

코로나 시기 대학생의 애착 안정성: 성인애착 유형과 정서조절, 어머니의 정서적 가용성을 중심으로 한 단기 종단 연구*

Attachment Stability in College Students during the COVID-19 Pandemic: Short-Term Longitudinal Study on Adult Attachment Style, Emotion Regulation, and Maternal Emotional Availability

1차원고접수: 2024.01.23. 수정원고접수: 2024.05.29. 최종게재결정: 2024.06.23.

김성주¹ · 정윤경²

¹가톨릭대학교 심리학과, 박사수로

²가톨릭대학교 심리학과, 정교수

Kim, Sungju¹

Jeong, Yoonkyung²

^{1,2}Dept. of Psychology, Catholic University of Korea

국문초록 애착이 전 생애에 걸쳐 비교적 안정적인 특성을 보이는 동시에 환경에 의해 변화 가능한 구조라는 점에서 애착 안정성의 메커니즘을 밝히는 것은 중요하다. 이에 본 연구에서는 대학생(만 19세 ~ 24세) 113명을 대상으로 성인애착 유형과 정서조절, 어머니의 정서적 가용성의 관계를 알아보는 단기 종단 연구를 실시하였다. 코로나 팬데믹을 기점으로 2번의 시기에 걸쳐 자기보고식 설문지를 통해 대학생의 성인애착을 측정하고, 정서조절능력, 대인관계불편감, 그리고 어머니의 정서적 가용성과의 관계를 확인하였다. 연구 결과, 코로나 팬데믹 동안 성인애착 안정성을 유지하는 대학생 집단이 그렇지 않은 대학생 집단과 비교하여 낮은 대인관계 불안을 보고하였고, 높은 수준으로 어머니의 정서적 가용성을 경험하고 있는 것으로 나타났다. 본 연구는 성인애착의 안정성과 변화성에 대한 경험적 증거를 축적하고, 국내 대학생을 대상으로 코로나 팬데믹의 영향 하에 청년기 성인애착의 안정성을 종단 연구의 방법으로 확인하였다는 점에서 의의가 있다.

주요어 대학생, 애착 안정성, 성인애착, 정서조절, 정서적 가용성

Abstract Attachment theory focuses on relationships and bonds, particularly long-term. These early bonds, formed during the initial years of life, are not just transient but play a pivotal role in shaping the child's future emotional health and relationships, influencing attachments throughout life. The longitudinal stability of attachment styles, a pivotal aspect of attachment theory, has the potential to change over time as well. Consequently, it is important to examine the underlying assumptions. For these reasons, this study examines the stability and change in attachment styles with a focus on college students (19 ~ 24 years old) using a short-term longitudinal method. Assessments included Adult Attachment Relationships (Questionnaire (RQ), Relationships Scales Questionnaire (RSQ)), Emotion-Regulation Questionnaire (ERQ), Interaction Anxiousness Scale (IAS), and Lum Emotional Availability of Parents (LEAP) measure. The results demonstrated both stability and changes in adult attachment. More importantly, students who maintained a secure attachment style and those who transitioned from insecure attachment to secure attachment experienced higher levels of maternal emotional availability when compared to those maintaining an insecure attachment style. This study is the first attempt to identify stability and change in college students' adult attachment and its relation to interpersonal functioning, and maternal emotional availability. Limitations and suggestions for future research are also discussed.

Keywords *early adulthood, attachment stability, adult attachment, emotion regulation, emotional availability*

* 이 논문은 2023년도 한국발달심리학회 학술대회에서 포스터 발표한 내용을 수정 보완한 것임.

Corresponding to 정윤경 (Jeong, Yoonkyung)

가톨릭대학교 심리학과, 정교수 (Dept. of Psychology, Catholic University of Korea) E-mail. benijeong@catholic.ac.kr

Copyright © 2024 The Korean Association of Human Development. All rights reserved.

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

팬데믹으로 인한 사회적 거리 두기, 봉쇄 조치, 그리고 경제적 불확실성은 청년들의 고립감, 우울, 불안과 같은 정신 건강 문제를 가중 시켰다(김갑순, 박윤조, 2021; 김이레, 권진아; 윤서연, 백유진, 김종완, 2021; 주진영, 이세경, 원형중, 2021; Horesh & Brown, 2020; Huang & Zhao, 2020; Kirkcaldy, King, & Brooks, 2020; Roy et al., 2020). 이러한 현상은 청년들의 대인관계와 심리적 건강에 지속적으로 영향을 미쳐 장기적으로 사회발전에 부정적 영향을 미칠 수 있다. 따라서, 팬데믹 기간 동안 청년들이 경험한 고립과 위기를 이해하고 대응하는 것은 매우 중요한 과제이다. 이에 지난 몇 년간 COVID-19 팬데믹이 청년에 미친 영향을 탐구하고자 경제, 사회, 교육 등 여러 분야에 걸쳐 다양한 연구들이 활발하게 진행되어 왔다(안혜령, 홍예지, 2022; 윤태경, 홍지영, 2022; 이종만, 2020; 최아라, 2021; 황광훈, 조용운, 2022; Germani, Buratta, Delvecchio, & Mazzeschi, 2020; Holmes et al., 2020; Preetz, Filser, Brömmelhaus, Baalmann, & Feldhaus, 2021; Schütz et al., 2021; Steinhoff et al., 2023). 그러나, 팬데믹이 대인관계의 질과 구조에 미친 영향을 구체적으로 분석한 연구는 상대적으로 적다. 청년기에 경험한 부적응은 이후 사회 구성원으로서 생산적인 역할을 하는데 걸림돌이 되는 등 심각한 사회 문제로 이어질 수 있기 때문에(Brown & Larson, 2009), 청년들의 심리적 특성을 면밀히 살펴 적응을 돕는 방안을 모색하는 것은 중요한 과제이다.

전통적으로 초기 성인기(early adulthood)에 해당하는 청년들은 신체적·정신적으로 성숙한 성인으로 발달해 감과 동시에 원가족으로부터 분리되어 독립적인 생활을 시작하는 것으로 여겨지며(Orenstein, Gabriel, & Lewis, 2021; Erikson, 1959, 1994; Sheehy, 2006) 다른 사람들과 결속에 근거한 상호호혜적인 관계를 형성하고 친밀감의 과업을 달성할 것이라 기대된다(Guarnieri, Smorti, & Tani, 2015).

애착 이론(attachment theory)에 따르면, 성인기 타인과 맺는 친밀한 관계의 청사진은 어린 시절 주 양육자와 맺는 애착 관계에 기인한다(Ainsworth & Bowlby, 1991; Bowlby, 1958, 1980, 1988; Hazan & Shaver, 1994; Hinde & Lorenz, 1996; Sroufe, Fox, & Pancake, 1983; Sroufe & Waters, 1977; Weiss, 1991). 인간은 생득적으로 환경의 위협이나 스트레스로부터 생존 가능성을 높이는 동기적-조절체계(motivational-control system)인 애착 시스템(attachment system)을 갖고 태어난다. 영아가 환경의 위협과 스트레스에 맞닥뜨렸을 때, 애착 대상인 주 양육자에게 근접을 추구하고 위안을 얻는다. 근접 추구(proximity seeking)를 통한 정서조절은 가장 기초적인 애착 행동 전략이다. 영아는 환경의 위협과 스트레스에 직면하여 애착 대상인 주 양육자에게 근접을 추구하고 위안을 얻고 안전감을 획득하는 경험을 통해 안정적인 애착 관계를 발달시킨다.

생애 초기 애착 관계는 점차 자신과 타인에 대한 일반적인 믿음과 추상적인 표상인 내적 작동 모델(internal working model)의 형태로 발달하며(Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978; Bowlby, 1988), 연령이 증가함에 따라 친구 및 연인과의 애착 관계로 확장된다(Baldwin, Keelan, Fehr, Enns, & Koh-Rangarajoo, 1996; Cook, 2000; Lewis, Feiring, & Rosenthal, 2000). 생애 초기 애착의 역사는 아동이 자신과 타인의 관계를 이해하는 인지적 구조인 내적 작동 모델(internal working model)의 형태로 저장되어 아동기 애착이 성인기로 이어지는 안정성(stability)의 기초가 된다(Bowlby, 1973, 1977, 1979, 1980).

내적 작동 모델은 관계가 어떻게 작동되는지와 관계로부터 무엇을 얻을 수 있을지에 대한 믿음과 기대로 구성된다. 실제로, Ainsworth(1979, 1982)와 Main과 Solomon(1990)의 영아 애착 연구를 통해 밝혀진 애착의 네 가지 유형은 Hazan과 Shaver(1990)가 밝혀낸 성인기 애착과 유사성을 갖는 것으로 알려졌다(Main & Cassidy, 1988).

Hazan과 Shaver의 연구에 따르면, 안정애착(secure attachment) 성인은 환경을 탐색할 때 안전감을 느끼고 스트레스 상황에서 타인에게 위로와 보호를 구한다. 이들은 자기와 타인에 대한 긍정적인 기대를 가지고 원

만한 대인관계를 형성하고 유지하는 것으로 나타났다. 불안정애착(insecure attachment) 성인은 자기 또는 타인에 대한 부정적인 기대를 갖는 것이 특징이다. 불안정 회피애착(avoidant attachment)은 대인관계에서 친밀감을 회피하고, 과도하게 독립을 지향하며 감정을 억제하는 특징을 보인다. 불안정 불안애착(anxious attachment)은 타인에게 과도하게 의존적이며, 분리에 대한 강한 불안을 보이고, 타인의 주의와 관심이 자신에게 집중되기를 기대한다. 불안정 혼란애착(disorganized attachment)은 자기와 타인에 대한 안정적인 믿음이 부족하여 대인관계에서 혼란스럽고 모순된 모습을 보이는 것이 특징이다. 따라서, 안정적인 애착 관계를 경험하는 성인이 긍정적인 대인관계를 발달시키고, 높은 정서조절능력을 보이는 것과 반대로 불안정한 애착 관계의 성인은 다양한 사회·정서적 문제를 경험할 가능성이 높다(Wei, Heppner, Russell, & Young, 2006; Wei, Russell, & Zakalik, 2005). 실제로, 안정애착은 아동기에 효과적인 문제해결 능력(Matias, Arend, & Sroufe, 1978)과 높은 정서조절능력을 포함한 사회·정서적 유능성을 예측하였고(Cassidy & Mohr, 2001; Kochanska, 2001; Zimmermann, Maier, Winter, & Grossmann, 2001), 청소년기를 거쳐 성인기에 나타나는 대인관계 능력(sroufe et al., 1983) 및 정서조절능력(Moutsiana et al., 2015) 역시 예측하였다(Cassidy, 1994; Kural & Kovacs, 2021; Waters & Thompson, 2016). 이와 같이 애착은 대인관계, 정서조절, 정신건강을 포함한 다양한 맥락과 관련되며, 아동기부터 성인기까지 이어지는 안정성은 생애 초기 주 양육자와의 관계에서 발달한 내적 작동 모델이 성인기 관계 상황에서 서로 지속적으로 영향을 미치기 때문으로 설명된다.

더불어, Collins(1996)는 성인애착 연구에서 다양한 작동모델을 고려할 필요가 있다고 제안하였다. 그에 따르면, 아동기와 청소년기를 거치며 다양한 경험을 통해 애착 대상이 확장됨에 따라 성인기의 내적 작동 모델은 전반적인 애착의 표상뿐 아니라 관계-특정적인 애착의 표상을 포함하게 되어 위계적으로 조직된다(Baldwin & Fehr, 1995; Baldwin et al., 1996).

애착의 위계적 모델은 성인애착을 측정하는 친밀한

관계 경험 측정치의 차이를 통해 확인할 수 있다(Overall, Fletcher, & Friesen, 2003). 연구에 따르면, 성인기 연인과의 친밀한 관계 경험 질문지의 3주 간격 검사-재검사 신뢰도는 .90에 가까운 반면(Sibley, Fischer, & Liu, 2005), 전반적인 친밀한 관계 경험에 대한 검사-재검사 신뢰도는 .65에 그쳤으며(Fraley, Heffernan, Vicary, & Brumbaugh, 2011), 성인기 연인 관계의 애착 안정성은 현재 경험하고 있는 부모와의 애착 안정성보다 낮았다(Fraley, Vicary, Brumbaugh, & Roisman, 2011). 이러한 결과에 대하여 연구자들은 성인기 친밀한 관계 경험과 비교하여 부모-자녀 관계가 더욱 확고한 애착의 역사를 가지고 있기 때문에 높은 애착 안정성을 보인다고 설명한다(Fraley, 2002).

실제로, Bowlby(1973, 1981)는 애착의 변화 가능성에 대해 언급하면서 애착 안정성은 단지 영유아기에 형성되어 불변하는 것이 아니며, 내적 작동 모델은 환경과의 상호작용을 통해 지속적으로 수정과 보완을 거쳐 복잡성과 유연성을 갖는 구조로 발달한다고 주장하였다. 그뿐 아니라 Ainsworth와 동료들(1978)은 밀접한 신체 접촉과 관련된 회피 및 갈등이 애착 안정성의 개인차를 설명한다고 제안하였고, 많은 애착 연구자들 역시 성인기 중요한 경험을 통해 애착의 안정성은 수정될 수 있다고 보았다(Booth-LaForce, Groh, Burchinal, Roisman, Owen, & Cox, 2014; Crowell, Treboux, & Waters, 2002). 따라서 애착 안정성은 성인애착의 본질을 이해하고(McConnell & Moss, 2011) 애착의 개인차를 설명하기 위해 중요한 측면으로 다루어야 할 주제이다(Fraley & Roisman, 2014; Fraley & Spieker, 2003b). 그럼에도 불구하고, 성인기 애착의 안정성과 변화를 측정한 연구는 매우 부족하다. 지금까지 소수의 종단 연구가 이루어졌는데 총 6년에 걸친 애착의 변화를 알아본 두 개의 연구 결과, 사회적 네트워크의 견고함이 애착의 안정성에 미치는 영향이 시사되었다. 그러나 하나의 연구에서만 30문항의 관계 척도 질문지(Bartholomew & Horowitz, 1991)를 사용하고 다른 연구에서는 네 가지 애착 유형별 각 한 문항씩으로 구성된 질문지를 사용하여 연구 결과를 직접 비교하기 어렵다는 한계가 있다(Zhang &

Labouvie-Vief, 2004).

이처럼 성인애착의 안정성과 변화성을 경험적으로 증명하는 연구가 미비한 실정이며 특히 국내의 경우 성인애착 안정성에 대해 다룬 연구가 거의 없다시피 하다. 그러나 청년기 친밀한 관계 경험의 발달적 중요성을 고려할 때, 팬데믹으로 인한 청년기 대인관계의 변화와 그 결과에 대한 연구는 어느 때보다 중요하게 이루어져야 할 주제이다. 팬데믹 영향 하의 성인애착 안정성 연구는 팬데믹이 청년들의 정서적 유대와 애착관계 형성에 미친 영향을 명확히 하고, 이로 인해 발생할 수 있는 잠재적 문제를 해결하는 데 중요한 기여를 할 것이다.

이러한 맥락에서, 코로나 팬데믹으로 인한 사회적 거리두기는 타인을 잠재적인 바이러스 보균자로 상정하고, 감염을 최소화하기 위해 대인관계를 차단하여 친밀감을 방해한다는 점에서 성인기 애착 안정성의 변화를 가져올 가능성이 있다. 특히 초기 성인기에 해당하는 대학생의 경우, 대면 수업 금지와 동아리 활동, 인턴쉽 등 타인과의 교류 경험이 차단되어 친밀한 관계 경험을 공고히 하는 데 실패할 가능성이 크다. 따라서, 팬데믹 동안 사회적 거리두기는 애착 안정성(attachment security)에 영향을 미칠 것이며, 전반적인 친밀한 관계 경험을 통해 측정된 성인애착 유형과 팬데믹 이후 성인애착 유형의 차이를 확인함으로써 애착 안정성에 대한 경험적 증거를 축적할 수 있을 것이다.

뿐만 아니라, 아동·청소년기와 성인기 애착과 관련된 다양한 변인들을 연구한 결과들을 종합하였을 때 (Allen, Moore, Kuperminc, & Bell, 1998; Chauhan, Awasthi, & Verma, 2014; Furman & Flanagan, 1997; Kobak, Sudler, & Gamble, 1991; van IJzendoorn & Bakermans-Kranenburg, 1996), 팬데믹으로 인한 사회적 거리두기 조치는 청년들의 애착 시스템의 불안정성을 야기할 수 있으며, 성인애착과 비교하여 상대적으로 안정적인 수준을 보이는 부모와의 관계의 질이 성인애착 시스템의 안정성을 복구 및 유지하는데 기여할 것으로 예상할 수 있다. 실제로, 팬데믹 동안 부모와의 긍정적인 관계가 자녀의 정신 건강에 보호 요인임을 확인한 연구 결

과들이 빠르게 축적 되어왔다(Prime, Wade, & Browne, 2020). 팬데믹 동안 가족 응집력이 높은 경우 정신 건강 문제의 발생이 줄어들었고(Bai, Liu, Zhang, Fu, Huang, & Guo, 2022), 높은 가족의 지지 수준이 정신 건강 문제를 완충하였으며(Bates, Nicholson, Rea, Hagy, & Bohnert, 2021), 낮은 부모의 심리적 고통 수준이 자녀의 정신 건강에 긍정적인 영향을 미쳤다(Wang, Henry, Del Toro, Scanlon, & Schall, 2021). 이처럼 가족관계가 코로나 팬데믹의 보호 요인임이 확인되었으나, 가족관계가 가진 다양한 측면을 면밀히 고려하는 연구는 부족하다. 또한, 한국 청년들의 코로나 스트레스 회복과 관련된 대표적인 보호 요인으로 대인관계 만족도(배정희, 2022)와 가족관계(김미숙, 강선경, 2021)가 확인되었으나, 경험적 증거들이 미비하여 후속 연구를 통한 결과의 축적이 필요한 상황이다. 이들 연구에서 코로나 팬데믹 동안 꾸준히 가족들과 많은 시간을 보낸 청년들의 경우 그렇지 않은 청년에 비해 주관적 안녕감과 적응 유연성을 경험하는 것으로 나타나, 청년기에도 부모의 역할이 중요함이 시사되었다.

이에 본 연구에서는 팬데믹 동안 보호 요인으로 확인된 가족의 기능을 좀 더 구체적으로 알아보기 위하여 자녀의 정서조절, 사회적 유능성, 그리고 적응을 예측하는 어머니의 정서적 가용성에 초점을 두고자 한다. 실제로 한 연구에서 부모의 작업 기억이 COVID-19 관련 스트레스와 자녀의 정신 건강에 영향을 미치는 것으로 밝혀져 어머니의 심리적 기능의 중요성이 시사되었다. 또한, 부모의 정서적 가용성과 지지가 아동의 정신 건강에 영향을 미치는 것으로 나타났다(Kelm, Diercks, & Dunning, 2023). 그러나 팬데믹 상황에서 청년기 성인애착과 어머니의 심리적 기능을 알아본 국내 연구는 전무할 뿐 아니라, 성인애착을 종단적 연구방법을 사용하여 추적하고 비교하는 연구가 미비하여 학문적 공백을 채울 필요가 있다.

이에 본 연구에서는 코로나 팬데믹 동안 청년의 성인애착 안정성 양상을 확인하고, 애착 안정성 기저의 어머니의 심리적 기능이 보호 요인임을 확인하고자 한다. 구체적으로, 코로나 팬데믹으로 인해 청년들의 성

인애착 양상에 변화가 있는지 확인하고 현재 경험하고 있는 어머니의 정서적 가용성이 청년기 성인애착의 안정성에 유의미한 보호 요인으로 기능하는지 알아볼 것이다. 본 연구는 다음의 연구문제를 갖는다.

2. 연구문제

- 연구문제 1. 코로나 팬데믹 동안 청년기 대학생의 성인애착 안정성은 어떠한 양상을 보이는가?
 연구문제 2. 코로나 팬데믹 동안 청년기 대학생의 대인관계불편감과 정서조절능력은 성인애착 유형에 따라 유의한 차이가 있는가?
 연구문제 3. 코로나 팬데믹 동안 어머니의 정서적 가용성은 청년기 성인애착 안정성과 관련이 있는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 코로나19 팬데믹이 성인애착 안정성에 미치는 영향을 알아보기로 연구1과 연구2로 시기를 나누어 경기도 소재 대학생 113명(남자 43명, 여자 70명)을 대상으로 실시하였다. 참여자의 연령은 만 19세 ~ 25세로, 평균 연령은 22.91($SD = 0.82$)세였다.

연구1에 참여한 인원은 총 160명이었다. 이 중 28명이 탈락, 132명이 연구 2에 참여하였다. 연구1과 연구2 사이 간격은 1년 6개월이며, 이 기간을 넘어 모집된 응답은 연구의 타당도를 위하여 분석에서 제외하였다. 이에 최종적으로 연구1과 2에 모두 참여한 113명의 응답쌍이 분석에 사용되었다.

연구1은 사회적 거리두기 정책이 활발하게 시행 중이던 2021년 3월부터 2021년 10월까지 비대면 온라인 설문 방식을 채택하여 구글 온라인 설문 플랫폼(<https://docs.google.com/forms>)을 통해 응답을 수집하였다. 분석에는 2021년 4월부터 7월까지의 응답 자료가 최종적으로 사용되었다.

연구2는 정부의 공식 팬데믹 종식 선언이 있는 후 2023년 4월부터 2023년 7월까지 4개월간 이루어졌다. 이 시기 동안은 일상 복귀가 활발하게 이루어지고 있어, 비대면 구글 설문 플랫폼을 통한 온라인 설문과 면대면 방식을 통한 오프라인 설문 방법을 모두 활용하였다.

2. 측정도구

1) 관계질문지(Relationship Questionnaire; RQ, Relationship Style Questionnaire; RSQ)

연구1, 연구2에 걸쳐 동일한 질문지를 통해 성인애착 유형을 측정하였다. 측정은 Bartholomew와 Horowitz (1991)의 관계질문지(Relationship Questionnaire; RQ)와 Griffin과 Bartholomew(1994)의 관계척도질문지(Relationship Style Questionnaire; RSQ)를 사용하였다.

두 척도는 모두 Hazan과 Shaver(1990)의 성인애착 연구를 기초로 성인애착을 안정형, 집착형, 무시형, 두려움형으로 분류한다(Brennan, Shaver, & Tobey, 1991; Scharfe, Bartholomew, 1994). Bartholomew와 Horowitz (1991)의 관계 질문지(RQ)는 각기 애착을 반영하는 4개의 진술문을 제시하고 있으며, 애착 유형별 각 1문항씩 총 4문항으로 구성된다 Griffin과 Bartholomew(1994)의 관계척도질문지(RSQ)는 7점 리커트 척도(1점 = 전혀 아니다, 7점 = 매우 그렇다)로 4가지 애착 유형을 설명하는 진술문이 각 한 문항씩 제시된다. 문항의 예로, 안정형 진술문은 ‘나는 다른 사람들과 감정적으로 가깝게 지내는 것이 쉽다. 나는 다른 사람에게 의존하는 것과 다른 사람들이 나에게 의존하는 것을 편하게 느낀다. 혼자 지내게 될까 봐, 또는 다른 사람들이 나를 받아주지 않을까 봐 걱정하지는 않는다.’이며, 무시형 진술문은 ‘나는 다른 사람들과 감정적으로 가깝게 지내지 않는 것이 편하다. 독립심을 느끼고 자기 충족감을 느끼는 것이 나에게 매우 중요하다. 나도 다른 사람에게 의존하지 않고, 남들도 나에게 의존하지 않는 것이 좋다.’가 있다. 각 진술문에 대하여 7점 척도 상에 자신과 일치하는 정도를 표시하고, 진술문 중 자신을

가장 잘 설명해주거나 자신과 가장 가까운 진술문 하나를 선택하는 방식이다.

Griffin과 Bartholomew(1994)의 관계척도질문지(RSQ)는 관계질문지(RQ)의 4개의 진술문에 해당하는 내용을 30문항으로 제시하여 관계질문지를 보완한 척도이다. 안정형 문항의 예로, ‘다른 사람과 정서적으로 친밀해지는 것은 쉬운 일이다. 다른 사람을 믿고 의지하는 것을 편안하게 느낀다.’, 집착형 문항의 예로, ‘다른 사람과 정서적으로 완전히 친밀해지기를 원한다. 내가 다른 사람을 가치 있게 보는 것만큼 다른 사람들은 나를 가치 있게 생각하지 않는 것 같아 걱정이 된다.’, 무시형 문항의 예로, ‘독립심을 느끼는 것은 내게 매우 중요하다. 정서적으로 친밀한 관계가 없을 때가 편안하다.’, 그리고 두려움형 문항의 예로 ‘다른 사람을 믿고 의지하기가 어렵다. 다른 사람과 너무 친밀해지면 상처를 받을 것 같아 걱정이 된다.’가 있다. 5점 리커트 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다, 5점 = 매우 그렇다)로 평정한다. 본 연구에서는 김지연과 정윤경(2018) 연구의 분석 방법에 따라 각 유형별 점수 평균을 산출하고 가장 높은 평균 점수를 보이는 유형을 개인의 애착 유형으로 분류하고, 만약 평균이 동일한 경우 분석에서 제외하였다. 척도 개발 당시 내적 신뢰도(Cronbach's α)는 .75였으며, 본 연구의 내적 신뢰도는 .82였다.

2) 대인관계 불안 척도(Interaction Anxiousness Scale; IAS)

코로나 팬데믹 동안 대학생이 경험하는 대인관계불편감을 측정하기 위하여, 연구1에서 Leary(1983)의 대인관계 불안 척도를 김남재(1995)가 번안한 한국판 대인관계 불안 척도(IAS)를 사용하였다. 본 척도는 ‘나는 다른 사람들과의 일상적인 만남에서 조차 자주 불안을 느낀다.’와 같이 사회적 상호작용 속에서 나타나는 대인 불안 증상을 측정하는 문항으로 구성된다. 5점 리커트 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다, 5점 = 완벽하게 그렇다)이며, 측정 범위는 15점에서 75점으로, 총 15문항 중 3, 6, 10, 15번의 4개 문항은 역채점 문항이다. 총점이 높을수록 대인관계 상호작용 시 불편감을 많이 경험하

는 것을 의미한다. Leary(1983)의 연구(1983)에서 내적 신뢰도(Cronbach's α)는 .88이었으며, 본 연구의 내적 신뢰도는 .90이었다.

3) 정서조절 질문지(Emotion Regulation Questionnaire; ERQ)

팬데믹 동안 대학생의 정서조절능력을 알아보기 위하여 연구1에서 최인영과 정윤경(2020)의 연구에서 사용한 정서조절 질문지(Emotion Regulation Questionnaire; ERQ)를 사용하여 측정하였다. ERQ는 Gross와 John(2003)이 개발하고 손재민(2005)이 번안한 총 10문항의 7점 리커트 척도(1점 = 전혀 그렇지 않다, 7점 = 완벽하게 그렇다)로, 정서조절의 2가지 전략인 반응억제 4문항, 인지적 재평가 6문항(1, 3, 5, 7, 8, 10번 문항)으로 구성되어 있다. 각 문항의 예시를 살펴보면, ‘나는 감정을 드러내지 않음으로써 감정을 통제한다.’는 반응억제를 나타내고, ‘나는 내가 처해있는 상황에 대한 생각을 바꿈으로써 감정을 조절한다.’는 인지적 재평가를 나타낸다(Gross, 1998). 본 연구에서는 각 하위문항의 합산점수를 사용하였으며, 반응억제의 점수범위는 4점에서 28점, 인지적 재평가의 점수범위는 6점에서 42점이다. 반응억제는 점수가 낮을수록, 인지적 재평가는 점수가 높을수록 정서 조절정서조절능력의 유능성을 나타낸다. 본 연구의 내적 신뢰도(Cronbach's α)는 .72였으며, 반응억제에 대한 내적 신뢰도는 .71, 인지적 재구성은 .82였다.

4) 정서적 가용성(Emotional Availability)

팬데믹 종식 직후 대학생이 현재 경험하고 있는 어머니와의 관계의 질은 연구2에서 Lum과 Phares(2005)가 개발하고 타당화 한 자녀가 지각한 어머니의 정서적 가용성 측정 도구를 사용하였다(Lum assessing the Emotional Availability of Parents; LEAP). 이 척도는 Biringen과 Robinson(1991)이 유아를 대상으로 자유 놀이 상황에서 부모-자녀 상호작용을 관찰하여 측정하는 기존 정서적 가용성 척도(Emotional Availability Scale;

EAS)에서 벗어나, 자녀가 지각하고 있는 부모의 정서적 가용성을 평가할 수 있도록 제작된 자녀용 자기보고식(self-report) 검사이다. 본 척도는 ‘나의 어머니는, 나의 고민들에 대해 기꺼이 이야기를 나누려 하신다.’와 같이 실제로 자녀가 경험하는 어머니에 대한 표상을 측정하도록 개발되었다. LEAP 척도는 아동기부터 후기 청소년을 대상으로 검사가 가능한 것으로 검증되었으며(Lum & Phares, 2005), 본 연구에서는 유천기(2012)가 변안한 척도를 사용하였다. 총 15문항, 5점 리커트 척도(1점 = ‘전혀 그렇지 않다’, 5점 = ‘매우 그렇다’)의 단일차원으로 구성되며, 응답 범위는 15점에서 75점이다. Lum과 Phares(2005) 연구의 내적 신뢰도(Cronbach's α)는 .90, 본 연구의 내적 신뢰도는 .81이었다.

3. 연구절차

본 연구는 총 2회에 걸쳐 단기 종단 연구의 형태의 설문 조사로 이루어졌다. 연구1은 팬데믹의 영향으로 강력한 사회적 거리두기 정책이 시행되던 시기였다. 이에, 대학의 수업이 온라인으로 이루어지고 있던 상황을 고려하여, 2021년 3월부터 10월까지 참가자를 모집하였다. 온라인 대화 커뮤니티와 대학의 온라인 수업을 통해 연구목적과 내용을 설명하고 참가자를 모집하였다. 연구 참여를 희망한 대상에게 연구의 목적, 방법, 자발적 참여 및 응답한 내용에 대한 비밀 보장과 연구 참여 중 중단 가능성에 대한 설명을 통해 윤리적 문제에 대한 충분한 설명 후, 대상자의 동의를 얻어 참여를 확정하였다. 최종 참여자들에게는 구글 설문지 링크를 전달하는 형식으로 연구 내용과 함께 참가자의 이름, 성별, 나이의 기본 정보에 대한 응답을 포함한 설문지를 비대면으로 수집하였다. 설문의 마지막 문항에 후속 연구에 대해 간략히 설명하고, 뒤따른 연구에도 지속적으로 참여할 의사를 물었다. 대상자가 자발적으로 참여를 희망하는 경우, 이후 참여 안내를 위한 전화번호를 추가 기입하는 방식으로 개인정보를 포함한 응답을 수집하였다. 최종 분석에는 2021년 4월부터 7월까지 4개

월 동안 수집된 응답을 분석하였다.

연구2는 2023년 4월부터 2023년 7월까지 4개월 동안 응답을 수집하였다. 연구1에서 수집한 후속 연구 희망자에 대한 개인정보를 바탕으로, 휴대폰 문자발송과 온라인 커뮤니티 메시지 전달 시스템을 통해 구글 설문지 형식을 사용하여 링크를 전달하였으며, 참여자가 자발적으로 후속 연구를 참여할지 결정하였다. 연구2가 시행된 시기는 코로나19 팬데믹의 영향이 잦아들고, 사회적 거리두기 규제가 해제되기 시작하였으며, 연구 기간 중 정부의 팬데믹 공식 종결 선언이 있었다. 이에, 연구 참여자인 대학생들은 대면 수업을 통해 일상생활 복귀가 이루어졌다. 이에 온라인과 오프라인을 병행하여 설문 조사를 실시하였다.

4. 자료분석

수집된 자료는 IBM SPSS Statistics version 23.0 (IBM, Armonk, NY, USA)을 사용하여 분석하였다. 먼저, 기술 통계치 분석 및 교차분석을 통해 자료의 전반적인 수치와 분포를 확인하고, 성인애착과 대인관계 불편감, 정서조절능력, 그리고 어머니의 정서적 가용성에 대한 차이 분석을 위해 일원배치분산분석(one-way ANOVA)을 실시하였다.

III. 결과 및 해석

1. 코로나 팬데믹 동안 대학생의 성인애착 안정성

연구 대상자들의 성인애착 유형을 알아보기 위하여 각 연구 시기마다, Bartholomew와 Horowitz(1991)의 질문지(RQ)와 Griffin과 Bartholomew(1994)의 질문지(RSQ)를 비교하여 산출하였다. RSQ에서 두 개 이상의 분류에서 동일하게 최고점을 보인 응답은 분석에서 제외하였고, 두 척도 모두에서 동일한 유형으로 분류된 경우의 응답만을 분석에 사용하였다. 분석에서 제외된 응답은 2021년 연구1에서 6명(전체의 4.3%), 2023

년 연구2에서 4명(전체의 2.9%)이다. 이들 총 10명의 응답은 미분류로 표시하고 이후 분석에서 제외되었다. 연구대상자의 성별 및 성인애착 유형에 따른 인원수에 대한 기술통계 실시 결과를 제시하였다(표 1 참조).

분석 결과, 성인애착 안정형은 연구1에서 전체의 18.60%, 연구2에서 전체의 31.90%를 차지하였다. 무시형은 연구1에서 전체의 11.50%, 연구2에서 전체의 23.90%를 차지하였다. 집착형은 연구1에서 전체의 23.90%, 연구2에서 전체의 27.40%를 차지하였다. 두려움형은 연구1에서 전체의 46.00%, 연구2에서 전체의 16.80%를 차지하였다. 다음으로, 대학생의 성인애착 유형이 팬데믹 동안과 비교하여 팬데믹 종식 후 차이가 나타나는지 알아보고 그 변화를 설명하는 요인을 찾기 위한 분석을 실시하였다.

표 1. 참여자의 성별, 인원 및 애착분포 ($N = 113$)

성인애착 유형		연구1	연구2
안정형	비율	18.60 (21명)	31.90 (36명)
	(인원)	(남3, 여18)	(남12, 여24)
무시형	비율	11.50 (13명)	23.90 (27명)
	(인원)	(남6, 여7)	(남8, 여19)
집착형	비율	23.90 (27명)	27.40 (31명)
	(인원)	(남14, 여13)	(남9, 여22)
두려움형	비율	46.00 (52명)	16.80 (19명)
	(인원)	(남15, 여37)	(남9, 여10)
미분류	비율	4.30 (6명)	2.9 (4명)
합계		남($n = 38$) 여($n = 75$)	

2. 코로나 팬데믹 동안 대학생의 성인애착 유형에 따른 대인관계불편감과 정서조절능력의 차이

대학생의 성인애착 유형에 따른 대인관계불편감과 정서조절능력을 알아보기 위해 연구1에서 수집한 응답을 바탕으로 성인애착 안정형, 무시형, 집착형, 두려움형의 4가지 유형에 따른 대인관계불편감과 정서조절능력의 차이를 분석한 일원분산분석(ANOVA) 결과를 표 2에 제시하였다.

분석 결과, 성인애착 유형에 따른 대인관계불편감은 안정형 평균 38.86($SD = 9.57$), 무시형 평균 44.69($SD = 9.74$), 집착형 평균 45.85($SD = 11.33$), 두려움형 평균 53.50($SD = 10.14$)으로 나타났다. Scheffé 사후검정 결과, 안정형과 두려움형($p < .001$)과 집착형과 두려움형($p < .05$) 사이 애착 유형별 대인관계불편감에서 유의미한 차이가 나타났다.

성인애착 유형에 따른 정서조절능력은 반응억제 전략의 경우 안정형의 평균은 15.71($SD = 3.95$), 무시형의 평균은 18.00($SD = 3.11$), 집착형의 평균은 15.04($SD = 4.79$), 두려움형의 평균은 17.33($SD = 4.51$)로 나타났다. 인지적 재평가 전략의 경우 안정형의 평균은 31.76($SD = 6.04$), 무시형의 평균은 29.54($SD = 4.64$), 집착형의 평균은 29.37($SD = 5.46$), 두려움형의 평균은 29.15($SD = 6.40$)로 나타났다.

사후분석 결과 정서조절능력에 있어 반응억제와 인지적 재평가 전략 모두에서 성인애착 유형에 따른 정서조절능력의 차이는 나타나지 않았다.

표 2. 팬데믹 동안(T1)성인애착유형에 따른 대인관계불편감과 정서조절능력

	평균 (표준편차)	안정형 (I)	무시형 (II)	집착형 (III)	두려움형 (IV)	F	Scheffé
대인관계 불편감	M (SD)	38.86 (9.57)	44.69 (9.74)	45.85 (11.33)	53.50 (10.14)	11.30***	I, III < IV
정서조절 반응억제	M (SD)	15.71 (3.95)	18.00 (3.11)	15.04 (4.79)	17.33 (4.51)	2.38	
정서조절 인지적 재평가	M (SD)	31.76 (6.04)	29.54 (4.64)	29.37 (5.46)	29.15 (6.40)	1.02	
		$n = 21$	$n = 13$	$n = 27$	$n = 52$		

*** $p < .001$.

3. 코로나 팬데믹 동안 대학생의 성인애착 안정성에 따른 대인관계불편감, 정서조절능력 및 어머니의 정서적 가용성의 차이

애착 안정성에 따른 대학생의 대인관계불편감, 정서조절능력, 그리고 어머니의 정서적 가용성의 차이를 알아보기 위하여 연구1과 연구2에 걸쳐 안정애착을 유지한 그룹을 1로 코딩하고, 불안정애착을 유지한 그룹(불안정애착 분류 내 이동 포함)을 2, 불안정애착에서 안정애착으로 변화한 그룹을 3 그리고, 안정애착에서 불안정애착으로 변화한 그룹을 4로 코딩하여 범주를 생성하였다. 그 결과, 안정애착을 유지한 그룹에 18명, 불안정애착을 유지한 그룹에 42명, 불안정애착에서 안정애착으로 변화가 있는 그룹에 51명 그리고, 안정애착에서 불안정애착으로 변화한 그룹에 2명이 포함되는 것을 확인하였다.

이를 바탕으로 성인애착 유형의 변화에 따른 대학생의 적응능력에 변화가 있는지 알아보기 위하여 각 그룹별 대인관계불편감, 정서조절능력, 그리고 어머니의 정서적 가용성에 대하여 빈도 분석 및 일원분산분석(ANOVA)를 실시하고 분석 결과를 표 3에 제시하였다.

1) 코로나 팬데믹 동안 성인애착 안정성에 따른 대인관계불편감의 차이

팬데믹 기간부터 팬데믹 종식 후 일상생활 복귀까지 안정애착을 유지한 집단(그룹1, $N = 18$)이 코로나 팬데

믹 동안 경험한 대인관계불편감은 평균 37.50($SD = 9.70$), 불안정애착을 유지한 집단(그룹2, $N = 42$)이 경험한 대인관계불편감은 평균 50.64($SD = 11.15$), 불안정애착에서 안정애착으로 변화한 집단(그룹3, $N = 51$)이 경험한 대인관계불편감은 평균 49.51($SD = 10.97$), 안정애착에서 불안정애착으로 변화한 집단(그룹4, $N = 2$)이 경험한 대인관계불편감은 평균 45.00($SD = 2.83$)으로 나타났다. Scheffé 사후검정 결과, 안정형을 유지한 집단이, 불안정형을 유지한 집단과 불안정애착에서 안정애착으로 변화한 집단과 비교하여, 팬데믹 동안 대인관계불편감을 낮게 경험한 것으로 확인되었다($F = 6.88, p < .001$)(그림 1 참조).

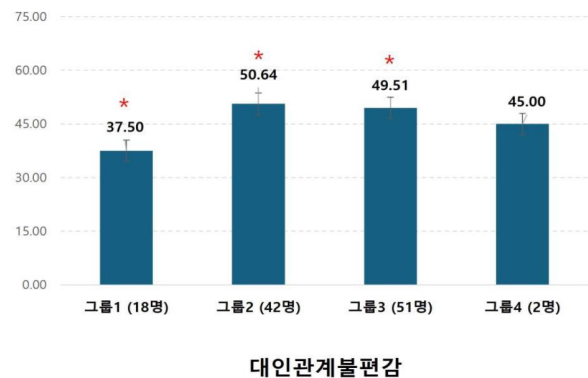


그림 1. 성인애착 안정성과 대인관계불편감

표 3. 팬데믹 시기(T1, T2) 동안 성인애착 유형의 변화와 관련 변인들

($N = 113$)

변화 유형	평균 (표준편차)	안정형→ 안정형 (그룹1)	불안정형→ 불안정형 (그룹2)	불안정형→ 안정형 (그룹3)	안정형→ 불안정형 (그룹4)	F	Scheffé (그룹)
대인관계불편감	M (SD)	37.50 (9.70)	50.64 (11.15)	49.51 (10.97)	45.00 (2.82)	6.88***	1 < 2, 3
정서조절 반응억제	M (SD)	15.83 (4.09)	17.60 (4.72)	16.12 (4.19)	12.50 (4.95)	1.68	
정서조절 인지적 재평가	M (SD)	32.56 (6.87)	29.29 (.96)	29.06 (.73)	31.00 (3.00)	1.71	
어머니의 정서적 가용성	M (SD)	68.22 (6.41)	50.08 (15.63)	63.63 (8.08)	72.00 (.00)	15.81***	2 < 1, 3
		$n = 18$	$n = 42$	$n = 51$	$n = 2$		

*** $p < .001$.

2) 코로나 팬데믹 동안 성인애착 안정성에 따른 정서조절능력의 차이

성인애착의 변화에 따른 정서조절능력의 경우, 팬데믹 기간부터 팬데믹 종식 후 일상생활 복귀까지 안정애착을 유지한 집단(그룹1)의 정서조절능력은 반응억제 평균 15.83($SD = 4.09$), 인지적 재평가 평균 32.56($SD = 6.87$), 불안정애착을 유지한 집단(그룹2)의 정서조절능력은 반응억제 평균 17.60($SD = 4.72$), 인지적 재평가 평균 29.29($SD = .96$)로 나타났다. 불안정애착에서 안정애착으로 변화한 집단(그룹3)의 정서조절능력은 반응억제 평균 16.12($SD = 4.19$), 인지적 재평가 평균 29.06($SD = .73$) 였으며, 안정애착에서 불안정애착으로 변화한 집단(그룹4)의 정서조절능력은 반응억제 평균 12.50($SD = 4.95$), 인지적 재평가 평균 31.00($SD = 3.00$)으로 나타났다. 그러나, 통계적으로 유의미한 수준에서의 집단 간 차이는 나타나지 않았다(반응억제 $F = 1.68, p = .18$, 인지적 재평가 $F = 1.71, p = .17$)(그림 2 참조).

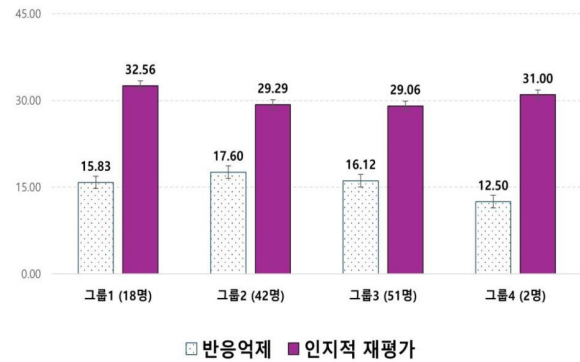


그림 2. 성인애착 안정성과 정서조절능력

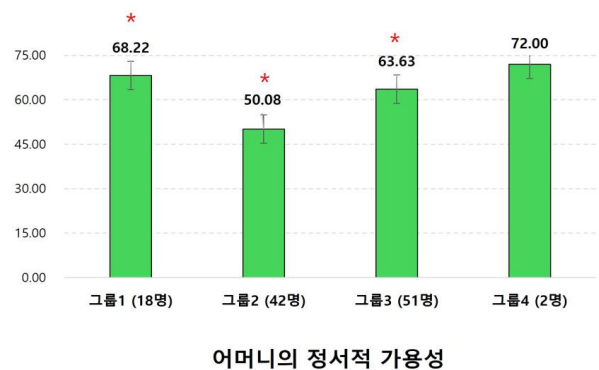


그림 3. 성인애착 안정성과 어머니의 정서적 가용성

3) 코로나 팬데믹 동안 성인애착 안정성과 현재 경험하는 어머니의 정서적 가용성의 관계

마지막으로, 각 집단이 경험하는 어머니의 정서적 가용성의 차이를 알아보았다. 팬데믹 기간부터 종식 후 일상생활 복귀까지 안정애착을 유지한 집단(그룹1, $N = 18$)이 경험하는 어머니의 정서적 가용성은 평균 68.22($SD = 6.41$)로 나타났으며, 불안정애착을 유지한 집단(그룹2, $N = 42$)이 경험하는 어머니의 정서적 가용성은 평균 50.08($SD = 15.63$)으로 나타났다. 불안정애착에서 안정애착으로 변화한 집단(그룹3, $N = 51$)이 경험하는 어머니의 정서적 가용성은 평균 63.63($SD = 8.08$)로 나타났다. 안정애착에서 불안정애착으로 변화한 집단(그룹4, $N = 2$)이 경험하는 어머니의 정서적 가용성은 평균 72($SD = .00$)로 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로 일원분산분석(ANOVA)을 실시한 결과 통계적으로 유의미한 수준에서 집단 간 차이가 발견되었다($F = 15.81, p < .001$). Scheffé의 사후분석 결과, 코로나 팬데믹을

경험하는 동안 그리고 일상 복귀 후에도 여전히 안정애착을 유지하고 있는 집단(그룹1)은 불안정애착을 유지하는 집단(그룹2)과 비교하여, 통계적으로 유의미한 수준으로 어머니의 정서적 가용성을 더 많이 경험하고 있는 것으로 나타났다($p < .05$). 또한, 팬데믹 기간 동안 불안정애착을 보였으나 일상생활 복귀 후 안정애착으로 변화한 집단(그룹3)의 경우 불안정애착을 계속 유지하고 있는 집단(그룹2)과 비교하여 더 높은 어머니의 정서적 가용성을 경험하고 있었다($p < .001$)(그림 3 참조).

IV. 논의 및 결론

본 연구는 단기 종단 연구 방법을 사용하여 코로나 팬데믹을 경험하는 대학생 청년들의 적응과 애착 안정성의 관계를 알아보고자 하였으며 연구 결과를 정리하면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 성인애착 유형은 팬데믹 시기와 종식 후 안정성과 변화를 모두 보였다. 연구에 참여한 대학생들은 약 2년의 간격을 두고 측정한 성인애착 분류에서 동일한 유형으로 분류된 경우와 각기 다른 유형으로 분류된 경우가 모두 존재하였다.

안정애착을 유지한 집단은 총 18명으로 전체의 약 17.48%를 차지하였고, 불안정애착을 유지한 집단은 총 42명으로 전체의 약 40.78%를 차지하였다. 팬데믹 동안 불안정애착으로 분류되었으나 팬데믹 종식 후 안정애착으로 변화한 집단은 총 51명으로 전체의 39.81%를 차지하였고, 안정애착에서 불안정애착으로 변화한 집단은 총 2명으로 전체의 1.94%를 차지하였다. 이는 애착 유형이 개인의 생애 동안 일정한 상황에서 변화를 경험할 수 있음을 시사한다. 애착 유형은 상대적으로 안정적이라고 여겨지나, 일부 연구들에서 상당한 변화성과 유연성이 보고되고 있다(Banai, Weller, & Mikulincer, 1998; Bowlby, 1973; Fraley & Brumbaugh, 2004). 예를 들어, 영유아의 32% 정도가 시간이 지남에 따라 애착 유형의 변화를 보였고, 비슷한 비율이 초기 성인들을 대상으로 한 연구에서도 확인된 바 있으며(Baldwin & Fehr, 1995), 급성 스트레스 상황에서는 최대 46%까지 애착 유형이 변화함이 보고된 바 있다(Cozzarelli, Karafa, Collins, & Tagler, 2003). 이처럼, 중대한 생활 사건이나 큰 스트레스를 경험하는 동안에는 애착 유형의 변화가 더욱 빈번하게 관찰될 수 있으며, Bowlby 역시 애착의 변화 가능성에 개방적이었다. 본 연구에서 코로나 팬데믹 동안 성인애착 유형의 변화를 관찰하였으며, 이를 통해 애착 유형이 고정되어 있는 특성이 아니라 다양한 외부 요인과 내부의 발달 과정에 의해 변화될 수 있음을 확인하였다.

둘째, 성인애착 측정도구에 대한 논의로, 본 연구에서는 성인애착 측정에 신뢰도를 높이하고자 관계질문지(RQ)와 이를 보완한 관계척도질문지(RSQ)를 사용하여 교차 검증을 통해 애착을 측정하였다. 성인애착의 4가지 유형을 한 문단으로 제시하여 측정하는 관계질문지(RQ)가 가진 단점을 보완하는 관계척도질문지(RSQ)를 사용하여 보다 신뢰로운 측정이 가능하도록 하였을

뿐 아니라, 관계질문지(RQ)와 관계척도질문지(RSQ)의 응답을 비교하여 두 척도 모두에서 가장 높은 점수를 보인 응답을 개인의 애착 유형으로 분류하는 방법을 통해 보다 정확한 분류가 가능하였다.

셋째, 성인애착과 대인관계불편감의 관련성을 알아본 결과 안정애착이 대인관계적응과 관련된다는 애착 이론의 기본 가정을 다시 한번 확인하였다(강수진, 최영희, 2011; 박은희, 최은실, 2015; Bowlby, 1978; 1979; Fonagy, 2002; Sharabany, 2013). 연구 결과, 팬데믹의 환경적 위협 상황에서도 안정애착을 유지한 집단은 불안정애착을 유지하거나 불안정애착에서 안정애착으로 변화한 집단에 비해 대인관계 불안을 덜 경험한 것으로 나타났다.

넷째, 성인애착과 정서조절능력의 관계를 알아본 결과, 성인애착의 안정성과 변화에 따른 정서조절능력의 차이가 발견되지 않았다. 그러나 선행 연구들(Gross, 2002; Gross & John, 2003; Gross & Thompson, 2007)에서 인지적 재평가는 정신 건강과 밀접한 관련이 있는 것으로 알려져 있을 뿐 아니라 애착과 정서조절능력 간의 관계를 고려할 때, 이러한 결과를 명확히 하는 후속 연구가 요구된다.

다섯째, 성인애착 안정성에 따라 대학생 자녀가 현재 경험하고 있는 어머니의 정서적 가용성에 있어 차이가 나타났다. 안정애착 집단이 불안정애착 집단에 비해 높은 수준으로 어머니의 정서적 가용성을 경험하고 있었는데 특히, 연구 기간 동안 애착유형의 변화와 어머니의 정서적 가용성의 관계는 주목할 만하다. 안정애착을 유지한 집단과 불안정애착에서 안정애착으로 변화한 집단의 경우 불안정애착을 유지한 집단과 비교하여 어머니의 정서적 가용성 경험 수준이 높았다. 이러한 결과는 안정애착을 촉진하는 어머니의 역할이 아동·청소년기뿐 아니라 청년기에도 중요하며, 대학생 자녀의 적응을 촉진하는 주요 보호 요인이 될 수 있음을 시사한다. 달리 말하면, 현재 청년들이 경험하는 부적응과 여러 정신 건강의 어려움에 여전히 부모-자녀 관계가 영향을 미칠 가능성이 있겠다. 따라서, 청년 대상 부적응 예방 및 치료 장면에서 현재 부모와의 관계를 평가

하고, 개입 대상에 포함시킬 필요가 있음을 시사한다. 실제로, 연구자들은 정서적 가용성의 개념을 정신 건강 증진 및 부적응 예방 프로그램에 적용할 것을 권장하고 있으며(Cicchetti, 1993; Cicchetti, & Toth, 1995, 2009), 외국의 경우 정신 건강 평가와 개입에 애착 대상인 주 양육자와의 관계를 포함하는 다양한 시도들이 이루어지고 있다. 국내에서도 정서적 가용성의 개념이 건강한 부모-자녀 관계와 안정적인 애착의 형성을 촉진하는 장면에 소개되길 바란다.

여섯째, 애착 연구에서 성별이 애착 발달에 미치는 영향에 대해서는 아직 연구자들 간 명확한 합의가 이루어진 바가 없어 경험적 증거들의 축적이 요구된다. 본 연구에서는 성인애착 유형과 성별 간 관련성이 나타나지 않았는데, 이는 아동 후기에서 청소년기로 전환되는 시기에 성별에 따른 애착 유형의 차이가 나타나지 않는다는 선행 연구와 일치하는 결과이며(Ammaniti, Van Ijzendoorn, Speranza, & Tambelli, 2000), 애착과 성별의 관계를 청년기까지 확장하여 조사하였다는 점에서 의의가 있다.

마지막으로, 본 연구가 진행되는 동안 대학생의 성인애착 유형이 유지된 경우는 전체의 58.25%($N = 60$, Total = 103), 변화한 경우는 전체의 41.75%($N = 43$, Total = 103)를 차지하였다. 앞서 서술한 바와 같이 애착 유형이 일정 상황에서 약 32%에서부터 최대 46%까지 변화하는 것으로 확인된 선행 연구와 일치하는 결과이다(Baldwin & Fehr, 1995; Cozzarelli et al., 2003).

Allen, McElhaney, Kuperminc과 Jodl(2004)의 2년에 걸친 종단 연구에서, 어머니와 좋은 관계를 유지했던 청소년은 안정애착을 유지하였으나, 그렇지 못한 경우 불안정애착으로 변화하는 것으로 나타났다. 같은 맥락으로 본 연구에서 역시 팬데믹을 기점으로 안정애착을 유지하는 집단이 그렇지 않은 집단보다 어머니의 정서적 가용성을 더 많이 경험하고 있는 것으로 나타났다. 더불어, 팬데믹 동안 불안정애착으로 분류되었다가 팬데믹 종식 후 안정애착으로 변화한 대학생의 경우 어머니의 정서적 가용성을 더 많이 경험하는 것으로 보고하였다. 이는 개인의 정서조절능력을 압도하는 과도

한 스트레스 상황에서 부모와의 상호작용이 이를 완충하지 못할 경우 시간이 지남에 따라 자녀의 안정적인 애착의 수준이 상대적으로 감소할 것이라는 연구자들의 예측을 지지하는 결과이다(Allen et al., 2004; Allen, Grande, & Tan, 2018). 이처럼, 본 연구는 애착의 안정성과 변화를 기술하고 연구 결과의 축적이 필요한 청년기 애착 안정성에 대한 경험적 증거를 더하였다는 점에서 의의가 있다.

그 외에 후속 연구에서 고려해야 할 점을 몇 가지 언급하면 다음과 같다.

첫째, 대규모 종단 연구의 필요성이다. 애착의 안정성을 조사하기 위해서는 종단적 연구가 필수적이다. 국내의 경우 청소년기를 거쳐 청년기, 그리고 노인기까지 애착의 발달과 그 궤도를 조사한 연구가 부족하다. 후속 연구에서는 장기 종단적 접근을 통해 객관적 증거들이 풍부하게 축적되어야 할 것이다.

둘째, 안정적인 애착의 발달에 영향을 미치는 다양한 변인들을 발굴하고 탐색할 필요가 있다. 지금까지 안정애착과 관련하여 어머니의 민감성(maternal sensitivity)을 다루는 연구는 활발하게 진행되어왔다(Ainsworth, Blehar, Waters, & Wall, 1978). 그러나, 어머니의 민감성이 주로 생애 초기 영아의 애착 발달을 설명하고 있다는 점에서 이를 아동기 이후 전 생애 발달에 적용하는데는 한계가 있다(Bakermans-Kranenburg, Van Ijzendoorn, & Juffer, 2003). 하나의 대안으로 본 연구에서 조사한 정서적 가용성은 부모의 민감성 외에도 안정애착을 촉진하는 추가적인 특성을 포함하는 틀(frame work)이 될 수 있다(Biringen, Harman, Saunders, Robinson, & Emde, 2017). 후속 연구들에서는 아동이 발달함에 따라 변화하는 다양한 부모-자녀 상호작용의 특성을 포함하여 전 생애 발달의 관점으로 애착 연구가 확장되어야 할 것이다.

셋째, 본 연구에서는 연구2 시기에 어머니의 정서적 가용성만을 조사하였다는 점에서 한계가 있다. 후속 연구에서는 실제로 어머니의 정서적 가용성이 안정적인 애착을 촉진하는지 확인할 필요가 있으며, 어머니의 정서적 가용성을 기반으로 하는 개입 프로그램을 개발하

고 효과성을 검증하는 것이 필요할 것이다.

넷째, 본 연구에서 성인애착을 알아보고자 사용한 척도는 대학생의 전반적인 친밀한 관계에 대해 측정하고 있기에, 후속 연구에서는 실제 낭만적인 연인 관계에서도 동일한 결과가 나타나는지 확인할 필요가 있겠다. 또한, 본 연구에서는 연령과 성별 외 사회경제적 지위 등과 같은 통제 변수가 포함되지 않았다. 향후 연구에서는 실제로 사회문화적인 변인들의 영향까지 고려한 연구 설계를 통해 애착의 발달 양상을 통합적으로 알아볼 필요가 있다.

끝으로, 코로나 팬데믹이라는 역경의 시기에도 정서적 유대의 애착 경험이 보호 요인으로 작용할 수 있음을 확인하였다. 이러한 결과가 앞으로 우리 사회를 이끌어갈 청년들의 적응과 번영을 돕는 과정에 쓰이길 바란다.

참고문헌

- 강수진, 최영희 (2011). 성인애착이 대인관계능력에 미치는 영향-정서조절양식과 사회불안을 매개변인으로. *인간발달연구*, 18(3), 53-68.
- 김갑순, 박윤조 (2021). 코로나 19 에 의한 대학생들의 스트레스에 대한 질적 연구. *한국콘텐츠학회논문지*, 21(9), 644-651.
<https://doi.org/10.5392/jkca.2021.21.09.644>
- 김남재 (1995). 대인불안의 측정에 대한 연구. *한국심리학회지: 임상*, 14(1), 73-81.
- 김미숙, 강선경 (2021). COVID-19 대유행이 청년세대의 정신건강에 미치는 영향. *생명연구*, 60, 133-153.
<https://doi.org/10.17924/solc.2020.60.133>
- 김이레, 권진아, 김영주 (2022). 코로나 19가 개인의 정신건강에 미치는 영향: 생애주기별 비교를 중심으로. *비판사회정책*, (74), 7-37.
<https://doi.org/10.47042/ACSW.2022.2.74.7>
- 김지연, 정윤경 (2018). 청년기 애착과 자서전적 기억의 관계. *청소년학연구*, 25(5), 131-160.
<https://doi.org/10.21509/KJYS.2018.05.25.5.131>
- 박은희, 최은실 (2015). 성인애착과 대학생활적응의 관계에서 자아존중감과 대인관계능력의 매개효과. *한국심리학회지: 발달*, 28(1), 57-79.
- 배정희 (2022). 코로나19 전후 청년의 삶의 만족도 변화와 우울 변화의 관계. *사회복지연구*, 53(4), 121-146.
<https://doi.org/10.16999/kasws.2022.53.4.121>
- 손재민 (2005). 정서조절 방략 사용에서의 개인차: 인지적 재해석인과 정서표현 억제인의 비교. *서울대학교 대학원 박사학위논문*.
- 안혜령, 홍예지 (2022). 대학생이 지각하는 일상에 미치는 코로나19 영향이 우울, 불안, 스트레스에 미치는 영향: 심리적 안녕감과 인지적 유연성의 순차매개효과. *인간발달연구*, 29(1), 101-126.
<https://doi.org/10.15284/kjhd.2022.29.1.101>
- 유천기 (2013). 청소년이 지각한 어머니의 정서적 가용성과 친구관계 및 문제행동과의 관계: 정서지능을 매개로. *가톨릭대학교 대학원 석사학위논문*.
- 윤서연, 백유진, 김종완 (2021). 코로나19 확산에 따른 대학생 대상 국내의 정신건강 연구 리뷰. *지역과 세계*, 45(3), 249-286.
<https://doi.org/10.33071/ssricb.45.3.202109.249>
- 윤태경, 홍지영 (2022). 대학생의 코로나 스트레스가 대학생 활적응에 미치는 영향: 부적응적 인지적 정서조절전략과 우울의 매개효과. *재활심리연구*, 29(4), 57-72.
<http://doi.org/10.35734/karp.2022.29.4.004>
- 이종만 (2020). 코로나 19 원격 교육에서 외로움과 유튜브 과다사용이 대학생활적응에 미치는 영향에 대한 탐색적 연구. *한국콘텐츠학회논문지*, 20(7), 342-351.
<https://doi.org/10.5392/jkca.2020.20.07.342>
- 주진영, 이세경, 원형중 (2021). COVID-19(코로나) 발생 전후로 나타난 청년의 여가활동유형과 우울감 관계. *한국여가레크리에이션학회지*, 45(2), 87-99.
<https://doi.org/10.26446/kjlrp.2021.6.45.2.87>
- 최아라 (2021). 코로나 스트레스가 대학생의 우울에 미치는 영향: 자기조절능력의 매개효과. *청소년학연구*, 28(12), 89-107.
<https://doi.org/10.5934/kjhe.2022.31.5.617>
- 최인영, 정윤경 (2020). 실행기능과 정서조절의 관련성: 정서인식 명확성을 매개로. *한국심리학회지: 발달*, 33(2), 87-102.
<https://doi.org/10.35574/KJDP.2020.6.33.2.87>
- 황광훈, 조용운 (2022). 2020-21년 코로나 시기의 노동시장 동향 및 특징. *고용동향브리프*, 2022년 7호. 충북: 한국고용정보원.
- Ainsworth, M. S. (1979). Infant-mother attachment. *American Psychologist*, 34(10), 932-937.
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.932>
- Ainsworth, M. S. (1982). The development of infant-mother attachment. In *The beginning: Readings on infancy* (pp. 133-143). NY: Columbia University Press.
- Ainsworth, M. S., & Bowlby, J. (1991). An ethological approach to personality development. *American Psychologist*, 46(4), 333-341.

- <https://doi.org/10.1037/0003-066X.46.4.333>
- Ainsworth, M. S., Blehar, M. C., Waters, E., & Wall, S. (1978). *Patterns of attachment: A psychological study of the strange situation*. UK: Psychology Press.
- Allen, J. P., Grande, L., Tan, J., & Loeb, E. (2018). Parent and peer predictors of change in attachment security from adolescence to adulthood. *Child Development*, 89(4), 1120-1132.
<https://doi.org/10.1111/cdev.12840>
- Allen, J. P., McElhaney, K. B., Kuperminc, G. P., & Jodl, K. M. (2004). Stability and change in attachment security across adolescence. *Child Development*, 75(6), 1792-1805.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8624.2004.00817.x>
- Allen, J. P., Moore, C., Kuperminc, G., & Bell, K. (1998). Attachment and adolescent psychosocial functioning. *Child Development*, 69(5), 1406-1419.
- Ammaniti, M., Van IJzendoorn, M. H., Speranza, A. M., & Tambelli, R. (2000). Internal working models of attachment during late childhood and early adolescence: An exploration of stability and change. *Attachment & Human Development*, 2(3), 328-346.
<https://doi.org/10.1080/14616730010001587>
- Bai, Y., Liu, X., Zhang, B., Fu, M., Huang, N., & Guo, J. (2022). Associations of youth mental health, parental psychological distress, and family relationships during the COVID-19 outbreak in China. *BMC Psychiatry*, 22, 3938.
<https://doi.org/10.1186/s12888-022-03938-8>
- Bakermans-Kranenburg, M. J., van IJzendoorn, M. H., & Juffer, F. (2003). Less is more: Meta-analyses of sensitivity and attachment interventions in early childhood. *Psychological Bulletin*, 129(2), 195-215.
<https://doi.org/10.1037/0033-2909.129.2.195>
- Baldwin, M. W., Keelan, J. P. R., Fehr, B., Enns, V., & Koh-Rangarajoo, E. (1996). Social-cognitive conceptualization of attachment working models: Availability and accessibility effects. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(1), 94-109.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.1.94>
- Baldwin, M. W., & Fehr, B. (1995). On the instability of attachment style ratings. *Personal Relationships*, 2(3), 247-261.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1995.tb00090.x>
- 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), 226-244.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.2.226>
- Bates, C. R., Nicholson, L. M., Rea, E. M., Hagy, H. A., & Bohnert, A. M. (2021). Life interrupted: Family routines buffer stress during the COVID-19 pandemic. *Journal of Child and Family Studies*, 30(11), 2641-2651.
<https://doi.org/10.1007/s10826-021-02063-6>
- Biringen, Z., & Robinson, J. (1991). Emotional availability in mother-child interactions: A reconceptualization for research. *American Journal of Orthopsychiatry*, 61(2), 258-271.
<https://doi.org/10.1037/h0079238>
- Biringen, Z., Altenhofen, S., Aberle, J., Baker, M., Brosal, A., Bennett, S., Coker, E., Lee, C., Meyer, B., Moorlag, A., & Swaim, R. (2012). Emotional availability, attachment, and intervention in center-based child care for infants and toddlers. *Development and Psychopathology*, 24(1), 23-34.
<https://doi.org/10.1017/S0954579411000630>
- Biringen, Z., Harman, J. J., Saunders, H., & Emde, R. N. (2017). Attachment security and emotional availability: The broadening of two prominent concepts. In N. R. Sifton (Ed.), *Family dynamics and romantic relationships in a changing society* (pp. 246-265). Hershey, PA: Information Science Reference/IGI Global Publishing.
<https://doi.org/10.4018/978-1-5225-2404-5.ch013>
- Booth-LaForce, C., Groh, A. M., Burchinal, M. R., Roisman, G. I., Owen, M. T., & Cox, M. J. (2014). The adult attachment interview: Psychometrics, stability and change from infancy, and developmental origins: V. Caregiving and contextual sources of continuity and change in attachment security from infancy to late adolescence. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 79(3), 67-84.
<https://doi.org/10.1111/mono.12114>
- Bowlby, J. (1958). The nature of the child's tie to his mother 1. *International Journal of Psycho-Analysis*, 39, 350-373.
- Bowlby, J. (1973). *Attachment and loss. Vol. 2: Separation: anxiety and anger*. New York, NY: Basic Books.
- Bowlby, J. (1977). The making and breaking of affectional bonds. I. Aetiology and psychopathology in the light of attachment theory. An expanded version of the Fiftieth Maudsley Lecture, delivered before the Royal College of Psychiatrists. *The British Journal of Psychiatry*, 130(3), 201-210.
<https://doi.org/10.1192/bjp.130.3.201>
- Bowlby, J. (1979). The bowlby-ainsworth attachment theory. *Behavioral and Brain Sciences*, 2(4), 637-638.
<https://doi.org/10.1017/S0140525X00064955>
- Bowlby, J. (1980). *Attachment and Loss. (Vol. 3): Loss, sadness and depression*. New York: Basic Books.

- Bowlby, J. (1981). Psychoanalysis as art and science 1. *Higher Education Quarterly*, 35(4), 465-482.
<https://doi.org/10.1111/j.1468-2273.1981.tb01317.x>
- Bowlby, J. (1988). *A secure base: Parent-child attachment and healthy human development*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (2018). The nature of the child's tie to his mother 1. In *Influential Papers from the 1950s* (pp. 222-273). UK: Routledge.
- Brennan, K. A., Shaver, P. R., & Tobey, A. E. (1991). Attachment styles, gender and parental problem drinking. *Journal of Social and Personal Relationships*, 8(4), 451-466.
<https://doi.org/10.1177/026540759184001>
- Brown, B. B., & Larson, J. (2009). Peer relationships in adolescents. In R. M. L. Steinberg (Ed.), *Handbook of adolescent psychology: Contextual influences on adolescent development* (Vol. 2, 3rd ed., pp. 74-104). Hoboken, NJ: Wiley.
- Cassidy, J. (1994). Emotion regulation: Influences of attachment relationships. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 59(2-3), 228-249.
<https://doi.org/10.1111/j.1540-5834.1994.tb01287.x>
- Cassidy, J., & Mohr, J. J. (2001). Unsolvability, fear, trauma, and psychopathology: Theory, research, and clinical considerations related to disorganized attachment across the life span. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 8(3), 275-298.
<https://doi.org/10.1093/clipsy.8.3.275>
- Chauhan, R., Awasthi, P., & Verma, S. (2014). Attachment and psychosocial functioning: An overview. *Social Science International*, 30(2), 331-344.
- Cicchetti, D. (1993). Developmental psychopathology: Reactions, reflections, projections. *Developmental Review*, 13(4), 471-502.
<https://doi.org/10.1006/drev.1993.1021>
- Cicchetti, D., & Toth, S. L. (1995). A developmental psychopathology perspective on child abuse and neglect. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 34(5), 541-565.
<https://doi.org/10.1097/00004583-199505000-00008>
- Cicchetti, D., & Toth, S.L. (2009). The past achievements and future promises of developmental psychopathology: The coming of age of a discipline. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 50(1-2), 16-25.
<https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2008.01979>
- Collins, N. L. (1996). Working models of attachment: Implications for explanation, emotion, and behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(4), 810-832.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.71.4.810>
- Consedine, N. S., & Magai, C. (2006). Emotional development in adulthood: A developmental functionalist review and critique. In C. Hoare (Ed.), *Handbook of adult development and learning* (pp. 123-148). UK: Oxford University Press.
- Cook, W. L. (2000). Understanding attachment security in family context. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(2), 285-294.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.78.2.285>
- Cozzarelli, C., Karafa, J. A., Collins, N. L., & Tagler, M. J. (2003). Stability and change in adult attachment styles: Associations with personal vulnerabilities, life events, and global construals of self and others. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 22(3), 315-346.
<https://doi.org/10.1521/jscp.22.3.315.22888>
- Crowell, J. A., Treboux, D., & Waters, E. (2002). Stability of attachment representations: The transition to marriage. *Developmental Psychology*, 38(4), 467-479.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.38.4.467>
- Erikson, E. (1959). Theory of identity development. In E. Erikson (Ed.), *Identity and the life cycle*. Nueva York: International Universities Press.
- Erikson, E. H. (1994). *Identity: Youth and crisis*. NY: W. W. Norton & Company.
- Fonagy, P. (2002). Patterns of attachment, interpersonal relationships and health. In *Health and social organization* (pp. 141-167). UK: Routledge.
- Fraley, R. C. (2002). Attachment stability from infancy to adulthood: Meta-analysis and dynamic modeling of developmental mechanisms. *Personality and Social Psychology Review*, 6(2), 123-151.
https://doi.org/10.1207/S15327957PSPR0602_03
- Fraley, R. C., & Brumbaugh, C. C. (2004). A dynamical systems approach to conceptualizing and studying stability and change in attachment security. In W. S. Rholes & J. A. Simpson (Eds.), *Adult attachment: Theory, research, and clinical implications* (pp. 86-132). NY: Guilford Publications.
- Fraley, R. C., & Roisman, G. I. (2014). The adult attachment interview: Psychometrics, stability and change from infancy, and developmental origins: III. Categories or dimensions? A taxometric analysis of the adult attachment interview. *Monographs of the Society for Research in Child Development*, 79(3), 36-50.
<https://doi.org/10.1111/mono.12112>
- Fraley, R. C., & Spieker, S. J. (2003). Are infant attachment patterns continuously or categorically distributed? A

- taxometric analysis of strange situation behavior. *Developmental Psychology*, 39(3), 387-404.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.39.3.387>
- Fraley, R. C., Heffernan, M. E., Vicary, A. M., & Brumbaugh, C. C. (2011). The experiences in close relationships—relationship structures questionnaire: A method for assessing attachment orientations across relationships. *Psychological Assessment*, 23(3), 615-625.
<https://doi.org/10.1037/a0022898>
- Fraley, R. C., Vicary, A. M., Brumbaugh, C. C., & Roisman, G. I. (2011). Patterns of stability in adult attachment: An empirical test of two models of continuity and change. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(5), 974-992.
<https://doi.org/10.1037/a0024150>
- Furman, W., & Flanagan, A. S. (1997). The influence of earlier relationships on marriage: An attachment perspective. In W. K. Halford & H. J. Markman (Eds.), *Clinical handbook of marriage and couples interventions* (pp. 179-202). NY: John Wiley & Sons, Inc.
- Germani, A., Buratta, L., Delvecchio, E., & Mazzeschi, C. (2020). Emerging adults and COVID-19: The role of individualism-collectivism on perceived risks and psychological maladjustment. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(10), 3497.
<https://doi.org/10.3390/ijerph17103497>
- Griffin, D. W., & Bartholomew, K. (1994). Models of the self and other: Fundamental dimensions underlying measures of adult attachment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67(3), 430-445.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.67.3.430>
- Gross, J. J. (1998). Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224-237.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.1.224>
- Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.
<https://doi.org/10.1017/S0048577201393198>
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348>
- Gross, J. J., & Thompson, R. A. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (pp. 3-24). NY: The Guilford Press.
- Guarnieri, S., Smorti, M., & Tani, F. (2015). Attachment relationships and life satisfaction during emerging adulthood. *Social Indicators Research*, 121(3), 833-847.
<https://doi.org/10.1007/s11205-014-0655-1>
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1990). Love and work: An attachment-theoretical perspective. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59(2), 270-280.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.2.270>
- Hazan, C., & Shaver, P. R. (1994). Deeper into attachment theory. *Psychological Inquiry*, 5(1), 68-79.
https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_15
- Hinde, R., & Lorenz, K. (1996). Attachment theory (Bowlby 1969, 1973, 1980) is a theory of the origin and nature of love. It has roots in psychoanalytic theory, ethology, control systems theory, and World War II. Trained in psychoanalytic child. *Human Nature*, 7(1), 1-38.
- Holmes, E. A., O'Connor, R. C., Perry, V. H., Tracey, I., Wessely, S., Arseneault, L., Ballard, C., Christensen, H., Silver, R. C., Everall, I., Ford, T., John, A., Kabir, T., King, K., Madan, I., Michie, S., Przybylski, A. K., Shafran, R., Sweeney, A., Worthman, C. M., Yardley, L., Cowan, K., Cope, C., Hotopf, M., & Bullmore, E. (2020). Multidisciplinary research priorities for the COVID-19 pandemic: A call for action for mental health science. *The Lancet Psychiatry*, 7(6), 547-560.
[https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(20\)30168-1](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(20)30168-1)
- Horeh, D., & Brown, A. D. (2020). Traumatic stress in the age of COVID-19: A call to close critical gaps and adapt to new realities. *Psychological Trauma: Theory, Research, Practice, and Policy*, 12(4), 331-335.
- Huang, Y., & Zhao, N. (2020). Generalized anxiety disorder, depressive symptoms and sleep quality during COVID-19 outbreak in China: A web-based cross-sectional survey. *Psychiatry Research*, 288, 112954.
<https://doi.org/10.1016/j.psychres.2020.112954>
- Kelm, M. R., Diercks, C. M., & Dunning, E. D. (2023). Parental working memory buffers associations between COVID-19 hardships and child mental health. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 79, 101385.
<https://doi.org/10.1016/j.appdev.2023.101559>
- Kirkcaldy, R. D., King, B. A., & Brooks, J. T. (2020). COVID-19 and postinfection immunity: Limited evidence, many remaining questions. *Jama*, 323(22), 2245-2246.
<https://doi.org/10.1001/jama.2020.7869>
- Kobak, R. R., Sudler, N., & Gamble, W. (1991). Attachment and depressive symptoms during adolescence: A developmental pathways analysis. *Development and Psychopathology*, 3(4), 461-474.

- <https://doi.org/10.1017/S095457940000763X>
- Kochanska, G. (2001). Emotional development in children with different attachment histories: The first three years. *Child Development*, 72(2), 474-490.
<https://doi.org/10.1111/1467-8624.00291>
- Kural, A. I., & Kovacs, M. (2021). Attachment anxiety and resilience: The mediating role of coping. *Acta Psychologica*, 221, 103447.
<https://doi.org/10.1016/j.actpsy.2021.103447>
- Leary, M. R. (1983). Social anxiousness: The construct and its measurement. *Journal of Personality Assessment*, 47(1), 66-75.
https://doi.org/10.1207/s15327752jpa4701_8
- Lewis, M., Feiring, C., & Rosenthal, S. (2000). Attachment over time. *Child Development*, 71(3), 707-720.
<https://doi.org/10.1111/1467-8624.00180>
- Lum, J. J., & Phares, V. (2005). Assessing the emotional availability of parents. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 27(3), 211-226.
<https://doi.org/10.1007/s10862-005-0637-3>
- Main, M., & Cassidy, J. (1988). Categories of response to reunion with the parent at age 6: Predictable from infant attachment classifications and stable over a 1-month period. *Developmental Psychology*, 24(3), 415-426.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.24.3.415>
- Main, M., & Solomon, J. (1990). Procedures for identifying infants as disorganized/disoriented during the Ainsworth strange situation. In M. T. Greenberg, D. Cicchetti, & E. M. Cummings (Eds.), *Attachment in the preschool years: Theory, research, and intervention* (pp. 121-160). Illinois: The University of Chicago Press.
- Matas, L., Arend, R. A., & Sroufe, L. A. (1978). Continuity of adaptation in the second year: The relationship between quality of attachment and later competence. *Child Development*, 49(3), 547-556.
<https://doi.org/10.2307/1128221>
- McConnell, M., & Moss, E. (2011). Attachment across the life span: Factors that contribute to stability and change. *Australian Journal of Educational & Developmental Psychology*, 11, 60-77.
- Moutsiana, C., Johnstone, T., Murray, L., Fearon, P., Cooper, P. J., Pliatsikas, C., Goodyer, I., & Halligan, S. L. (2015). Insecure attachment during infancy predicts greater amygdala volumes in early adulthood. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 56(5), 540-548.
<https://doi.org/10.1111/jcpp.12317>
- Orenstein, G. A., & Lewis, L. (2022). Eriksons stages of psychosocial development. In *StatPearls* [Internet]. St. Petersburg, Florida, United States: StatPearls Publishing.
- Overall, N. C., Fletcher, G. J. O., & Friesen, M. D. (2003). Mapping the intimate relationship mind: Comparisons between three models of attachment representations. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(12), 1479-1493.
<https://doi.org/10.1177/0146167203251519>
- Preetz, R., Filser, A., Brömmelhaus, A., Baalmann, T., & Feldhaus, M. (2021). Longitudinal changes in life satisfaction and mental health in emerging adulthood during the COVID-19 pandemic. Risk and protective factors. *Emerging Adulthood*, 9(5), 602-617.
<https://doi.org/10.1177/216769682110421>
- Prime, H., Wade, M., & Browne, D. T. (2020). Risk and resilience in family well-being during the COVID-19 pandemic. *American Psychologist*, 75(5), 631-643.
<https://doi.org/10.1037/amp0000660>
- Roy, D., Tripathy, S., Kar, S. K., Sharma, N., Verma, S. K., & Kaushal, V. (2020). Study of knowledge, attitude, anxiety & perceived mental healthcare need in Indian population during COVID-19 pandemic. *Asian Journal of Psychiatry*, 51, 102083.
<https://doi.org/10.1016/j.ajp.2020.102083>
- Scharfe, E., & Bartholomew, K. I. M. (1994). Reliability and stability of adult attachment patterns. *Personal Relationships*, 1(1), 23-43.
<https://doi.org/10.1111/j.1475-6811.1994.tb00053.x>
- Schüz, B., Conner, M., Wilding, S., Alhawtan, R., Prestwich, A., & Norman, P. (2021). Do socio-structural factors moderate the effects of health cognitions on COVID-19 protection behaviours? *Social Science & Medicine*, 285, 114261.
<https://doi.org/10.1016/j.socscimed.2021.114261>
- Sharabany, R. (2013). Object relations, interpersonal, and attachment perspectives. In R. Erber & R. Gilmour (Eds.), *Theoretical frameworks for personal relationships* (pp. 157-178). UK: Psychology Press.
<https://doi.org/10.4324/9780203772065>
- Sheehy, G. (2006). *Passages: Predictable crises of adult life*. NY: Ballantine Books.
- Sibley, C. G., Fischer, R., & Liu, J. H. (2005). Reliability and validity of the revised experiences in close relationships (ECR-R) self-report measure of adult romantic attachment. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 31(11), 1524-1536.
<https://doi.org/10.1177/014616720527686>
- Sroufe, L. A., & Waters, E. (1977). Heart rate as a convergent measure in clinical and developmental research. *Merrill-Palmer Quarterly of Behavior and Development*, 23(1), 3-27.

- https://doi.org/10.1207/s15327965pli0501_15
- Sroufe, L. A., Fox, N. E., & Pancake, V. R. (1983). Attachment and dependency in developmental perspective. *Child Development*, 54(6), 1615-1627.
<https://doi.org/10.2307/1129825>
- Steinboff, A., Johnson Ferguson, L., Bechtinger, L., Murray, A. L., Hepp, U., Ribeaud, D., Eisner, M., & Shanahan, L. (2023). Early adolescent predictors of young adults' stress experiences and coping during the COVID-19 pandemic: Findings from a longitudinal cohort study. *Journal of Early Adolescence*. Advance online publication.
<https://doi.org/10.1177/02724316231181660>
- van IJzendoorn, M. H., & Bakermans-Kranenburg, M. J. (1996). Attachment representations in mothers, fathers, adolescents, and clinical groups: A meta-analytic search for normative data. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 64(1), 8-21.
<https://doi.org/10.1037/0022-006X.64.1.8>
- Wang, M. T., Henry, D. A., Del Toro, J., Scanlon, C. L., & Schall, J. D. (2021). COVID-19 employment status, dyadic family relationships, and child psychological well-being. *Journal of Adolescent Health*, 69(5), 705-712.
<https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2021.07.016>
- Waters, S. F., & Thompson, R. A. (2016). Children's perceptions of emotion regulation strategy effectiveness: Links with attachment security. *Attachment & Human Development*, 18(4), 354-372.
<https://doi.org/10.1080/14616734.2016.1170051>
- Wei, M., Heppner, P. P., Russell, D. W., & Young, S. K. (2006). Maladaptive perfectionism and ineffective coping as mediators between attachment and future depression: A prospective analysis. *Journal of Counseling Psychology*, 53(1), 67-79.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.53.1.67>
- Wei, M., Russell, D. W., & Zakalik, R. A. (2005). Adult attachment, social self-Efficacy, self-disclosure, loneliness, and subsequent depression for freshman college students: A longitudinal study. *Journal of Counseling Psychology*, 52(4), 602-614.
<https://doi.org/10.1037/0022-0167.52.4.602>
- Weiss, R. S. (1991). The attachment bond in childhood and adulthood. In C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, & P. Marris (Eds.), *Attachment across the life cycle* (pp. 66-76). UK: Tavistock/Routledge.
- Zhang, F., & Labouvie-Vief, G. (2004). Stability and fluctuation in adult attachment style over a 6-year period. *Attachment & Human Development*, 6(4), 419-437.
<https://doi.org/10.1080/1461673042>
- Zimmermann, P., Maier, M. A., Winter, M., & Grossmann, K. E. (2001). Attachment and adolescents' emotion regulation during a joint problem-solving task with a friend. *International Journal of Behavioral Development*, 25(4), 331-343.