본 연구에서는 총점을 사용하였고, 총점의 범위는 29~116점이며 점수가 높을수록 전문적인 도움을 받는 것을 긍정적으로 생각하고 있음을 의미한다. 본 척도의 Cronbach's α 는 신연희와 안현의(2005)의 연구에서 .78, 본 연구에서는 .84로 나타났다.

2.3. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 26.0과 Hayes(2013)의 PROCESS macro v4.2 프로그램을 사용하여 분석하였다. 첫째, 연구대상의 인구사회학적 배경과 일반적인 특성을 파악하기 위해 빈도 분석 및 기술통계 분석을 실시하고, 각 척도의 신뢰도 검증을 위해 Cronbach's α 계수를 산출하였다. 둘째, 연구문제 1인 주요 변인 간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다. 셋째, 연구문제 2인 대학생의 불안정애착(회피애착, 불안애착)이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과를 검증하기 위해 Hayes(2013)의 PROCESS macro v4.2 프로그램의 model 4를 활용하여 분석을 실시하였으며, 통계적 유의성을 검증하기 위해 Bootstrap을 실시하였다.

3. 연구결과

3.1. 기술통계 및 상관분석

기술통계와 상관분석 결과는 표 1과 같다. 우선 불안정애착 총점($r = -.46, p < .001$) 및 각 하위요인인 회피애착($r = -.30, p < .001$), 불안애착($r = -.41, p < .001$)은 전문적 도움추구 태도와 모두 유의한 부적 상관관계를 보였다. 다음으로 불안정애착 총점($r = .48, p < .001$) 및 그 하위요인인 회피애착($r = .23, p < .001$), 불안애착($r = .49, p < .001$)은 완벽주의적 자기제시와 모두 유의한 정적 상관관계를 보였다. 마지막으로 완벽주의적 자기제시는 전문적 도움추구 태도($r = -.37, p < .001$)와 유의한 부적 상관관계를 보였다.

표 1 주요 변인의 기술통계 및 상관분석

변인	1	1-1	1-2	2	3
1. 불안정애착	1				
1-1. 회피애착	.73***	1			
1-2. 불안애착	.84***	.23***	1		
2. 완벽주의적 자기제시	.48***	.23***	.49***	1	
3. 전문적 도움추구 태도	-.46***	-.30***	-.41***	-.37***	1
<i>M</i>	126.25	67.94	58.31	81.06	81.40
<i>SD</i>	27.49	15.57	19.32	15.49	10.87

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

3.2. 대학생의 불안정애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과

대학생의 불안정애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과를 검증하기 위해 Hayes(2013)가 제안한 방식으로 PROCESS macro의 model 4번을 활용하였다. 또, 간접효과 유의성을 확인하기 위해 부트스트랩(Bootstrap)을 실시하여 표본 수 5,000개를 재추출하고 95% 신뢰구간에서 검증하였다.

3.2.1. 회피애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과

표 2에 제시한 바와 같이, 대학생의 회피애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향력은 통계적으로 유의하였으며($B = -.16, p < .001$), 완벽주의적 자기제시가 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향력도 통계적으로 유의하였다($B = -.22, p < .001$). 또한, 회피애착이 완벽주의적 자기제시에 미치는 영향력도 통계적으로 유의하였다($B = .23, p < .001$). 두 번째로, 대학생의 회피애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과 유의성을 검증하기 위해 Bootstrap을 실시하였다. 표 3에 제시한 바와 같이, 회피애착이 완벽주의적 자기제시를 매개하여 전문적 도움추구 태도로 가는 경로는 95%의 신뢰구간 내의 하한값과 상한값 사이에 '0'이 포함하지 않았으므로 완벽주의적 자기제시의 간접효과가 통계적으로 유의하였다($B = -.05, 95\% \text{ BC CI} = -.09 \sim -.02$).

표 2 대학생의 회피애착과 전문적 도움추구 태도의 관계에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과

경로	B	SE	t	95% 신뢰구간		R ²	F
				LLCI	ULCI		
회피애착 → 완벽주의적 자기제시	.23	.05	4.37***	.12	.34	.06	19.08***
회피애착 → 전문적 도움추구태도	-.16	.04	-4.48***	-.23	-.09	.19	38.21***
완벽주의적 자기제시 → 전문적 도움추구태도	-.22	.04	-6.25***	-.30	-.15		

p*<.05, *p*<.001, ****p*<.001

표 3 부트스트래핑을 통한 완벽주의적 자기제시의 매개효과 검증

경로	B	SE	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
회피애착 → 완벽주의적 자기제시 → 전문적 도움추구 태도	-.05	.02	-.09	-.02

3.2.2. 불안애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의 자기제시의 매개효과

표 4에 제시한 바와 같이, 대학생의 불안애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향력은 통계적으로 유의하였으며($B = -.02, p < .001$), 완벽주의적 자기제시가 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향력도 통계적으로 유의하였다($B = -.16, p < .001$). 또한, 불안애착이 완벽주의적 자기제시에 미치는 영향력도 통계적으로 유의하였다($B = .39, p < .001$). 두 번째로, 대학생의 불안애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 Bootstrap을 실시하였다. 표 5에 제시한 바와 같이, 불안애착이 완벽주의적 자기제시를 매개하여 전문적 도움추구 태도로 가는 경로는 95%의 신뢰구간 내에 하한값과 상한값 사이에 '0'을 포함하지 않았으므로 완벽주의적 자기제시의 간접효과가 통계적으로 유의하였다($B = -.06, 95\% \text{ BC CI} = -.10 \sim 0 -.03$).

표 4 대학생의 불안애착과 전문적 도움추구 태도의 관계에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과

경로	B	SE	t	95% 신뢰구간		R ²	F
				하한값	상한값		
불안애착 → 완벽주의적 자기제시	.39	.04	10.14***	.32	.47	.24	102.85***
불안애착 → 전문적 도움추구태도	-.17	.03	-5.19***	-.23	-.10	.20	42.16***
완벽주의적 자기제시 → 전문적 도움추구태도	-.16	.04	-4.08***	-.24	-.08		

p*<.05, *p*<.001, ****p*<.001

표 5 부트스트래핑을 통한 완벽주의적 자기제시의 매개효과 검증

경로	<i>B</i>	<i>SE</i>	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
불안애착 → 완벽주의적 자기제시 → 전문적 도움추구 태도	-.06	.02	-.10	-.03

4. 논의 및 결론

본 연구에서는 대학생의 불안정애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과를 검증하였다. 이를 바탕으로 분석한 결과 및 논의는 다음과 같다. 첫째, 각 변인들 간의 상관관계는 모두 유의한 것으로 나타났다. 먼저 불안정애착 총점 및 하위요인인 회피애착과 불안애착은 전문적 도움추구 태도와 부적 상관관계가 유의하였다. 이러한 연구결과는 회피애착 및 불안애착과 전문적 도움추구 태도 간의 부적 상관관계를 보고한 선행연구(고명주 외, 2019; 김옥진, 최보영, 2023; 장누리, 진미경, 2021)와 일치하며, 이는 불안정애착 수준이 높은 대학생일수록 심리적인 어려움을 경험할 때 전문적인 도움을 요청하는 것에 어려움을 보인다는 것을 의미한다. 다음으로 대학생의 불안정애착 총점 및 하위요인인 회피애착과 불안애착은 완벽주의적 자기제시와 모두 유의한 정적 상관관계를 보였다. 이러한 결과는 회피애착 및 불안애착과 완벽주의적 자기제시 간의 정적 상관관계를 보고한 선행연구(강민진, 이지연, 2019; 고은이, 2018; 우정란, 2021; 최희빈, 2018)와 맥락을 같이하며, 이는 불안정애착을 수준이 높은 대학생일수록 완벽주의적 자기제시 성향이 두드러질 수 있음을 의미한다. 마지막으로 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움추구 태도는 유의한 부적 상관관계가 있는 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움추구 태도의 부적 상관관계를 보고한 선행연구(김정윤, 2019; 김하정, 장재홍, 2019; 최서원, 이정윤, 2021; 하정희, 2010)와 일치한다. 이는 완벽주의적 자기제시 수준이 높은 대학생일수록 심리적으로 불안정한 상태에서도 전문적인 도움을 요청하는 것에 어려움을 보인다는 것을 의미한다.

둘째, 회피애착과 불안애착 모두 완벽주의적 자기제시를 통해 유의한 매개효과를 보이는 것으로 확인되었다. 먼저 회피애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과가 유의한 것으로 확인되었다. 이와 같은 결과는 회피애착 수준이 높은 대학생일수록 완벽주의적 자기제시 성향을 지니고 있을 가능성이 높다는 연구결과(강민진, 이지연, 2019; 성수진, 성승연, 2022; 우정란, 2021)와 맥락을 같이한다. 또한 완벽주의적 자기제시 성향의 사람들은

도움을 요청하는 행위가 자신의 약한 모습을 드러내는 것이라고 생각하여 심리적인 어려움을 겪는 상황에서도 도움추구를 적게 할 수 있다는 연구결과(김정윤, 2019; 김하정, 장재홍, 2019; 최서원, 이정윤, 2021; 하정희, 2011)와도 일치한다. 즉 회피애착을 형성한 사람들은 타인과 친밀한 관계를 유지하고자 하는 스스로의 욕구를 부인하고 대인관계 상황에서 불편감을 느껴 자신의 미흡한 모습을 숨기는 완벽주의적 자기제시 성향이 두드러질 수 있고, 이에 따라 자신의 실수나 실패를 공유하는 것을 꺼리는 경향이 있어 심리상담이 필요한 상황에서도 도움을 요청하는 것에 어려움을 보일 수 있다. 이러한 결과는 회피애착을 형성한 대학생들은 자신의 미흡한 모습을 은폐하고자 하는 욕구로 인해 전문가에게 도움을 요청할 가능성이 낮을 수 있음을 시사한다. 다음으로 불안애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과가 유의한 것으로 확인되었다. 이러한 결과는 불안애착 수준이 높은 대학생일수록 완벽주의적 자기제시 성향을 지니고 있을 가능성이 높다는 연구결과(강민진, 이지연, 2019; 고은이, 2018; 성숙진, 성승연, 2022; 우정란, 2021)와 일치하는 결과이다. 또한 완벽주의적 자기제시 성향의 사람들은 자신을 노출하는 행위와 이에 따른 타인의 부정적 평가에 두려움을 지니고 있어 도움이 필요한 상황에서도 상담기관에 방문하는 등의 도움요청을 주저할 수 있다는 연구결과(김정윤, 2019; 김하정, 장재홍, 2019; 최서원, 이정윤, 2021; 하정희 2010)를 지지한다. 즉, 불안애착을 형성한 사람들은 관계에 지나치게 집착하고 타인의 관심과 지지를 얻고자 하는 성향으로 인해, 자신을 과시적으로 드러내며 불완전함을 숨기는 완벽주의적 자기제시 수준이 높을 수 있고 이에 따라 다른 사람들에게 완벽한 모습만을 보이려는 경향이 있어 도움요청에 어려움을 보일 수 있다. 이러한 결과는 불안애착을 형성한 대학생들은 타인에게 자신의 완벽한 모습만을 보이고자 하는 욕구로 인해 문제 해결을 위한 도움추구에 어려움을 보일 수 있음을 시사한다. 한편, 대부분의 연구에서는 불안애착이 전문적 도움추구 태도에 부적적인 영향을 미치는 것으로 나타났으나(김정윤, 2019; 김하정, 장재홍, 2019; 최서원, 이정윤, 2021; 하정희 2010), 불안애착을 형성한 사람들이 도움추구에 적극적인 모습을 보이는 것으로 보고한 일부 연구도 있다(Cheng et al., 2015; Wadman et al., 2019). 이와 같은 결과는 불안애착을 형성한 사람들이 지닌 도움에 대한 양가적인 태도에 의한 것으로 사료되며, 이에 따라 추후 연구에서는 불안애착을 형성한 사람들의 도움추구 태도에 대한 다각적인 분석이 필요한 것으로 사료된다.

이상의 연구결과를 종합해보면, 본 연구에서는 대학생의 불안정 애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과를 검증하여 불안정애착과 완벽주의적 자기제시, 전문적 도움추구 태도 간의 관계를 보다 심층적으로 이해할 수 있게 되었다는 점에서 의의가 있다. 특히, 본 연구는 대학생들의 도움추구 태도에 영향을 미치는 요인들에 대한 이해의 폭을

확장하였고, 도움이 필요한 상황에서도 도움을 추구하지 않는 대학생들의 개인 내적인 특성을 이해함에 따라 상담 서비스 이용률 증진 및 심리상담과 치료개입에 필요한 기초자료를 제공했다는 점에서도 의의가 있다. 이러한 연구결과를 바탕으로 대학생들이 심리상담 서비스에 보다 쉽게 접근할 수 있도록 간편하게 실시할 수 있는 기질 및 성격유형 온, 오프라인 검사 시스템 등을 활용하여 상담서비스에 대한 인식을 개선하고 적합한 개입 방안을 마련한다면, 나아가 상담 서비스의 질을 높이고 대학생들의 도움추구 태도를 증진시킬 수 있을 것으로 시사된다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 본 연구에서 측정된 전문적 도움추구 태도는 행동을 간접적으로 측정하는 방식이므로(박준호, 서영석, 2009), 의도 및 행동을 예측하는 데에 한계가 있다. 특히 대학생은 스마트 기기 사용과 정보수집에 능숙하다는 특성을 지니므로 전문적 도움추구 태도가 실제 상담을 받는 행동으로 이어질 수 있는지에 대한 고려가 필요하다(김옥진, 최보영, 2023; 하세리나, 이수림, 2021). 이에 따라 도움추구 태도와 의도 및 행동 간의 관계를 고려한 추후 연구의 필요성이 제기된다.

참고문헌

- 강민진, 이지연 (2019). 성인애착과 정서표현억제와의 관계에서 자기개념 명확성과 완벽주의적 자기제시의 매개효과. **교육문제연구**, 32(2), 1-25.
- 고명주, 이연옥, 이승미, 최보영 (2019). 대학생의 성인애착과 전문적 도움추구 태도의 관계에서 자기노출에 대한 위험기대와 유용성기대의 매개효과. **교육치료연구**, 11(2), 265-281. DOI : 10.35185/KJET.11.2.7
- 고은이 (2018). **고등학생의 불안정 애착과 완벽주의적 자기제시의 관계에서 자기대상욕구의 매개효과**. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 곽현선 (2011). **대학생의 우울과 전문적 도움추구관계에서 애착 및 정서표현억제의 매개효과**. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 권문선, 최성진 (2021). 심리도식치료 프로그램이 대학생의 우울 및 자아존중감에 미치는 효과: 화상통화 심리도식치료 집단상담을 중심으로. **연구방법논총**, 6(3), 167-196. DOI : 10.21487/jrm.2021.11.6.3.167
- 김성현 (2004). **친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구**. 서울대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김옥진, 최보영 (2023). 대학생의 회피애착과 전문적 도움추구 태도 관계에서 자아존중감의 조절효과. **학습자중심교과교육연구**, 23(7), 901-915. DOI : 10.22251/jlcci.2023.23.7.901

- 김은경 (2020). **REBT 집단상담 프로그램이 대학생의 불안과 자기개념에 미치는 효과**. 동명대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정윤 (2019). **대학생의 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움추구태도와의 관계**. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 김정희, 김승정, 김훈 (2021). **코로나-19, 대학(원)생 심리정서 지원 실태조사**. 한국대학교육협의회 (RM 2021-29-1007). Retrieved from <https://www.kcue.or.kr/notice/sub06.php?at=view&idx=85182>
- 김중운, 양민정 (2014). **대학생의 애착과 자기효능감이 대인관계문제에 미치는 영향**. **학습자중심 교과교육연구**, 14(2), 283-299.
- 김하정, 장재홍 (2019). **완벽주의적 자기제시와 거절민감성이 전문적 도움추구태도에 미치는 영향 : 자기은폐의 매개효과**. **인간이해**, 40(1), 85-103. DOI : 10.30593/JHUC.40.1.5
- 박준호, 서영석 (2009). **남자 대학생들의 성역할갈등과 상담 의도와의 관계: 사회적 낙인, 자기 낙인, 상담에 대한 태도의 매개 효과**. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 21(1), 25-48.
- 백수현, 이영순 (2013). **완벽주의적 자기제시와 사회적 불안과의 관계에서 정서표현양가성의 매개 효과**. **상담학연구**, 14(1), 385-400. DOI : 10.15703/kjc.14.1.201302.385
- 성숙진, 성승연 (2022). **대학생의 불안정 성인애착이 SNS중독경향성에 미치는 영향: 완벽주의적 자기제시와 외로움의 매개효과**. **문화와 융합**, 44(5), 1155-1174.
- 송지현, 정은영 (2020). **대학 신입생의 대학생활적응 영향요인**. **한국웰니스학회지**, 15(1), 173-183.
- 신연희 (2004). **전문적 도움 추구 행동에서 접근요인과 회피요인의 상대적 중요성 고찰**. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 신연희, 안현의 (2005). **전문적 도움 추구 행동에서 접근요인과 회피요인의 상대적 중요성 고찰**. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 17(1), 177-195.
- 신혜숙 (2010). **성인애착과 완벽주의가 대학생의 대인관계에 미치는 영향**. 동국대학교 대학원 석사학위논문.
- 심은정 (2016). **성별에 따른 대학생의 불안과 우울의 유병률과 관련 요인**. **청소년학연구**, 23(12), 663-689.
- 왕윤정, 서영석 (2015). **대학생이 인식하는 상담 받는 사람들에 대한 원형 연구**. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 27(4), 773-796.
- 우정란 (2021). **성인애착과 소셜미디어 중독경향성 관계에서 완벽주의적 자기제시의 매개효과**. 신라대학교 대학원 석사학위논문.
- 유성경 (1998). **우울의 표현 및 상담에 대한 태도에 관한 문화 간 비교 연구: 한국 대학생과 미국 대학생간의 비교**. **청소년상담연구**, 6, 93-114.

- 유아라, 김정민, 이지명, 이지선 (2020). 대학생의 정서지능이 우울 및 불안에 미치는 영향: 부정 정서강도의 조절효과. **정서·행동장애연구**, 36(2), 147-168. DOI : 10.33770/JEBD.36.2.7
- 윤진영, 박경은 (2022). 대학 신입생의 부모애착과 대학생활적응의 관계에서 자기통제의 매개효과. **발달지원연구**, 11(3), 125-141. DOI : 10.22839/adp.2022.11.3.125
- 이동귀, 서해나 (2010). 완벽주의적 자기제시성향이 높은 대학생과 낮은 대학생의 특성비교. **상담학연구**, 11(1), 91-110. DOI : 10.15703/kjc.11.1.201003.91
- 이순열 (2021). 대학생의 우울 감소를 위한 심리극 프로그램 개발 및 효과 검증. **한국사이코드라마학회지**, 24(1), 53-67.
- 이우람 (2017). **대학생의 사회적지지 수용도, 심리적 불편감 및 상담준비도가 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향**. 경기대학교 대학원 석사학위논문.
- 이은경, 송미경 (2018). 메타분석에 기초한 우울과 불안증상에 대한 ACT(수용-전념치료) 기반 집단상담 효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 30(3), 635-661. DOI : 10.23844/kjcp.2018.08.30.3.635
- 이자형 (2021). **전문대 학생들의 우울과 불안이 사회적 지지, 진로결정 자기효능감, 진로준비행동에 미치는 영향**. 동방문화대학원대학교 박사학위논문.
- 임수진 (2007). **성인에착이 도움추구행동에 미치는 영향의 공변량 구조분석**. 전남대학교 대학원 박사학위논문.
- 장누리, 진미경 (2021). 대학생의 불안정애착이 전문적 도움추구 태도에 미치는 영향에서 사회적 지지 수용도에 의해 조절된 거부민감성의 매개효과. **청소년학연구**, 28(9), 115-140. DOI : 10.21509/KJYS.2021.09.28.9.115
- 최서원, 이정운 (2021). 대학생의 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움추구태도의 관계: 정서표현 양가성의 매개효과. **인간이해**, 42(2), 19-34. DOI : 10.30593/JHUC.42.2.2
- 최희빈 (2018). **대학생의 불안정 성인애착과 대인불안의 관계: 자기은폐의 매개효과**. 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 하서연, 하정 (2022). 공적 자의식이 대인불안에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시와 자기개념 명확성의 이중매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 34(2), 513-536.
- 하세리나, 이수림 (2021). 직장인의 정서표현신념이 전문적도움추구태도에 미치는 영향: 정서표현 양가성과 심리적유연성의 이중매개효과. **한국콘텐츠학회논문지**, 21(11), 748-760. DOI : 10.5392/JKCA.2021.21.11.748
- 하정희 (2010). 완벽주의적 자기제시와 전문적 도움추구태도와의 관계: 자아존중감의 조절효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 22(2), 265-280.
- 하정희 (2011). 대학생들의 완벽주의적 자기제시, 방어유형과 우울감과의 관계. **한국심리학회지:**

상담 및 심리치료, 23(4), 921-941.

- Anderson, J. E., & Lowen, C. A. (2010). Connecting youth with health services: Systematic review. *Canadian Family Physician, 56*(8), 778-784.
- Atkinson, D. R., & Gim, R. H. (1989). Asian-American cultural identity and attitudes toward mental health services. *Journal of Counseling Psychology, 36*(2), 209-212. DOI : 10.1037/0022-0167.36.2.209
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss: Vol. 2. Separation: Anxiety and anger*. Basic Books.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. *The British Journal of Psychiatry, 130*(5), 201-210.
- 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. 46-76). The Guilford Press.
- Carlton, P. A., & Deane, F. P. (2000). Impact of attitudes and suicidal ideation on adolescents' intentions to seek professional psychological help. *Journal of Adolescence 2000, 23*(1), 35-45. DOI: 10.1006/jado.1999.0299
- Chen, C., Hewitt, P. L., Flett, G. L., Casels, T. G., Birch, S., & Blasberg, J. S. (2012). Insecure attachment, perfectionistic self-presentation, and social disconnection in adolescents. *Personality and Individual Differences, 52*, 936-941. DOI : 10.1016/j.paid.2012.02.009
- Cheng, H. L., McDermott, R. C., & Lopez, F. G. (2015). Mental health, self-stigma, and help-seeking intentions among emerging adults: An attachment perspective. *The Counseling Psychologist, 43*(3), 463-487. DOI : 10.1177/0011000014568203
- Dalky, H. F., & Gharaibeh A. (2019). Depression, anxiety, and stress among college students in Jordan and their need for mental health services. *Nursing Forum, 54*(2), 205-212. DOI : 10.1111/nuf.12316
- Dozier, M. (1990). Attachment organization and treatment use for adults with serious psychopathological disorders. *Development and Psychopathology, 2*(1), 47-60. DOI : 10.1017/S0954579400000584
- Ey, S., Henning, K. R., & Shaw, D. L. (2000). Attitudes and factors related to seeking mental health treatment among medical and dental students. *Journal of College Student Psychotherapy, 14*(3), 23-29. DOI : 10.1300/J035v14n03_05
- Fischer, E. H., & Turner, J. (1970). Orientation to seeking professional help: Development and research utility of an attitude scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 35*(1), 70-79. DOI : 10.1037/h0029636

- Flett, G. L., Besser, A., & Hewitt, P. L. (2014). Perfectionism and interpersonal orientations in depression: An analysis of validation seeking and rejection sensitivity in a community sample of young adults. *Psychiatry*, *77*(1), 67–85. DOI : 10.1521/psyc.2014.77.1.67
- Fraley, R. C., Waller, N. G., & Brennan, K. A. (2000). An item response theory analysis of self-report measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, *78*(2), 350–365. DOI :10.1037//0022–3514.78.2.350
- Greenberg, L. J., Warwar, S. H., & Malcolm, W. M. (2008). Differential effects of emotion-focused therapy and psychoeducation in facilitating forgiveness and letting go of emotional injuries. *Journal of Counseling Psychology*, *55*(2), 185–196. DOI : 10.1037/0022–0167.55.2.185
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation and conditional process analysis: A regression-based approach*. Guildford Press.
- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, *52*, 511–524. DOI : 10.1037/0022–3514.52.3.511
- Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology*, *84*(6), 1303–1325. DOI: 10.1037/0022–3514.84.6.1303
- Hunt, J., & Eisenberg, D. (2010). Mental health problems and help-seeking behavior among college students. *Journal of Adolescent Health*, *46*(1), 3–10. DOI : 10.1016/j.jadohealth.2009.08.008
- Kobak, R. R., & Sceery, A. (1988). Attachment in late adolescence: Working models, affect regulation, and representations of self and others. *Child Development*, *59*(1), 135–146.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R. & Pereg, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, *27*, 77–102. DOI : 10.1023/A:1024515519160
- Pietromonaco, P. R., & Barrett, L. F. (2000). The internal working models concept: What do we really know about the self in relation to others?. *Review of General Psychology*, *4*(2), 155–175. DOI : 10.1037/1089–2680.4.2.155
- Shaffer, P. A., Vogel, D. L., & Wei, M. (2006). The Mediating roles of anticipated risks, anticipated benefits, and attitudes on the decision to seek professional help: An attachment perspective. *Journal of Counseling Psychology*, *53*(4), 442–452. DOI : 10.1037/0022–0167.53.4.442

- Teyber, E. M. (2005). *Interpersonal process in psychotherapy: An integrative model* (5th ed.). Brooks Cole.
- Vogel, D. L., & Wei, M (2005). Adult attachment and help-seeking intent: The mediating roles of psychological distress and perceived social support. *Journal of Counseling Psychology, 52*(3), 347-357. DOI : 10.1037/0022-0167.52.3.347
- Wadman, R., Webster, L., Mawn, L., & Stain, H. J. (2019). Adult attachment, psychological distress and help-seeking in university students: Findings from a cross-sectional online survey in England. *Mental Health & Prevention, 13*, 7-13. DOI: 10.1016/j.mhp.2018.11.003.
- Wampold, B. E., & Imel, Z. E. (2015). *The great psychotherapy debate: The evidence for what makes psychotherapy work* (2nd ed.). Routledge.

The Mediating Effects of Perfectionistic Self-Presentation on the Relationship between Insecure Attachment and Attitudes toward Seeking Professional Help of University Students

EUN-CHAE CHO Master's degree of Sookmyung Women's University

MI-KYUNG JIN Professor, Department of Child Welfare & Studies, Sookmyung Women's University

Abstract

The purpose of this study is to verify the mediating effects of perfectionistic self-presentation on the relationship between insecure attachment and attitudes toward seeking professional help of university students. The results of this study can be summarized as follows. First, a correlation analysis was performed to verify the relationships among the variables. Second, perfectionistic self-presentation had significant mediating effects on the relationship between the subfactors of insecure attachment (avoidance and anxiety attachment) and attitudes toward seeking professional help. In conclusion, this study facilitates an understanding of the relationship between insecure attachment, perfectionistic self-presentation, and attitudes toward seeking professional help. Furthermore, by proving that the level of perfectionistic self-presentation is important for increasing attitudes toward seeking professional help, this study suggests the need to flexibly intervene according to individual attachment strategies.

Keyword

Insecure Attachment Strategies, Perfectionistic Self-Presentation, Attitudes toward Seeking Professional Help, University Student, Mediation Model