



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

심리학석사 학위논문

성인애착유형, 갈등해결전략,
조망수용능력과
이성관계 만족도 간의 관계

2018년 2월

서울대학교 대학원

심리학과 임상·상담 심리학 전공

김 정 은

성인애착유형, 갈등해결전략,
조망수용능력과
이성관계 만족도 간의 관계

지도교수 이 훈 진

이 논문을 심리학석사 학위논문으로 제출함.
2017년 10월

서울대학교 대학원
심리학과 임상·상담심리학 전공
김 정 은

김정은의 심리학석사 학위논문을 인준함.
2017년 12월

위 원 장 _____ (인)

부위원장 _____ (인)

위 원 _____ (인)

국문초록

본 연구의 목적은 이성관계 만족도에 영향을 미치는 심리적 특성들의 영향력을 확인하고, 이를 바탕으로 이성관계 만족도 증진을 위한 피드백 방법의 효과를 검증하는 것이다. 이를 위해 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향력을 확인하였다. 또한, 이를 바탕으로 커플에게 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대해 피드백을 제공하는 것이 이성관계 만족도를 증진시키는지 확인하였다.

연구 1에서는 참여자 342명(171쌍)을 대상으로 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향력을 개인 차원과 커플 차원에서 확인하였다. 그 결과 성인애착유형 안정형인 사람은 불안정형인 사람에 비해, 긍정적 갈등해결전략을 사용하는 사람은 부정적 갈등해결전략을 사용하는 사람에 비해, 조망수용능력이 높은 사람은 낮은 사람에 비해 이성관계 만족도가 높았다. 또한, 성인애착유형과 이성관계 만족도 간의 관계에서 갈등해결전략과 조망수용능력의 부분 매개효과가 나타났다. 커플 단위로 분석했을 때, 성인애착유형 안정형-안정형 커플이 불안정형-불안정형 커플보다 이성관계 만족도가 높았고, 갈등해결전략의 경우, 긍정-긍정, 긍정-부정, 부정-부정 순으로 이성관계 만족도가 높았다.

연구 2에서는 이성관계 만족도에 영향을 미치는 심리적 특성들에 대해 표준화된 피드백을 제공하는 것이 관계 만족도 증진 효과가 있는지 확인하고자 하였다. 총 122명을 대상으로 자신의 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력을 측정하는 검사를 실시하였고, 커플 모두 응답한 98명의 자료를 분석하였다. 통제집단의 경우 검사만 실시한 후 피드백은 제

공하지 않았고, 실험집단 A의 경우 검사를 실시한 후 자신의 결과에 대해서만 피드백을 제공하였으며, 실험집단 B의 경우 검사를 실시한 후 자신과 상대방의 결과에 대해 피드백을 제공하였다. 세 집단 모두에 대해 검사 실시 2주 후에 이성관계 만족도를 추후 측정하였다. 이성관계 만족도의 천장 효과가 나타나 이성관계 만족도 사전측정치 하위 30%를 기준으로 분류하여 분석하였을 때, 실험집단 B에서 관계 만족도가 더욱 크게 개선되었다.

본 연구는 이성관계 만족도에 영향을 미치는 심리적 특성들에 대해 커플 단위로 종합적으로 분석하고, 나아가 이러한 심리적 특성들에 대해 커플에게 피드백을 제공하는 것이 이성관계 만족도 증진 효과가 있는지 확인하였다는 의의를 갖는다. 마지막으로 본 연구 결과의 의의, 한계 및 후속 연구를 위한 제안점을 논의하였다.

주요어 : 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력, 이성관계 만족도
학 번 : 2015-20207

목 차

국문 초록	i
서 론	1
이성관계 만족도 관련 변인들에 대한 개관	2
문제제기 및 연구목적	11
연구 1. 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력과 이성관계 만족도의 관계	13
방 법	16
결 과	20
논 의	35
연구 2. 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대한 피드백이 이성관계 만족도에 미치는 영향	39
방 법	42
결 과	47
논 의	53
종합 논의	57
참고 문헌	65
부 록	77
영문 초록	102

표 목 차

표 1. 갈등해결전략의 분류 및 설명	9
표 2. 참여자의 인구통계학적 특성 및 이성교제 관련 정보($N=342$)	21
표 3. 연구 1에서 측정한 각 변인들의 기술통계량 및 성차($N=342$)	22
표 4. 이성교제 만족도 관련 변인들 간 상관표($N=342$)	23
표 5. 성인애착유형에 따른 이성관계 만족도의 평균과 표준편차	24
표 6. 성인애착유형에 따른 이성관계 만족도의 일원배치 분산분석 ...	24
표 7. 갈등해결전략에 따른 이성관계 만족도에 대한 독립표본 t 검정	25
표 8. 이성관계 만족도를 종속변인으로 한 회귀모형	25
표 9. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 매개효과	26
표 10. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개효과	27
표 11. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 매개효과	28
표 12. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개효과	29
표 13. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 조망수용능력의 매개효과	31

표 14. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 조망수용능력의 매개효과	32
표 15. 성인애착유형 조합별 이성관계 만족도의 평균과 표준편차	33
표 16. 성인애착유형 조합별 만족도의 평균에 대한 일원배치 분산분석	33
표 17. 갈등해결전략 조합별 만족도의 평균과 표준편차	34
표 18. 갈등해결전략의 조합에 따른 이성관계 만족도의 평균에 대한 일원배치 분산분석	34
표 19. 집단별 사전측정치 기술통계량	48
표 20. 측정 시기에 따른 각 집단별 종속측정치들에 대한 반복측정 분산분석	49
표 21 실험 집단 간 종속측정치들의 사전-사후-추후 비교	50
표 22. 이성관계 만족도의 사전측정치 수준 및 집단 차이 비교	51
표 23. 실험집단에서 이성관계 만족도 변화량과 과정변인 측정치 변화량의 상관표($N=68$)	52

그림 목 차

그림 1. 성인애착 불안차원과 회피차원의 조합에 따른 애착 유형의 분류	6
그림 2. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 매개모형	27
그림 3. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개모형	28
그림 4. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 매개모형	29
그림 5. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개모형	30
그림 6. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 조망수용능력의 매개모형	31
그림 7. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 조망수용능력의 매개모형	32
그림 8. 이성관계 만족도의 사전측정치 수준에 따른 집단 간 차이	51

서 론

인간의 가장 근본적이고 기본적인 동기 체계는 다른 사람들에게 받아 들여지고, 소속감과 애착을 느끼려는 욕구이다(Baumeister & Leary, 1995). 특히, 타인과 친밀한 관계를 형성하는 것은 성인기의 주요한 심리 사회적 발달과업이기도 하다(Erikson, 1950). 성인기에는 타인과 다양한 관계를 맺게 되면서 낭만적 관계(romantic relationship)의 형성이 활발해지며, 이 과정에서 강렬한 감정이 개입되는 새로운 인간관계를 경험하게 된다(권석만, 2017).

성인기에 형성하는 낭만적 관계는 연인과의 친밀한 관계에서 새로운 나를 발견하는 역할 실험의 단계로, 앞으로의 결혼관과 인생관에도 영향을 미칠 수 있다(김중술, 2007). 특히 우리나라의 경우 초혼 연령이 2015년 기준으로 남성 32.6세, 여성 30.0세로, 10년 전과 비교하였을 때 약 2년씩 늦어지면서(통계청, 2016), 결혼 전의 이성교제가 보편화되고 있다(이재림, 옥선화, 이경희, 2002). 실제로 20대를 대상으로 한 대학내일 20대 연구소(2015)의 조사결과에 따르면, 대학생 10명 중 5명(51%)이 연애 중인 것으로 나타났으며 20대 응답자의 62%가 연애중이라고 응답하였다. 이처럼 이성교제가 보편화되면서 이성관계가 성인의 삶에서 더욱 중요해지고 있다. 예를 들어, 동일 조사(대학 내일 20대 연구소, 2015)에서 20대로서 절대 포기할 수 없는 것으로 자유(26.4%)와 함께 연애(24.7%)를 꼽아 20대에게 연애가 중요한 발달과업임을 보여주었다.

이러한 결과들은 초기 성인기의 이성교제 경험이 더욱 중요해지고 있음을 나타낸다. 특히, 성인기 낭만적 관계의 질은 심리적인 안녕감에 큰 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(채영문, 곽수진, 2015). 예를 들어, 후

기 청소년기와 초기 성인기의 낭만적 관계 형성 및 종료는 자존감 (self-esteem)의 상승 및 하락에 영향을 미치는 것으로 알려져 있다 (Orth & Luciano, 2015).

이성교제를 비롯한 친밀한 관계의 획득은 정신건강 및 사회적 적응 측면에서 양면적인 특성을 가지고 있다. 친밀한 관계가 적응적으로 형성될 경우 만족스런 삶의 원천이 될 수 있으나(Thelen, Wal, Thomas, & Harmon, 2000), 반대로 친밀한 관계 형성에 반복적으로 실패하게 될 경우 우울과 외로움, 의욕의 저하, 정서적 고립, 스트레스의 부적절한 대처 등 다양한 심리 사회적 부적응을 유발한다(Thelen, 1993). 이처럼 성인기 낭만적 관계가 심리적 건강에 미치는 영향력을 고려하였을 때, 낭만적 관계의 만족도와 관련된 주요 변인들을 탐색하고, 나아가 낭만적 관계의 만족도를 증진시키기 위한 방법을 모색하는 것이 필요하다.

이성관계 만족도 관련 변인들에 대한 개관

낭만적 관계와 관련된 선행 연구에 따르면, 관계 만족과 관련된 심리적 변인으로는 의사소통 유형(서미레, 2007), 자기효능감(최경숙, 2014), 정서적 개입과 친밀감(Sanderson & Cantor, 1997) 등이 밝혀졌다.

각 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 우선 이성교제 중인 대학생의 의사소통 유형과 이성관계 만족도 간의 관계를 살펴본 연구에 따르면, 역기능적 의사소통 유형을 가진 사람이 기능적 의사소통 유형을 가진 사람보다 이성관계 만족도가 낮았다(서미레, 2007). 의사소통 유형은 Satir(1972)의 의사소통이론에 근거한 개념으로, 역기능적인 의사소통 유형은 자기보호를 위해 자신의 욕구를 숨기는 회유형, 타인의 비난을 수용하지 못하는 비난형, 타인을 과소평가함으로써 굴복시키려 하는 초이

성형, 타인의 말과는 상관없는 말을 하는 산만형이 있다.

다음으로 자기효능감과 이성관계 만족도 간의 관계를 살펴본 연구에 따르면, 자신이 지각하는 자기효능감이 높을수록 이성관계 만족도가 높은 것으로 나타났다(최경숙, 2014). 자기효능감이란 사회인지이론(social cognitive theory)의 핵심요인으로, 얻고자 하는 어떤 결과에 대한 행동을 성공적으로 조직하고 수행해낼 수 있는 개인의 능력에 대한 신념으로 정의된다(Bandura, 1986). 특히, 자기효능감의 하위 요인 중 자신의 능력에 대한 호기심 또는 신념의 정도인 자신감, 그리고 자신의 행동을 관찰하여 자신이 설정한 목표기준과 비교하고 자신의 수행능력을 판단하는 자기조절효능감이 이성관계 만족도와 높은 상관을 나타냈다.

마지막으로 정서적 개입 및 친밀감과 이성관계 만족도의 관계를 살펴본 연구에 따르면, 보다 큰 정서적 개입과 친밀감이 있을 때 관계 만족도가 향상되는 것으로 나타났다(Sanderson & Cantor, 1997). 나아가 기질적 요인에 해당하는 개개인이 친밀감에 초점을 두는 정도와, 그러한 친밀감을 형성하도록 돕는 상황적 요인이 미치는 영향 정도를 확인하였을 때에는 기질적 요인의 영향력이 큰 것으로 나타났다.

선행 연구를 살펴본 결과, 이성관계 만족도에는 다양한 요인들이 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 그러나 이성관계 만족도에 영향을 미치는 요인들 중 여러 연구를 통해 반복적, 안정적으로 그 영향력이 확인된 변인들은 많지 않았다. 또한, 앞서 살펴본 의사소통 유형, 자기효능감 및 친밀감 등은 상태적인 특성이지만, 이성관계 만족도와 관련되는 변인들의 영향력을 통합적으로 살펴보기 위해서는 상태적인 특성의 영향력뿐만 아니라 기질적 특성의 영향력을 함께 고려해야 한다.

이에 따라 낭만적 관계 만족과 유의미한 관계를 맺고 있음이 반복적, 안정적으로 밝혀진 심리적 특성을 확인한 결과, 성인애착(김광은, 이위

갑, 2005; 박윤경, 김은정, 2007; Butzer & Campbell, 2008; Collins & Read, 1990), 갈등해결전략(지민주, 2014; Pistole, 1989; Schneewind & Gerhard, 2002), 조망수용능력(김지현, 2006; Corcoran & Mallinckrodt, 2000; Franzoi, Davis, & Young, 1985; Meeks, Hendrick, & Hendrick, 1998) 등이 있었다. 특히, 성인애착의 경우 의사소통 행동, 자기효능감 등 이성관계 만족도에 영향을 미치는 다른 상태적 특성들의 원인이 되는 기질적 특성인 것으로 확인되었다(이은경, 2001; 최은실, 2001; 한소영, 2017).

성인애착은 생애 초기에 양육자와 형성한 유대관계를 바탕으로 전 생애를 통해 발전되어 한 개인의 성격특성으로 발전하게 된다(Mallinckrodt, 2000). 안정적인 성격특성으로서의 성인애착은 다양한 대인관계 상황에서 일관적인 행동패턴을 나타내게 하는 요인으로 작용하며, 이에 따라 성인기의 주된 대인관계인 이성관계에서의 적응과 만족에도 영향을 미친다(김명숙, 2008).

또한, 이성교제 중인 남녀는 서로 다른 환경에서 성장하였기 때문에 필연적으로 다양한 갈등 상황을 경험하게 된다. 이성관계에서의 갈등은 관계에 부정적인 결과를 가져올 수도 있지만, 적응적으로 대처할 경우 관계를 증진시킬 수 있기 때문에(김진경, 이수원, 1993), 갈등을 해결하는 전략은 갈등 상황 이후의 관계 만족도 변화 양상에 매우 중요한 영향을 미치는 것으로 알려져 있다.

마지막으로 조망수용능력의 경우 대인관계를 유지하는 데에 필요한 기본 능력으로, 의사소통과 친사회적 행동의 인지적 선행요인으로 알려져 있다(Davis & Oathout, 1987). 특히 조망수용은 밀접한 관계인 이성관계에 있어서 관계 내의 상호작용을 촉진시키는 요인으로 인식되어 왔다(Long, 1993; Meeks, Hendrick, & Hendrick, 1998).

이와 같은 선행 연구의 결과에 따라 본 연구는 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향력을 검토하고, 이를 활용하여 이성관계 만족도를 증진시킬 수 있는 방법을 모색하고자 하였다. 이 세 측면에 대한 선행 연구를 보다 상세히 살펴보면 다음과 같다.

성인애착유형

성인애착(adult attachment)이란, 성인기에 신체적, 정서적으로 안정감을 느낄 수 있는 특정한 사람과의 접촉을 통해 친밀감을 유지하려는 성향(Berman & Sperling, 1994)이다. 애착이론은 유아와 주 양육자가 형성하는 정서적인 유대감을 설명하는 이론이지만(Bowlby, 1982), 최근에는 부부나 연인 등 성인기의 친밀한 관계를 설명하는 주요한 변인으로 주목받고 있다(Collins & Read, 1990; Hazan & Shaver, 1987).

유아기에 일차 양육자와 형성된 애착체계는 아동기와 청소년기를 거쳐 전 생애적인 발달을 지속한다(Ainsworth, 1989). 이 과정에서 애착행동의 대상이 부모에서 또래 혹은 이성에게 향하면서, 애착대상의 위계에 변화가 일어난다(Hazan & Zeifman, 1994). 이와 관련하여 Hazan과 Shaver(1987)는 아동과 양육자 간의 상호작용과 성인 연애 파트너들 간의 상호작용에 유사점이 있다는 데에 주목하여, 성인기의 낭만적 사랑을 애착 과정으로 개념화하였다. 즉, Bowlby의 애착이론을 성인기의 낭만적 관계로 확장하여 성인기의 낭만적 사랑을 친밀한 관계가 형성되고 유지되는 애착의 과정으로 본 것이다.

성인애착의 대표적인 측정도구로는 친밀관계경험검사(Experiences in Close Relationships: ECR; Brennan, Clark, & Shaver, 1998)가 있다. 친

밀관계경험검사는 기존에 사용되던 애착 척도들을 통합하고 정리하여 36개의 주요 항목을 뽑아냈으며, 차원론적인 접근을 통해 성인애착을 정확히 측정하는 것으로 확인되었다(Sibley & Liu, 2004). 성인애착의 차원으로는 불안차원과 회피차원이 있다. 성인애착 불안차원의 경우 타인에게 거절당하거나 버려질 것에 대해 두려워하는 정도를 나타내며, 불안차원이 높을 경우 타인의 관심과 인정에 대한 과도한 욕구를 보인다. 반면 성인애착 회피차원의 경우 타인과 친밀해지는 것에 대해 두려워하는 정도를 나타내며, 회피차원이 높을 경우 타인에 대한 의존성에 대해 불편함을 호소하며 과도한 자기의존성을 나타낸다. 성인애착 불안차원과 회피차원의 조합을 통하여 안정형, 거부형, 집착형, 두려움형의 4가지 유형으로 구분할 수 있다(그림 1).



그림 1. 성인애착 불안차원과 회피차원의 조합에 따른 애착 유형의 분류
(출처: Brennan, Clark, & Shaver, 1998)

애착유형 안정형인 사람은 타인에 대해 긍정적이며, 자아존중감이 높아 자신을 가치 있게 생각할 줄 알고 동시에 다른 사람과도 원만한 상호작용을 이룬다. 애착유형 집착형인 사람은 타인에 의해 버림받거나 거절당할 것에 대한 두려움이 크고, 관계에 과도하게 몰입하거나 집착하는 경향을 보인다. 애착유형 거부형인 사람은 타인을 믿기 어렵다고 생각하고 가까운 관계를 불편해하여 대인관계에서 거리를 두는 경향이 있다.

애착유형 두려움형의 경우 대인관계에 대한 양가적인 태도를 가지고 있어, 타인과 친밀해지고 싶은 욕구도 있지만 동시에 타인과 가까워지는 것에 대한 불편한 거부감을 가지고 있다.

성인애착은 이성관계나 부부의 관계 만족 등 친밀한 관계에 중요한 영향을 미친다고 알려져 있다(김명숙, 2008; Hazan & Shaver, 1994; Simpson & Rholes, 1998). 예를 들어, 성인애착 안정형인 사람이 불안정형인 사람보다 더 긴 기간의 이성교제를 하였으며, 자아존중감과 사회적 지지도가 더 높게 나타났다(임수진, 노안영, 2009). 부부 관계에서는 안정애착에서 낮은 점수를 받은 사람일수록 결혼생활의 역기능 수준이 높았다(Scott & Cordova, 2002). 뿐만 아니라 애착회피 특성을 가진 개인은 자신의 삶에서 정서적으로 중요한 대상들과 깊고 긴 상호작용 속으로 들어가기에 꺼려하였다(Shi, 2003). 또한, 안정애착유형의 기혼 남성들이 불안정애착유형의 기혼 남성들보다 더 높은 의사소통능력과 결혼관계에서의 만족을 경험하였다(장휘숙, 이영주, 2007). 미혼남녀를 대상으로 실시한 노유진, 박정윤, 김양희(2006)의 연구에 따르면 불안정애착을 형성한 사람들은 안정애착을 형성한 사람들에 비해 사랑을 할 때 소유욕이 강하고 강한 집착과 질투를 특징적으로 나타내었다.

이러한 선행 연구 결과로 미루어볼 때, 성인애착유형은 기혼 부부나 미혼 커플 등의 친밀한 관계에서 상호작용 양상 및 관계 만족도에 영향을 미치는 주요 요인이라고 할 수 있다.

갈등해결전략

갈등이란, 자신의 관심, 동기, 주장, 태도, 가치, 욕구 등이 상대방과 일치하지 않는 데에서 오는 물리적, 정서적인 대립상태로 정의된다(박승민,

이수원, 1993). 이러한 갈등은 적대적인 관계 뿐 아니라 낭만적 관계와 같은 친밀한 관계에서도 자주 발생한다. 갈등을 적응적으로 다룰 경우, 이전에는 미처 생각하지 못했던 상대의 의견에 대해 통찰함으로써(김진경, 이수원, 1993), 상대방이나 자신의 행동에 긍정적인 변화를 일으켜 관계 발전의 계기가 될 수 있다(김은정, 1992). 그러나 갈등을 잘 해결하지 못할 경우 실망감, 좌절 등의 부정적 감정과 오해, 불신 등을 유발하여 관계에 부정적인 영향을 끼칠 수 있다(박승민, 이수원, 1993). 이러한 갈등의 양면적 속성을 고려하였을 때, 갈등 발생 시 이를 어떻게 해결하는지, 즉 갈등을 해결하는 전략이 이후 관계의 양상에 중요함을 추론할 수 있다.

갈등해결전략(conflict resolution strategy)은 개인이 갈등에 직면할 경우 문제에 대처하고 처리하는 다양한 행동과 관련된 개인적 지향성으로 정의된다(Folger & Poole, 1984). 갈등해결전략은 일반적인 대인관계의 적응에도 영향을 미치지만, 사소한 습관 차이부터 가치관 차이까지 다양한 원인에 의해 갈등을 경험하는 이성관계에서의 적응에 광범위한 영향을 미치는 것으로 알려져 있다(지민주, 2014). 이 때 이성교제 중 경험하는 갈등에 적절히 대처할 경우 상대방에 대한 이해를 증진시켜 의사소통 기술을 증진하고 관계를 발전시킬 수 있으므로, 이성교제 중 발생하는 갈등은 피하는 것보다는 적응적으로 대처하는 것이 중요하다(안경애, 2003). 특히, 이성 교제 중인 사람을 대상으로 한 Lloyd(1991)의 연구에서는 갈등이 많아지면 관계의 만족도가 저하되는 것은 사실이나, 갈등이 적응적으로 해결될 경우 만족도가 더욱 커진다는 점을 밝혔다. 즉, 갈등 자체보다는 갈등을 해결하는 방법이나 기술이 중요하다는 것을 입증한 것이다(Straus, 1979).

기존에 갈등해결전략을 분류하는 다양한 방식을 하나로 통합한 김지현

(2006)의 분류에 따르면, 갈등해결전략은 다음의 다섯 가지 전략으로 나눌 수 있다. 이성적 대처는 갈등 상황에서 합리적이고 이성적인 방식으로 갈등을 해결하고자 하는 전략이다. 긍정적 감정표현은 갈등 상황에서 상대방에게 부정적인 감정보다는 긍정적인 감정을 표현하고 전달하여 분위기를 전환함으로써 갈등을 완화하려고 하는 전략이다. 외부도움 요청은 주변 인물이나 권위 있는 인물에게 도움을 구하는 전략이다. 회피는 갈등 상황이나 갈등이 일어날 수 있는 상황을 피하려는 전략이다. 부정적 감정 및 행동 표출은 갈등 상황에서 자신이 느끼는 부정적 감정을 직접적으로 상대방에게 드러내는 전략이다.

본 연구에서는 후속 연구(강진희, 2011; 설경옥, 백상은, 원수경, 황여주, 2016)에서 내적 일관성 계수가 낮은 것으로 드러난 외부 도움 요청 전략을 제외한 네 가지 전략을 사용하였으며, 이성적 대처와 긍정적 감정 표현을 긍정적 갈등해결전략으로, 회피와 부정적 감정 및 행동 표출을 부정적 갈등해결전략으로 분류하였다(표 1).

표 1. 갈등해결전략의 분류 및 설명(출처: 김지현, 2006)

분류	전략	내용
긍정적 갈등해결 전략	이성적 대처	갈등 상황에서 합리적이고 이성적인 방법으로 갈등을 해결하고자 하는 전략
	긍정적 감정표현	부정적인 감정보다는 긍정적인 감정을 표현하고 전달하여 분위기를 전환함으로써 갈등을 완화하려는 전략
부정적 갈등해결 전략	회피	갈등 상황이나 갈등이 일어날 수 있는 상황을 피함으로써 갈등을 회피하려는 전략
	부정적 감정 및 행동 표출	갈등 상황에서 자신이 느끼는 부정적인 감정이나 행동을 직접적으로 표출하는 전략

조망수용능력

조망수용능력(perspective taking ability)이란, 다른 사람의 관점에 대해 추측하고, 그 사람의 사고와 감정을 이해하는 능력(Selman, 1980), 또는 타인의 사고나 느낌, 행동을 타인의 눈을 통해 보고 이해하는 능력으로 정의된다(Iannotti, 1985). 조망수용은 다른 사람을 자신의 입장에서만 이해하는 자아중심성을 극복할 수 있게 하고, 타인의 기대에 부합하는 행동을 할 수 있도록 조정하여 만족스러운 대인관계를 유지하는 데에 도움이 된다(지민주, 2014).

조망수용능력은 특히 결혼 생활 만족도에 영향을 미치는 중요한 변인이 선행 연구를 통해 반복적으로 확인되었다(Long, 1993; Meeks, Hendrick, & Hendrick, 1998). Long(1990)은 배우자에 대한 조망수용을 ‘부부 조망수용’이라고 언급하며, 특별한 관계 맥락 내에 있는 파트너의 입장에서 생각하려는 경향으로 정의하였다. Long(1990)의 연구에 따르면 결혼 관계에서 자신이 배우자의 조망을 잘 수용한다고 보고한 사람의 결혼 만족이 더 높았다. 또한 대학생을 대상으로 한 연구에서 조망수용이 남성의 관계 만족을 예측하였으며, 여성의 경우 자신과 연인의 관계 만족을 예측하였다(Franzoi, Davis, & Young, 1985). 대학생 커플에서도 파트너에 대한 조망수용이 관계 만족도를 잘 예측하였다(Meeks et al., 1998; Osland, 2001).

문제 제기 및 연구 목적

선행 연구를 통해 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 개별적인 영향력을 확인하였다. 하지만 각 변인들이 맺고 있는 상호적인 관계까지 복합적으로 고려한 연구는 드문 실정이었다.

또한 관계 만족도 관련 선행 연구는 대부분 현재 이성 교제를 하고 있는 개인을 분석 단위로 하였다. 하지만 이성관계의 경우 개개인의 내적 변인 뿐 아니라, 커플 사이의 대인 간 과정에 의해 적응과정의 양상이 달라질 수 있다(윤호균, 이선희, 2000). 뿐만 아니라 커플 단위의 관계 만족도에 대한 선행 연구는 대부분 부부를 대상으로 이루어졌으며, 연구 결과 역시 혼재된 양상을 나타내고 있다. 예를 들어 부부 간 MBTI 유형 및 기질이 일치할수록 결혼 만족도가 높았다는 연구 결과도 존재하지만(신요원, 2012), 성격유형에서 유사성이 많은 부부는 상이한 부부보다 더 심한 갈등을 겪는다는 결과도 존재한다(Williams & Tappan, 1995). 이러한 점을 고려해, 본 연구에서는 커플 단위의 분석을 통해 커플 간의 변인 일치도가 이성관계 만족도에 어떠한 영향을 미치는지를 확인하고자 하였고, 교제 중인 미혼 남녀를 대상으로 연구하였다. 앞서 살펴본 대로, 결혼 전 이성교제 기간과 그 중요성이 증가하고 있고(이재림 등, 2002; 통계청, 2016), 심리적 건강에 미치는 영향도 크므로(채영문, 곽수진, 2015; Orth & Luciano, 2015), 교제 중인 커플 관계 연구는 매우 중요하다.

따라서 본 연구에서는 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 영향을 미치는 과정을 종합적으로 살펴보고자 하였다. 이를 위해 성인애착유형과 이성관계 만족도의 관계를 갈등해결전략과 조

망수용능력이 매개하는지를 살펴보고, 커플 간 일치도에 따른 차이도 알아보았다. 또한 커플에게 이 세 측면에 대해 피드백을 주는 것이 관계 만족도를 증진시키는지 실험적으로 알아보았다.

연구 1에서는 교제 중인 커플을 대상으로 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향력을 개인 차원과 커플 차원에서 종합적으로 확인하였고, 커플 간 일치도에 따른 관계 만족도의 차이를 알아보았다.

연구 2에서는 연구 1의 결과를 바탕으로 이성관계 만족도를 증진시킬 수 있는 방법에 대해 탐색해보고자 하였다. 피드백 방법의 효과에 대한 선행 연구 결과에 근거하여(Finn & Bunner, 1993; Finn & Tonsager, 1992; Newman & Greenway, 1997), 이성관계 만족도에 영향을 미치는 자신과 연인의 심리적 특성들에 대해 피드백을 제공하는 것이 관계 만족도를 증진시킬 것으로 가정하였다.

연구 1. 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력과 이성관계 만족도의 관계

연구 1에서는 개인의 심리적 특성인 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향력을 종합적으로 살펴보았다. 각각의 심리적 특징이 개별적으로 이성관계 만족도에 미치는 영향을 살펴본 연구는 많이 이루어졌지만(김은정, 1992; Butzer & Campbell, 2008; Meeks, Hendrick, & Hendrick, 1998), 변인들이 복합적으로 미치는 영향에 대한 연구는 상대적으로 부족한 실정이다. 또한, 현재 이성교제 중인 개인을 대상으로 이루어진 연구들은 많지만(김지현, 2006; Pistole, 1989), 커플 단위로 분석이 이루어진 연구는 상대적으로 드물다. 두 사람의 특성이 상호작용할 가능성이 높은 이성관계의 특성을 고려하면, 개인 단위의 분석은 이성관계 만족도에 미치는 심리적 특성들의 영향력을 충분히 설명하지 못할 수 있다는 한계가 있다.

이러한 한계점을 보완하기 위하여 본 연구에서는 크게 두 가지 측면에 초점을 맞추어 이성관계 만족도와 관련된 변인들의 영향력을 탐색하고자 하였다. 첫째, 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이라는 각각의 심리적 특징이 이성관계 만족도에 미치는 개별적 영향력을 탐색하는 데에서 더 나아가, 성인애착유형이 관계 만족도에 영향을 미치는 과정에서 갈등해결전략과 조망수용능력이 매개 역할을 하는지 확인하고자 하였다.

둘째, 커플을 구성하는 두 사람의 특성이 함께 고려되었을 때 이성관계 만족도가 어떻게 달라지는지 확인하였다. 즉, 성인애착유형과 갈등해결전략의 커플 간 일치도나 조합에 따라 관계 만족도가 달라지는지 확인하였다.

앞서 기술한 내용을 바탕으로 연구 1의 가설을 정리해보면 아래와 같다.

가설 1. 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 따라 이성관계 만족도의 차이가 있을 것이다.

예언 1-1. 성인애착유형 안정형인 사람은 성인애착유형 집착형, 회피형, 두려움형인 사람에 비해 이성관계 만족도가 높을 것이다.

예언 1-2. 긍정적 갈등해결전략(이성적 대처, 긍정적 감정표현)을 사용하는 사람은 부정적 갈등해결전략(회피, 부정적 감정 및 행동 표출)을 사용하는 사람에 비해 이성관계 만족도가 높을 것이다.

예언 1-3. 조망수용능력이 높은 사람은 조망수용능력이 낮은 사람에 비해 이성관계 만족도가 높을 것이다.

가설 2. 성인애착유형과 이성관계 만족도의 관계에서 갈등해결전략과 조망수용능력이 매개 역할을 할 것이다.

가설 3. 성인애착유형의 종류와 커플 간 일치도에 따라 이성관계 만족도의 차이가 있을 것이다.

예언 3-1. 커플 모두 성인애착유형 안정형인 경우 이성관계 만족도가 가장 높을 것이다.

예언 3-2. 커플 간 성인애착유형이 일치하지 않더라도, 한 명이라도 안정형인 경우 이성관계 만족도가 높을 것이다.

예언 3-3. 커플 모두 성인애착유형 불안정형인 경우 이성관계 만족도가 가장 낮을 것이다.

가설 4. 갈등해결전략의 종류와 커플 간 일치도에 따라 이성관계 만족도의 차이가 있을 것이다.

예언 4-1. 긍정적 갈등해결전략의 경우 커플 간 일치도가 높을수록 이성관계 만족도가 높을 것이다.

예언 4-2. 부정적 갈등해결전략의 경우 커플 간 일치도와 상관없이 이성관계 만족도가 낮을 것이다.

방 법

참여자

본 연구는 기관 생명윤리위원회의 사전 승인을 받았다(SNUIRB 1704/002-016). 연구의 특성 상 현재 교제 중인 만 18세 이상의 이성애자 커플을 대상으로 모집하였다. 서울대학교 심리학과 연구 참여 시스템(R-point)과 온라인 커뮤니티 등을 통하여 참여자를 모집하였으며, 연구에 대한 설명 후 참여에 자발적으로 동의한 사람들만을 대상으로 이루어졌다. 총 381명이 참여하였는데, 커플 중 한 쪽만 참여하였거나 불성실한 응답을 한 사람을 제외한 총 342명(171쌍)의 자료를 분석에 사용하였다. 평균 연령은 만 25.74세($SD=4.27$, 범위 18~42세)였다.

측정도구

인구통계학적 정보. 연구 참여자의 특성을 파악하기 위하여 성별, 연령, 직업, 종교, 학력을 측정하였다. 총 5문항으로 구성되었다.

이성교제 관련 정보. 본 연구는 커플 단위로 진행되었으므로, 커플 확인을 위한 식별 번호를 필요로 하였다. 이를 위하여 커플이 상의하여 임의로 정한 커플 식별 번호 4자리를 정하도록 하였다(예: 4561). 또한, 지금까지의 이성교제 횟수, 현재 이성친구와의 교제 기간, 이성친구와의 연령 차이 등의 정보를 수집하였다.

친밀관계경험 척도(Experiences in Close Relationships- Revised: ECR-R). 성인애착유형을 측정하는 친밀관계경험 척도 개정판(ECR-R; Fraley, Waller, & Brennan, 2000)을 김성현(2004)이 번안타당화한 척도이다. 7점 척도의 36문항으로, 성인애착 불안차원을 측정하는 18문항과 성인애착 회피차원을 측정하는 18문항으로 구성되어 있다. 김성현(2004)의 선행 연구에서 내적 일관성(Cronbach's α)은 성인애착 불안차원 .89, 성인애착 회피차원 .85로 나타났고, 본 연구에서의 내적 일관성은 각각 .93과 .87로 나타났다.

갈등해결전략 척도. 이성교제 시의 갈등해결전략을 측정하기 위해 최규련(1994), 박지숙(2002), 김나리(2002)의 척도를 재구성한 김지현(2006)의 척도를 사용하였다. 이성적 대처, 긍정적 감정 표현, 외부 도움 요청, 회피, 부정적 감정 및 행동 표출의 5가지 전략에 대해 각각 6문항으로 구성된 총 30문항의 척도이다. 본 연구에서는 김지현(2006)의 연구 및 후속 연구(강진희, 2011; 설경옥 등, 2016)에서 신뢰도 계수가 낮게 나타난 '외부 도움 요청'에 해당하는 6문항을 제외한 24문항을 사용하였다. 김지현(2006)의 연구에서 갈등해결전략 척도의 내적 일관성(Cronbach's α)은 이성적 대처 .60, 긍정적 감정표현 .78, 회피 .62, 부정적 감정 및 행동 표출 .85로 나타났고, 본 연구에서의 내적 일관성은 각각 .66, .78, .70, .84로 나타났다.

조망수용능력 척도(the Self-Dyadic Perspective-Taking Scale: SDPT). Long과 Andrews(2000)가 특별한 관계 맥락 내에 있는 타인의 입장을 이해할 수 있는 정도를 측정하기 위해 개발한 척도를 김지현(2006)이 이성관계에 적합하도록 수정하여 번안타당화한 척도를 사용하

였다. 원 척도는 총 13문항의 5점 척도이며, 자신의 조망수용능력 뿐 아니라 본인이 평정한 이성친구의 조망수용 능력, 즉 지각된 상대의 조망수용능력을 측정하기 위한 13문항을 추가하여 총 26문항으로 구성하였다 (예: “나는 내 이성친구의 문제를 잘 이해한다” → “내 이성친구는 나의 문제를 잘 이해한다”). 김지현(2006)의 선행 연구에서 조망수용능력 척도의 내적 일관성(Cronbach's α) 계수는 .80이었고, 본 연구에서는 자신의 조망수용능력의 경우 .81, 지각된 상대의 조망수용능력의 경우 .88로 나타났다.

이성관계 만족도 척도. 이경성과 한덕웅(2003)이 결혼한 부부를 대상으로 사용하기 위해 개발한 결혼만족도 검사를 이경성과 한덕웅(2005)이 결혼 전 관계에 적합하도록 수정한 9문항의 척도를 사용하였다. 관계에 대한 전반적인 만족도를 측정하는 척도이며, 황여주(2013)의 연구에서 내적일관성(Cronbach's α)은 .84로 나타났으며 본 연구에서는 .92로 나타났다.

통계 분석

342명의 자료에 대해 측정된 변인들의 기술통계치를 구하였고, 성별에 따른 차이가 있는지 확인하기 위해 독립표본 t 검정을 수행하였다. 그리고 상관분석을 통해 각 변인들 간의 관계를 확인하였다. 그 다음, 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 각각 이성관계 만족도에 미치는 영향을 확인하기 위해 일원분산분석, 회귀분석을 실시하였다.

매개효과 검정을 위해서는 Hayes(2013)의 PROCESS macro(version 2.16.1)을 사용하였다. Hayes(2013)의 방법은 기존 매개효과 분석 방법의

한계를 보완한 것으로, 추정치의 분포를 가정하지 않고 부트스트래핑 (bootstrapping) 방법에 근거하여 매개효과의 크기 및 유의도를 검정한다. 본 연구에서는 단순매개모형을 검증하기 위해 PROCESS macro의 model 4를 사용하였고, 모든 매개분석에 대해 5000번의 부트스트래핑을 실시하였다.

결 과

현재 교제 중인 171쌍의 이성 커플의 인구통계학적 특성 및 이성교제 관련 정보를 표 2에서 제시하였다. 또한, 각 척도의 평균과 표준편차 및 성별에 따른 차이를 표 3에서 제시하였다. 성별에 따른 차이를 분석한 결과, 성인애착 회피차원, 상대방의 조망수용능력 외의 모든 척도에서 유의미한 성차가 나타났다. 교제 관련 특성(교제 기간, 이전 교제 횟수, 나이 차이 정도)에 따른 이성관계 만족도의 유의미한 차이는 나타나지 않았다.

이성교제 만족도와 관련 변인들 간의 관계

이성교제 만족도와 관련 변인들 간의 관계를 알아보기 위하여 Pearson 상관분석을 실시한 결과를 표 4에 제시하였다. 이성관계 만족도와 성인애착의 관계를 살펴보았을 때, 이성관계 만족도는 성인애착 불안차원, 회피차원 모두와 유의한 부적 상관을 보였다, 각각 $r(342) = -.28, p < .001$; $r(342) = -.16, p < .01$. 이성관계 만족도와 갈등해결전략의 관계를 살펴보았을 때, 이성관계 만족도는 긍정적 갈등해결전략인 이성적 대처, 긍정적 감정 표현과는 유의한 정적 상관을, 부정적 갈등해결전략인 회피, 부정적 감정 및 행동 표출과는 유의한 부적 상관을 보였다, 각각 $r(342) = .47, p < .001$; $r(342) = .25, p < .001$; $r(342) = -.32, p < .001$; $r(342) = -.30, p < .001$. 마지막으로 이성관계 만족도와 조망수용능력의 관계를 살펴보았을 때, 이성관계 만족도는 자신의 조망수용능력, 지각된

표 2. 참여자의 인구통계학적 특성 및 이성교제 관련 정보 (N = 342)

특성	구분	인원수(명)	비율(%)
성별	남	171	50.0
	여	171	50.0
연령	18~22세	86	25.4
	23~27세	151	44.5
	28~32세	78	23.0
	33~37세	22	6.5
	38~42세	2	0.6
학력	고등학교 졸업 이하	27	7.9
	대학교 재학 중	117	34.2
	대학교 졸업	128	37.4
	대학원 재학	44	12.9
	대학원 졸업	26	7.6
직업	대학생, 대학원생	147	43.0
	전문직	58	17.0
	사무직	55	16.1
	기타(합계)	82	23.9
종교	있음	108	31.6
	없음	234	68.4
이전 교제 경험	0회	47	13.7
	1~2회	117	34.2
	3~4회	102	29.8
	5회 이상	76	22.2
교제 기간	6개월 미만	71	20.7
	6개월~1년 미만	55	16.1
	1년~2년 미만	81	23.7
	2년~3년 미만	54	15.8
	3년 이상	81	23.7

표 3. 연구 1에서 측정된 각 변인들의 기술통계량 및 성차($N = 342$)

	전체	남($n = 171$)	여($n = 171$)	t
	평균(SD)	평균(SD)	평균(SD)	
성인애착유형				
불안차원	59.35(19.94)	51.17(18.91)	61.46(20.72)	2.00*
회피차원	68.46(15.78)	69.63(15.48)	67.33(16.02)	1.35
갈등해결전략				
이성적 대처	23.20(3.27)	23.85(3.14)	22.57(3.28)	3.69***
긍정적 감정 표현	39.73(5.32)	40.49(5.00)	38.99(5.53)	6.02***
회피	14.25(4.52)	14.96(4.21)	13.56(4.72)	2.90**
부정적 감정 및 행동 표출	13.06(5.00)	11.01(4.71)	15.05(4.45)	8.15**
조망수용능력				
자신의 조망수용능력	49.16(6.11)	49.94(6.15)	48.41(6.00)	2.37*
지각된 상대의 조망수용능력	48.31(7.65)	48.14(7.54)	48.48(7.78)	0.4
이성관계 만족도	39.73(5.32)	40.49(5.00)	38.99(5.53)	2.61**

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

상대의 조망수용능력 모두와 유의한 상관을 보였다, 각각 $r(342) = .35$, $p < .001$; $r(342) = .41$, $p < .001$.

추가적으로 남녀를 나누어 상관분석을 실시하였을 때, 전체 표본과 남자 표본에서 이성관계 만족도와 긍정적 감정표현이 상관을 보인 것과 달리, 여자 표본에서는 이성관계 만족도와 긍정적 감정표현의 상관이 유의하지 않았다, $r(171) = .10$, ns . 또한, 전체 표본과 남자 표본에서 이성관계 만족도와 부정적 감정 및 행동 표출이 유의미한 부적 상관을 보인 것과 달리, 여자 표본에서는 이성관계 만족도와 부정적 감정 및 행동 표출의 상관이 유의하지 않았다, $r(171) = -.12$, ns . 성별에 따른 상관분석표는 부록 7과 8에 제시하였다.

표 4. 이성교제 만족도 관련 변인들 간 상관표(N = 342)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 성인애착 불안차원	-								
2. 성인애착 회피차원	.13*	-							
3. 이성적 대처	-.23***	-.18**	-						
4. 긍정적 감정표현	-.28***	-.16**	.47***	-					
5. 회피	.30***	.22**	-.30***	.16***	-				
6. 부정적 감정 및 행동 표출	.21***	-.02	-.36***	-.30***	.10	-			
7. 자신의 조망수용능력	-.20***	-.18**	.46***	.35***	-.24***	-.37***	-		
8. 지각된 상대의 조망수용능력	-.16**	-.19**	.29***	.41***	-.29***	-.21***	.53***	-	
9. 이성관계 만족도	-.28***	-.16**	.47***	.25***	-.32***	-.30***	.35***	.41***	-

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

성인애착유형에 따른 이성관계 만족도의 차이 분석

성인애착유형에 따른 이성관계 만족도의 차이를 분석하기 위해 일원배치 분산분석을 실시하였다. 그 결과, 성인애착유형 안정형인 사람들이 불안정형(집착형, 회피형, 두려움형)인 사람들에 비해 이성관계 만족도가 유의미하게 높았다, $F(3, 338) = 7.040, p < .01$. 사후분석 결과, 애착유형 집착형과 두려움형이 안정형에 비해 이성관계 만족도가 유의미하게 낮았다. 각 애착 유형별 평균과 표준편차를 표 5에, 일원배치 분산분석 결과표를 표 6에 제시하였다.

표 5. 성인애착유형에 따른 이성관계 만족도의 평균과 표준편차

	<i>N</i>	<i>M</i>	<i>SD</i>
안정형	101	41.54	4.18
집착형	75	38.56	6.08
거부형	77	39.88	4.86
두려움형	89	38.52	5.66
합계	342		

표 6. 성인애착유형에 따른 이성관계 만족도의 일원배치 분산분석

	제곱합	<i>df</i>	평균 제곱	<i>F</i>	사후 검정
집단-간	568.008	3	189.336		
집단-내	9089.702	338	26.893	7.040***	1>2,4
합계	9657.711	341			

사후 검정: 1=안정형, 2=집착형, 3=거부형, 4=두려움형

*** $p < .001$.

갈등해결전략에 따른 이성관계 만족도의 차이 분석

갈등해결전략에 따른 이성관계 만족도의 차이를 분석하기 위해 독립표본 t 검정을 실시하였다. 그 결과, 긍정적 갈등해결전략을 주로 사용하는 사람이 부정적 갈등해결전략을 주로 사용하는 사람에 비해 이성관계 만족도가 유의미하게 높았다, $t(342) = 8.495, p = .000$. 갈등해결전략에 따른 이성관계 만족도의 독립표본 t 검정 결과를 표 7에 제시하였다.

조망수용능력과 이성관계 만족도의 관계 분석

조망수용능력과 이성관계 만족도의 관계를 분석하기 위해 자신의 조망수용능력, 지각된 상대의 조망수용능력에 대한 다중회귀분석을 실시하였다(표 8). 예언변인에 자신의 조망수용능력과 지각된 상대의 조망수용능력을 투입하여 다중회귀분석을 실시한 결과 회귀모형은 유의하였고, $F(2, 339) = 96.747, p < .001$, 회귀계수는 지각된 상대의 조망수용능력

표 7. 갈등해결전략에 따른 이성관계 만족도에 대한 독립표본 t 검정

	<i>M</i>	<i>SD</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
긍정적 전략($n = 175$)	41.94	3.51	8.495	.000
부정적 전략($n = 167$)	37.44	5.85		

표 8. 이성관계 만족도를 종속변인으로 한 회귀모형

예언변인	<i>B</i>	β	<i>t</i>	R^2	<i>F</i>
자신의 조망수용능력	.404	.061	1.197	.360	96.747***
지각된 상대의 조망수용능력	2.998	.568	11.111***		

*** $p < .001$.

만 유의하였다, $\beta = .568$, $t = 11.111$, $p < .001$.

성인애착과 이성관계 만족도의 관계에서 갈등해결전략의 매개효과

성인애착(불안차원, 회피차원)과 이성관계 만족도의 관계에서 갈등해결 전략(긍정적 갈등해결전략, 부정적 갈등해결전략)이 매개효과를 나타내는 지 각각 분석하였다.

성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결 전략의 매개효과를 분석하였다(표 9). 그 결과, 성인애착 불안차원이 이성 관계 만족도에 미치는 총 효과는 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.075$, $SE = .014$, $p < .001$. 또한, 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 간접효과가 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.014$, $Boot SE = .006$, $CI_{95\%} = -.026$ to $-.003$. 성인애착 불안차원이 이성관계 만족도에 미치는 직접효과 역시 유의미한 것으로 나타났으므로, $b = -.062$, $SE = .013$, $p < .001$, 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략이 유의미한 부분 매개효과를 가진다고 볼 수 있다. 이와 같은 매개모형을 그림 2에 제시하였다.

표 9. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 매개효과

	효과계수	Boot SE	BootLLCI	BootULCI
성인애착 불안차원 → 긍정적 갈등 해결전략	-.043	.018	-.078	-.009
긍정적 갈등해결전략 → 만족도	.314	.039	.237	.390
간접효과	-.014	.006	-.026	-.003

주. BootLLCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 하한값. BootULCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 상한값. 간접효과: 성인애착 불안차원→긍정적 갈등해결전략 →이성관계 만족도.

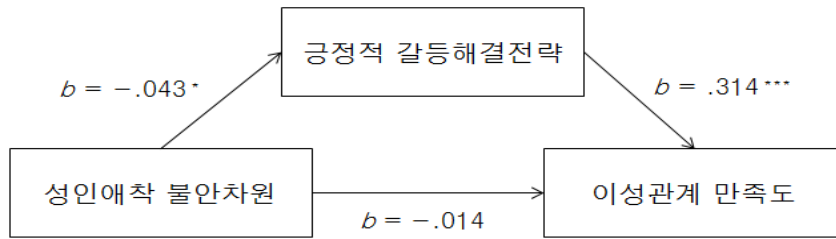


그림 2. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 매개모형

성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개효과를 분석하였다(표 10). 그 결과, 성인애착 불안차원이 이성관계 만족도에 미치는 총 효과는 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.075$, $SE = .014$, $p < .001$. 또한, 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 간접효과가 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.033$, $Boot\ SE = .008$, $CI_{95\%} = -.050\ to\ -.012$. 성인애착 불안차원이 이성관계 만족도에 미치는 직접효과 역시 유의미한 것으로 나타났으므로, $b = -.042$, $SE = .014$, $p < .01$, 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 부정적 갈등해결전략이 유의미한 부분 매개효과를 가진다고 볼 수 있다. 이와 같은 매개모형을 그림 3에 제시하였다.

표 10. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개효과

	효과계수	Boot SE	BootLLCI	BootULCI
성인애착 불안차원 → 부정적 갈등 해결전략	.121	.018	.086	.157
부정적 갈등해결전략 → 만족도	-.271	.039	-.348	-.194
간접효과	-.033	.008	-.050	-.020

주. BootLLCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 하한값. BootULCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 상한값. 간접효과: 성인애착 불안차원→부정적 갈등해결전략→이성관계 만족도.

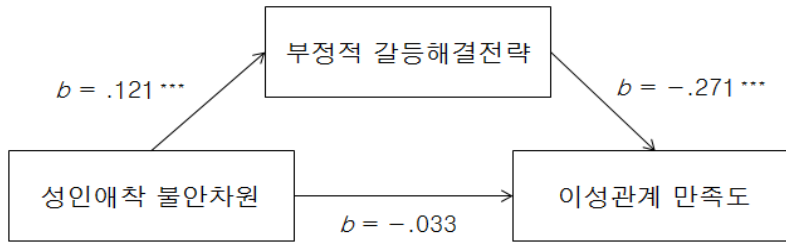


그림 3. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개모형

성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 매개효과를 분석하였다(표 11). 그 결과, 성인애착 회피차원이 이성관계 만족도에 미치는 총 효과는 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.053$, $SE = .018$, $p < .01$. 또한, 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 간접효과가 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.025$, $Boot\ SE = .008$, $CI_{95\%} = -.043\ to\ -.010$. 성인애착 회피차원이 이성관계 만족도에 미치는 직접효과는 유의미하지 않았으므로, $b = -.053$, $SE = .018$, ns , 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계를 긍정적 갈등해결전략이 완전 매개한다고 볼 수 있다. 이와 같은 매개모형을 그림 4에 제시하였다.

표 11. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 매개효과

	효과계수	Boot SE	BootLLCI	BootULCI
성인애착 회피차원 → 긍정적 갈등 해결전략	-.075	.022	-.119	-.032
긍정적 갈등해결전략 → 만족도	.326	.041	.246	.406
간접효과	-.025	.008	-.043	-.010

주. BootLLCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 하한값. BootULCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 상한값. 간접효과: 성인애착 회피차원→긍정적 갈등해결전략→이성관계 만족도.

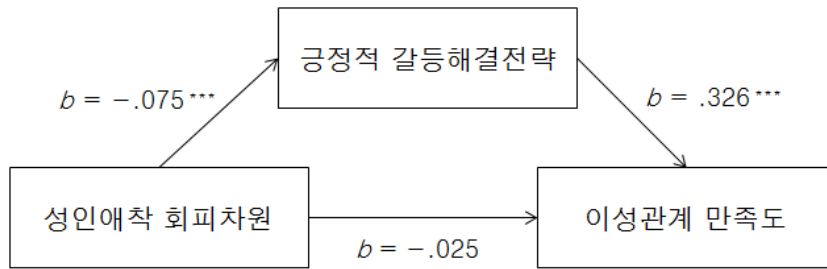


그림 4. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 긍정적 갈등해결전략의 매개모형

성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개효과를 분석하였다(표 12). 그 결과, 성인애착 회피차원이 이성관계 만족도에 미치는 총 효과는 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.053$, $SE = .018$, $p < .01$. 또한, 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 간접효과가 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.017$, $Boot\ SE = .008$, $CI_{95\%} = -.037\ to\ -.003$. 성인애착 회피차원이 이성관계 만족도에 미치는 직접효과 역시 유의미한 것으로 나타났으므로, $b = -.036$, $SE = .017$, $p < .05$, 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 부정적 갈등해결전략이 유의미한 부분 매개효과를 가진다고 볼 수 있다. 이와 같은 매개모형을 그림 5에 제시하였다.

표 12. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개효과

	효과계수	Boot SE	BootLLCI	BootULCI
성인애착 회피차원 → 부정적 갈등 해결전략	.057	.024	.010	.104
부정적 갈등해결전략 → 만족도	-.301	.037	-.375	-.228
간접효과	-.017	.008	-.037	-.003

주. BootLLCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 하한값. BootULCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 상한값. 간접효과: 성인애착 회피차원→부정적 갈등해결전략→이성관계 만족도.

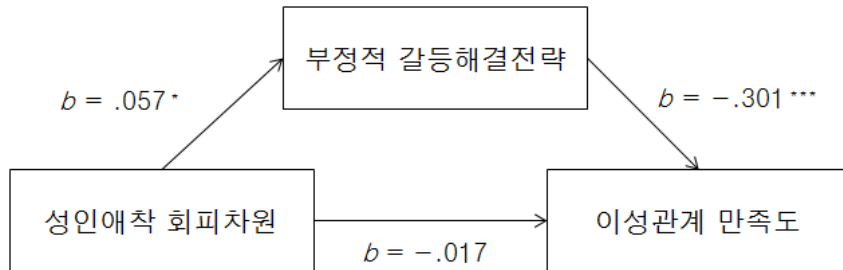


그림 5. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 부정적 갈등해결전략의 매개모형

성인애착과 이성관계 만족도의 관계에서 조망수용능력의 매개효과

성인애착(불안차원, 회피차원)과 이성관계 만족도의 관계에서 조망수용능력이 매개효과를 나타내는지 분석하였다. 이 때, 개인 내 특성들 간의 상호적인 관계를 확인하고자 하였으므로 상대의 조망수용능력이 아닌 자신의 조망수용능력의 매개효과만을 확인하였다.

이에 따라 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 자신의 조망수용능력이 매개효과를 보이는지 분석하였다(표 13). 분석 결과, 성인애착 불안차원이 이성관계 만족도에 미치는 총 효과는 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.075$, $SE = .014$, $p < .001$. 또한, 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 조망수용능력의 간접효과가 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.016$, $Boot\ SE = .005$, $CI_{95\%} = -.028\ to\ -.007$. 성인애착 불안차원이 이성관계 만족도에 미치는 직접효과 역시 유의미한 것으로 나타났으므로, $b = -.059$, $SE = .014$, $p < .001$, 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 자신의 조망수용능력에 대한 평가가 유의미한 부분 매개효과를 가진다고 볼 수 있다. 이와 같은 매개모형을 그림 6에 제시하였다.

표 13. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 조망수용능력의 매개효과

	효과계수	Boot SE	BootLLCI	BootULCI
성인애착 불안차원 → 조망수용능력	-.061	.016	-.093	-.293
조망수용능력 → 만족도	.266	.044	.180	.353
간접효과	-.016	.005	-.028	-.007

주. BootLLCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 하한값. BootULCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 상한값. 간접효과: 성인애착 불안차원→조망수용능력→이성관계 만족도.

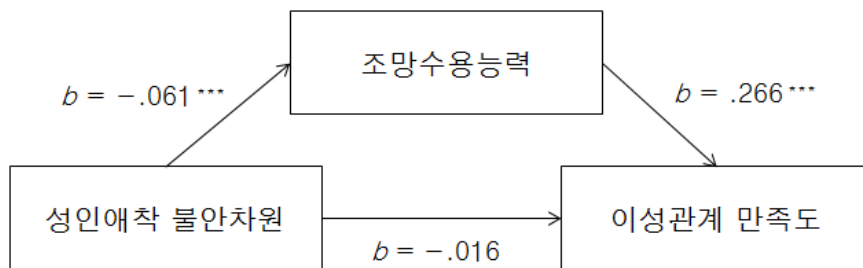


그림 6. 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 조망수용능력의 매개모형

성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 자신의 조망수용능력에 대한 평가가 매개효과를 보이는지 분석하였다(표 14). 분석 결과, 성인애착 회피차원이 이성관계 만족도에 미치는 총 효과는 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.053$, $SE = .018$, $p < .01$. 또한, 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 조망수용능력의 간접효과가 유의미한 것으로 나타났다, $b = -.020$, $Boot SE = .008$, $CI_{95\%} = -.038$ to $-.008$. 성인애착 회피차원이 이성관계 만족도에 미치는 직접효과는 유의미하지 않았으므로, $b = -.033$, $SE = .017$, ns , 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계를 자신의 조망수용능력에 대한 평가가 완전매개한다고 볼 수 있다. 이와 같은 매개모형을 그림 7에 제시하였다.

표 14. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 조망수용능력의 매개효과

	효과계수	Boot SE	BootLLCI	BootULCI
성인애착 회피차원 → 조망수용능력	-.071	.021	-.111	-.030
조망수용능력 → 이성관계 만족도	.289	.045	.201	.378
간접효과	-.020	.008	-.038	-.008

주. BootLLCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 하한값. BootULCI: 효과계수의 95% 신뢰구간 안에서 상한값. 간접효과: 성인애착 회피차원→조망수용능력→이성관계 만족도.

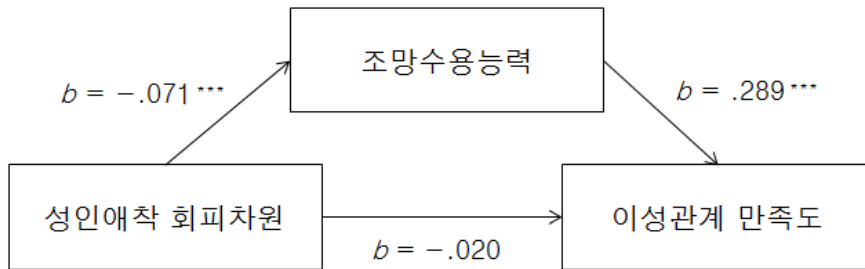


그림 7. 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도 간의 관계에서 조망수용능력의 매개모형

성인애착유형 커플 간 일치도에 따른 이성관계 만족도의 차이

성인애착유형의 커플 간 일치도에 따라 이성관계 만족도에서 차이가 나타나는지 확인하기 위하여 성인애착유형의 조합별로 구분하였다. 각 유형별 조합을 분석한 결과, 안정형과 안정형의 조합에서 이성관계 만족도가 가장 높았고, 집착형과 집착형의 조합에서 이성관계 만족도가 가장 낮게 나타났다(부록 9). 집착형, 거부형, 두려움형을 불안정형으로 분류한 다음 안정형과 안정형, 안정형과 불안정형, 불안정형과 불안정형으로 구분하였을 때 각 조합별 이성관계 만족도의 평균과 표준편차를 표 15에 제시하였다.

성인애착유형의 조합에 따른 이성관계 만족도 평균의 유의미한 차이가 나타나는지 확인하기 위해 일원배치 분산분석을 실시한 결과, 평균의 차이가 유의미하였다, $F(2, 168) = 5.526, p < .01$. 사후분석 결과, 안정형과 안정형 조합이 불안정형과 불안정형의 조합에 비해 이성관계 만족도의 평균이 유의미하게 높았다(표 16).

갈등해결전략의 커플 간 일치도에 따른 이성관계 만족도의 차이

갈등해결전략의 커플 간 일치도에 따라 이성관계 만족도에서 차이가 나타나는지 확인하기 위해 갈등해결전략을 긍정적인 전략(이성적 대처, 긍정적 감정표현)과 부정적인 전략(회피, 부정적 감정 및 행동 표출)으로 분류하였다. 긍정적 갈등해결전략과 긍정적 갈등해결전략, 긍정적 갈등해결전략과 부정적 갈등해결전략, 부정적 갈등해결전략과 부정적 갈등해결전략의 조합으로 구분하였을 때 각 조합별 이성관계 만족도의 평균과 표

표 15. 성인애착유형 조합별 이성관계 만족도의 평균과 표준편차

	<i>n</i> (쌍)	평균(SD)
안정형+안정형	26	41.88(3.01)
안정형+불안정형	49	40.15(3.56)
불안정형+불안정형	96	38.93(4.67)

표 16. 성인애착유형 조합별 이성관계 만족도의 평균에 대한 일원배치 분산분석

	제공합	<i>df</i>	평균 제공	<i>F</i>	사후 검정
집단-간	191.360	2	95.680	5.526**	1>3
집단-내	2908.746	168	17.314		
합계	3100.106	170			

사후 검정: 1=안정형+안정형, 3=불안정형+불안정형

** $p < .01$.

준편차를 표 17에 제시하였다. 분석 결과, 긍정적 갈등해결전략과 긍정적 갈등해결전략의 조합에서 이성관계 만족도가 가장 높았으며, 부정적 갈등해결전략과 부정적 갈등해결전략의 조합에서 이성관계 만족도가 가장 낮게 나타났다.

갈등해결전략의 조합에 따른 이성관계 만족도 평균의 차이가 나타나는지 확인하기 위해 일원배치 분산분석을 실시한 결과, 유의미한 차이가 나타났다, $F(2, 168) = 23.785, p < .001$. 사후분석 결과, 긍정적 갈등해결전략과 긍정적 갈등해결전략의 조합이 이성관계 만족도가 가장 높았고, 긍정적 갈등해결전략과 부정적 갈등해결전략의 조합, 부정적 갈등해결전략과 부정적 갈등해결전략의 조합 순서대로 이성관계 만족도가 낮았다(표 18).

표 17. 갈등해결전략 조합별 이성관계 만족도의 평균과 표준편차

	<i>n</i> (쌍)	평균(<i>SD</i>)
긍정적 갈등해결전략+긍정적 갈등해결전략	51	42.14(2.92)
긍정적 갈등해결전략+부정적 갈등해결전략	73	39.89(3.11)
부정적 갈등해결전략+부정적 갈등해결전략	47	36.86(5.30)

표 18. 갈등해결전략의 조합에 따른 이성관계 만족도의 평균에 대한 일원배치 분산분석

	제곱합	<i>df</i>	평균 제곱	<i>F</i>	사후 검정
집단-간	684.092	2	342.046	23.785***	1>2>3
집단-내	2416.014	168	14.381		
합계	3100.106	170			

사후 검정: 1=긍정적 갈등해결전략+긍정적 갈등해결전략, 2=긍정적 갈등해결전략+부정적 갈등해결전략, 3=부정적 갈등해결전략+부정적 갈등해결전략

*** $p < .001$.

논 의

연구 1에서는 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향에 대해 종합적으로 살펴보았다. 이 때 변인들이 서로 연관되어 이성관계 만족도에 영향을 미치는 양상을 보다 정교하게 탐색하고자 매개효과를 분석하였다. 또한 개인 차원에서의 분석과 함께 커플 간 변인 일치도에 따른 이성관계 만족도를 함께 살펴보므로써, 커플을 구성하는 두 사람의 특성이 함께 고려되었을 때 이성관계 만족도에 어떤 영향을 미치는지 확인하고자 하였다. 주요 결과는 다음과 같다.

우선, 주요 변인들 간의 상관을 살펴보았을 때, 성인애착 불안차원과 회피차원이 낮을수록, 긍정적 갈등해결전략을 많이 사용할수록, 부정적 갈등해결전략을 적게 사용할수록, 그리고 조망수용능력이 높을수록 이성관계 만족도가 높았다. 이는 각각의 변인과 이성관계 만족도의 관계에 대한 선행 연구 결과와 일치하는 것이다(김지현, 2006; 한혜영, 현명호, 2006; Davis & Oathout, 1987; Franzoi et al., 1985).

성인애착의 유형에 따른 이성관계 만족도를 살펴본 결과, 성인애착 안정형인 사람은 집착형, 두려움형인 사람에 비해 이성관계 만족도가 높은 것으로 나타났으며, 거부형의 경우 안정형에 비해 이성관계 만족도의 평균이 더 낮았지만 통계적으로 유의한 수준은 아니었다. 이러한 결과는 다른 불안정 애착유형인 집착형과 두려움형에 비하여 거부형 애착유형의 경우 상대적으로 안정형에 가까운 속성을 지녔으며(김광은, 2005), 이별과 같은 미래에 대한 부정적인 기대를 다른 불안정 애착유형에 비해 덜 하기 때문에 나타난 것으로 보인다(김명숙, 2008).

성인애착유형의 커플 간 일치도에 따른 이성관계 만족도의 차이를 살펴본 결과, 가설과 같이 안정형과 안정형의 조합이 불안정형과 불안정형

의 조합보다 이성관계 만족도의 평균이 유의미하게 높았다. 불안정형끼리의 조합 중에서는 집착형과 집착형의 조합이 이성관계 만족도의 평균이 가장 낮았는데, 이는 관계에 과도하게 몰입하는 집착형의 특성상 서로를 긴장, 위축되게 만들며 이것이 시간이 지나면서 서로를 의심하고 불신하게 되면서 만족도가 저하되기 때문으로 보인다(김명숙, 2008).

갈등해결전략에 따른 이성관계 만족도의 차이를 살펴본 결과, 긍정적 갈등해결전략을 사용하는 사람이 부정적 갈등해결전략을 사용하는 사람에 비해 이성관계 만족도가 더 높았다. 이는 갈등을 적응적으로 해결할 경우 자신이나 상대방의 행동에 긍정적 변화를 일으킴으로써 관계를 발전시킬 수 있으나, 부적응적으로 다룰 경우 오해와 불신을 일으켜 관계의 질을 저하시킬 수 있다는 갈등의 양면적 특성을 반영하고 있는 것으로 보인다(김진경, 이수원, 1993; 박승민, 이수원, 1993).

갈등해결전략의 조합에 따른 이성관계 만족도의 차이를 살펴본 결과, 긍정적 갈등해결전략과 긍정적 갈등해결전략의 조합이 가장 만족도가 높았고, 긍정적 갈등해결전략과 부정적 갈등해결전략의 조합, 부정적 갈등해결전략과 부정적 갈등해결전략의 조합 순서대로 만족도가 낮았다. 즉, 커플 중 한 명이라도 부정적인 전략을 사용하였을 때 만족도가 저하되는 것으로 볼 수 있다. 예를 들어, 한 쪽이 이성적 대처를 사용하여 갈등을 해결하고자 하여도 상대방이 회피 전략을 사용할 경우 문제가 해결되기 어려울 것이다. 이는 만족스러운 관계를 위해서는 커플을 구성하는 양쪽 모두 갈등을 적응적으로 해결하고자 함께 노력해야 한다는 점을 시사한다.

조망수용능력에 따른 이성관계 만족도의 차이를 살펴보았을 때, 자신의 조망수용능력과 지각된 상대의 조망수용능력에 대한 평가 모두 이성관계 만족도를 유의미하게 예측하였으나, 상대의 조망수용능력에 대한

평가의 설명력이 자신의 조망수용능력보다 더 컸다. 즉, 상대방이 자신의 입장을 잘 이해해주고 있다고 느끼고 있을 때 관계에 대한 만족도가 더욱 증진될 수 있다는 것이다. 조망수용능력은 자기중심성을 극복하고 타인의 기대에 부합하는 행동을 할 수 있도록 조정하는 역할을 한다(지민주, 2014). 따라서 상대방의 조망수용능력이 높다고 느끼는 것은 상대방이 자신의 입장과 감정을 잘 이해하고 공감하여 그에 따라 적절한 반응을 해주고 있다고 지각하는 것이며(Long & Andrews, 1990), 이로 인해 관계의 만족도도 높게 평가하는 것으로 볼 수 있다.

마지막으로, 성인애착유형과 이성관계 만족도의 관계에서 갈등해결전략과 조망수용능력의 매개효과를 살펴본 결과, 성인애착 회피차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략과 조망수용능력이 완전매개효과를 보였으며, 부정적 갈등해결전략의 경우 부분매개효과를 보였다. 또한, 성인애착 불안차원과 이성관계 만족도의 관계에서 긍정적 갈등해결전략, 부정적 갈등해결전략, 조망수용능력이 부분매개효과를 보였다. 이는 부부를 대상으로 한 연구에서 성인애착유형과 결혼만족도의 관계를 부부 조망수용능력이 부분적으로 매개하였다는 선행연구(한혜영, 현명호, 2006) 및 기혼 여성의 불안정 애착유형과 결혼만족도의 관계를 부정적 갈등해결전략이 매개하였다는 선행연구(김수민, 이지연, 2015)의 결과와 부분적으로 일치한다. 이는 상대적으로 안정적인 변인인 성인애착유형보다는, 변화 가능한 특성인 갈등해결전략과 조망수용능력에 개입함으로써 관계 만족도를 증진시킬 수 있음을 시사한다.

연구 1에서는 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 영향을 미치는 과정을 확인하였다. 또한, 성인애착유형의 조합과 갈등해결전략의 조합에 따라 관계만족도의 차이가 나타난다는 것을 밝혔다. 이러한 연구 결과를 바탕으로 연구 2에서는 이성관계 만족도에

영향을 미치는 것이 확인된 세 변인들을 활용하여, 이들 변인에 대해 커플 단위로 피드백을 제공하는 것이 이성관계 만족도를 증진시키는지 확인하기 위한 실험 연구를 진행하였다.

연구 2. 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대한 피드백이 이성관계 만족도에 미치는 영향

연구 1에서는 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향력을 확인하였다. 또한 커플 단위의 분석을 통해 성인애착유형, 갈등해결전략의 커플 간 일치도에 따라 이성관계 만족도에서 차이가 나타남을 밝혔다. 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향력에 근거하여, 연구 2에서는 실제로 이성관계 만족도를 증진시키기 위한 방법을 모색하고자 하였다.

최근 이혼 및 관계 갈등을 겪는 부부 및 커플이 증가하면서, 부부나 교제중인 커플을 대상으로 하는 관계 증진 프로그램의 필요성과 요구가 증가하고 있다(류은영, 2016). 관계 증진 프로그램은 자신의 강점과 약점을 평가해볼 기회를 제공하며, 교육과 예방의 차원에서 효과적인 것으로 알려져 있다(송미진, 2012). 그러나 아직 국내에서 관계 증진 프로그램은 활성화되어 있지 않은 편이며, 많은 한계점들이 존재한다. 기존 관계 증진 프로그램은 대부분 집단상담이나 일반적인 이론에 대한 교육의 형태로 구성되어 있다. 그러나 집단상담의 경우 대부분 10-15회기 이상 이루어지기 때문에 시간과 비용의 부담이 커서 접근성이 떨어지며, 일반적인 이론에 대한 교육의 경우 해당 커플이 가지고 있는 고유한 관계의 특성과 문제를 충분히 토의할 수 없다는 제한점이 있다(김나미, 서영석, 김덕일, 2012).

이러한 한계를 보완하기 위해서는 참여자들의 효율적인 시간 활용 욕구를 적극 반영한 방식의 개발이 필요하며, 일반적인 이론에 대한 교육

뿐만 아니라 커플의 개별적인 특성에 맞추어진 개별화된 접근이 요구되고 있다(강연아, 2009). 이러한 필요성과 요구에 적합한 방식으로 해외에서 진행되고 있는 피드백 방법을 들 수 있다(Bradbury, 1994). 피드백 방법은 커플 관계 교육 프로그램(couple education program)의 대표적인 구성 요소 중 하나로써, 커플 개개인의 특성과 기능에 대한 맞춤형 평가 및 피드백을 제공하는 방식이며, 주로 검사지(inventory)를 사용하여 제공된다. 커플은 평가 도구(검사지) 작성을 통해 얻어진 자신의 심리적 특성에 대한 정보들을 피드백으로써 제공받으며, 이를 기반으로 관계 개선에 더 노력해야겠다고 생각하는 기회를 가질 수 있다(Knutson & Olson, 2003).

피드백 방법에 관한 선행연구들을 살펴보면, 자신의 문제와 관련된 심리적 특성에 대해 측정된 후 그 결과에 대해 피드백을 제공하였을 때 문제나 증상이 감소되거나 개선되는 경향이 나타났다. 예를 들어, 상담 장면에서 심리검사를 실시 후 결과에 대해 피드백을 제공한 조건은 제공하지 않은 조건에 비해 치료 효과가 좋았다(Finn; 1993, Newman & Greenway, 1997). 또한, 커플 관계의 기능에 대해 측정하는 PREPARE 검사(Olson, Druckman, & Fournier, 1982)를 실시한 후 이에 대한 피드백을 제공하였을 때, 피드백을 제공하지 않은 집단에 비해 커플 관계의 기능이 향상되었고, 관계의 만족도가 증진되었다(McCullough & Worthington, 1995). 나아가, 부부를 대상으로 서로의 성격유형의 특성을 이해하는 상담을 하였을 때 관계 증진 및 이혼 예방 효과가 있었다는 선행 연구 결과가 존재한다(Williams & Tappan, 1995).

이러한 결과들을 살펴볼 때, 이성관계 만족도와 관련된 심리적 특성인 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대해 측정하고 이에 대한 피드백을 제공하는 것이 이성관계 만족도를 증진시킬 것이라고 추론할

수 있다. 이에 따라 본 연구에서는 현재 교체중인 커플을 대상으로 성인 애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력을 측정하는 검사를 실시한 후, 결과에 대한 피드백을 제공하는 것이 이성관계 만족도 증진 효과가 있는지를 확인하고자 하였다. 나아가, 자신의 특성에 대해서만 피드백을 제공하는 조건과, 자신과 연인의 특성에 대해 함께 피드백을 하는 조건에서 이성관계 만족도 증진의 차별적 효과가 나타나는지 탐색하고자 하였다. 추가적으로, 피드백 제공 전후의 갈등해결전략, 조망수용능력의 변화량을 함께 측정함으로써 어떠한 과정을 통해 이성관계 만족도가 증진되는지 탐색하고자 하였다.

앞서 기술한 내용을 바탕으로 연구 2의 가설을 정리해보면 다음과 같다.

가설 1. 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대하여 피드백을 제공받은 집단은, 피드백을 제공받지 않은 집단에 비해 이성관계 만족도가 더 크게 증가할 것이다.

가설 2. 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대하여 자신과 연인에 대한 피드백을 함께 받은 집단은, 자신의 피드백만 받은 집단에 비해 이성관계 만족도가 더 크게 증가할 것이다.

방 법

참여자

본 연구는 기관 생명윤리위원회의 사전 승인을 받았다(SNUIRB 1706/003-023). 연구 1과 동일하게 현재 교제 중인 만 18세 이상의 이성애자 커플을 대상으로 하였으며, 서울대학교 심리학과 연구 참여 시스템(R-point)과 온라인 커뮤니티 등을 통하여 참여자를 모집하였다. 연구에 대한 설명 후 참여에 자발적으로 동의한 사람들만을 대상으로 실험을 실시하였다. 총 128명이 참여하였고, 둘 중 한 명이라도 추후 설문을 완료하지 않았거나 관계에 영향을 미칠 수 있는 외부적인 사건이 있었다고 응답한 커플을 제외한 98명에 대해 분석이 이루어졌다. 통제집단 30명(남자 15명, 여자 15명), 실험집단 A 34명(남자 17명, 여자 17명), 실험집단 B 34명(남자 17명, 여자 17명)으로 구성되었다. 평균 연령은 만 23.31세($SD=3.79$, 범위 18~36세)였다.

측정도구

인구통계학적 정보. 연구 참여자의 특성을 파악하기 위하여 성별, 연령, 직업, 학력을 측정하였다.

이성교제 관련 정보. 연구 1과 동일한 척도를 사용하였으며, 실험 조건을 통제하기 위해 추가적인 정보를 수집하였다. 사전 설문 이후 관계에 영향을 미칠 수 있는 외부 사건이 존재했는지의 여부 및 그 내용, 피드

백 결과 혹은 설문 내용에 대해 연인과 공유한 정도, 지난 1주(추후설문의 경우 2주) 동안 연인과의 만남 빈도 등에 대한 질문이 포함되었다.

성인애착유형 척도(Experiences in Close Relationships- Revised: ECR-R). 연구 1과 동일한 척도를 사용하였다. 1차 설문지에 포함되었다.

갈등해결전략 척도. 연구 1과 동일한 척도를 사용하였다. 1차, 2차, 3차 설문지에 포함되었다.

조망수용능력 척도(the Self-Dyadic Perspective-Taking Scale: SDPT). 연구 1과 동일한 척도를 사용하였으나, 상대방의 조망수용능력을 측정하는 문항들은 제외하여 총 13문항으로 구성되었다. 1차, 2차, 3차 설문지에 포함되었다.

이성관계 만족도 척도. 연구 1의 이성교제 만족도 검사(9문항)를 사용하였다. 1차, 2차, 3차 설문지에 포함되었다.

절차

연구 전체 절차는 크게 세 부분으로 구성되었다. 1) 실험 안내 및 기저(baseline) 수준을 측정하는 사전 온라인 설문, 2) 실험실 피드백 제공 및 지면으로 된 사후 설문지 작성, 3) 2주 후 온라인 추후 설문. 사전 온라인 설문에서는 성별, 연령, 학력 등의 인구통계학적 정보와 교제 기간, 이전 교제 횟수 등 이성교제 관련 정보를 수집하였으며, 성인애착유형,

갈등해결전략, 조망수용능력의 기저 수준을 측정하였다. 사후 및 추후 설문에서는 갈등해결전략, 조망수용능력, 이성관계 만족도 및 지난 1주(혹은 2주) 간 만남 빈도와 관계에 영향을 미칠 수 있는 외부 사건에 대해 조사하였다.

통제집단의 경우 실험실에서의 피드백 제공 없이 사전 온라인 설문과 2주 후의 추후 온라인 설문을 작성하였다. 실험집단 A와 실험집단 B의 경우, 조용한 공간의 동일한 실험실에서 표준화된 피드백을 제공받았다. 사전 온라인 설문 완료 후 1주일 이내에 1~5명의 참여자가 실험실로 방문하면 연구 설명서를 읽고 동의서에 서명한 후 피드백 결과지를 수령하였다. 그 후, 실험 조건에 따라서 각기 다른 처치가 이루어졌다.

실험집단 A의 경우 자신의 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력의 원점수, 표준점수, 백분위점수가 기재된 결과지를 수령한 후 각각의 개념에 대한 설명을 제공받았다. 실험집단 B의 경우 자신과 연인의 결과지를 함께 수령한 후 각각의 개념에 대한 설명을 제공받았다. 표준화된 피드백 제공은 약 20분이 소요되었으며, 이후 5분간 질의응답을 하였다. 이 때 실험조건의 통제를 위하여 개념에 대한 설명은 모든 피험자에게 동일하게 제공되었고, 질의응답 중 결과에 영향을 미칠 수 있다고 생각되는 질문의 경우 실험이 종료된 후 e-mail을 통해 응답하였다.

피드백 제공 및 질의응답이 종료된 후에는 사후 설문을 작성하게 하였다. 사후 설문은 지난 1주일 간 연인과의 만남 횟수, 피드백 내용에 대한 이해도, 피드백 내용(성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력) 중 연인과의 관계에 가장 많은 영향을 미친 항목에 대한 질문을 포함하였다. 사후 설문 작성 완료 후, 2주일 뒤에 문자메시지 혹은 e-mail로 설문이 담긴 링크를 보내겠다는 안내 후 실험을 종료하였다. 실험집단의 경우 소요된 전체 시간은 약 40분이었다.

통제집단의 경우, 추가적으로 피드백을 제공받기를 희망하는 참여자에 대해 실험 종료 후 자신과 연인의 결과지를 e-mail로 제공하였다.

표준화된 피드백 양식. 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력과 관련된 선행연구 및 저서(김명숙, 2008; 박세라, 2008; 유성희, 2009; 오대영, 2011; 정진미, 유현실, 2013)를 참고하여 연구자가 제작한 후, 임상심리전문가 4인의 검토를 받았다. 또한 심리학 비전공자의 이해도를 점검하기 위해 심리학 전공자가 아닌 학부생 4인에게 추가적으로 검토를 받아, 내용 이해에 어려움이 없음을 확인하였다. 피드백 양식은 총 5쪽으로 구성되어 있으며, 부록 10에 첨부하였다.

피드백 양식의 구성은 다음과 같다. 첫 번째 페이지는 결과 프로파일 페이지로, 참여자의 실험 참여 정보(커플식별정보, 성별, 연령, 검사 실시일, 검사 해석일) 및 결과 프로파일이 제시되었다. 결과 프로파일은 사전 온라인 설문을 통해 응답한 내용을 바탕으로 산출한 참여자의 성인애착유형(불안차원, 회피차원), 갈등해결전략(이성적 대처, 긍정적 감정표현, 회피, 부정적 행동 및 감정 표출), 조망수용능력 각각에 대한 원점수, t 점수, 백분위 점수가 막대그래프 및 수치로 제시되었다. 이 때 백분위 점수는 연구 1에 참여한 342명을 기준집단으로 하여 산출하였다.

2~5페이지에는 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력 각각에 대한 개념 및 결과 점수의 범위가 의미하는 바를 기술하였다. 비전공자가 이해하기 쉽도록 전공 용어 사용을 최대한 배제하였다. 또한 자신의 점수가 어떤 범위에 속하며, 해당 범위에 속하는 사람들은 어떤 특성을 가지는지에 대해 설명함으로써 자신의 점수가 의미하는 바를 잘 이해할 수 있도록 하였다. 보다 구체적인 이해를 위해 각 유형별 예시 문항을 함께 수록하였다(예: 성인애착유형 거부형의 예시문항- “나는 남들에게 의지하거나 남들이 나에게 의지하는 것을 좋아하지 않는다.”)

자료 분석

98명의 자료에 대해 측정된 변인들의 기술통계치를 구하였고, 집단에 따라 사전측정치에 차이가 있는지 검증하기 위해 독립표본 t 검증을 실시하였다. 또한 집단에 따른 이성관계 만족도의 사전-사후 변화 차이를 살펴보기 위해 반복측정 일반선형모형 분석(General Linear Model - Repeated Measured)을 실시하고, 효과크기 확인을 위해 η^2 를 산출하였다. 추가적으로 이성관계 만족도의 사전측정치 수준에 따른 만족도 변화량의 집단 간 차이를 확인하고자 이원배치분산분석(2-way ANOVA)을 실시하였다.

결 과

집단 간의 사전 동질성 검증

집단 간에 인구통계학적 특성에서 차이가 나타나는지 확인한 결과, 성별, 학력, 직업에서 차이가 나타나지 않았다, $\chi^2(2, N = 98) = 1.630, ns$; $\chi^2(5, N = 98) = 12.271, ns$; $\chi^2(9, N = 98) = 13.397, ns$. 집단 간 연령에서 차이가 나타났으나, $F(2, 95) = 3.490, p < .05$, 종속 측정치들의 사전점수에서 나이에 따른 차이가 나타나지 않았으므로, 분석에서 통제변인으로 포함하지는 않았다. 또한, 집단 간 교제 관련 정보에서 차이가 나타나는지 확인한 결과, 교제 횟수, 교제 기간에서 차이가 나타나지 않았다, $\chi^2(6, N = 98) = 13.926, ns$; $F(2, 95) = 1.334, ns$. 연인과의 나이차이 여부는 집단 간 차이가 있는 것으로 나타났지만, $\chi^2(2, N = 98) = 10.894, p < .05$, 종속 측정치들의 사전점수에서 연인과의 나이차이 여부에 따른 차이가 나타나지 않았으므로, 분석에서 통제변인으로 포함하지는 않았다.

추가적으로, 사후 및 추후 설문에서 관계에 영향을 미친 변인, 지난 2주일간의 만남 횟수에서 집단 간 차이가 나타나는지 확인한 결과, 유의미한 차이가 나타나지 않았다, $\chi^2(3, N = 98) = .310, ns$; $\chi^2(8, N = 98) = 18.623, ns$.

사전 측정치들에서 집단 간에 차이가 있는지 알아보기 위해 일원배치 분산분석을 실시한 결과, 모두 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 집단별 사전측정치의 기술통계량을 표 19에 제시하였다.

표 19. 집단별 사전 측정치의 기술통계량

	통제집단	실험집단 A	실험집단 B	<i>F</i>
	(<i>n</i> = 30) 평균(<i>SD</i>)	(<i>n</i> = 34) 평균(<i>SD</i>)	(<i>n</i> = 34) 평균(<i>SD</i>)	
성인애착 불안차원	57.37(15.06)	56.53(21.30)	58.88(18.13)	0.142
성인애착 회피차원	62.43(10.48)	66.94(15.93)	65.47(13.56)	0.897
이성적 대처	24.20(2.91)	22.59(4.02)	23.79(3.26)	1.932
긍정적 감정표현	20.13(3.86)	17.71(4.44)	18.53(5.27)	2.286
회피	13.40(3.75)	13.76(4.50)	13.82(4.40)	0.002
부정적 감정 및 행동 표출	11.60(3.49)	13.56(4.73)	13.29(4.62)	1.870
조망수용능력	51.27(7.63)	47.35(6.27)	48.83(7.68)	2.370
이성관계 만족도	40.93(3.60)	40.24(4.08)	39.82(4.10)	0.558

집단에 따른 변화량 차이 분석

종속변인인 갈등해결전략, 조망수용능력, 이성관계 만족도에 대하여 반복측정 일반선형모형 분석을 실시한 결과, 부정적 갈등해결전략에서 측정 시기의 주효과만 관찰되었다. 긍정적 갈등해결전략, 조망수용능력, 이성관계 만족도에서는 집단 간 차이, 측정 시기와 집단의 상호작용 효과는 관찰되지 않았다(표 20).

표 20. 측정 시기에 따른 각 집단별 종속측정치들에 대한 반복측정 분산분석

	측정변인	제III유형 제공합	df	F	부분 η^2	관측 검정력
사전- 추후	긍정적 갈등해결전략	11.454	1	1.071	.011	.176
	부정적 갈등해결전략	165.765	1	15.468***	.140	.973
	조망수용능력	33.856	1	2.291	.024	.322
	이성관계 만족도	2.918	1	.821	.009	.146
	긍정적 갈등해결전략	32.393	2	1.515	.031	.315
사전- 추후X 집단	부정적 갈등해결전략	.286	2	.013	.000	.052
	조망수용능력	34.067	2	1.152	.024	.248
	이성관계 만족도	11.882	2	1.672	.034	.344

*** $p < .001$.

실험 집단 간 종속 측정치의 변화량 비교

추가적으로, 자신의 결과만 피드백한 집단(실험집단 A)과 자신과 연인의 결과를 함께 피드백한 집단(실험집단 B) 내에서 시간(사전, 사후, 추후)에 따라 종속 측정치들이 어떤 변화를 보이는지 확인하기 위해 반복 측정 분산분석을 실시하였다(표 21).

분석 결과, 부정적 갈등해결전략과 조망수용능력에서 측정 시기의 주효과만 나타났다, 각각 $F(1.857, 129.245) = 7.213, p < .01$; $F(1.892, 179.324) = 9.270, p < .001$.

표 21. 실험 집단 간 종속측정치들의 사전-사후-추후 비교

측정변인		제III유형 제공합	df	F	부분 η^2	관측 검정력
사전- 사후- 추후	부정적 갈등해결전략 ^a	129.245	1.857	7.213**	.099	.915
	조망수용능력 ^a	179.324	1.892	9.270***	.123	.970
사전- 사후- 추후X 집단	부정적 갈등해결전략 ^a	4.127	1.857	.230	.003	.076
	조망수용능력 ^a	9.304	1.892	.481	.007	.125

^a 해당 측정변인에 대해서는 구형성 가정이 기각되어 Huynh-Feldt 통계치를 제시하였다.

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

이성관계 만족도의 사전측정치 수준에 따른 집단 간 차이 검증

이성관계 만족도의 사전측정치를 살펴본 결과, 평균이 40.31($SD = 4.10$)이고 중위수는 41이었다. 총점이 45점임을 고려했을 때, 종속변인이 제한된 범위에 있어 측정에 오류가 생기는 천장효과(ceiling effect)가 나타났다고 판단할 수 있다. 천장효과가 발생할 경우 독립변인이 종속변인에 미친 영향력을 정확하게 파악할 수 없기 때문에, 만족도의 3분위수를 기준으로 하여(Kane, 2006) 사전만족도 상 집단과 사전만족도 하 집단을 분류한 다음 이원배치 분산분석(2-way ANOVA)를 실시하였다(표 22). 3분위수를 기준으로 하였을 때 사전만족도 상 집단의 만족도 분포는 40~45점, 사전만족도 하 집단의 만족도 분포는 28~39점이었다.

사전 만족도 수준에 따라서 집단 간 이성관계 만족도 변화량 차이가 나타나는지 검증한 결과, 사전 만족도 수준과 집단 간 상호작용이 유의미하였다, $F(2, 95) = 3.279, p < .05$. 사전 만족도 상 집단의 경우 세 집단 간 사전-사후 변화량이 비슷하였지만, 사전 만족도 하 집단의 경우 실험집단 A에 비해 실험집단 B에서 만족도가 더 크게 증가하였다(그림 8).

표 22. 이성관계 만족도의 사전측정치 수준 및 집단 차이 비교

	제Ⅲ유형 제곱합	df	F	부분 η^2	관측 검정력
만족도	90.407	1	15.237***	.142	.971
만족도×집단	38.912	2	3.279*	.067	.610

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

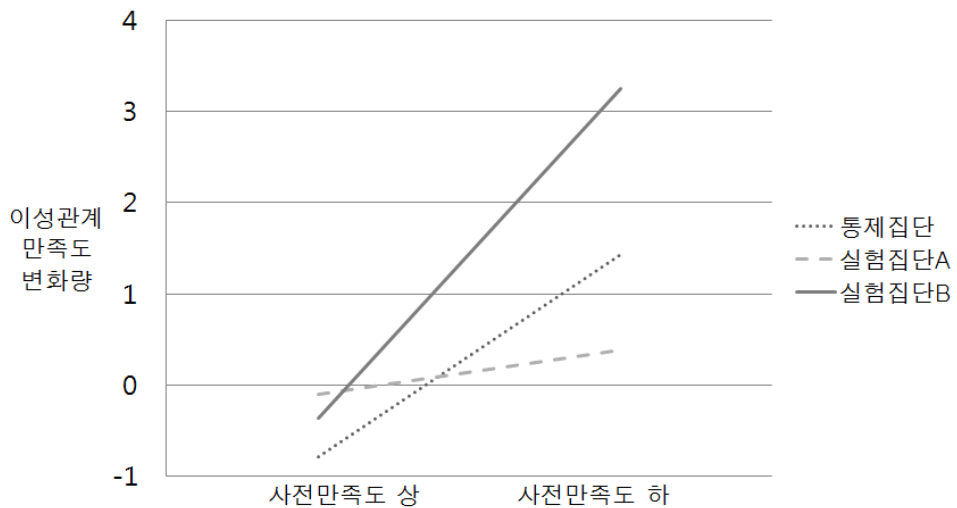


그림 8. 이성관계 만족도의 사전측정치 수준에 따른 집단 간 차이

실험집단에서 이성관계 만족도 변화량과 과정변인 측정치 변화량의 상관

실험집단에서 이성관계 만족도 점수의 사전-추후 변화량과 과정변인으로 설정한 측정치들의 변화량 간의 상관을 확인하였다. 상관분석 결과를 표 23에 제시하였다. 상관분석 결과, 긍정적 갈등해결전략의 변화량은 조망수용능력의 변화량과 유의미한 정적 상관을, 부정적 갈등해결전략의 변화량은 이성관계 만족도의 변화량과 유의미한 부적 상관을 보였다, 각각 $r(68) = .34, p < .01$; $r(68) = -.21, p < .05$.

표 23. 실험집단에서 이성관계 만족도 변화량과 과정변인 측정치 변화량의 상관표($N = 68$)

	1	2	3	4
1. 긍정적 갈등해결전략 변화량				
2. 부정적 갈등해결전략 변화량	-.10			
3. 조망수용능력 변화량	.34**	-.16		
4. 이성관계 만족도 변화량	.19	-.21*	.18	

* $p < .05$. ** $p < .01$.

논 의

연구 2에서는 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대해 피드백을 제공하는 것이 이성관계 만족도 증진에 미치는 효과에 대하여 살펴 보았다. 이를 위해 피드백을 제공하지 않은 조건(통제집단), 피드백을 제공하되 자신의 결과만 알려준 조건(실험집단 A), 자신과 연인의 결과에 대해 함께 피드백을 제공한 조건(실험집단 B)의 세 집단에 대해 이성관계 만족도의 사전, 사후, 추후 변화량을 살펴보았다. 추가적으로, 이성관계 만족도가 변화량의 과정 변인을 탐색하고자 갈등해결전략과 조망수용능력의 변화량도 함께 살펴보았다. 주요 결과는 다음과 같다.

세 집단의 갈등해결전략, 조망수용능력, 이성관계 만족도 변화량을 살펴보았을 때, 모든 집단에서 부정적 갈등해결전략이 유의미하게 감소하였다. 조망수용능력과 이성관계 만족도의 경우 증가하는 경향이 있었으나 통계적으로 유의미하지 않았고, 측정 시기와 집단 간의 상호작용효과 역시 나타나지 않았다. 이는 Knutson과 Olson(2003)의 연구에서 결혼관련 검사를 실시한 후 피드백을 제공한 집단과 제공하지 않은 집단을 비교했을 때 피드백을 제공한 집단에서만 유의미한 만족도의 상승이 있었던 것과는 다른 결과이다. 그러나 이러한 결과는 자신의 심리적 특성에 대해 확인할 수 있는 검사를 실시하는 것만으로도 일정 정도 관계 증진 효과가 나타났기 때문일 수 있다. 예를 들어, Bradbury(1994)의 연구에서 설문을 작성하거나 대화를 녹화하는 것만으로도 작지만 긍정적인 관계 개선 효과가 나타났다. 즉 통제집단의 참여자들 역시 자신의 심리적 특성에 대해 평가하는 검사를 실시하는 것만으로도 상대방의 관계에 대해 되돌아보는 기회를 얻음으로써 소폭의 관계 만족도 증진 효과가 나타났을 수 있고, 이로 인해 집단 간 만족도 변화량의 유의미한 차이가 나

타나지 않았을 가능성이 있다. 이와 관련하여 Druckman, Fournier, Robinson과 Olson(1979)의 연구에서 커플 관계의 기능에 대해 측정하는 검사를 실시하지 않은 조건, 실시한 후 피드백을 제공하지 않은 조건, 실시한 후 피드백을 제공한 조건을 비교하였을 때, 검사를 실시하지 않은 조건에 비해 검사를 실시한 두 집단에서 관계 개선이 나타났다. 이는 피드백 제공 여부와 상관없이 검사를 실시하는 것만으로도 간접적인 피드백 제공의 효과가 나타남으로써 관계 만족도가 증가할 수 있음을 시사한다.

또한, 이러한 결과는 이성관계 만족도의 사전측정치에서 나타난 천장 효과로 인한 것일 수 있기 때문에, 사전만족도 수준에 따른 집단별 만족도 변화량을 살펴보았다. 그 결과, 사전만족도 수준이 낮은 집단에서 자신과 상대방의 결과에 대한 피드백을 함께 제공받았을 때 만족도가 더 크게 증가하였다. 즉, 이미 관계 만족도가 높아서 개선될 수 있는 범위가 제한적인 커플에 비해, 사전에 만족도가 낮았던 커플의 경우 자신과 상대방의 심리적 특성에 대해 피드백을 받았을 때 만족도 증진 효과가 더 크게 나타난 것이다. 이는 가설 1을 일부분 지지하는 결과이다. 이와 같은 만족도의 천장효과가 나타난 이유는 커플이 함께 실험에 참여해야 하는 연구의 특성상, 이미 관계가 원만히 유지되고 있는 커플들이 참여했을 가능성이 높기 때문인 것으로 추정된다.

자신의 결과만 피드백을 제공한 집단(실험집단 A)과 자신과 연인의 결과를 함께 피드백을 제공한 집단(실험집단 B)을 비교한 결과, 두 집단 모두에서 부정적 갈등해결전략이 감소하고 조망수용능력이 증가하였다. 그러나, 측정 시기와 집단 간의 상호작용 효과는 나타나지 않았다. 이성관계 만족도의 경우 집단과 측정 시기의 상호작용 효과의 경향성이 나타나, 자신과 연인의 결과를 함께 피드백을 제공한 집단에서 이성관계 만

족도가 더 크게 증가하는 경향이 있었다.

추가적으로, 이성관계 만족도 점수의 변화량과 과정변인 측정치들의 변화량 간의 상관을 살펴본 결과, 부정적 갈등해결전략이 많이 증가할수록 이성관계 만족도가 많이 감소하였으나, 상관 크기는 작은 편이었다.

연구 2의 결과를 종합해보면, 세 집단 간 이성관계 만족도 변화량 차이는 대체로 유의미하지 않았다. 그러나 이성관계 만족도 사전측정치의 천장효과를 고려하면, 기존에 만족도가 낮은 커플의 경우에는 피드백을 제공받는 것이 이성관계 만족도를 증가시킨 것으로 나타났다. 또한 피드백을 제공한 실험집단 A와 실험집단 B에서 측정 시기에 따라 부정적 갈등해결전략이 감소하고 조망수용능력이 증가하였다. 이는 자신 또는 자신과 연인의 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대해 피드백을 제공받은 효과로 부적응적인 특징에 해당하는 부정적 갈등해결전략은 감소하고, 적응적인 특징에 해당하는 조망수용능력은 증가한 것으로 볼 수 있다. 비록 부정적 갈등해결전략의 감소와 조망수용능력의 증가가 이성관계 만족도의 유의미한 증가로 이어지지 않았지만, 이는 심리적 특성에 대한 피드백 방법이 적응적인 특징을 증가시키는 교육 효과가 있음을 시사하는 것이다.

요약하면, 연구 2에서는 이성관계 만족도에 영향을 미치는 것이 확인된 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대해 피드백을 제공하는 것의 효과를 부분적으로 확인하였다. 본 연구는 커플 만족도 증진을 위한 한편하면서도 개개인의 특성을 반영할 수 있는 피드백 방법의 기초를 마련하였다는 의의가 있다. Bradbury와 Fincham(1990)에 따르면 결혼 전에 커플 관계를 평가하고, 이를 교육하는 과정이 이후 관계에서 중요하다. 커플 관계에 대한 평가와 교육이라는 간단한 방법을 통해 관계의 문제를 미리 발견하고 소통할 수 있는 기회를 제공하기 때문이다. 후속

연구를 통해 이성관계 만족도를 유의미하게 증가시킬 수 있는 피드백 방법이 고안된다면, 시간과 비용의 부담으로 접근성이 낮았던 기존의 관계 증진 프로그램의 한계를 극복하면서도 커플의 고유한 문제에 접근하여 관계를 만족시킬 수 있는 효과적인 개입 방법으로 발전될 수 있을 것이다.

그러나 본 연구에는 다음과 같은 제한점이 있다. 첫째, 이성관계 만족도의 사전측정치가 지나치게 높게 나타나 집단 간 차이가 명확히 드러나지 않았을 수 있다. 현재 갈등을 겪고 있거나 관계 증진을 희망하는 커플을 모집 대상으로 하였으나, 현재 교제 중인 커플이 함께 실험에 참여해야 하는 연구 설계상 이미 서로 소통이 원활하고 관계 만족도가 높은 커플들이 대부분 참여한 것으로 보인다. 후속 연구에서는 사전 면담이나 사전만족도 스크리닝 등의 방법을 통해 관계에서 문제를 겪고 있는 커플을 대상으로 연구를 진행할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서 나타난 피드백 제공의 효과가 장기적으로 유지되는지 확인하지 않았다. 본 연구는 피드백 제공 직후와 2주 후의 변화를 측정하였으나, 이러한 변화가 그 이후까지 지속되는지는 확인하지 못하였다. 특히, 장기적인 변화를 확인하였다면 과정변인으로 설정한 갈등해결 전략과 조망수용능력 중 어떤 변인의 변화가 이성관계 만족도의 변화로 이어졌는지 확인할 수 있었을 가능성이 있다. 또한 피드백 제공으로 인한 효과가 단기적인지, 장기적으로 지속될 수 있는 효과인지를 확인할 필요가 있기 때문에 후속 연구에서는 이러한 점을 고려하여 연구를 설계할 필요가 있다.

종합 논의

최근 초혼 연령이 늦어지고 이성교제가 보편화되면서 이성관계의 만족도가 개인의 심리적 건강에 중요한 영향을 미치고 있다. 또한 이성관계의 중요도가 증가함에 따라, 이성관계 만족도를 증진시킬 수 있는 효과적인 방법에 대한 필요성도 증가되고 있다. 본 연구는 이성관계 만족도와 관련된 변인들의 영향력을 종합적으로 확인하고, 확인된 결과를 활용하여 이성관계 만족도를 증진시킬 수 있는 방법을 모색하고자 하였다. 이를 위해 본 연구에서는 이성관계 만족도와 관련된 개별적인 특성들 중 그 영향력이 반복적으로 밝혀진 특성인 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 영향을 미치는 과정에 대하여 구체적으로 탐색하였다. 또한 개인 차원에서 이성관계 만족도 관련 변인들의 영향력을 확인하였을 뿐 아니라, 현재 교제 중인 커플 차원에서 변인들 간 일치도의 영향력을 함께 확인하였다. 이를 바탕으로 교제 중인 커플을 대상으로 만족도와 관련된 심리적 특성들에 대한 표준화된 피드백을 제공하고, 이것이 만족도의 증진으로 이어지는지 확인하였다.

연구 1에서는 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 각각 이성관계 만족도에 미치는 영향력을 재검증하였다(Cramer, 2000; Franzoi, Davis, & Young, 1985; Pistole, 1989). 또한 성인애착과 이성관계 만족도 간의 관계에서 갈등해결전략과 조망수용능력이 매개효과를 가지는 것을 밝힘으로써, 각 변인들이 이성관계 만족도에 영향을 미치는 과정을 구체적으로 확인하였다. 커플 단위의 분석 결과, 성인애착유형의 경우 커플을 구성하는 두 명 모두 안정형일 때에 비하여 두 명 모두 불안정형일 때에 만족도가 유의미하게 저하되었다. 갈등해결전략의 경우 커플을 구

성하는 둘 모두 긍정적인 전략을 사용할 경우 만족도가 가장 높았으며, 둘 중 한 명이 부정적인 전략을 사용하는 경우, 그리고 둘 모두 부정적인 전략을 사용하는 경우의 순서대로 만족도가 저하되었다.

연구 2에서는 이성관계 만족도에 영향을 미치는 것이 확인된 성인애착 유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대해 측정하고 그 결과에 대해 피드백을 제공하는 것이 관계 만족도를 증진시키는지 확인하고, 관련된 과정 변인들의 변화를 살펴보았다. 사전만족도의 천장효과를 고려하여 분석한 결과, 사전만족도가 낮은 집단의 경우 자신과 상대방의 피드백을 함께 제공받은 집단(실험집단 B)에서 자신의 피드백만 제공받은 집단(실험집단 A)과 피드백을 제공받지 않은 집단(통제집단)에 비해 이성관계 만족도의 변화량이 더 크게 나타났다. 또한, 피드백을 제공한 두 실험 집단 모두에서 부적응적인 특성인 부정적 갈등해결전략은 감소하고 적응적인 특성인 조망수용능력은 증가하는 효과가 나타났다.

연구 1의 결과는 이성관계 만족도에 있어서 개인 차원의 특성 뿐 아니라 상대방의 특성 또는 커플 간의 상호역동성이 영향을 미친다는 점을 시사한다. 예를 들어, 자신의 조망수용능력이 만족도에 미치는 영향력보다 상대의 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향력이 더욱 큰 것으로 나타났다. 이는 관계 만족도에 있어서 자신의 심리적 특성 뿐 아니라 상대방의 심리적 특성이 크게 작용함을 시사하고 있는 것이다. 또한, 개인 차원의 분석만 단순히 고려할 경우 애착유형 안정형이 애착유형 불안정형보다 관계 만족도가 높지만, 커플 차원에서 분석할 경우 둘 중 한 명만 불안정형일 경우 둘 다 안정형인 커플과 비교하였을 때 만족도에서 유의미한 차이가 나타나지 않았다. 이는 김명숙(2008)의 선행연구에서 안정형과 안정형의 조합, 안정형과 거부형의 조합이 가장 높은 수준의 이성관계 만족도를, 안정형과 집착형, 안정형과 두려움형의 조합

이 중간 수준의 만족도를, 그리고 불안정형끼리의 조합이 가장 낮은 수준의 만족도를 나타냈다는 결과와 부분적으로 일치한다. 이러한 결과는 개개인의 특성 뿐 아니라 커플을 구성하는 두 사람 모두의 특성이 이성관계 만족도에 상호적인 영향을 미친다는 점을 반영하고 있는 것이다.

연구 1의 결과를 종합해보면 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 각각 이성관계 만족도에 중요한 영향을 미치고 있음을 확인할 수 있다. 성인애착유형의 경우 이성관계 만족도에 영향을 미치는 안정적인 성격특징인 것으로 확인되었다. 또한, 커플 중 한 명이라도 안정형일 경우에 둘 모두 안정형일 때와 유의미한 만족도 차이가 나타나지 않은 것에서 확인할 수 있듯이, 안정적인 애착을 형성하고 있는 것은 관계 만족도에 중요한 영향력을 미치는 것으로 밝혀졌다. 그러나 성인애착유형의 경우 아동기부터 형성, 발전된 성격 특성으로 단기간의 개입을 통해 변화하기 어렵다(Mallinckrodt, 2000). 따라서 이성관계 만족도를 증진시키기 위해서는 성인애착과 관계 만족도 간의 관계를 매개하는 것으로 밝혀진 갈등해결전략과 조망수용능력에 개입하는 것이 보다 효과적이다. 특히 갈등해결전략의 경우 커플 중 한 명이라도 부정적인 전략을 사용할 경우 만족도가 저하되었으므로, 자신과 상대방이 사용하는 갈등해결전략이 무엇인지 확인하고 부정적 전략을 긍정적 전략으로 수정할 수 있도록 돕는다면 관계 만족도를 증진시킬 수 있을 것이다.

연구 2에서는 이러한 결과를 바탕으로 실제로 커플에게 자신의 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력을 확인할 수 있는 검사를 실시한 후 이에 대한 피드백을 제공하는 것이 관계 만족도를 증진시키는지 확인하였다. 커플 관계 교육 프로그램의 일환으로 피드백 방법이 해외에서는 자주 사용되고 있는 데에 반해, 국내에서는 관계 만족도 증진을 위한 피드백 방법의 효과에 대한 연구가 미비한 실정이다. 이에 따라 연구 2에

서는 국내 성인을 대상으로 피드백을 제공하는 것이 피드백을 제공하지 않는 것에 비해, 나아가 자신과 연인의 결과에 대해 함께 피드백을 제공하는 것이 자신의 결과에 대해서만 피드백을 제공하는 것에 비해 이성관계 만족도를 더욱 증진시키는지 살펴봄으로써 피드백 방법의 효과를 다각적으로 확인하였다.

그러나, ‘현재 갈등을 겪고 있거나 관계 증진을 희망하는 커플’을 대상으로 피험자를 모집하였음에도 불구하고 이성관계 만족도의 사전 측정치에서 만족도의 천장 효과가 나타났다. 이를 고려하여 사전측정치의 수준에 따른 집단별 만족도 변화량을 확인하였을 때, 사전만족도가 낮은 집단에서 자신과 연인의 피드백을 함께 제공하였을 때 만족도가 더 크게 증가하였다. 이러한 결과는 자신과 연인에 대한 결과를 함께 피드백하는 방법이 이성관계 만족도를 증진시키는 효과를 부분적으로 검증한 것이다.

본 연구의 의의를 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 이성관계 만족도에 영향을 미치는 여러 변인들의 관계를 종합적으로 검증하였다. 관계 만족도와 관련된 변인의 개별적인 영향력을 다루는 연구들은 많았으나(김은정, 1992; 최규련, 1995; Davis & Oathout, 1987; Scott & Cordova, 2002), 만족도에 영향을 미치는 여러 변인들 간의 관계를 모두 고려한 연구는 부족하였다. 본 연구는 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 각각 이성관계 만족도에 미치는 영향력뿐만 아니라 성인애착유형과 이성관계 만족도 간의 관계에 있어서 갈등해결전략과 조망수용능력의 부분 매개효과를 함께 검증함으로써, 해당 변인들 간의 관계 및 변인들이 만족도에 영향을 미치는 과정을 더욱 구체적으로 탐색하였다는 의의가 있다.

둘째, 현재 교제하는 커플을 대상으로 관계 만족도를 조사함으로써, 커플 간의 상호적인 역동성과 그로 인한 관계 만족의 양상 변화에 대해 포

괄적으로 확인하였다. 관계만족과 관련된 기존 연구의 경우 대부분 부부 혹은 이성교제 중인 개인을 대상으로 이루어졌다(김명숙, 2008). 그러나 본 연구에서는 현재 교제 중인 미혼 커플을 대상으로 커플 단위의 분석을 함께 실시함으로써 이성관계 만족도와 관련된 변인들의 영향력을 보다 정교하게 측정할 수 있다는 의의가 있다.

셋째, 이성관계 만족도에 영향을 미치는 변인들에 대해 피드백을 제공하는 방법의 효과를 확인함으로써, 만족도 증진을 위한 효율적인 개입 방법의 기초를 마련하였다. 본 연구에서 사전만족도가 낮은 집단의 경우 자신과 상대방의 피드백을 함께 제공하였을 때 만족도가 유의미하게 증가하였다. 이는 기존에 관계에서 문제를 겪고 있던 커플인 경우, 자신과 상대방의 심리적 특성에 대한 피드백을 받는 것이 관계의 만족도를 증진시키는 데에 효과가 있다는 점을 시사한다. 또한, 피드백을 제공한 실험 집단 A와 실험집단 B의 경우 피드백 전후로 부적응적인 특성은 감소하고 적응적인 특성은 증가하는 것이 확인되었다. 이러한 결과는 피드백 방법이 개인의 행동 패턴을 긍정적으로 변화시키는 교육의 효과가 있음을 시사한다. 후속 연구를 통하여 피드백 방법의 만족도 증진 효과가 명확히 밝혀진다면, 시간과 비용의 문제로 접근성이 낮았던 기존 커플 집단상담의 한계를 보완하는 커플 프로그램으로 발전할 수 있을 것이다(김나미, 서영석, 김덕일, 2012). 집단상담에 비해 피드백 방법은 간단한 검사와 그에 대한 표준화된 피드백을 제공하는 방식으로 이루어지므로, 관계 증진을 희망하는 커플이 보다 쉽게 접근할 수 있을 것이다.

본 연구의 한계는 다음과 같다. 첫째, 이성관계 만족도와 관련된 심리적 특성들에 대해 피드백을 제공하지 않은 통제집단과 피드백을 제공한 실험집단 간 이성관계 만족도 변화량의 유의미한 차이가 나타나지 않아 피드백 방법의 효과를 밝히는 데에 한계점이 있었다. 이러한 결과는 이

성관계 만족도와 관련이 있는 자신의 특성들을 확인할 수 있는 검사를 실시하는 것만으로도 관계에 대해 되돌아보는 효과가 나타남으로써 (Druckman, Fournier, Robinson, & Olson, 1979), 통제집단과 실험집단 간의 차이가 희석되었기 때문일 수 있다. 예를 들어, ‘나는 내 이성친구를 비난하기 전에 내가 이성친구의 입장이었다면 어떻게 느낄지를 생각해 보려고 한다’라는 문항을 읽는 것만으로도 자신의 평소 행동에 대해 되돌아보게 될 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 검사를 실시하지 않는 집단, 검사를 실시하되 피드백을 제공하지 않는 집단, 검사를 실시하고 피드백도 제공하는 집단 등으로 구분하여 연구를 설계함으로써 보다 명확한 효과를 탐색하는 것이 필요할 것이다.

둘째, 이성관계 만족도에서 천장효과가 나타남으로써 독립변인이 종속변인에 미치는 영향력이 정확히 측정되지 않았을 수 있다. 피험자들의 대부분이 만족도 점수에서 매우 높은 점수를 기록하고 있었다. 이러한 현상이 나타난 이유는, 연구의 설계상 연인과 함께 자발적으로 참여해야 하므로 이미 관계가 좋거나 서로의 관계에 대해 관심이 많은 커플들이 참여하였을 가능성이 높기 때문인 것으로 추측된다. 실제로 천장효과를 고려하여 사전만족도 수준을 고려하여 분석을 진행하였을 때, 사전만족도가 낮았던 집단에서는 집단에 따른 만족도 변화량의 유의미한 차이가 나타났다. 따라서 후속 연구에서는 이러한 한계점을 고려하여 보다 다양한 표본을 대상으로 하여 관계 갈등을 심각하게 겪고 있거나, 관계에 대해 불만을 느끼고 있는 커플들을 대상으로 연구를 진행할 필요가 있다.

셋째, 피드백 방법이 이성관계 만족도 증진에 미치는 효과에서 과정변인의 영향력이 명확히 밝혀지지 않았다. 갈등해결전략과 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 선행 연구의 결과 및 연구 1의 결과에 근거하였을 때, 피드백 방법을 통해 긍정적 갈등해결전략은 증가, 부정적

갈등해결전략은 감소, 조망수용능력은 증가함으로써 이성관계 만족도가 증가할 것이라고 예측해 볼 수 있다. 그러나 시간에 따른 부정적 갈등해결전략 감소는 나타났으나 집단 간 유의미한 차이가 나타나지 않았으며, 과정 변인의 변화량과 이성관계 만족도의 변화량 간의 상관관계도 명확하지 않았다. 이로 인해 피드백 방법을 통해 이성관계 만족도로 연결되는 과정 변인이 어떻게 변화하는지에 대해 명확하게 확인할 수 없었다. 후속 연구에서는 면담법 등의 질적 연구를 통하여 피드백 방법이 어떠한 과정을 통하여 이성관계 만족도를 증진시킬 수 있는지 밝히는 것이 필요할 것이다.

본 연구 결과를 토대로 한 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 추후 연구에서는 본 연구에서 확인한 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도와 관련이 있는 다른 심리적 특성들과 어떤 관련이 있는지 살펴볼 수 있을 것이다. 이성관계 만족도에 영향을 미치는 관련 변인들을 함께 고려함으로써, 이성관계 만족도 및 관련된 심리적 특징들의 영향력을 보다 정교하게 확인할 수 있을 것이다.

둘째, 보다 장기적인 연구를 통해 본 연구에서 사용한 피드백 방법이 장기적인 효과를 지니는지 확인할 필요가 있다. 본 연구에서는 피드백 제공 2주 후까지의 변화량만 측정하였으나, 그 이후 시기의 변화량 추이를 살펴봄으로써 피드백 방법이 장기적인 효과를 나타낼 수 있는지 확인해야 할 것이다. 또한, 시간이 흐름에 따라 만족도가 더욱 증가하거나 감소하였다면 어떤 변인으로 인해 변화가 일어났는지를 추가적으로 확인함으로써 변화의 과정을 구체적으로 탐색할 수 있을 것이다.

마지막으로, 이성관계와 다른 대인관계를 비교함으로써 이성관계가 고유한 특성을 지니는지 확인할 필요가 있다. 예를 들어 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력이 이성관계 만족도에 미치는 영향력과 일반적

인 대인관계 만족도에 미치는 영향력, 혹은 기혼 부부의 결혼 만족도에 미치는 영향력 등을 비교할 수 있을 것이다. 이를 통해 미혼 남녀의 낭만적 관계가 다른 대인관계와 차별적인 특징을 나타내는지 확인하여 낭만적 관계의 보다 구체적인 특성을 파악할 수 있을 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 이성관계 만족도와 관련된 심리적 특성들의 영향력을 구체적으로 살펴보고, 커플의 상호역동적인 특성을 함께 고려함으로써 관계 만족에 미치는 영향력을 포괄적으로 확인하였다는 의의를 갖는다. 또한 이성관계 만족도에 영향을 미치는 것으로 알려진 심리적 특성에 대해 피드백을 제공하는 방법이 관계 만족도 증진에 미치는 영향력을 확인함으로써 이후의 커플 만족도 증진을 위한 개입의 기초를 마련하였다는 함의를 지닌다.

참 고 문 헌

- 강연아 (2009). 예비부부의 결혼준비프로그램 참여경험에 관한 질적연구 : 건강가정지원센터를 중심으로. 숭실대학교 대학원 석사학위논문.
- 강진희 (2011). 남녀 대학생의 교제유형, 정서경험특성, 갈등해결전략 및 이성관계만족도 간의 관계. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 권석만 (2017). 젊은이를 위한 인간관계의 심리학(3판). 서울: 학지사.
- 권정혜, 채규만 (1999). 한국판 결혼 만족도 검사의 표준화 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 18, 123-139.
- 김광은 (2005). 성인 애착 유형에 따른 결혼 만족도 및 부부 갈등 대처 전략. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(3), 707-734.
- 김광은, 이위갑 (2005). 연애관계에서 성인애착 유형 및 요인에 따른 관계만족. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(1), 233-247.
- 김나리 (2002). 대학생의 이성관계에서 애착이 갈등 해결 전략에 미치는 영향: 부정적 기분조절 기대치를 매개변인으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김나미, 서영석, 김덕일 (2012). 한국판 PREPARE 검사의 요인구조 분석 및 타당화 연구. 상담학연구, 13(2), 1043-1063.
- 김명숙 (2008). 성인애착유형에 따른 이성교제 커플들의 관계만족. 한국 심리학회지: 사회 및 성격, 22(2), 59-74.
- 김성현 (2004). 친밀 관계 경험 검사 개정판 타당화 연구 : 확증적 요인 분석과 문항 반응 이론을 중심으로. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 김수민, 이지연 (2015). 기혼 여성의 불안정 애착유형과 결혼만족도와의

- 관계에서 기본 심리적 욕구 충족과 부정적 갈등해결 전략의 매개 효과. 상담학연구, 16(1), 251-264.
- 김은정 (1992). 결혼초기 주부의 역할갈등 및 갈등해결방법과 결혼만족도. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김중술 (2007). 사랑의 의미. 서울: 서울대학교출판부.
- 김지현 (2006). 조망수용, 관계귀인, 갈등대처행동 및 이성교제 만족도 간의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김진경, 이수원 (1993). 개인지향 인간관계와 지위지향 인간관계에서 갈등지각의 차이. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 7(1), 37-62.
- 노유진, 박정윤, 김양희 (2006). 성인 애착유형과 미혼남녀의 사랑유형 및 이성교제의 관계. 대한가정학회지, 44(12), 31-42.
- 대학내일 20대 연구소 (2015). 20대 트렌드 리포트. 서울: 대학내일.
- 류은영 (2016). 단기부부상담모형의 개발과 적용. 경성대학교 대학원 박사학위논문.
- 박세라 (2008). 성인기 미혼남녀의 성인애착유형에 따른 부모와의 유대와 자아분화가 이성 관계 만족도에 미치는 영향. 경성대학교 대학원 석사학위논문.
- 박승민, 이수원 (1993). 갈등관리훈련을 통한 갈등대처행동의 인지적 구성변인 분석. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 5(1), 90-117.
- 박윤경, 김은정 (2007). 아동기 정서적 학대가 대학생의 이성관계 만족도에 미치는 영향. 한국심리학회 학술대회 자료집, 266-267.
- 박지숙 (2002). 청소년기 이성관계에서의 갈등협상전략과 자아중심성과의 관계. 청소년행동연구, 7, 1-17.

- 서미례 (2007). 대학생의 의사소통유형에 따른 이성관계 만족도의 차이 연구. 건양대학교 대학원 석사학위논문.
- 설경옥, 백상은, 원수경, 황여주 (2016). 남녀 개인의 정서 조절과 이성관계 만족에서 공동 대처 전략의 매개. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(2), 445-468.
- 송미진 (2012). 부부관계향상 집단 프로그램의 효과에 관한 메타분석. 경성대학교 대학원 석사학위논문.
- 신요원 (2012). 부부 MBTI 성격유형과 기질의 일치여부에 따른 결혼만족도. 한국외국어대학교 대학원 석사학위논문.
- 안경애 (2003). 여대생의 이성 교제 중 갈등표출행동 유형과 영향요인. 이화여자대학교 간호과학연구소, 15(1), 50-60.
- 오대영 (2011). 성인애착유형과 성별에 따른 책임귀인의 차이. 한국외국어대학교 대학원 석사학위논문.
- 유성희 (2009). 성인여성의 애착유형과 중독성향간의 관계. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤호균, 이선희 (2000). 부부의 MBTI성격유형의 유사성과 의사소통 및 결혼만족도의 관계. 한국심리유형학회, 7, 1-21.
- 이경성, 한덕웅 (2003). 결혼적응검사의 개발. 한국심리학회지: 건강, 8(3), 679-705.
- 이경성, 한덕웅 (2005). 친밀한 이성관계에서 이상과 현재의 차이가 관계만족에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 19(1), 163-184.
- 이유진 (2006). 대학생의 부모애착, 부모간 상호작용과 이성관계만족도. 서강대학교 대학원 석사학위논문.

- 이재림, 옥선화, 이경희 (2002). 이성교제에서의 남녀차이 이해 증진 프로그램 개발 및 평가. 한국가정관리학회지, 20(5), 37-49.
- 임수진, 노안영 (2009). 성인애착이 도움추구 의도에 미치는 영향: 자기노출, 사회적 지지, 자기은폐 매개변인을 중심으로. 상담학연구, 10(3), 1383-1396.
- 장휘숙, 이영주 (2007). 애착과 의사소통 능력 및 결혼관계 만족의 관계. 한국심리학회지: 발달, 20(4), 17-32.
- 정진미, 유현실 (2013). 성인애착유형과 공감수준에 따른 부부 갈등해결 전략의 차이. 상담학연구, 14(3), 1535-1550.
- 지민주 (2014). 예비부부의 성인애착과 갈등해결전략 간 관계에 대한 조망수용능력의 매개효과. 단국대학교 대학원 석사학위논문.
- 지은선 (2014). 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 책임귀인의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 채영문, 곽수진 (2015). 대학생의 성인애착, 정서조절양식 및 심리적 안녕감의 관계. 한국생활과학회지, 24(5), 645-661.
- 최경숙 (2014). 성인애착과 자기효능감이 이성관계 만족도에 미치는 영향. 한국외국어대학교 대학원 석사학위논문.
- 최규련 (1994). 가족체계 유형과 부부간 갈등 및 대처방안에 관한 연구. 한국가정관리학회지, 12(2), 140-152.
- 최규련 (1995). 가족체계의 기능성, 부부간 갈등 및 대처방안과 부부의 심리적 적응과의 관계. 대한가정학회지, 33(6), 99-113.
- 최은실 (2001). 애착과 일반적 자기효능감이 대학생 적응에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.

- 통계청 (2016). 인구동향 조사: 시도별 평균초혼연령, 국가통계포털. <http://kostat.go.kr>에서 2017년 3월 1일 인출.
- 한혜영, 현명호 (2006). 성인애착과 결혼만족: 부부 조망수용과 갈등해결 효능감의 매개효과. *한국심리학회지: 임상*, 25(4), 935-952.
- 한소영 (2017). 중년기 기혼 여성의 성인애착과 결혼만족도의 관계에서 역기능적 의사소통 행동과 부부친밀감의 매개효과. 인천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- Ainsworth, M. S. (1989). Attachments beyond infancy. *American Psychologist*, 44(4), 709.
- Ayduk, O., May, D., Downey, G., & Higgins, E. T. (2003). Tactical differences in coping with rejection sensitivity: The role of prevention pride. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(4), 435-448.
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social-cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Bartholomew, K., & Horowitz, L. M. (1991). Attachment styles among young adults: a test of a four-category model. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(2), 226.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497.
- Berman, W. H., & Sperling, M. B. (1994). The structure and function of adult attachment. *Attachment in adults: Clinical and Developmental Perspectives*, 3-28.

- Bowlby, J. (1982). Attachment and loss: Retrospect and prospect. *American Journal of Orthopsychiatry*, 52(4), 664.
- Bradbury, T. N. (1994). Unintended effects of marital research on marital relationships. *Journal of Family Psychology*, 8(2), 187.
- Bradbury, T. N., & Fincham, F. D. (1990). Attributions in marriage: review and critique. *Psychological Bulletin*, 107(1), 3.
- 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*. New York: Guilford Press.
- Butzer, B., & Campbell, L. (2008). Adult attachment, sexual satisfaction, and relationship satisfaction: A study of married couples. *Personal Relationships*, 15(1), 141-154.
- Collins, N. L., & Read, S. J. (1990). Adult attachment, working models, and relationship quality in dating couples. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58(4), 644.
- Corcoran, K. O. C., & Mallinckrodt, B. (2000). Adult attachment, self efficacy, perspective taking, and conflict resolution. *Journal of Counseling & Development*, 78(4), 473-483.
- Crammer, D.(2000). Relationship satisfaction and conflict style in romantic relationships. *Journal of Psychology*, 134, 337-341.
- Davis, M. H., & Oathout, H. A. (1987). Maintenance of satisfaction in romantic relationships: Empathy and relational competence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53(2), 397.

- Druckman, J. M., Fournier, D. G., Robinson, B., & Olson, D. H. (1979). *Effectiveness of five types of pre-marital preparation programs*. Final Report for Education for Marriage. Grand Rapids, Michigan.
- Erikson, E. H. (1950). *Childhood and society*. New York: Norton.
- Finn, S. E., & Bunner, M. R. (1993). *Impact of test feedback on psychiatric inpatients' satisfaction with assessment*. In 28th Annual Symposium on Recent Developments in the Use of the MMPI, St. Petersburg Beach, FL.
- Finn, S. E., & Tonsager, M. E. (1992). Therapeutic effects of providing MMPI-2 test feedback to college students awaiting therapy. *Psychological Assessment*, 4(3), 278.
- Folger, J. P., & Poole, M. S. (1984). *Working through conflict: A communication perspective*. Scott Foresman & Co.
- 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.
- Franzoi, S. L., Davis, M. H., & Young, R. D. (1985). The effects of private self-consciousness and perspective taking on satisfaction in close relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48(6), 1584.
- Hayes, A. (2013). The PROCESS macro for SPSS and SAS (version 2.16.1)[Software].

- Hazan, C., & Shaver, P. (1987). Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52(3), 511.
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Attachment as an organizational framework for research on close relationships. *Psychological Inquiry*, 5(1), 1-22.
- Hazan, C., & Zeifman, D. (1994). Sex and the psychological tether. In K. Bartholomew & D. Perlman (Eds.), *Advances in Personal Relationships: Attachment Processes in Adulthood*. London: Jessica Kingsley.
- Iannotti, R. J. (1985). Naturalistic and structured assessments of prosocial behavior in preschool children: The influence of empathy and perspective taking. *Developmental Psychology*, 21(1), 46.
- Kane, R. L. (2006). *Understanding health care outcomes research (2nd ed.)*. Sudbury, MA: Jones and Bartlett.
- Knutson, L., & Olson, D. H. (2003). Effectiveness of PREPARE program with premarital couples in community settings. *Marriage & Family: A Christian Journal*, 6(4), 529-546.
- Long, E. C. J. (1990). Measuring dyadic perspective-taking: Two scales for assessing perspective-taking in marriage and similar dyads. *Educational and Psychological Measurement*, 50, 91-103.

- Long, E. C. (1993). Perspective-taking differences between high- and low-adjustment marriages: Implications for those in intervention. *American Journal of Family Therapy, 21*(3), 248-259.
- Long, E. C. J., & Andrews, D. (1990). Perspective-taking as a predictor of marital adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology, 59*, 126-131.
- Luckey, E. B., & Bain, J. K. (1970). Children: A factor in marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family, 32*(1), 43-44.
- Mallinckrodt, B. (2000). Attachment, social competencies, social support, and interpersonal process in psychotherapy. *Psychotherapy Research, 10*(3), 239-266.
- McCullough, M. E., & Worthington, E. L. (1995). Promoting forgiveness: A comparison of two brief psychoeducational group interventions with a waiting list control. *Counseling and Values, 40*(1), 55-68.
- Meeks, B. S., Hendrick, S. S., & Hendrick, C. (1998). Communication, love and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 15*(6), 755-773.
- Newman, M. L., & Greenway, P. (1997). Therapeutic effects of providing MMPI-2 test feedback to clients at a university counseling service: A collaborative approach. *Psychological Assessment, 9*(2), 122.
- Olson, D. H., Druckman, J. M., & Fournier, D. G. (1982). *Prepare, Enrich: Counselor's Manual*. Prepare-Enrich Incorporated.

- Orth, U., & Luciano, E. C. (2015). Self-esteem, narcissism, and stressful life events: Testing for selection and socialization. *Journal of Personality and Social Psychology, 109*(4), 707.
- Osland, J. A. (2001). *Theoretical models of the relationships among attachment, empathy, and relationship satisfaction*. Unpublished doctoral dissertation, University at Albany.
- Pistole, M. C. (1989). Attachment in adult romantic relationships: Style of conflict resolution and relationship satisfaction. *Journal of Social and Personal Relationships, 6*(4), 505–510.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in single mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, & Computers, 36*(4), 717–731.
- Sanderson, C. A., & Cantor, N. (1997). Creating satisfaction in steady dating relationships: The role of personal goals and situational affordances. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*(6), 14–24.
- Satir, V. (1972). *People-making*. Science and Behavior Books.
- Schneewind, K. A., & Gerhard, A. K. (2002). Relationship personality, conflict resolution, and marital satisfaction in the first 5 years of marriage. *Family Relations, 51*(1), 63–71.
- Scott, R. L., & Cordova, J. V. (2002). The influence of adult attachment styles on the association between marital adjustment and depressive symptoms. *Journal of Family Psychology, 16*(2),

199.

- Selman, R. L. (1980). *The growth of interpersonal understanding*. New York: Academic Press.
- Sibley, C. G., & Liu, J. H. (2004). Short-term temporal stability and factor structure of the revised experiences in close relationships (ECR-R) measure of adult attachment. *Personality and Individual Differences, 36*(4), 969-975.
- Simpson, J. A., & Rholes, W. S. E. (1998). *Attachment theory and close relationships*. New York: Guilford Press.
- Snyder, D. K. (1979). Multidimensional assessment of marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family, 41*(4), 813-823.
- Stanley, S. M., & Markman, H. J. (1992). Assessing commitment in personal relationships. *Journal of Marriage and the Family, 54*, 595-608.
- Straus, M. A. (1979). Measuring intrafamily conflict and violence: The conflict tactics (CT) scales. *Journal of Marriage and the Family, 41*, 75-88.
- Thelen, M. H. (1993). The Fear-of-Intimacy Scale: Replication and extension. *Psychological Assessment, 5*(3), 377.
- Thelen, M. H., Vander Wal, J. S., Thomas, A. M., & Harmon, R. (2000). Fear of intimacy among dating couples. *Behavior Modification, 24*(2), 223-240.

Williams, L., & Tappan, T. (1995). The utility of the Myers-Briggs perspective in couples counseling: A clinical framework. *The American Journal of Family Therapy*, 23(4), 367-371.

부 록

부록 1. 인구통계학적 특성 및 이성교제 관련 정보에 대한 설문	78
부록 2. 친밀관계경험 척도	80
부록 3. 갈등해결전략 척도	82
부록 4. 조망수용능력 척도(자신의 조망수용능력)	84
부록 5. 조망수용능력 척도(지각된 상대의 조망수용능력)	86
부록 6. 이성교제 만족도 검사	88
부록 7. 이성교제 관련 변인들 간 상관표(남성, $n = 171$)	89
부록 8. 이성교제 관련 변인들 간 상관표(여성, $n = 171$)	90
부록 9. 성인애착유형의 세부 조합별 이성관계 만족도	91
부록 10. 표준화된 피드백 양식	92
부록 11. 실험집단 사후설문지	99
부록 12. 실험집단 추후설문지	101

7. 현재 이성친구와의 교제 기간은 어느 정도입니까?

- ① 3개월 미만 ② 3개월-6개월 미만 ③ 6개월-1년 미만
- ④ 1년-1년 6개월 미만 ⑤ 1년 6개월-2년 미만 ⑥ 2년-3년 미만
- ⑦ 3년 이상: ()년 ()개월

9. 귀하와 귀하의 이성친구 중 누가 더 연상입니까?

- ① 나 ② 이성친구 ③ 동갑

10. 귀하와 귀하의 이성친구의 나이차는 어느 정도입니까?

- ① 동갑 ② 1살 ③ 2살 ④ 3살
- ⑤ 4살 ⑥ 5살 ⑦ 6살 이상

부록 2. 친밀관계경험 척도

아래의 문항들은 **정서적으로 친밀한 관계**에서 경험하는 느낌에 관한 것입니다. 응답 번호는 1부터 7까지 연속적으로 배열되어 있으며, 번호의 증가는 문항 내용에 대하여 동의하는 정도가 강해지는 것을 나타냅니다. 자신의 경험이나 생각을 토대로 가장 적절하다고 여겨지는 번호에 한 문항도 빠짐없이 표시(○표)해 주십시오.

	문 항	전 혀 그 렇 지 않 다			보 통 이 다			매 우 그 렇 다
1	다른 사람들과 지나치게 가까워지는 것을 원치 않는 편이다.	1	2	3	4	5	6	7
2	때로 다른 사람들은 분명한 이유 없이 나에게 대한 그들의 감정을 바꾸곤 한다.	1	2	3	4	5	6	7
3	다른 사람들과 가까워지는 것은 비교적 쉽다.	1	2	3	4	5	6	7
4	다른 사람들이 내게 가까워지려고 하면 불편하다.	1	2	3	4	5	6	7
5	다른 사람들에게 모든 것을 다 이야기한다.	1	2	3	4	5	6	7
6	다른 사람들은 내가 화가 나 있을 때만 나에게 주목하는 것 같다.	1	2	3	4	5	6	7
7	다른 사람들은 나와 내 욕구를 잘 이해한다.	1	2	3	4	5	6	7
8	버림 받을까봐 걱정하는 일은 별로 없다.	1	2	3	4	5	6	7
9	다른 사람들과 여러 가지에 대해 의논한다.	1	2	3	4	5	6	7

10	내가 다른 사람들에게 관심을 갖는 것만큼, 그들도 내게 관심을 가져주지 않을까봐 걱정한다.	1	2	3	4	5	6	7
11	다른 사람들에게 내 마음 속 깊은 감정을 드러내는 것을 원치 않는 편이다.	1	2	3	4	5	6	7
12	다른 사람들의 기대에 못 미칠까봐 걱정된다.	1	2	3	4	5	6	7
13	다른 사람들이 내가 얻고자 하는 애정과 지지를 보내 주지 않을 때는 화가 난다.	1	2	3	4	5	6	7
14	내가 다른 사람들에게 호감을 표현했을 때, 그들이 나에게 대해 같은 감정이 아닐까봐 걱정된다.	1	2	3	4	5	6	7
15	다른 사람들이 나를 진심으로 사랑하지 않을까봐 자주 걱정된다.	1	2	3	4	5	6	7
16	다른 사람들에게 속내를 털어놓는 것이 편하지 않다.	1	2	3	4	5	6	7
17	다른 사람들은 내가 나 자신에 대해서 회의를 하게 만든다.	1	2	3	4	5	6	7
18	필요할 때 다른 사람들에게 의지하는 것은 도움이 된다.	1	2	3	4	5	6	7
19	다른 사람들에게 의지하는 것이 어렵다.	1	2	3	4	5	6	7

부록 3. 갈등해결전략 척도

다음은 여러분과 이성친구와의 사이에서 발생하는 갈등 상황에서 여러분이 할 수 있는 행동에 관한 문항입니다. 각 문항에 나타난 생각이나 행동을 어느 정도 했는지 잘 생각하고 일치하는 번호에 “○”표 해주십시오. 정답은 없으니 솔직히 답해주시기 바랍니다.

문	항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	문제 자체에 초점을 두고 이를 해결하고자 노력한다.	1	2	3	4	5
2	이성친구가 좋아할만한 일을 계획함으로써 화해 분위기를 만들려고 노력한다.	1	2	3	4	5
3	만나지 않는 것이 상책이라 생각하고 화가 풀릴 때까지 만나지 않는다.	1	2	3	4	5
4	이성친구에게 화를 낸다.	1	2	3	4	5
5	이성친구의 마음을 풀어주기 위해 선물을 한다.	1	2	3	4	5
6	이성친구의 생각이나 의견을 이해하도록 노력한다.	1	2	3	4	5
7	내 자신을 탓하거나 팔자 탓으로 돌린다.	1	2	3	4	5
8	이성친구에게 불평을 하거나 짜증을 부린다.	1	2	3	4	5
9	서로의 결점이나 갈등을 꺾어야할 현실로 받아들인다.	1	2	3	4	5
10	이성친구를 비꼬는 말을 한다.	1	2	3	4	5
11	충돌을 피하기 위해 내 의견을 말하지 않는다.	1	2	3	4	5
12	이벤트나 깜짝 파티 등을 통해 적극적인 화해 노력을 한다.	1	2	3	4	5
13	이성친구와 협상이나 타협을 통해 합리적으로 이야기한다.	1	2	3	4	5
14	이성친구가 묻는 말에 신경질적으로 대답한다.	1	2	3	4	5

15	불만을 이야기하기보다 애정을 표현하려고 노력한다.	1	2	3	4	5
16	실랑이 벌이기 싫어 본심과 다른 말이나 거짓말을 한다.	1	2	3	4	5
17	이성친구에게 흥분해서 큰 소리를 지른다.	1	2	3	4	5
18	갈등을 빨리 해결하고자 적극적으로 해결방법을 찾는다.	1	2	3	4	5
19	이성친구의 화를 풀어주기 위해 애교를 부린다.	1	2	3	4	5
20	논쟁의 불씨가 되는 주제를 피한다.	1	2	3	4	5
21	이성친구에게 욕을 하거나 모욕감을 준다.	1	2	3	4	5
22	싸우지 말고 사이좋게 지내고 싶다는 표현을 한다.	1	2	3	4	5
23	나의 잘못된 점을 인정하고 먼저 사과한다.	1	2	3	4	5
24	갈등상황과 관련 없는 다른 주제로 화제를 돌린다.	1	2	3	4	5

부록 4. 조망수용능력 척도(자신의 조망수용능력)

다음은 이성친구와의 관계에서 **자신의 행동들에** 대한 내용입니다. 문항을 잘 읽으시고 **자신과 일치하는 번호에 “○” 표** 해주십시오. 정답은 없으니 솔직하게 답해 주시기 바랍니다.

	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	나는 내 이성친구의 문제를 잘 이해한다.	1	2	3	4	5
2	나는 내 이성친구의 말을 경청할 뿐 아니라 이성친구가 말하는 것이 무엇인지를 이해하고 이성친구가 왜 그런 말을 하는지 아는 것 같다.	1	2	3	4	5
3	나는 종종 내 이성친구가 어떻게 느끼는지를 잘 아는 것 같다.	1	2	3	4	5
4	나는 내 이성친구가 의미하는 것을 항상 정확히 안다.	1	2	3	4	5
5	나는 내 이성친구가 느끼고 있는 것을 직감할 수 있거나 혹은 알 수 있다.	1	2	3	4	5
6	나는 내 이성친구를 비난하기 전에 내가 이성친구의 입장이었다면 어떻게 느낄지를 생각해 보려고 한다.	1	2	3	4	5
7	나는 때때로 내 이성친구의 상황을 내 이성친구의 입장에서 생각해 봄으로써 내 이성친구를 더 잘 이해하고자 한다.	1	2	3	4	5
8	나와 이성친구와의 관계에서 생기는 모든 문제에는 여러 가지 측면이 있다고 생각하고 여러 가지 측면 모두에 대해 생각해 보려고 한다.	1	2	3	4	5
9	나는 결정을 내리기 전에 이성친구가 반대하는 측면에 대해 생각해 보려 한다.	1	2	3	4	5

10	이성친구와 다투었을 때 나는 일반적으로 잠시동안 이성친구의 입장이 되어보려고 한다.	1	2	3	4	5
11	나의 이성친구가 무언가를 말하는데 있어서 어려움이 있더라도 나는 일반적으로 이성친구가 의미하는 것을 이해한다.	1	2	3	4	5
12	나는 일반적으로 내 이성친구가 내게 이야기 하는 것을 충분히 이해하지는 못한다.	1	2	3	4	5
13	나는 이성친구가 경험한 것들이 이성친구에게 어떻게 느껴지는지를 정확히 이해할 수 있다.	1	2	3	4	5

부록 5. 조망수용능력 척도(지각된 상대의 조망수용능력)

다음은 이성친구와의 관계에서 **이성친구의 행동들에** 대한 내용입니다. 문항을 잘 읽으시고 자신과 일치하는 번호에 “○” 표 해주십시오. 정답은 없으니 솔직하게 답해 주시기 바랍니다.

	문항	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통 이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	내 이성친구는 나의 문제를 잘 이해한다.	1	2	3	4	5
2	내 이성친구는 나의 말을 경청할 뿐 아니라 내가 말하는 것이 무엇인지를 이해하고 내가 왜 그런 말을 하는지 아는 것 같다.	1	2	3	4	5
3	내 이성친구는 종종 내가 어떻게 느끼는지를 잘 아는 것 같다.	1	2	3	4	5
4	내 이성친구는 내가 의미하는 것을 항상 정확히 안다.	1	2	3	4	5
5	내 이성친구는 내가 느끼고 있는 것을 직감할 수 있거나 혹은 알 수 있다.	1	2	3	4	5
6	내 이성친구는 나를 비난하기 전에 만약 자신이 나의 입장이었다면 어떻게 느낄지를 생각해 보려고 한다.	1	2	3	4	5
7	내 이성친구는 때때로 나의 상황을 나의 입장에서 생각해 봄으로써 나를 더 잘 이해하고자 한다.	1	2	3	4	5
8	나의 이성친구는 우리의 관계에서 생기는 모든 문제에는 여러 가지 측면이 있다고 생각하고 그 여러 가지 측면 모두에 대해 생각해 보려고 한다.	1	2	3	4	5
9	내 이성친구는 결정을 내리기 전에 내가 반대하는 측면에 대해 생각해 보려고 한다.	1	2	3	4	5
10	내 이성친구는 나와 다투었을 때 일 반적으로 잠시동안 나의 입장이 되어 보려고 한다.	1	2	3	4	5

11	내가 무언가를 말하는데 있어서 어려움이 있더라도 내 이성친구는 일반적으로 내가 의미하는 것을 이해한다.	1	2	3	4	5
12	내 이성친구는 일반적으로 내가 이성친구에게 이야기 하는 것을 충분히 이해하지는 못한다.	1	2	3	4	5
13	내 이성친구는 내가 경험한 것들이 나에게 어떻게 느껴지는지를 정확히 이해할 수 있다.	1	2	3	4	5

부록 6. 이성교제 만족도 검사

아래 문항은 이성친구와의 관계에서 자신이 경험할 수 있는 생각이나 느낌에 관한 질문입니다. 정답은 없으니 한 문항도 빠짐없이 솔직하게 표시해 주시기 바랍니다.

	문 항	전혀 아니다	아니다	보통 이다	그렇다	매우 그렇다
1	나의 이성친구와 함께 하는 동안은 행복하다.	1	2	3	4	5
2	나의 이성친구와 지내는 것은 권태롭다.	1	2	3	4	5
3	나의 이성친구와 사귀으로써 내가 바라던 것들이 충족되었다.	1	2	3	4	5
4	나의 이성친구와 사귀게 된 것을 후회한다.	1	2	3	4	5
5	나는 현재 내 이성친구와의 관계에 만족한다.	1	2	3	4	5
6	나는 마지못해 내 이성친구와 사귀다.	1	2	3	4	5
7	나는 현재 내 이성친구와 사귀기를 잘했다고 생각한다.	1	2	3	4	5
8	나는 내 이성친구가 지겹다.	1	2	3	4	5
9	내가 내 이성친구를 만난 것은 행운이다.	1	2	3	4	5

부록 7. 이성교제 만족도 관련 변인들 간 상관표(남성, $n = 171$)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 성인애착 불안차원	-								
2. 성인애착 회피차원	.10	-							
3. 이성적 대처	-.25**	-.20**	-						
4. 긍정적 감정표현	-.01	-.18*	.35**	-					
5. 회피	.30**	.22**	-.27*	.04	-				
6. 부정적 감정 및 행동 표출	.25**	.04	-.30**	-.14	.30**	-			
7. 자신의 조망수용능력	-.21**	-.21**	.50**	.22**	-.35**	-.41**	-		
8. 지각된 상대의 조망수용능력	-.26	-.26**	.41**	.21**	-.35**	-.37**	.58**	-	
9. 이성관계 만족도	-.24**	-.16*	.49**	.36**	-.24**	-.42**	.41**	.47**	-

* $p < .05$. ** $p < .01$.

부록 8. 이성교제 만족도 관련 변인들 간 상관표(여성, $n = 171$)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 성인애착 불안차원	-								
2. 성인애착 회피차원	.18*	-							
3. 이성적 대처	-.18**	-.20**	-						
4. 긍정적 감정표현	.10	-.14	.16*	-					
5. 회피	.34**	.20**	-.39**	.18*	-				
6. 부정적 감정 및 행동 표출	.13	.00	-.31**	-.09	.07	-			
7. 자신의 조망수용능력	-.18*	-.18*	.40**	.17*	-.19*	-.29**	-		
8. 지각된 상대의 조망수용능력	-.08	-.12	.21**	.06	-.24**	-.12	.50**	-	
9. 이성관계 만족도	-.29**	-.18*	.42**	.10	-.44**	-.12	.28**	.38**	-

* $p < .05$. ** $p < .01$.

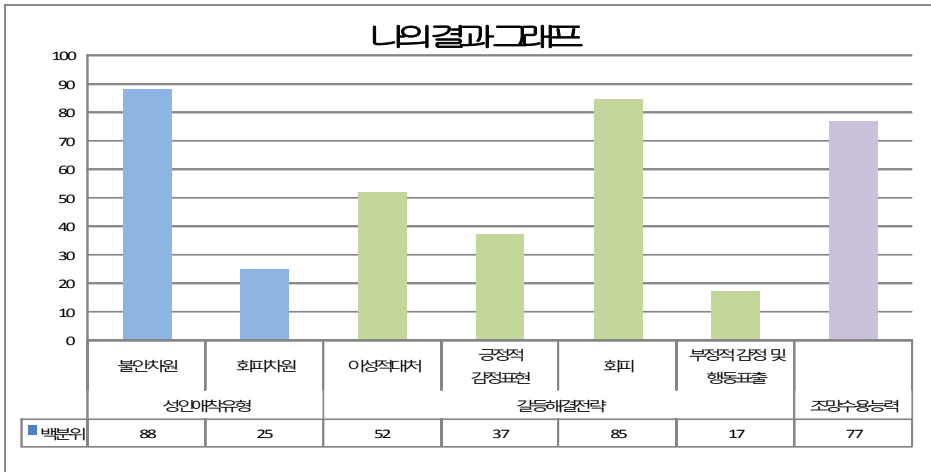
부록 9. 성인애착유형의 세부 조합별 이성관계 만족도

	<i>N</i> (쌍)	평균(<i>SD</i>)
안정형+안정형	26	41.88(3.01)
안정형+집착형	13	40.08(4.18)
안정형+거부형	19	40.58(3.54)
안정형+두려움형	17	39.74(3.23)
집착형+집착형	11	35.77(5.39)
집착형+거부형	18	40.28(3.79)
집착형+두려움형	22	38.77(5.09)
거부형+거부형	12	39.87(3.34)
거부형+두려움형	16	39.97(4.17)
두려움형+두려움형	17	38.09(5.17)

부록 10. 표준화된 피드백 양식

I. 종합 결과 점수

고유번호	1161		
성별	여	연령	만 25세
검사 실시일	2017. 05. 20	검사 해석일	2017. 05. 25



▶ 전체 결과 점수 표 (규준집단: 일반 성인 342명)

	성인에착유형		갈등해결전략				조망수용능력
	불안차원	회피차원	이성적대처	긍정적 감정표현	회피	부정적 감정 및 행동표출	
원점수	78	53	22	18	22	9	51
T점수	62	43	51	47	67	40	57
백분위	88	25	52	37	95	17	77

- ▷ 규준집단은 선행연구에 참여한 성인 342명입니다.
- ▷ T 점수는 원점수를 평균 50, 표준편차 10인 점수로 변환한 표준 점수입니다.
- ▷ 일반적으로 백분위 점수가 30 이하이면 해당 항목의 특성이 낮은 것을, 70 이상이면 해당 항목의 특성이 높은 것을 의미합니다. 중간 범위의 점수에 대해서는 해당 항목의 특성이 유연한 것으로 보며, 별도의 해석을 진행하지 않습니다.

▶ 결과를 볼 때 알아두어야 할 점

본 연구에서 사용된 척도를 통해 산출된 결과들은 어디까지나 평균적인 '경향성'입니다. 즉, 어떠한 점수가 높으면 해당 특징과 관련된 경향성이 있을 가능성이 높다는 것을 의미할 뿐이며, 반드시 그러하다는 의미는 결코 아닙니다.

II. 항목별 설명

1) 성인애착유형(adult attachment style)

성인애착(adult attachment)은 아동이 양육자와 형성하는 정서적 유대인 애착(attachment)의 개념을 성인기 대인관계까지 확장한 것입니다. 아동이 배가 고프거나 몸이 아플 때 안전한 기지로서 양육자를 찾듯이, 성인도 지치고 피곤할 때, 새로운 도전을 해야 할 때 혹은 실패를 경험했을 때, 자신에게 안정감을 줄 수 있는 누군가 가까이에서 함께 해주기를 바랍니다. 이처럼 자신에게 안정감을 주는 특정한 소수의 사람과 함께 있고 싶고, 그 사람의 지지나 격려 등의 도움을 바라는 것이 바로 애착에 의해 나타나는 행동의 예시이며, 이는 사람이라면 누구나 가지는 자연스러운 행동입니다.

성인애착은 아동기에 양육자와 형성한 애착관계의 특성에 기초를 두고 있는 것으로 알려져 있지만, 동시에 성장 과정에서 친한 친구, 연인 등 중요한 타인과의 대인관계 경험에 의해 영향을 받을 수도 있습니다. 이러한 성인애착은 불안과 회피의 두 가지 차원으로 접근할 수 있습니다. **성인애착 불안 차원**은 관계에 지나치게 몰두하거나, 중요한 타인에게 버림받고 거절당하는 것을 두려워하는 정도를 의미합니다. 이와 상반되는 특징을 가진 **성인애착 회피 차원**은 타인과 친밀해지는 것을 꺼려하거나 불편해하는 정도를 의미합니다. 이와 같은 두 가지 차원의 조합을 통해 성인애착 유형을 분류할 수 있습니다.

		회피 차원			
불안 차원		거부형(Dismissing)		두려움형(Fearful)	불안 차원
		안정형(Secure)		집착형(Preoccupied)	
		회피 차원			
[불안차원의 원점수]			[회피차원의 원점수]		
평균 = 59.35 (표준편차 = 19.94)			평균 = 68.46 (표준편차 = 15.78)		

각 유형의 특징을 살펴보기에 앞서, 성인애착유형 관련 결과를 볼 때 유의할 점이 있습니다. 애착과 관련된 연구 결과에 따르면 개인이 경험한 과거의 사건 자체보다, 그 경험에 대해 개인이 가지는 태도가 애착의 안정성을 더 잘 예측합니다. 다시 말해 나의 애착 유형 자체보다는 애착에 대해 내가 가지는 태도가 더 중요할 수 있으며, 나아가 애착에 대한 태도 변화를 계기로 애착의 특성도 변화할 수 있다는 것입니다.

▶ **안정형 (Secure)**

애착유형 안정형인 사람은 타인에 대해 긍정적이며, 자아존중감이 높습니다. 대인관계에서 친밀성을 추구하며, 자신을 가치있게 생각할 줄 알고 동시에 다른 사람과도 원만한 상호작용을 이루는 편입니다. 다른 사람을 사랑하는 것, 다른 사람에게 사랑받는 것 모두에 대해 편안함을 느끼며, 어떤 사람과도 비교적 쉽게 가까워질 수 있습니다. 이들은 따뜻하고 정이 많으며, 자신의 연인이 스트레스를 받고 있다면 연인을 잘 지지해주고 보살피줍니다.

“나는 비교적 쉽게 다른 사람들과 정서적으로 가까워지는 편이다.”
“내가 남들에게 의지하든 남들이 나에게 의지하든 간에 나는 편안하게 느낀다.”
“나는 혼자서 지내거나 남들이 나를 받아들이지 않는다고 해서 걱정하지 않는다.”

▶ **집착형 (Preoccupied)**

애착유형 집착형인 사람은 타인에 의해 버림받거나 거절당할 것에 대한 두려움이 큼니다. 이들은 대인관계를 이상화하거나 집착할 수 있으며, 감정적인 동요가 클 수 있습니다. 또한 집착형은 자신에 대해 무가치하다는 부정적인 감정을 가지고 있지만, 다른 사람에 대해서는 긍정적인 평가를 내리는 편입니다. 이로 인해 자신의 자아존중감을 추구하기 위해 자기 스스로가 아닌 타인에게 의존하는 경향이 생길 수 있으며, 그러한 경우 관계에 과도하게 몰입할 수 있습니다. 질투를 쉽게 느낄 수 있으며, 상대에게 거부당하는 것에 대한 두려움으로 인해 지나치게 빨리 자기 자신을 드러내기도 합니다.

“나는 남들과 정서적으로 완전히 친밀해지기를 원하지만, 남들은 내가 원하는 만큼 가까워지기를 꺼려하는 것 같다.”
“나는 누군가와 친밀한 관계를 맺어야 안심이 된다.”
“나는 때때로 내가 남들을 소중하게 생각하는 만큼 남들이 나를 소중하게 생각하지 않을까봐 염려스럽다.”

▷ **거부형 (Dismissing)**

애착유형 거부형인 사람은 다른 사람과 가까운 관계를 불편해하거나 꺼리는 경향이 있습니다. 이들은 자신을 가치있게 생각하여 자아존중감은 높지만 다른 사람에 대해 부정적인 감정을 나타낼 수 있으며, 이로 인해 혼자 고립되어 있는 경우가 많습니다. 이들은 다른 사람은 믿기 어렵다고 생각하는 경향이 있으며, 대인관계에서 거리를 두고 자신을 숨기는 경향이 있습니다. 또한 사회적인 상황에서 수줍어하거나 자기 주장적이지 못할 수 있으며, 다른 사람과의 이별에 대해서도 크게 슬퍼하지 않는 편입니다. 거부형의 경우 연인이 받는 스트레스에 대해서 큰 관심이 없거나 오히려 철회하는 편일 수 있습니다.

“나는 가까운 정서적 관계를 맺지 않고 지내는 게 편안하다.”

“독립심과 자기충족감을 느끼는 것이 나에게서 매우 중요하다.”

“나는 남들에게 의지하거나 남들이 나에게 의지하는 것을 좋아하지 않는다.”

▷ **두려움형 (Fearful)**

애착유형 두려움형인 사람은 대인관계에 대한 양가적인 태도를 가지고 있습니다. 이들은 타인과 친밀해지고 싶은 욕구도 있지만 동시에 타인과 가까워지는 것에 대한 불편감, 거부감을 가지고 있습니다. 즉, 다른 사람과 가까운 관계를 맺고 싶은 욕구도 있지만 동시에 가까운 관계를 맺게 될 경우 자신이 상처를 받을 것에 대한 두려움도 있으며, 이로 인해 내적 갈등이 많을 수 있습니다. 두려움형은 자신에 대해 무가치하다는 부정적인 감정을 나타내며, 다른 사람에 대해서도 신뢰하지 못하는 등 부정적인 생각을 가지고 있는 편입니다.

“나는 남들과 가까워지면 왠지 편하지가 않다.”

“나는 정서적으로 가까운 관계를 원하기는 하지만, 남들을 완전히 신뢰하거나 남들에게 전적으로 의지하기가 어렵다.”

“나는 남들과 가까워지면 내가 상처를 받을까봐 걱정된다.”

2) 갈등해결전략(conflict resolution strategies)

갈등이란 대인관계 내에서 상대방에 대한 기대나 바람이 일치하지 않을 때, 혹은 서로의 생각이나 가치가 다를 때 나타나는 대립으로 정의됩니다. 즉 갈등이란 대인관계에서 한 쪽의 행동이 다른 쪽의 행동에 지장을 초래하거나, 서로 조화를 이루지 못하는 경우 발생하는 일상적인 사건이라고 할 수 있습니다.

갈등은 적대적인 관계뿐만 아니라 서로 우호적이거나 친밀한 관계에서도 흔히 발생할 수 있습니다. 친밀한 관계를 맺는 타인과는 많은 시간을 함께 보내면서 서로에 대해 기대하고 바라는 것이 자연스럽게 생겨나게 되는데, 이러한 기대와 욕구가 충돌할 경우 갈등이 발생합니다. 갈등은 적절히 해결되지 못할 경우 오해와 불신을 초래하는 등 관계에 좋지 못한 영향을 줄 수도 있지만, 반대로 원활히 해결할 경우 지속적인 의사소통을 통해 관계의 질을 향상시킬 뿐만 아니라 관계의 변화를 촉진하는 긍정적인 역할을 할 수도 있습니다. 갈등의 발생 빈도보다는 갈등이 발생했을 때의 대처 방법이나, 갈등을 얼마나 만족스럽게 해결했는지의 여부가 관계의 질이 중요하다는 것은 많은 연구 결과들을 통해 증명되고 있습니다.

갈등의 이러한 양면적인 특성을 고려해보면 갈등을 다루는 방법, 즉 갈등해결전략이 관계에서 중요한 역할을 한다는 것을 알 수 있습니다. 갈등해결전략은 대인관계 내에서 자신의 목적을 달성하기 위해 사용하는 기술로써, 갈등 상황에서 자신의 이해와 요구를 방어하고 성취하기 위해 서로 상호작용하는 방식으로 정의됩니다. 갈등해결전략은 아래와 같이 크게 네 가지로 분류될 수 있습니다. 각 전략의 점수가 높을수록 해당 전략을 더욱 다양한 상황에서 높은 빈도로 사용하는 경향성을 의미합니다.

<p>이성적 대처</p>	<p>갈등 상황에서 합리적이고 이성적인 방법으로 갈등을 다루는 것을 의미합니다. “나는 연인과 협상이나 타협을 통해 합리적으로 이야기한다.” “나는 갈등을 해결하기 위해 해결 방법을 적극적으로 찾는다.”</p>
<p>긍정적 감정 표현</p>	<p>갈등 상황에서 상대방에게 부정적인 감정보다는 긍정적인 감정을 표현하고 전달하여 분위기를 전환함으로써 갈등을 완화하려고 하는 것을 의미합니다. “이성친구의 화를 풀어주기 위해 애교를 부린다.” “이성친구가 좋아할만한 일을 계획함으로써 화해 분위기를 만들려고 노력한다.”</p>

회피	갈등 상황에서 다른 주제로 말을 돌리거나, 자리를 피하는 등의 행동을 통해 갈등 상황을 벗어나고자 하는 것입니다. “충동을 피하기 위해 내 의견을 말하지 않는다.” “화가 풀릴 때까지 만나지 않는다.”
부정적 감정/행동 표출	갈등 상황에서 자신이 느끼는 부정적인 감정이나 행동을 직접적으로 표현하는 것을 의미합니다. “연인에게 불평을 하거나 짜증을 부린다.” “연인이 묻는 말에 신경질적으로 대답한다.”

3) 조망수용능력(perspective taking ability)

사람들은 서로 똑같은 상황이나 사물을 보더라도 그에 대해 각기 다른 태도나 정서를 가집니다. 이는 사람들이 서로 다른 ‘심리적 조망’을 가지고 있기 때문입니다. 심리적 조망이란 주어진 현상을 해석하거나 판단할 때 사용하는 평가 기준으로 작용하며, 각자 자신이 처한 입장이나 역할에 따라 달라지게 됩니다. 예를 들어, 봄을 맞아 활짝 핀 벚꽃을 보았을 때 최근에 연인과 결별한 A는 그 풍경이 자신의 모습과 대비된다고 받아들여 외로움을 느끼지만, 행복한 연애 중인 B는 연인과 함께 나들이를 가고 싶은 마음에 기대감을 가질 수 있습니다.

이처럼 사람들은 서로 다른 조망을 가지고 있습니다. 이 때 다른 사람들이 나와 다른 생각과 느낌을 가질 것이라는 점을 인식하지 못하면, 타인의 상황을 자신의 입장에서 해석하게 됩니다. 그러나 타인의 상황은 자신의 상황과 다르며 타인은 자신과 다른 조망을 가지고 있기 때문에, 자신의 조망대로 타인을 해석할 경우 타인에 대해 오해석하기 쉽습니다. 반면 다른 사람의 조망을 취할 수 있다면, 즉 조망수용(perspective taking)이 가능하다면 상대방의 행동이나 감정을 보다 더 잘 이해할 수 있습니다.

정리하자면 **조망수용**이란 다른 사람의 생각, 느낌, 행동 등을 그 사람의 입장에서 이해하고 판단할 수 있는 능력을 말하며, 역지사지(易地思之)와도 비슷한 의미입니다. 조망수용능력은 다른 사람과 관계를 원활하게 유지하는데 있어서 꼭 필요한 능력입니다. 다른 사람과 상호작용하는 상황에서 다른 사람의 조망을 수용할 수 있다면 다른 사람의 관점을 이해하고, 그 사람의 행위를 예측하여 적절히 대처할 수 있기 때문에 대인관계에서의 상호작용이 원활히 이루어지도록 도울 수 있기 때문입니다.

조망수용은 친밀한 관계인 연인관계나 부부관계에서도 중요한 역할을 하는 것으로 알려져 있습니다. 연인이나 배우자의 생각이나 욕구가 자신과 다를 때, 조망수용능력이 높은 커플이라면 상대방의 입장에 서서 상대방이 왜 그런 생각이나 욕구를 가지게 됐는지를 생각할 수 있으며, 그를 통해 상대방을 보다 잘 이해하고 입장을 조율하기 쉽기 때문입니다. 조망수용능력의 정도에 따른 특징은 아래와 같습니다.

<p>조망수용능력 높음 (백분위 70 이상)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 연인에게 화가 나더라도 자신이 만일 연인의 입장이었다면 어떻게 느낄 것인가를 생각해보려고 노력하는 편입니다. ○ 연인의 입장에서 생각하면 어떨지를 자주 상상함으로써 연인을 더 잘 이해하려고 노력하는 편입니다. ○ 결정을 내리기 전, 연인이 반대하는 측면에 대해 생각합니다. ○ 모든 상황에는 두 가지 이상의 측면이 있다고 믿고, 모든 측면들을 살펴보려고 합니다.
<p>조망수용능력 낮음 (백분위 30 이하)</p>	<ul style="list-style-type: none"> ○ 어떤 문제에 대해 일단 내가 옳다고 생각하면 그 후로는 다른 사람의 말이 귀에 잘 들어오지 않습니다. ○ 결정을 내릴 때 연인이 반대하더라도 자신의 의견대로 판단하는 경향이 있습니다. ○ 연인이 하고 있는 생각이나 연인이 힘들어하는 점을 이해하지 못하는 경우가 종종 있습니다. ○ 연인의 말을 들을 때 왜 그런 말을 하는지 충분히 알기가 어렵습니다.

부록 11. 실험집단 사후설문지

A. 사전검사에서 기입했던 **커플식별번호 4자리** 및 성별을 기입해주시요. 정확히 기억이 나지 않으실 경우, 피드백 양식 1페이지 상단을 참고하여 주십시오.

커플식별번호: , 성별: 남 / 여

B. 지난 1주일동안 귀하의 이성친구와 얼마나 자주 만나셨습니까? **작성일 기준으로 1주일간** 총 며칠 동안 만나셨는지, 0~7 사이의 숫자를 골라 체크해 주십시오.

0	1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---	---

C-1. 귀하께서는 오늘 제공된 피드백 내용(성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력의 개념 및 각 점수의 의미에 대한 설명)을 어느 정도 이해하셨습니까?

문 항	전혀 이해하지 못하였다	대체로 이해하지 못하였다	보통 이다	대체로 이해하였 다	매우 잘 이해하였 다
전반적인 내용에 대하여	1	2	3	4	5
성인애착유형 관련 내용에 대하여	1	2	3	4	5
갈등해결전략 관련 내용에 대하여	1	2	3	4	5
조망수용능력 관련 내용에 대하여	1	2	3	4	5

C-2. 귀하와 귀하의 연인과의 관계를 생각하였을 때, 오늘 제공된 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대한 피드백 내용 중 어떤 내용이 가장 많은 영향을 준 것으로 느껴지십니까?

- ① 성인애착유형에 대한 내용
- ② 갈등해결전략에 대한 내용
- ③ 조망수용능력에 대한 내용

D. 사전설문(온라인 설문)을 작성한 이후부터 오늘까지의 기간 동안, **이성관계에 영향을 미칠 수 있는 외부적인 사건**이 있었습니까? 있었다면, 언제 어떤 사건이 일어났으며 어떤 영향을 미쳤는지에 대하여 간략하게 기입해 주십시오.

① 없었다.

② 있었다. (아래 박스에 기입해 주십시오)

부록 12. 실험집단 추후설문지

A. 사전설문(온라인 설문)에서 기입했던 **커플식별번호 4자리 및 성별**을 기입 해주십시오.

커플식별번호: , 성별: 남 / 여

B. 지난 2주일동안 귀하의 이성친구와 얼마나 자주 만나셨습니까? **작성일 기준으로 지난 14일 간**, 이성친구와 만난 일수를 골라주십시오.

- ① 0 ~ 2일 ② 3 ~ 5일 ③ 6 ~ 8일 ④ 9 ~ 11일 ⑤ 12 ~ 14일

C-1. 지난 실험 참여시 들었던 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대한 피드백 내용과 관련하여, **귀하의 연인과 얼마나 많이 이야기를 나누었습니까?**

- ① 전혀 이야기하지 않았다. ② 거의 이야기하지 않았다. ③ 보통이다.
④ 가끔 이야기하였다. ⑤ 자주 이야기하였다.

C-2. 귀하와 귀하의 연인과의 관계를 생각하였을 때, 지난 실험 참여시 들었던 성인애착유형, 갈등해결전략, 조망수용능력에 대한 피드백 내용 중 **어떤 내용이 가장 많은 영향을 준 것으로 느껴지십니까?**

- ① 성인애착유형에 대한 내용 (예: 안정형, 집착형, 거부형, 두려움형 등)
② 갈등해결전략에 대한 내용
(예: 이성적 대처, 긍정적 감정표현, 회피, 부정적 감정 및 행동 표출)
③ 조망수용능력에 대한 내용

G. 사전설문(온라인 설문)을 작성한 이후부터 오늘까지의 기간 동안, **이성관계에 영향을 미칠 수 있는 외부적인 사건**이 있었습니까? 있었다면, 언제 어떤 사건이 일어났으며 어떤 영향을 미쳤는지에 대하여 간략하게 기입해 주십시오.

- ① 없었다.
② 있었다. (아래 박스에 기입해 주십시오)

Abstract

Relationships among Adult Attachment Style, Conflict Resolution Strategy, Perspective Taking Ability and Satisfaction of Romantic Relationship

Jeong-Eun Kim

Department of Psychology

The Graduate School

Seoul National University

The purpose of this study was to comprehensively examine the influence of psychological characteristics on the satisfaction of romantic relationship and to verify the effect of the feedback method designed to improve the satisfaction of the romantic relationship. For this purpose, the effects of adult attachment style, conflict resolution strategy, and perspective taking ability on romantic relationship satisfaction were investigated. Furthermore, the effect of providing feedback to couples about their adult attachment style, conflict resolution strategy, and perspective taking ability on improving romantic relationship satisfaction was examined.

In Study 1, the influence of adult attachment style, conflict resolution strategy, and perspective taking ability on romantic relationship satisfaction was examined in 342 participants(171 pairs) from the individual dimension and the couple dimension. The results of this study were as follows. First, individuals who have secure attachment style, use positive conflict strategies, and have higher perspective taking ability were found to be more satisfied with their romantic relationship than those who have insecure attachment style, use negative conflict resolution strategies, and have lower perspective taking ability, respectively. In addition, conflict resolution strategies and perspective taking ability partially mediated the relationship between adult attachment style and romantic relationship satisfaction. When analyzed by couples, couples who both have secure attachment style was more satisfied with their romantic relationship than those who both have insecure attachment style. In regard to the conflict resolution strategy, levels of satisfaction were high in order of positive-positive, positive-negative, negative-negative.

The aim of Study 2 was to investigate the effect of providing standardized feedback on psychological characteristics that affect the satisfaction of the romantic relationship. Adult attachment style, conflict resolution strategy, and perspective taking ability of a total of 98 participants were assessed using self-administered questionnaires. In the control group, feedback was not provided after assessment. In the case of the experiment group A, feedback was provided after the test, but only on the results of oneself. In the experiment group B,

feedback on the results of the self and the partner was given. Satisfaction of romantic relationship was measured 2 weeks after the feedback session. Because the satisfaction level showed ceiling effect, the lowest 30% percentile of pre-measured satisfaction level was included in analyses. The results showed that participants in experiment group B showed more improvement in the levels of relationship satisfaction than experiment group A.

This study was significant in that it comprehensively analyzed the psychological characteristics that affect the satisfaction of romantic relationship in a couple unit, and empirically tested the effect of providing feedback to couples about their psychological characteristics on improving the satisfaction of romantic relationship. Lastly, the implications and limitations of this study were discussed with suggestions for further research.

***Key Words* : Adult Attachment Style, Conflict Resolution
Strategy, Perspective Taking Ability, Romantic
Relationship Satisfaction**

***Student Number* : 2015-20207**