

## 대학생의 성인애착, 정서조절양식 및 심리적 안녕감의 관계

### The Relationship among Adult Attachment, Emotion Regulation Style, and Psychological Well-being of University Students

채영문 · kwak수진\*

혜전대학교 유아교육과

Chae, Young Moon · Kwak, Su Jin\*

Dept. of Early Childhood Education, Hyejeon College

#### Abstract

The purpose of this study was to investigate the effects of socio-demographic variables, adult attachment and emotion regulation style on psychological well-being of university students. We conducted a survey on 318 university students in Cheongju-si and Hongseong gun. T-test, Pearson' productive correlation, hierarchical regression analysis were used. The results were as follows: First, there was a significant difference in emotion regulation style according to university student's sex. In other words, females used more support-seeking style than males did. Second, male university students' psychological well-being was high at more active style, less anxiety attachment and avoidant/distractive style, older students, less avoidance attachment, and higher economic status. Third, female university students' psychological well-being was high at less avoidant/distractive style and more active style, older students, less anxiety attachment, and more support-seeking style. In conclusion, emotion regulation style was the strongest factor to increase university student's psychological well-being among other variables. The implications and limitations of this study were discussed.

**Key words:** Adult attachment, Emotion regulation style, Psychological well-being

#### I. 서론

대학생 시기는 곧바로 다가오는 성인의 삶을 대비하는 과도기적 준비기로 심리, 사회적 적응을 위해 그들 나름의 발달적 과업을 수행하게 된다. 이 시기의 긍정적 적응 여부는 이후의 성인기에까지 영향을 미치게 되므로, 심리적으로 건강하고 행복을 누리는 것은 대학생 개인뿐만 아니라 건강한 사회를 위해서도 매우 중요하다. 우리나라 대학생들은 보통 입시위주의 교육체제로 인해 여러 가지 고민들이 유예되다가, 대학생이 되고 난 후부터 비로소 갑자기 자아정체감이나 진로, 적성, 대인관계 등의 고민으

로 많은 스트레스를 겪게 된다(Kim, 2006). Statistics Korea의 '한국의 사회동향 2013' 자료에 의하면, 2008년 이후 대학생 이상의 스트레스 인지율이 2008년 46.1%에서, 2010년 64.5%, 2012년 63.1%로 수년 사이에 급속히 증가하였다. 이는 최근 취업난이 심해지면서 대학생들이 소위 '스펙' 관리에 몰두하고, 그로 인해 학교 안에서 경쟁이 치열해진 현상과 관련이 있는 것으로 대학생들의 심리적 안녕감이 위협받고 있음을 보여주고 있다. 따라서 대학생들의 심리적 안녕감에 영향을 주는 요인을 탐색하여 그들이 느끼는 심리적 안녕감을 유지하고 향상시킬 수 있는 방안에 대한 연구의 필요성이 제기된다.

이 논문은 2015년도 혜전대학교 교내연구비 지원에 의해 수행되었음.

\* Corresponding author: Kwak Su Jin

Tel : +82-41-630-5309

E-mail : beniel0129@hanmail.net

© 2015, Korean Association of Human Ecology. All rights reserved.

심리적 안녕감이란 주로 삶에 대한 만족도와 긍정적 정서의 경험 및 부정적 정서의 부재를 뜻하는 주관적 삶의 질 또는 주관적 안녕감의 주제로 진행되어 왔다(Diener, 1984). 그러나 Ryff(1989)는 단지 긍정적 정서를 경험하거나 또는 부정적 정서를 경험하지 않으며 삶에 만족하는 것만으로는 삶의 질이 향상되지 않는다고 주장하면서 심리적 안녕감을 인간의 긍정적인 기능화에 초점을 둔 다차원적 관점에서 개념화하였다(Ryff & Keyes, 1995). 즉, 심리적 안녕감을 삶의 질을 구성하는 심리적인 측면들의 합이라 보고 사회 구성원으로서 한 개인이 얼마나 잘 기능하고 있는가가 그 평가기준이 되어야 한다고 제안하였다. 그리하여 심리적 안녕감의 기준을 긍정적 대인관계, 자아수용, 자율성, 환경에 대한 통제력, 삶의 목적, 개인적 성장 등 6개의 차원으로 구분하였다. 높은 심리적 안녕감은 개인이 학교나 사회에 건강하게 적응할 수 있게 만들고(Bahlmann & Dinter, 2001; Moon, 2009; Song & Lee, 2012), 개인에게 효율적인 생활패턴을 유지시킬 뿐 아니라 사회적으로도 유능한 인적자원이 될 수 있게 도움을 주는 등(Karademias, 2006) 다수의 연구에서 긍정적인 특성들과의 밀접한 관련이 보고되고 있다(Chae & Kwak, 2013; Cho & Jin, 2015; Huppert, 2009; Jung, 2014; Park & Choi, 2014; Yoo & Kim, 2015; Yoo, 2014).

선행연구들은 심리적 안녕감에 영향을 미치는 개인적 특성을 공통적으로 지적하고 있다. 즉, 성, 연령, 학력, 경제수준 등과 같이 표면적으로 드러나는 여러 사회인구학적 지표들은 개개인의 주관적인 경험까지는 평가하지 못한다는 문제를 지니고 있지만 여전히 개인의 심리적 안녕감을 설명하는데 간과할 수 없는 중요한 변인들로 인정받고 있다는 것이다(Lyubomirsky *et al.*, 2005). 심리적 안녕감에 대한 성차연구를 살펴보면 남학생이 여학생에 비해 심리적 안녕감이 높게 나타난 연구들도 있고(Kim & Im, 2012; Kim *et al.*, 2006; Yoo, 2014), 차이가 없다는 연구결과들(Kállay, 2013; Lee & Song, 2013)도 존재되어 있어 그 결과가 일관적이진 않다. 또한 연령에 따른 심리적 안녕감에 관한 선행연구들도 성별과 마찬가지로 일부 연구에서는 차이가 있었던 반면(Choi *et al.*, 2008; Kállay, 2013; Kim & Im, 2012; Ryff & Singer, 2008), 또 다른 연구에서는 유의미한 차이가 없었다(Kim *et al.*, 2003; Shin *et al.*, 2005). 한편 일반적으로 소득수준과 행복간에는 유의한 관련성이 보고되는데 그 양상을 구체적으로 살펴보면, 낮은 소득수준에서는 소득과 행복간에 정적인 상관성이 나타나지만 높은 소득수준에서는 이러한 관

계가 나타나지 않았다.(Diener *et al.*, 1985). 이처럼 소득수준과 행복이 항상 비례하는 관계를 보이는 것은 아니었지만 여러 대상의 연구에서 경제수준이 개인의 행복 및 심리적 안녕감에 중요한 요인이라는 데는 이견이 없고(Heo, 2009), 경제수준과 심리적 안녕감과의 관계를 살펴본 연구들에서도 경제수준이 높을수록 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다(Lee & Jeon, 2015; Yoon & Lee, 2012). 이처럼 성, 연령, 경제수준 등 다양한 사회인구학적 변인들이 심리적 안녕감에 영향을 미치고 있으나 이에 대한 선행연구들의 결과가 일관되지 않기에 이들 변인들에 따른 심리적 안녕감에 대해 지속적으로 살펴볼 필요가 있다.

심리적 안녕감과의 관계가 증명된 변인 중 비교적 안정적이고 일관성 있는 심리적 변인으로 가장 먼저 애착을 들 수 있다. 애착은 아동이 어린 시절 주요 양육자에 대해 느끼는 강한 정서적 유대관계로, 생존에 중요한 역할을 할뿐 아니라 이후의 발달에서 개인의 적응과 심리적 건강에 가장 큰 영향을 미치는 변인이다. 안정된 애착은 아동에게 안전 기지를 제공하여 적극적인 탐색을 도우며, 주요 양육자와의 상호작용에서 형성된 내적 작동 모델은 아동기를 거쳐, 청소년기, 성인기까지 지속되면서 성인애착으로 발전된다(Williams & Kelly, 2005). 성인애착은 Hazan과 Shaver(1987)의 연구 이후 본격적으로 논의 되어 왔는데, 이들은 성인기의 낭만적 관계가 영아와 부모 간에 이루어지는 정서적 유대와 동일하다는 가정 하에 영아기에 나타나는 세 가지 애착유형인 안정형, 회피형, 불안양가형이, 자기와 타인에 대한 긍정적/부정적인 내적 작동 모델에 따라 성인기에도 안정애착, 회피애착, 불안양가애착의 세 가지 유형으로 나뉜다고 제안하였다. 그 후, 성인애착에 대한 초기연구를 종합하고 Bowlby(1973)의 내적 작동 모델을 체계화하여 자기에 대한 믿음과 타인에 대한 믿음의 두 차원을 근거로 긍정형인지 부정형인지를 통해 안정형, 몰입형, 거부형, 공포형으로 구분한 Bartholomew와 Horowitz(1991)의 성인애착의 4범주 모델이 이어졌다.

최근의 연구들은 이러한 애착유형론보다 성인애착을 두 가지 ‘차원’으로 접근하는 방식의 설명력이 더 높다는 데 의견을 모으고 있다(Fraley & Waller, 1998). Brennan *et al.*(1998)은 1000명의 대학생 피험자를 대상으로 한 연구에서, 성인애착은 불안애착과 회피애착이라는 두 개의 독립적인 차원으로 구성된다는 것을 확인하였다. 첫 번째 불안차원은 자기가 사랑받을 가치가 있다고 지각되는 정

도를 나타내며 자기표상차원과 관련된다. 두 번째 회피차원은 개인이 타인을 반응적인 존재로 지각하는 정도, 타인에게 의지하고 친밀한 관계를 맺는데 편안해 하는 정도를 나타내며 타인표상차원과 관계가 있다. 두 차원 모두의 점수가 낮은 안정애착의 사람들은 관계 내에서 의지하고 친밀해지는데 편안해하며, 관계에서 버림받거나 지지를 받지 못할까봐 걱정하지 않는다. 선행연구들은 안정 애착유형이 불안정 애착유형보다 더 나은 정신건강과 관련이 있고 더불어 불안정 애착유형의 하위 차원인 불안애착과 회피애착은 서로 각기 차별적으로 주요 심리적 스트레스 지표들과 관련이 있음을 밝히고 있다(Chae & Kwak, 2013; Lopez & Brennan, 2000; Park & Lee, 2010; Wei *et al.*, 2003). 따라서 본 연구에서는 불안정 애착유형의 기본 차원인 불안애착과 회피애착이 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향력이 어떻게 다른지 분리하여 살펴볼 예정이다.

애착이 안정적일수록 심리적 안녕감이 높은 경향은 아동, 중·고등학교 청소년에서 대학생, 성인에 이르기까지 많은 선행연구에서 이미 여러 차례 검증된 바 있다. 안정적인 애착을 형성한 아동은 사회적으로 더 유능하고, 공감적이고 호혜적인 친구관계를 맺는 것으로 나타났으며(Kwak 2011; Kim *et al.*, 2014; Mo, 2011), 애착의 요인 가운데 특히 신뢰감 및 의사소통은 아동의 행복감에 큰 영향을 준다고 보고되었다(Park, 2008). 또한 부모애착은 학업성취나 외모에 비해 초등학교 5, 6학년 아동의 삶의 만족도에 가장 중요한 영향을 미치는 변인으로 나타났다(Lee, 2009). 청소년의 경우에도 부모에 대한 안정된 애착은 안녕감의 형성에 기여하는 것으로 나타났다(Cho & Jin, 2015; Hwang, 2010), 안정 애착을 형성한 대학생들이 불안정한 애착을 형성한 대학생들에 비해 대학생활에 더 잘 적응하고, 약물사용이나 알코올 섭취량이 낮으며, 대인관계능력이 좋고 친밀한 관계를 형성하고 이성파트너와도 안정적이며 장기적인 관계를 형성하는 것으로 나타났다(Jang & Yang, 2015; Kassel *et al.*, 2007; Kim & Choi, 2014; Kim, 2014; Mettanah *et al.*, 2004). 또한 Cooper *et al.*(1998)은 성인들의 애착유형과 심리적 적응간의 관계를 분석하였는데, 그 결과 안정 애착유형의 성인들이 심리, 사회적인 면에서 가장 적응적이었으며, 불안-양가 애착유형의 성인들의 적응도가 가장 낮았고, 자기에 대해 부정적인 개념을 갖고 있음이 밝혀졌다.

심리적 안녕감에 영향을 미치는 변인으로 애착 이외에 정서조절이 대두되고 있다. 근래 정서조절에 대한 연구가

심리학의 다양한 영역에서 연구되면서 정서조절이 인간의 기능과 건강에 대한 이해를 돕는 중요한 변인으로 주목받고 있다(Gross, 1999). 정서조절은 자신의 정서를 억압하는 것뿐만 아니라 정서적으로 자극되는 상황에서 유연하게 전략적으로 반응하여 균형감 있게 조절할 줄 아는 것으로, 사회적, 정서적, 인지적, 행동적 유능감에 직접적으로 영향을 준다(Lee, 2009). 따라서 정서조절은 개인의 안녕감과 성공적인 기능을 결정하는 매우 중요한 요인이라 할 수 있다(Bonanno, 2001; Werner & Gross, 2009). 이러한 정서조절을 이해하는데 있어 가장 영향력을 발휘하는 개념적 틀 중의 하나가 바로 애착이론으로 정서조절은 초기 아동기 애착형성과 밀접한 관련이 있는 것으로 나타났다(Mikulincer, & Shaver, 2007; Pascuzzo *et al.*, 2013; Thompson & Mayer, 2007). 안정적인 애착유형(회피애착과 불안애착이 낮은)을 지닌 사람은 정서조절 양식이 안정적이어서 친밀하고 편안한 관계를 유지하지만, 회피애착이 높은 사람은 부정적인 감정을 억압하거나 부정하며, 불안애착이 높은 사람은 관심과 주의를 끌기 위해 감정을 과장하여 정서조절에 어려움을 겪는다는 것이다(Mikulincer, & Shaver, 2008; Nilsson *et al.*, 2011).

특히 정서에 대한 다양한 조절 양식은 상황과 경험하는 정서의 종류에 따라서 달라질 수 있고 개인마다 다양한 방법이 있으며 이에 따른 효과나 만족도가 다를 수 있기 때문에 개인의 적응에 중요한 의미를 지닌다(Aldao & Nolen-Hoeksema, 2012; Webb *et al.*, 2012). 정서조절 양식에 대해서는 학자마다 다양한 견해가 제시되고 있다. Morris와 Reilly(1987)은 여러 문헌을 개관하여 인지적 재구성, 문제지향행동, 친애행동으로 구분하였고, Thayer *et al.*(1994)은 부정적인 정서를 조절하기 위한 방략으로 능동적 조절, 주의분산, 수동적 조절, 정서의 발산, 약물복용, 철화-회피 등으로 구분된다고 보고하였으며, Gross(1998)은 상황선택, 상황수정, 주의배치, 인지변화, 반응조절이라는 5가지 과정을 선행사건 초점적 양식과 반응초점적 양식이라는 2가지 방식으로 구분하였다. 국내에서는 Yoon(1999)이 부정적 정서경험에 대한 정서조절 양식을 능동적, 회피분산적, 지지추구적 양식의 세 요소로 구분하였고 각각의 정서조절 양식들은 개인차 변인들과 관련이 있음을 발견하였다.

연구자들마다 부정적 정서조절 양식의 수와 명칭에 대해서는 다른 의견이지만 대체적으로 부정적 정서에 능동적이고 적극적으로 대처하는 방식과 회피적이고 주의 분산적으로 대처하는 방식의 구분에는 공통성을 따르고 있

다. 여기에 덧붙여 많은 연구자들이 사회적 지지를 추구하여 부정적 정서 상태에서부터 벗어나려는 노력을 또 하나의 정서조절 양식으로 구분하고 있다(Min *et al.*, 2000). 능동적 양식이란 어떤 문제를 해결하기 위해 계획을 세우고 구체적인 해결 행동을 행하는 것, 자신의 느낌이나 상황을 이해하기 위해 노력하는 것을 포함한다. 회피분산적 양식은 자신의 기분을 나쁘게 만든 사람이나 상황에 대해 더 이상 생각하지 않거나 관계없는 다른 일을 떠올리면서 문제 상황에서 벗어나는 것을 말한다. 마지막으로 지지추구적 양식은 가족이나 친구를 만나고 그들에게 자신의 느낌을 이야기하며, 그들로부터 조언을 구하는 것 등이 포함된다.

정서조절 양식은 사회적 상호작용 및 사회적 관계 발달에 영향을 미쳐 사회적 유능감이나 행동문제 및 심리적 안녕감과 같은 심리사회적 적응을 예측케 하는데, 아동을 대상으로 정서조절 양식과 사회적 유능성과의 관련성을 탐색한 연구들은 문제해결 또는 지지추구와 같은 적극적인 양식을 사용하는 아동들이 회피나 감정 발산과 같은 소극적인 양식을 사용하는 아동에 비해 또래집단에서의 수용도가 높고 또래관계의 질도 높으며 사회적 지위도 높다고 주장한다(Eisenberg *et al.*, 1997, 2000; Kim & Chung 2011; Lee & Kim, 2006; Won & Song, 2015). 또한 역기능적인 방식으로 정서를 조절 할수록 아동의 공격성이 높아지는 것으로 나타났다(Yu & Sohn, 2014). 국내 대학생의 정서조절 양식과 적응과의 관계를 고찰한 Yoon(1999)의 연구에서는 능동적 양식은 개인의 적응에 비교적 기능적으로 작용한 반면 회피분산적 양식은 역기능적으로 작용하는 것으로 나타났고, 대학생의 인지적 정서조절을 적응적 조절양식과 부적응적 조절양식으로 구분하여 심리적 안녕감과의 관계를 살펴본 Yoo(2014)의 연구에서는 성차가 발견되었는데 남학생이 여학생에 비해 적응적인 정서조절을 사용하는 반면 여학생은 남학생에 비해 부적응적 정서조절을 많이 사용하는 것으로 나타났으며 적응적 정서조절양식이 심리적 안녕감과 실제적인 정적 상관을 가지는 것으로 나타났다. Quoidbach *et al.*(2010)의 연구에서도 긍정적으로 정서를 조절하는 것은 정신건강에 악영향을 미치는 요소를 약화시킴으로써 안녕감에 크게 기여한다는 결과가 입증되었다. 심리적 안녕감과 정서조절 양식과의 관계에 대한 선행연구들은 적응적이고 긍정적인 조절양식을 사용하는 개인의 심리적 안녕감이 더 높다는 공통된 결과를 보고한다(Garnefski *et al.*, 2001; Lee & Choi, 2012; Lee & Hyun, 2008;

Quoidnach *et al.*, 2010; Yoo, 2014).

이와 같이 선행연구들은 여러 사회인구학적 변인, 애착과 정서조절 양식이 개인의 심리적 안녕감을 설명하는데 중요한 변입임을 보여주고 있다. 그러나 지금까지의 연구들에서는 대다수의 연구가 사회인구학적 변인과 심리적 안녕감, 애착과 심리적 안녕감, 정서조절 양식과 심리적 안녕감 등 단편적인 탐색연구가 대부분이었고 이들 변인을 모두 포함하여 통합적으로 그 관련성을 살펴본 연구는 발견할 수 없었다. 더욱이 애착과 심리적 안녕감 간의 관련성이 유의미함은 다양한 연령대에 걸쳐 입증되었지만 부모와의 관계보다 다양한 관계에 더 많은 영향을 받는 대학생의 경우 심리적 안녕감에 미치는 애착의 영향력이 다른 변인들의 투입에 따라 그 양상이 달라질 수 있음을 예상해볼 수 있기에 관련 변인들의 투입단계에 위계를 두어 그 영향력을 살펴보는 연구가 필요할 것이다.

나아가 대학생의 심리적 안녕감에 대한 성차연구는 일관적이지는 않지만 차이를 보이는 결과들이 존재하여 성에 따라 심리적 안녕감을 독립적으로 살펴볼 필요성이 제기된다. 따라서 본 연구에서는 대학생을 대상으로 하여 성인애착과 정서조절 양식 및 심리적 안녕감이 성에 따라 어떠한 양상을 보이는지 확인하고, 선행연구를 바탕으로 세운 이론적 모델을 통해 사회인구학적 변인과 성인애착 그리고 정서조절 양식 변인을 단계적으로 투입하여 이들이 어떻게 상호작용하면서 심리적 안녕감에 영향을 미치는지를 살펴봄으로써 대학생의 심리적 안녕감을 유지하고 향상시킬 수 있는 요인들에 대한 체계적인 정보를 얻고자 한다. 본 연구를 통해 구체적으로 살펴보고자 하는 연구 문제는 다음과 같다.

1. 성인애착, 정서조절 양식, 심리적 안녕감이 대학생의 성에 따라 차이가 있는가?
2. 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절 양식이 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향력은 어떠한가?
  - 2-1 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절 양식이 남학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향력은 어떠한가?
  - 2-2 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절 양식이 여학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향력은 어떠한가?

## II. 연구방법

### 1. 연구대상

본 연구는 2013년 6월 청주시, 흥성군에 소재한 3개 대학교에 재학 중인 대학생들을 대상으로 실시하였다. 연구자가 각각의 대학교 교양과목과 전공과목 강사 3명을 만나 본 연구목적과 취지를 설명하고 협조와 동의를 얻은 후 질문지를 배부하였다. 총 400부의 질문지를 배부하여 일주일 후 연구자가 직접 방문을 하거나 또는 택배를 이용해 352부(회수율: 88%)를 회수하였다. 그 중에서 응답이 불성실한 34부를 제외한 318부를 자료 분석에 사용하였다. 318명 중 176명이 남학생이었고(55.3%), 여학생이 142명(44.7%)이었으며, 평균연령은 20.58(SD=1.94)세였다. 학년은 1학년이 82명(25.8%), 2학년이 114명(35.8%), 3학년이 87명(27.4%), 4학년이 35명(11.0%)이었다.

### 2. 연구도구

#### 1) 성인애착

성인애착을 측정하기 위해 Brennan *et al.*(1998)가 개발한 성인의 낭만적 애착척도(Multi-item Measure of Adult Romantic Attachment)를 Kang(2001)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 7점 Likert로, 성인기에 가까운 사람과 접촉 또는 근접을 유지하고 추구하는 개인의 안정된 성향으로서 부모관계에서 형성되는 정서적 유대를 나타내는 성인기 애착을 통합적으로 측정할 수 있는 ‘불안’와 ‘회피’의 두 차원으로 이루어졌고, 각각 18문항으로 총 36문항으로 점수가 높을수록 해당 차원의 애착이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 불안애착의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .89이며, 회피애착의 내적합치도는 .87로 나타났다.

#### 2) 정서조절 양식

정서조절 양식은 사람들이 일상생활에서 부정적 정서를 느낄 때, 이를 줄이기 위하여 주로 사용하는 양식을 구분하기 위해 Yoon(1999)이 제작한 척도를 사용하였다. 이 척도는 5점 Likert 총 25문항으로 능동적 양식 8문항, 회피분산적 양식 9문항, 지지추구적 양식 8문항 3개의 하위차원으로 구성되어 있으며 각각의 점수가 높을수록 해당차원의 정서조절 양식이 높은 것을 의미한다. 본 연구

에서 능동적 양식의 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .82, 회피분산적 양식의 내적합치도는 .75, 지지추구적 양식의 내적합치도는 .86으로 나타났다.

#### 3) 심리적 안녕감

심리적 안녕감을 측정하기 위해 Ryff(1989)가 개발한 PWBS(Psychological Well-Being Scale)를 Kim *et al.*(2001)가 한국어로 번안한 척도를 사용하였다. 본 척도는 7점 Likert로 긍정적 대인관계, 자아수용, 자율성, 환경에 대한 통제력, 삶의 목적, 개인적 성장 등과 같이 총 6개의 하위요인 46문항으로 구성되어 있으며 점수가 높을수록 심리적 안녕감이 높음을 의미한다. 본 연구에서 심리적 안녕감의 전체 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .92로 나타났다.

### 3. 자료분석

본 연구에서 수집한 자료는 SPSS 21.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 분석방법으로는 조사대상자의 일반적 배경에 대한 빈도, 백분율을, 질문지의 신뢰도 수준을 알아보기 위해 신뢰도 분석을 실시하였다. 대학생의 성에 따른 성인애착, 정서조절 양식, 심리적 안녕감의 차이를 알아보기 위해 t-test를 실시하였고, 각 하위변인들의 상관관계를 살펴보기 위해 Pearson의 적률상관계수를, 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절 양식이 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향력을 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다.

## III. 결과 및 해석

### 1. 성에 따른 성인애착, 정서조절 양식과 심리적 안녕감

성에 따른 대학생의 성인애착, 정서조절양식과 심리적 안녕감의 차이를 살펴본 결과는 <Table 1>과 같다. 정서조절 양식 중 지지추구적 양식( $t=-3.66, p<.001$ )만이 유의한 것으로 나타났는데, 여학생이 남학생보다 지지추구적 양식이 높게 나타났다.

〈Table 1〉 Difference in adult attachment, emotion regulation style and psychological well-being according to sex

Variable	Adult Attachment			Emotion Regulation Style				Psychological Well-Being	
	anxiety attachment		avoidance attachment	active style		avoidant/distractive style	support-seeking style	N	M(SD)
	N	M(SD)	M(SD)	N	M(SD)	M(SD)	M(SD)		
Male	176	3.25(.97)	3.10(.89)	175	3.31(.70)	2.91(.56)	3.47(.75)	176	4.58(.66)
Female	142	3.31(.94)	3.08(.96)	142	3.19(.62)	3.04(.72)	3.77(.65)	142	4.62(.76)
<i>t</i>		-0.55	.28		1.61	-1.81	-3.66***		-0.52

\*\*\**p*<.001

〈Table 2〉 Means, Standard Deviations &amp; Correlations of variables(Male N=176, Female N=142)

Male (Female)	1	2	3	4	5	6	7	8
1 Grade								
2 Economic Status	.03 (.11)							
3 Anxiety attachment	-.16* (-.06)	-.07 (-.02)						
4 Avoidance attachment	-.18* (-.18*)	-.09 (.12)	.09 (.08)					
5 Active style	.17* (.22**)	.16* (.09)	-.09 (-.11)	-.24** (-.07)				
6 Avoidant/distractive style	-.05 (-.09)	-.06 (-.08)	.24** (.27**)	.11 (.07)	-.24** (-.09)			
7 Support-seeking style	.12 (.10)	.02 (.21*)	.01 (-.05)	-.41*** (-.21*)	.57*** (.33***)	-.11 (-.02)		
8 Psychological well-being	.29*** (.33***)	.21** (.13)	-.43*** (-.36***)	-.32*** (-.11)	.57*** (.40***)	-.44*** (-.42***)	.39*** (.31***)	
Means	1.97 (2.57)	1.91 (1.94)	3.25 (3.31)	3.10 (3.08)	3.31 (3.19)	2.91 (3.04)	3.47 (3.77)	4.58 (4.62)
SD	.97 (.84)	.54 (.51)	.97 (.94)	.89 (.96)	.70 (.62)	.56 (.72)	.75 (.65)	.66 (.76)

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

2. 성에 따른 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절 양식이 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향성에 따른 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절 양식 및 대학생의 심리적 안녕감 간의 상관관계와 각 변인들의 평균과 표준편차는 <Table 2>에 나타난 바와 같다. 회귀분석에서 VIF값을 살펴본 결과 남학생의 경우 1.04~1.70, 여학생의 경우 1.08~1.23으로 10보다 작은 값을 가지고 있어

다중공선성의 문제를 보이지 않아 각 변인들은 독립적인 개념의 특성을 가지고 있음을 알 수 있다.

1) 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절 양식이 남학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향

대학생의 심리적 안녕감에 관련된 상대적 영향력을 알

아보기 위해 사회인구학적 변인(학년과 경제수준), 성인애착, 정서조절 양식을 독립변수로 투입하고 심리적 안녕감을 종속변수로 하여 위계적 회귀분석 3단계를 성에 따라 실시하였다. Model 1에서는 사회인구학적 변인인 학년과 경제수준을 투입하여 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보고, Model 2에서는 Model 1에 성인애착의 하위요인인 불안애착과 회피애착을 추가하여 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보았다. Model 3에서는 Model 2에 정서조절 양식의 하위요인인 능동적 양식, 회피분산적 양식, 지지추구적 양식을 추가하여 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향을 살펴보았다.

남학생의 심리적 안녕감과 관련된 위계적 회귀분석 결과는 <Table 3>에 제시된 바와 같다. Model 1에서 학년( $\beta=.28, p<.001$ )과 경제수준( $\beta=.21, p<.01$ )이 유의한 영향( $R^2=.124, F=12.13, p<.001$ )을 미치고, 성인애착을 추가한 Model 2에서는 학년( $\beta=.18, p<.01$ ), 경제수준( $\beta=.16, p<.05$ ), 불안애착( $\beta=-.36, p<.001$ ), 회피애착( $\beta=-.24, p<.001$ )이 유의한 영향( $R^2=.316, F=19.52, p<.001$ )을 미쳤으며 Model 2에서  $R^2$  변화량은 .192( $p<.001$ )로 통계적으로 유의미하였다. 정서조절 양식을 추가한 Model 3에서는 학년( $\beta=.14, p<.05$ ), 경제수준( $\beta=.10, p<.05$ ), 불안애착( $\beta=-.29, p<.001$ ), 회피애착( $\beta=-.11, p<.05$ ), 능동적 양식( $\beta=.37, p<.001$ ), 회피분산적 양식( $\beta=-.25, p<.001$ )이 유의한 영향( $R^2=.574, F=31.96, p<.001$ )을 미쳤고, 지지추구적 양식은 유의한 영향을 미치지 않

았다. 정서조절 양식을 투입한 Model 3에서  $R^2$  변화량은 .258( $p<.001$ )로 통계적으로 유의미하였다. 능동적 양식, 불안애착, 회피분산적 양식, 학년, 회피애착, 경제수준 순으로 영향을 미쳤다. 즉, 능동적 정서조절을 많이 많을수록, 불안애착이 낮을수록, 회피분산적 정서조절을 적게 사용할수록, 학년이 높을수록, 회피애착이 낮을수록, 경제수준이 높을수록 남학생의 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다.

2) 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절 양식이 여학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향

여학생의 심리적 안녕감과 관련된 위계적 회귀분석 결과는 <Table 4>에 제시된 바와 같다. Model 1에서 학년( $\beta=.35, p<.001$ )과 경제수준( $\beta=.20, p<.01$ )이 유의한 영향( $R^2=.147, F=11.96, p<.001$ )을 미치고, 성인애착을 추가한 Model 2에서 학년( $\beta=.32, p<.001$ ), 경제수준( $\beta=.20, p<.01$ ), 불안애착( $\beta=-.33, p<.001$ )이 유의한 영향( $R^2=.263, F=12.19, p<.001$ )을 미쳤으며 Model 2에서  $R^2$  변화량은 .116( $p<.001$ )으로 통계적으로 유의미하였다. 정서조절 양식을 추가한 Model 3에서는 학년( $\beta=.23, p<.01$ ), 불안애착( $\beta=-.22, p<.01$ ), 능동적 양식( $\beta=.24, p<.001$ ), 회피분산적 양식( $\beta=-.30, p<.001$ ), 지지추구적 양식( $\beta=.17, p<.05$ )이 유의한 영향( $R^2=.446, F=15.38, p<.001$ )을 미쳤고, 경제수준, 회피애착은

<Table 3> Effects of socio-demographic variables, adult attachment and emotion regulation style on psychological well-being of male university students(N=176)

	Model 1		Model 2		Model 3	
	$\beta$	t	$\beta$	t	$\beta$	t
<b>Socio- Demographic Variables</b>						
grade	.28	3.90***	.18	2.78**	.14	2.55*
economic status	.21	2.90**	.16	2.55*	.10	1.98*
<b>Adult Attachment</b>						
anxiety attachment			-.36	-5.48***	-.29	-5.48***
avoidance attachment			-.24	-3.74***	-.11	-1.99*
<b>Emotion Regulation Style</b>						
active style					.37	5.70***
avoidant/distractive style					-.25	-4.65***
support-seeking style					.09	1.45
$R^2$	.124		.316		.574	
$\Delta R^2$			.192***		.258***	
F	12.13***		19.52***		31.96***	

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

(Table 4) Effects of socio-demographic variables, adult attachment and emotion regulation style on psychological well-being of female university students(N=142)

	Model 1		Model 2		Model 3	
	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$	$\beta$	$t$
<b>Socio- Demographic Variables</b>						
grade	.35	4.48***	.32	4.32***	.23	3.40**
economic status	.20	2.58**	.20	2.66**	.09	1.42
<b>Adult Attachment</b>						
anxiety attachment			-.33	-4.50***	-.22	-3.34**
avoidance attachment			-.06	-.75	.01	.07
<b>Emotion Regulation Style</b>						
active style					.24	3.42**
avoidant/distractive style					-.30	-4.49***
support-seeking style					.17	2.43*
$R^2$	.147		.263		.446	
$\Delta R^2$			.116***		.183***	
$F$	11.96***		12.19***		15.38***	

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

유의한 영향을 미치지 않았다. 정서조절 양식을 투입한 Model 3에서  $R^2$  변화량은 .183( $p < .001$ )으로 통계적으로 유의미하였다. 회피분산적 양식, 능동적 양식, 학년, 불안애착, 지지추구 순으로 영향을 미쳤다. 즉 회피분산적 정서조절이 적을수록, 능동적 정서조절이 많을수록, 학년이 높을수록, 불안애착이 낮을수록, 지지추구적 정서조절이 많을수록 여학생의 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 그리고 Model 3에서는 Model 2에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났던 경제수준이 다른 변인에 비해 상대적으로 그 영향력이 감소함에 따라 여학생의 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

#### IV. 논의 및 결론

본 연구에서는 대학생의 성인애착과 정서조절 양식 및 심리적 안녕감이 성에 따라 어떠한 양상을 보이는지 확인하고, 사회인구학적 변인과 성인애착 그리고 정서조절양식 변인을 단계적으로 투입하여 이들이 어떻게 상호작용하면서 심리적 안녕감에 영향을 미치는지를 검증해 보았다. 본 연구의 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 성에 따른 대학생의 성인애착, 정서조절 양식과

심리적 안녕감의 차이를 살펴본 결과, 정서조절 양식 중 지지추구적 양식만이 차이가 있었다. 즉, 여학생이 남학생보다 부정적인 정서를 경험할 때 지지추구적 양식을 더 많이 사용하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 여학생이 남학생에 비해 지지추구적 양식을 더 많이 사용한다는 Lee(2009)의 연구결과와 그 맥을 같이하고, 능동적 양식과 회피분산적 양식은 남학생이, 지지추구적 양식은 여학생이 더 많이 사용한다는 Yoo *et al.*(2006)의 연구결과와는 부분적으로 그 맥을 같이한다. 그러나 여학생이 남학생보다 능동적 양식을 더 많이 사용한다고 밝힌 Shin *et al.*(2005)의 연구나 성차가 없었다고 보고한 Jung과 Kim(2011)의 연구와는 상이함을 보이고 있다. 위와 같은 정서조절 양식의 성차는 성 유형화된 차별적 사회화에서 기인한 것으로 해석될 수 있다. 즉, 여학생의 경우 사회화 과정에서 다른 사람의 정서에 민감하고 타인과의 원만한 관계를 형성하여 조화를 이루도록 사회화되기 때문에 남자보다 여자가 지지추구적 양식을 더 많이 사용하는 것으로 볼 수 있다(Yoo *et al.*, 2006). 한편 능동적 양식과 회피분산적 양식에 있어 남녀의 차이가 나지 않아 선행연구들과 차이를 보이는데, 이는 연구대상의 발달단계가 상이함에서 비롯되는 것으로 여겨진다. 즉, 본 연구는 대학생을 대상으로 연구가 이루어진데 반하여 다른 선행연구들은 아동 혹은 중·고등학생을 대상으로 이루어짐으로 인한 차이를 고려할 필요가 있다(Lee, 2009). 대학생들을 대상

으로 한 본 연구의 결과는 여자 대학생들의 성평등 가치관 의식 향상이 반영된 것으로 볼 수 있다. 과거에 비해 여학생들의 양성성정체감 발달로 여학생들이 행위주체적인 정서조절 양식을 사용함으로써 남녀 차이가 나타나지 않는 것으로 예측된다. 따라서 이러한 차이를 고려하여 정서조절 양식에서 성차가 나는 원인과 기제에 대해 밝혀주는 연구도 매우 흥미로울 것으로 생각된다.

둘째, 남학생의 심리적 안녕감은 학년, 경제수준, 불안애착, 회피애착, 능동적 양식, 회피분산적 양식의 영향을 받는 것으로 나타났다. 정서조절 양식의 하위 변인인 능동적 양식의 영향력은 다른 변인을 모두 통제된 후에도 영향력이 가장 큰 것으로 나타났고, 그 다음으로 불안애착, 회피분산적 양식, 학년, 회피애착, 경제수준 순으로 파악되었다. 즉, 능동적 양식을 많이 사용할수록, 불안애착이 낮을수록, 회피분산적 양식을 덜 사용할수록, 학년이 높을수록, 회피애착이 낮을수록, 경제수준이 높을수록 남학생의 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 성인애착이 심리적 안녕감에 영향을 미친다는 여러 선행연구들의 결과와 맥을 같이 하고 있고(Chae & Kwak, 2013; Gholamzadeh *et al.*, 2012; Karreman & Vingerhoets, 2012; Kim, 2014; Kim, 2012), 능동적 정서조절의 정적 영향과 회피분산적 정서조절의 부적 영향을 밝힌 일련의 선행연구들(Aldao & Nolen-Hoeksema, 2012; Hopp *et al.*, 2011; Moore *et al.*, 2008; Shin *et al.*, 2005; Webb *et al.*, 2012; Yoo *et al.*, 2006)과 일치하는 결과이다. 또한 학년이 높을수록 심리적 안녕감이 높게 나타난 결과는 학년, 전공 등에 따른 심리적 안녕감의 차이가 없다고 보고된 연구들과는 차이가 있으나 심리적 안녕감의 하위요인들 중 자율성과 환경에 대한 통제력은 학년이 높을수록 증가한다는 Kim(2006)의 결과와 같은 맥락에 있다. 이는 Kim(2006)이 우리나라 대학생이 고등학교 때까지 개인의 성장과 창의성이 무시된 주입식 교육을 받으며 성장하기 때문에 대학에 입학한 이후에야 비로소 자신의 정체감 및 진로에 대해 고민하기 시작하며, 이로 인한 심한 스트레스와 정서적 불안감을 경험한다고 한 것과 관련지어 생각해볼 수 있다. 경제수준 또한 높을수록 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났는데 이는 대상은 일치하지 않지만 기존의 선행연구들의 결과(Ball & Chernova, 2008; Lee & Jeon, 2015; Yoon & Lee, 2012)를 뒷받침하고 있다. 남학생의 심리적 안녕감에 정서조절 양식 변인 중 능동적 양식과 회피분산적 양식이 영향을 미치는 것으로 나타났고 능동적 양식은 가장 큰 설명력을

지녔다. 이러한 결과는 선행연구들이 심리적 안녕감은 적응적 정서조절과 상관이 높고 부적응적 정서조절과는 상관이 대체로 낮음을 보고하고 있는 것(Kim & Lee, 2009; Yoo, 2014)과 같은 맥락에 위치한다. 결국 남학생의 심리적 안녕감은 부적응적 정서조절보다는 적응적 정서조절을 얼마나 사용하는가와 관련이 있다는 것을 말해준다. 즉, 적응적 정서조절 양식을 많이 사용할수록 심리적 안녕감이 높아진다는 것이다. 이는 최근 심리학의 경향인 긍정심리학과 그 맥을 같이 한다고 볼 수 있다. 긍정심리학에서는 개인의 부정적인 측면을 치료하고 교정하는데 집중하기 보다는 긍정적인 자원과 보호요인을 발견하고 향상시키는 것을 강조한다. 능동적 양식이 남학생의 심리적 안녕감에 가장 큰 영향력을 가진다는 본 연구의 결과를 미루어 살펴볼 때, 남학생의 심리적 안녕감 증진을 위해 부적응적 정서조절 양식을 파악하고 감소하는 것도 중요하지만 그보다 적응적인 정서조절 양식을 강조하고 촉진하는 것이 더 효과적일 것으로 보인다. 또한 남학생의 경우 성인애착의 하위변인인 불안애착과 회피애착 모두 심리적 안녕감에 영향을 미쳤는데 불안애착이 회피애착보다 더 많은 영향을 미쳤다. 이는 성인애착 중 불안애착이 회피애착보다 남학생의 심리적 안녕감에 더 밀접한 관련이 있음을 보여주는 것으로 대학생의 애착과 심리적 안녕감과의 관계를 살펴본 Chae와 Kwak(2013)의 연구결과를 다시 한 번 입증해주고 있고, 안정 애착유형의 성인들이 심리, 사회적인 면에서 가장 적응적이었으며 불안애착 유형의 성인들의 적응도가 가장 낮았다고 보고한 Cooper *et al.*(1998)의 연구결과를 뒷받침하고 있다. 또한 불안애착이 회피애착보다 우울경험양식과 대인관계문제에 대해 폭넓은 설명력을 가진다는 Park과 Lee(2010)의 연구결과와도 일부 맥을 함께한다. 이는 주로 불안애착이 높은 성인들이 정서를 조절하기 위해 도움과 지지를 추구하려는 의도로 타인과의 관계에서 자신의 고통을 과장하여 드러내고, 스트레스 상황에서 벗어나기 위해 타인에게 지나치게 의지하고, 관계의 지속이 깨어질까봐 콜몰하는 특성과 관련이 있을 것이다.(Wallin, 2007). 그들은 이런 특성 때문에 타인이 실제로 그런 도움을 제공하지 못하거나 도움을 제공할 경우에도 지지가 부족하다고 느끼고 자신이 타인으로부터 사랑받지 못하고 있다고 지각하거나 다른 사람을 통제할 수 없는 실패 감을 느껴 아예 관계에서 거리를 두는 회피애착의 성인들보다 더 심리적 안녕감이 낮을 것이다(Chae & Kwak, 2013).

셋째, 여학생의 심리적 안녕감은 학년, 불안애착, 능동

적 양식, 회피분산적 양식, 지지추구적 양식의 영향을 받는 것으로 나타났다. 정서조절 양식의 하위 변인인 회피분산적 양식의 영향력은 다른 변인을 모두 통제된 후에도 영향력이 가장 큰 것으로 나타났고, 그 다음으로 능동적 양식, 학년, 불안애착, 지지추구적 양식 순으로 파악되었다. 즉, 회피분산적 양식을 덜 사용할수록, 능동적 양식을 많이 사용할수록, 학년이 높을수록, 불안애착이 낮을수록, 지지추구적 양식을 많이 사용할수록 여학생의 심리적 안녕감이 높은 것으로 나타났다. 그리고 Model 3에서는 Model 2에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났던 경제수준이 다른 변인에 비해 상대적으로 그 영향력이 감소함에 따라 여학생의 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다.

여학생의 심리적 안녕감에는 정서조절 양식의 세 가지 하위변인인 능동적 양식, 회피분산적 양식, 지지추구적 양식 모두가 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 남학생의 결과와 차이를 보여 주목해 볼만하다. 남학생의 경우 정서조절 양식 중 능동적 양식과 회피분산적 양식만이 유의한 영향이 있었고 능동적 양식의 영향력이 가장 강력했다. 반면 여학생은 남학생과 달리 지지추구적 양식도 심리적 안녕감에 유의한 영향이 있었고 회피분산적 양식의 영향력이 가장 강력한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 남학생과 마찬가지로 성인연구에서 긍정정서와 안녕감(삶, 건강상태, 대인관계)은 능동적인 정서조절 양식과 정적 상관을, 회피분산적 정서조절 양식과 부적상관을 나타내는 기존연구들(Lim & Jang, 2003; Shin *et al.*, 2005; Yoon, 1999)과 그 맥락을 같이한다. 그러나 능동적 양식만이 심리적 안녕감에 유의미한 영향을 미쳤다는 Shin *et al.*(2005)의 결과와는 차이가 있다. 위의 연구들의 맥락에서 볼 때 이러한 결과는 정서조절 능력은 건강한 기능과 많은 심리적 장애에서 중요한 역할을 한다고 주장한 Werner와 Gross(2009)의 결과를 뒷받침하고 있고 부정적 기분이나 정서를 회피하는 정서조절 양식은 심리적 안녕감에 부정적인 영향을 미치고, 부정적인 기분이나 정서를 능동적이고 지지추구적인 양식으로 대처하는 정서조절 양식은 안녕감에 긍정적인 기여를 한다는 것을 다시 한 번 입증해주는 바이다.

여학생의 심리적 안녕감을 가장 잘 예언한 변인은 부정정서에 대해 생각을 안하거나 일부러 다른 생각을 하는 회피분산적 양식이었다. 이는 여학생의 심리적 안녕감을 향상시키기 위해서는 무엇보다도 회피분산적 정서조절 양식을 줄이도록 하는 개입을 우선시하는 게 효과적임을 시

사한다. 회피분산적 정서조절 양식이 심한 심리적 증후나 신경증과 정적인 관련이 있다고 밝힌 선행연구결과(Min *et al.*, 2000)에 견주어 보면, 회피분산적 정서조절을 한다고 해서 부정적 기분이나 정서가 해결되는 것이 아니기 때문에 지속적으로 부정적 정서가 남아 있을 것이다. 따라서 회피분산 정서조절 양식을 자주 사용하는 대학생들은 여전히 우울이나 불안 등의 정서를 느끼게 되고 이로 인해 자신에 대해 무력감을 느끼거나 자존감이 저하될 가능성이 있어 심리적 안녕감이 낮을 것으로 추론된다(Yoo *et al.*, 2006).

Model 3에서는 Model 2에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났던 경제수준이 다른 변인에 비해 상대적으로 그 영향력이 감소함에 따라 여학생의 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미치지 않는 것으로 나타났다. 이에 반해 투입한 정서조절 양식은 위에 언급한 바와 같이 모든 변인이 여학생의 심리적 안녕감에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타나, 이 변인들이 여학생의 심리적 전체 설명력을 통계적으로 유의미하게 증가시켰다. 이러한 결과는 성, 학년, 종교유무, 경제수준, 건강상태와 같은 삶의 상황요인들이 행복에 미치는 설명량은 비교적 작다고 주장한 Lyubomirsky *et al.*(2005)의 연구결과와 연결하여 생각해볼 수 있다. 본 연구에서도 사회인구학적 변인인 학년과 경제수준은 심리적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 나타났으나 다른 변인들과 비교해볼 때 심리적 안녕감을 설명하는 정도가 작았다. 특히 여학생의 경우, 경제수준은 다른 변인들의 투입에 따라 그 영향력이 유의하지 않았다. 이는 심리적 안녕감을 결정하는데 있어 외적으로 드러나는 변인들의 영향력이 상대적으로 크지 않음을 알려주고 여학생의 심리적 안녕감은 경제수준보다 다른 변인들과 더 강력한 관련이 있음을 보여준다. 따라서 변명이 힘들고 변명이 된다하더라도 일시적으로만 긍정적인 정서를 유발하는 상황적 요인들보다 부적응적 정서조절에 대한 대처로 긴장된 정서를 완화시키고 도움이 되는 정서조절 훈련 프로그램 개입 등이 여학생의 심리적 안녕감을 증진하는데 효과적일 것으로 볼 수 있다.

또한 본 연구결과 여학생의 심리적 안녕감에는 성인애착의 하위요인 중 불안애착만이 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 여성이 남성보다 친밀감에 대한 불안감이 크기 때문에 관계에 대한 투로나 헌신을 더 많이 한다는 Templhof와 Allen(2008)의 연구결과 및 여성이 남성에 비해 불안을 비롯한 내면화 문제를 더 많이 경험한다는 기존의 연구결과(Chae & Kim, 2009; Ha & Choi, 2008;

Mikulincer *et al.*, 2003)들과 유사한 맥락에서 생각해 볼 수 있다. 성인애착 중 불안차원은 자기가 사랑받을 가치가 있다고 지각되는 정도를 나타내는 자기 표상과 관련이 있고 애착대상에 대해 신체적 혹은 심리적으로 가까이 다가갈 수 있는 가능성과 그 대상이 자신에게 관심을 보일 가능성을 탐지하는 것으로 거절과 유기의 단서에 대한 자극의 크기와 관련된다(Fraley & Shaver, 1998). 그러므로 불안차원이 높은 것은 친밀한 대상과 가까워지는 것, 수용되는 것, 지지받는 것, 그리고 확신 받는 것에 대한 욕구 정도가 높은 것을 말하며, 이러한 욕구를 충족시키지 못하였을 때 또 다시 불안이 높아지게 된다. 높아진 불안 수준으로 인해 불안형의 사람들은 대인관계에서 수줍음을 많이 타고, 관계에 갈등이 생겼을 때 우울이나 불안감을 더 많이 가져오게 되며, 그로 인해 자신감이 저하되고 그들의 심리적 안녕감이 위협받는 것으로 여겨진다. 따라서 심리적 안녕감과 관련하여 문제를 호소하는 여학생들을 대할 때는 이러한 결과를 고려하여 그들의 심리적 안녕감을 증진시킬 방안을 찾는 게 필요할 것이다. 덧붙여 여학생의 경우에는 불안애착만이 심리적 안녕감을 영향을 미치는 것으로 나타났지만 남학생의 경우에는 위의 논의에도 언급했듯이 불안애착과 회피애착 모두 심리적 안녕감에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 본 연구결과는 불안애착과 회피애착이 심리적 안녕감을 예측하는 변인임을 보여주는 결과로 대학생임에도 불구하고 여전히 부모의 애착은 남녀대학생의 심리적 안녕감에 영향을 미친다는 것을 확인해 주었고 건강한 자녀를 키우기 위한 예방적 부모교육 등의 필요성을 뒷받침해준다.

지금까지의 논의를 종합해보면 본 연구의 의의는 다음과 같다. 사회인구학적 변인, 성인애착 그리고 정서조절 양식은 대학생의 심리적 안녕감을 증진시킬 수 있는 변인이 됨을 확인하였고 남학생과 여학생에 따라 영향을 미치는 변인에 차이가 있음을 확인하였는데 본 연구의 첫 번째 의의를 들 수 있다. 또한, 이전의 연구들은 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절양식과 심리적 안녕감의 관계를 단편적으로 살펴보았거나 상관만을 살펴보았는데 본 연구에서는 이들 변인들의 관계를 구체화하여 최근 청년 실업의 증가로 입학과 동시에 취업에 대한 부담감까지 배가 되어 심리적 안녕감에 큰 위협을 받고 있는 대학생들의 행복을 높이는데 하나의 모색점이 될 수 있는 토대를 마련한 것에 두 번째 의의를 들 수 있다. 마지막으로 남학생과 여학생 모두 심리적 안녕감에 정서조절 양식이 가장 많은 영향을 미치는 것으로 나타났으나 남학생의 심리적

안녕감에는 정서조절 양식 중 능동적 양식이, 여학생의 심리적 안녕감에는 정서조절 양식 중 회피분산적 양식이 가장 중요한 변인으로 나타나 대학생의 심리적 안녕감을 유지하고 향상시키고자 할 때에는 무엇보다도 정서적으로 자극되는 상황에서 유연하게 전략적으로 반응하여 균형감 있게 조절할 줄 아는 정서조절 양식이 중요함을 입증하였고 성에 따라 차별적으로 접근할 필요가 있음을 밝혔다는 점에서 본 연구의 의의가 있다. 즉, 남학생에게는 부정적 사건을 어떻게 다룰 것인지에 대한 계획을 다시 생각해보고 긍정적 의미를 부여해서 긍정적인 일이나 사고로 초점을 옮기거나 구체적인 해결 행동을 행하도록 하는 능동적 정서조절을 촉진시킬 수 있는 훈련 및 프로그램 개입 등이 효과적일 것이나 여학생들에게는 부정적 사건을 처리할 때 자신의 기분을 나쁘게 만든 사람이나 상황에 대해 더 이상 생각하지 않거나 관계없는 다른 일을 떠올리면서 문제 상황을 벗어나고자 하는 회피분산적 양식을 낮출 수 있는 개입이 우선시되어야 효과적임을 시사한다는 점에서 의의를 지닌다.

이러한 의의에도 불구하고 본 연구가 가지고 있는 제한점을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 청주시와 홍성군 지역에 위치한 대학의 학생들을 대상으로 이루어져 일반 집단 모두에게 적용시키는 데는 일반화의 문제가 있을 수 있다. 또한 심리적 안녕감이나 정서조절 양식은 대상에 따라 성별 차이와 그 효과 및 양상이 달라질 수 있다. 따라서 다양한 인구학적 변인을 포괄하는 광범위한 표본을 대상으로 한 심리적 안녕감이나 정서조절 양식에서의 차이를 연구한다면, 발달에 따른 효과적인 심리적 안녕감이나 정서조절 양식에 대한 의미 있는 자료를 추론해 낼 수 있을 것이다. 둘째, 본 연구에서는 심리적 안녕감을 인간의 긍정적인 기능화에 초점을 둔 다차원적 관점에서 개념화한 척도를 사용하여 사회인구학적 변인, 성인애착과 정서조절 양식과의 관련성을 살펴보았다. 그러나 최근 안녕감의 구인을 새롭게 구성하려는 노력이 이루어지고 있어 추후 연구에서는 이러한 논의를 반영할 필요가 있겠다. Helga *et al.*(2014)은 안녕감을 4가지 하위 차원으로 구별하여 주관적 안녕감과 심리적 안녕감과 더불어 정신병리 차원과 신체적 안녕감을 포함하기도 하였다. 심리적 안녕감만을 측정하여 살펴보던 것에서 안녕감의 의미를 보다 세밀하게 탐색함으로써 심리적 안녕감에 대한 연구의 폭을 확장시킬 수 있을 것이다. 셋째, 본 연구는 사회인구학적 변인, 성인애착, 정서조절 양식을 단계적으로 투입하여 대학생의 심리적 안녕감에 어떠한 영향을 미

치는지를 살펴보았는데, 후속연구에서는 이에 더 나아가 이들 변인이 어떠한 경로를 통해 영향을 미치는지 면밀하게 살펴볼 필요가 있다. 마지막으로 자기보고식 설문조사가 갖는 한계점으로 실제 태도와 자신이 지각하는 태도 간에는 차이가 있을 수 있다.

**주제어** : 성인애착, 정서조절양식, 심리적 안녕감

## REFERENCE

- Aldao, A., & Nolen-Hoeksema, S. (2012). When are adaptive strategies most predictive of psychopathology? *Journal of Abnormal Psychology, 121*, 276-281.
- Bahlman, R., & Dinter, D. L. (2001). Encouraging self-encouragement: An effect study of the encouraging-training Schoenaker-concept. *The Journal of Individual Psychology, 57*, 273-288.
- Ball, R. E., & Chernova, K. (2008). Absolute income, relative income, and happiness. *Source, Social Indicators Research, 88*, 497-529.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. (1991). Attachment styles among young adults: A test of a four category model. *Journal of Personality and Social Psychology, 61*(2), 226-244.
- Bonanno, G. A. (2001). Grief and emotion: A social functional perspective. In M. S. Stroebe & R. O. Hansson(Eds.), *Handbook of bereavement research: Consequences, coping, and care*(pp. 493-515). Washington, DC: American Psychological Association.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss*. Vol.2, Separation. New York: Basic Books.
- 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). New York: Guilford Press.
- Chae, Y. M., & Kim, Y. H. (2009). *Combination of marital attachment and parenting styles related to young children's social-emotional development*. Unpublished doctoral dissertation, Chungbuk University, Korea.
- Chae, Y. M., & Kwak, S. J. (2013). Relationship between adult attachment and psychological well-being of university students: The mediating effects of empathic ability and depression. *Korean Journal of Human Ecology, 22*(6), 599-613.
- Cho, S. H., & Jin, M. K. (2015). The mediating effects of optimism in the relationship between parental attachment and psychological well-being in adolescents. *Asian Journal of Child Welfare and Development, 13*(1), 95-112.
- Choi, M. S., Shin, H. Y., Cho, S. Y., & Choi, H. Y. (2008). A study on happiness recognition of children relative to gender, grade, and area. *Journal of Adolescent Welfare, 10*(4), 223-242.
- Cooper, M. I., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology, 74*, 1380-1397.
- Diener E., Emmons, R. A., Larson, R. J., & Griffin, S. (1985). The satisfaction with life scale. *Journal of Personality Assessment, 49*(1), 71-75.
- Diener, E. (1984). Subjective well-being. *Psychological Bulletin, 95*, 542-575.
- Eisenberg, N., Fabes., R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2000). Dispositional emotionality and regulation: Their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*, 136-157.
- Eisenberg, N., Guthrie, I. K., Fabes, R. A., Reiser, M., Murphy, B. C., Holgren, R., Maszk, P., & Losoya, S. (1997). The relations of regulation and emotionality to resilience and competent social functioning in elementary school children. *Child development, 68*, 295-311.
- Fraley, R. C., & Waller, N. G. (1998). Adult attachment patterns: A test of the typological model. In J. A. Simpson & W. S. Rholes(Eds.), *Attachment theory and close relationships*(pp.77-114). New York:

- Guilford Press.
- Fraley, R. C., & Shaver, P. R. (1998). Airport separations: A naturalistic study adult attachment dynamics in separation couples. *Journal of Personality and Social Psychology, 75*, 1198-1212.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences, 30*, 1311-1327.
- Gholamzadeh, M., Hasanloo, H. O., & Moslemifar, M. (2012). Happiness and willingness to communicate in three attachment styles: A study on college students. *Procedia-Social and Behavioral Sciences, 46*, 294-298.
- Gross, J. J. (1998). The emotion field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology, 2*(3), 271-299.
- Gross, J. J. (1999). Emotion regulation: past, present, future. *Cognition and Emotion, 13*(5), 551-573.
- Ha, J. S., & Choi, Y. S. (2008). Adult attachment and family counseling expectations among married couples. *Korean Journal of family therapy, 16*(2), 67-94.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology, 52*, 511-524.
- Helga, D., Rod, B., Mogan, H., & Tim, K. (2014). The relationship between materialism and personal well-being: A meta-analysis. *Journal of Personality and Social Psychology, 107*(5), 879-924.
- Heo, S. Y. (2009). *An analysis of ecological variables affecting adolescent happiness*. Unpublished doctoral dissertation, Sookmyung Women's University, Korea.
- Hopp, H., Troy, A. S., & Mauss, I. B. (2011). The unconscious pursuit of emotion regulation: Implications for psychological health. *Cognition and Emotion, 25*(3), 532-545.
- Huppert, F. A. (2009). Psychological well-being: Evidence regarding its causes and consequences. *Applied Psychology: Health and Well-Being, 1*(2), 137-164.
- Hwang, A. R. (2010). *Relationship between attachment and psychological well-being in adolescents: The mediating effects of basic psychological needs*. Unpublished master's thesis, Sungshin Women's University, Korea.
- Jang, M. A., & Yang, N. M. (2015). The relationship between attachment avoidance and life satisfaction of college students: The mediating effects of avoidant/distractive emotional regulation style and ambivalence over emotional expressiveness. *The Korean Journal of Counseling, 16*(2), 273-292.
- Jung, C. W. (2014). The relationships among social problem solving ability, everyday creativity, psychological well-being of university students'. *CNU Journal of Educational Studies, 35*(1), 147-167.
- Jung, J. Y., & Kim, J. N. (2011). Gender differences in relationships between perceived parental behavior, cognitive emotion regulation strategies, behavioral inhibition. *Korean Journal of Youth Studies, 18*(2), 227-254.
- Kállay, É. (2013). The investigation of subjective and psychological well-being in a sample of Transylvanian Hungarians - Pilot Study. *Cognition, Brain, Behavior. An Interdisciplinary Journal, 17*(2), 89-107.
- Kang, J. K. (2001). *Mental representation of parents in childhood and adult romantic attachment: Cross-sectional and longitudinal examination*. Unpublished doctoral dissertation, Ewha Women's University, Korea.
- Karademas, E. C. (2006). Self-efficacy, social support and well-being: The mediating role of optimism. *Personality and Individual Differences, 40*, 1281-1290.
- Karreman, A., & Vingerhoets, AJJM. (2012). Attachment and well-being: The mediating role of emotion regulation and resilience. *Personality and Individual Differences, 53*(7), 821-826.
- Kassel, J. D., Wardle, M., & Roberts, J. E. (2007). Adult attachment security and college student substance use. *Addictive Behaviors, 32*(6), 1164-1176.
- Kim, J. E., Do, H. S., Kim, M. J., & Kim, J. H. (2014). The influences of parental attachment on social competence of school-aged children: The mediating

- role in empathy. *Korean Journal of Child studies*, 34(3), 127-150.
- Kim, J. U., & Choi, M. S. (2014). Analysis of the structural relationship among family strength, social support, ego-resilience, hope, peer relational skills and problem behavior of adolescents, *The Korea Journal of Youth Counseling*, 22(1), 201-226.
- Kim, K. M., & Im, J. H. (2012). Effects of optimism and orientations to happiness on psychological well-being of college students. *Family and Environment Research*, 50(1), 89-101.
- Kim, K. S., Kim, J. N., Park, W. M., & Chun, S. M. (2006). The analysis of the component concepts on college students' psychological well-being. *The Journal of Humanities*, 11(1), 1-23.
- Kim, K. S. (2006). *The development and application of a program for college students' psychological well-being*. Unpublished doctoral dissertation. Kyungsoong University, Korea.
- Kim, M. H. (2014). *Testing of mediating effects of hope in relationships between adult attachment and life satisfaction of university students*. Unpublished master's thesis. Kwangju Women's University, Korea.
- Kim, M. J., & Lee, H. K. (2009). The effect of optimism on psychological well-being: Cognitive emotion regulation strategies and social support as a mediating variable. *Social Science Research*, 25, 49-67.
- Kim, M. S., Kim, H. W., & Cha, K. H. (2001). Analyses on the construct of psychological well-being(PWB) of Korea male and female adults. *The Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 15(2), 19-39.
- Kim, M. S., Kim, H. W., Im, J. Y., & Han, Y. S. (2003). Happiness of Koreans: On the bases of their Socioeconomic Status. *Korean Psychological Association Annual Conference*, 1, 171-172.
- Kim, S., & Chung, O. (2011). Maternal over- protection, child emotion regulation and peer relationships: The mediating role of emotion regulation in children. *The Korean Journal of the Human Development*, 18(3), 69-92.
- Kim, Y. H. (2012). The effect of insecure attachment on psychological well-being: The role of emotional experiences as mediators. *Korean Journal of Youth Studies*, 19(9), 231-259.
- Kwak, E. Y. (2011). *Father attachment, mother attachment and peer relationships: The interaction effect of emotional abilities*. Unpublished master's thesis. Ehwa Women's University, Korea.
- Lee, H. L., & Kim, K. Y. (2006). Children's emotional response, emotion regulation strategy and emotion regulation effect: Relationships among emotion regulation strategy, emotion regulation effect ad psychological well-being. *Family and Environment Research*, 44(7), 99-111.
- Lee, J. L. (2009). The time-dependent effects of changes in private education on the developmental trajectories of academic achievement among early adolescent. *Korean Journal of Child Studies*, 31(6), 1-13.
- Lee, J. Y., & Choi, W. Y. (2012). The mediating effects of cognitive emotion regulation strategies in the relation between college students social supports and psychological well-being. *Korean Journal of Counseling*, 13(3), 1481-1499.
- Lee, K. Y., & Song, H. J. (2013). The effect of exercise participation on the psychological well-being, college life satisfaction, and happiness index of college students. *The Korean Journal of Physical Education*, 52(2), 95-105.
- Lee, S. E. (2009). Moderating effects of self-esteem on the relationship between adult attachment and emotion regulation style. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 21(4), 897-914.
- Lee, S. J., & Hyun, M. H. (2008). The influence of emotional awareness and cognitive emotion regulation to mental health. *The Korean Journal of Health Psychology*, 13(4), 887-905.
- Lee, S. J., & Jeon, E. H. (2015). A study on the factors affecting the happy lives of the elderly and relevant variables. *Korean Journal of Family Welfare*, 20(1), 113-131.
- Lim, J. O., & Jang, S. S. (2003). A study on relationships

- among the emotional clarity, emotion regulation style, and psychological well-being. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 15(2), 259-275.
- Lopez, F. G., & Brennan, K. A. (2000). Dynamic process underlying adult attachment organization: Toward an attachment theoretical perspective on the healthy and effective self. *Journal of Counseling Psychology*, 47, 283-301.
- Lyubomirsky, S., King, I. A., & Diener, E. (2005). The benefits of frequent positive affect: Does happiness lead to success? *Psychological Bulletin*, 131, 803-855.
- Mattanah, J. F., Hancock, G. R., & Brand, B. L. (2004). Parental attachment, separation-Individuation, and college student adjustment: A structural equation analysis of mediational effects. *Journal of Counseling Psychology*, 51(2), 213-225.
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2007). *Attachment in adulthood: Structure, dynamics, and change*. New York: Guilford Press
- Mikulincer, M., & Shaver, P. R. (2008) Adult attachment and affect regulation. In J. Cassidy & P. Shaver(eds), *Handbook of attachment: Theory, research, and clinical applications*, 2nd ed. New York: Guilford Press.
- Mikulincer, M., Shaver, P. R., & Perge, D. (2003). Attachment theory and affect regulation: The dynamics, development, and cognitive consequences of attachment-related strategies. *Motivation and Emotion*, 27(2), 77-102.
- Min, K. H., Kim, J. H., Yoon, S. B., & Jang, S. M. (2000). A study on the negative emotion regulation strategies: Variations in regulation styles related to the kind of emotion and the personal characteristics. *Korean Journal of Social and Personality Psychology*, 14(2), 1-16.
- Mo, J. E. (2011). *The relationship among elementary school student's attachment to their parents and peer, mother's attachment and student's school life*. Unpublished master's thesis. Ehwa Women's University, Korea.
- Moon, Y. J. (2009). A study on the mediation effect of psychological well-being in the relations between academic motivation and adjustment to college among social welfare majors. *Korean Journal of Youth Studies*, 16(9), 31-51.
- Moore, S. A., Zoellner, L. A., & Mollenholdt, N. (2008). Are expressive suppression and cognitive reappraisal associated with stress-related symptoms? *Behaviour Research and Therapy*, 46, 993-1000.
- Morris, W. N., & Reilly, N. P. (1987). Toward the self-regulation of mood: Theory and research. *Motivation and Emotion*, 11, 215-249.
- Nilsson, D., Holmqvist, R., & Jonsson, M. (2011). Self-reported attachment style, trauma exposure and dissociative symptoms among adolescents. *Attachment & Human Development*, 13(6), 579-595.
- Park, E. J., & Choi, S. M. (2014). The study on a validation of well-being manifestation measure scale in Korea. *Korean Journal of Youth Studies*, 21(8), 495-511.
- Park, J. H. (2008). *The purpose of this research is to determine the significance of parents' attachment and support from the child's teachers and peers*. Unpublished master's thesis. SunCheon University, Korea.
- Park, Y. J., & Lee, Y. H. (2010). The effects of anxious attachment and avoidant attachment on interpersonal problems: The mediation effects of depressive experience style. *The Korean Journal of Clinical Psychology*, 29(2), 441-542.
- Pascuzzo, K. I., Cyr, C., & Moss, E. (2013) Longitudinal association between adolescent attachment, adult romantic attachment, and emotion regulation strategies. *Attachment & Human Development*, 15(1), 83-103.
- Quoidbach, J., Berry, E. V., Hansenne, M., & Mikolajczak, M. (2010). Positive emotion regulation and well-being: Comparing the impact of eight savoring and dampening strategies. *Personality and Individual Differences*, 49, 368-373.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. M. (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of*

- Personality and Social Psychological*, 69(4), 719-727.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Exploration on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57(6), 1069-1081.
- Ryff, C. D., & Singer, B. H. (2008). Know thyself and become what you are: A eudaemonics approach to psychological well-being. *Journal of Happiness Studies*, 9, 13-39.
- Shin, J. Y., Lee Y. A., & Lee, K. H. (2005). The effects of life meaning and emotional regulation strategies on psychological well-being of Korean adolescents. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*, 17(4), 1035-1057.
- Song, H. W., & Choi, S. Y. (2012) The structure relationship among poverty level, perceived parental rearing attitude, learning motivation, psychological well-being, and school adjustment of adolescents. *The Korean Journal of Educational Psychology*, 26(3), 651-672.
- Statistics Korea(2013). *Korean social trends*. Seoul : Statistics Korea.
- Templhof, T. C., & Allen, J. S. (2008). Partner-specific investment strategies: Similarities and differences in couples and associations with sociosexual orientation and attachment dimensions. *Personality and Individual Differences*, 45, 41-48.
- Thayer, R. E., Newman, J. R., & McClain, T. M. (1994). Self-regulation of mood: Strategies for changing a bad mood, raising energy, and reducing tension. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(5), 910-925.
- Thompson, R. A., & Mayer, S. (2007). Socialization of emotion regulation in the family. In J. J. Gross(Ed.), *Handbook of emotion regulation*(pp, 249-268). New York: Guilford Press.
- Wallin, D. J. (2007). *Attachment in psychotherapy*. New York: The Guilford Press.
- Webb, T. L., Miles, E., & Sheeran, P. (2012). Dealing with feeling: A meta-analysis of the effectiveness of strategies derived from the process model of emotion regulation. *Psychological Bulletin*, 138, 775-808.
- Wei, M., Heppner, P. P., & Malinckrodt, B. (2003). Perceived coping as a mediator between attachment and psychological distress: A structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 50, 438-447.
- Werner K. W., & Gross, J. J. (2009). Emotional regulation and psychopathology: A conceptual framework. In A. Kring & D. Sloan(Eds.), *Emotion regulation and psychopathology*(pp. 13-37). New-York: Guilford.
- Williams, S. K., & Kelly, F. D. (2005). Relationships among involvement, attachment and behavioral problems in adolescence: Examining father's influence. *Journal of Early Adolescence*, 25, 168-196.
- Won, S. Y., & Song, H. N. (2015). The influence of parental meta-emotion philosophy on children's social competence : The mediating effect of children's emotion regulation. *Korean Journal of Child Studies*, 36(2), 167-182.
- Yoo, A. J., Lee, J. S., & Jung, H. S. (2006). Emotion regulation style and parent attachment: Effects on adolescents' satisfaction with life. *Korean Journal of Child Studies*, 27(1), 167-181.
- Yoo, S. H. (2014). Relationship between cognitive regulation and psychological well-being of university students. *Journal of Adolescent Welfare*, 16(2), 183-202.
- Yoo, S. K., & Kim, Y. J. (2015). Mediation effects of the presence of meaning and the basic psychological needs in the relationship of the search for meaning and well-being. *Korean Journal of Counseling*, 16(2), 53-75.
- Yoon, M. S., & Lee, M. S. (2012). A study on the mediating effect of self-esteem on the relationship between economic status and happiness among the elderly. *Journal of the Korean Gerontological Society*, 32(2), 397-413.
- Yoon, S. B. (1999). *The differential effects of the types and antecedents of experienced emotions on emotion regulation*. Unpublished master's thesis. Seoul University, Korea.

---

Yu, S., & Sohn, W. (2014). Testing the multi- dimensional aggression model for 5-6th graders: Effects of perceived maternal emotional expressiveness, basic psychological needs and emotion regulation. *The Korean Journal of Educational Psychology, 28*(1), 205-224.

Received 07 October 2015;  
1st Revised 25 October 2015;  
Accepted 26 October 2015