

불안형 애착과 투사적 동일시가 외도에 미치는 영향에 대한 심리치료적 접근

윤석주

한국열린사이버대학교 상담심리학과 교수

Psychotherapeutic Approach to the Effects of Insecure Attachment and Projective Identification on Infidelity Suk-Ju Yun

Professor, Dept. of Counseling Psychology, Open Cyber University of Korea

요 약 본 연구의 목적은 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도 행위에 미치는 심리적 영향을 깊이 분석이다. 문헌고찰을 체계적으로 수집, 분석하여 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도 행동과 어떻게 연결되는지를 탐색하였으며, 이론적 배경을 강화하고, 상담 및 치료 과정에서의 응용 가능성을 제시하고자 하였다. 불안형 애착 유형(불안형, 회피형, 혼재형)에 따른 외도의 발생 가능성과 양상을 분석하였으며, 투사적 동일시가 외도 행위를 정당화하고 관계를 악화시키는 데 중요한 역할을 하는지 조사하였으며, 불안형 애착 유형은 파트너로부터 버림받을 것이라는 두려움으로 외도를 통해 자신에게 안정감을 찾으려는 경향과, 회피형 애착 유형은 정서적 친밀감을 회피하고 독립성을 유지하려는 성향으로, 외도를 통해 관계에서 거리를 두려는 경향이 두드러졌다. 혼재형 애착은 불안과 회피가 혼재된 상태로, 외도를 통해 극단적인 감정 변화를 해소하려는 경향을 보였다. 또한, 투사적 동일시는 자신의 부정적인 감정과 불안상을 상대방에게 투사하여, 외도의 책임을 상대방에게 전가하는 심리적 메커니즘으로 작용했다. 이를 통해 외도는 자신을 보호하거나 정당화하려는 수단이 되어 관계를 더욱 악화시키는 결과를 초래했다. 본 연구는 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도 행위의 중요한 심리적 배경이며, 상담 및 치료 프로그램 개발에 중요한 시사점을 제공하며, 개인의 심리적 건강 증진과 더불어 건강한 관계 형성을 위한 기초 자료로 활용될 수 있을 것이다.

주제어 : 불안형 애착, 투사적 동일시, 외도, 불안형 애착, 회피형 애착, 혼란형 애착, 투사

Abstract The purpose of this study is to deeply analyze the psychological influence of anxious attachment and projective identification on extramarital behavior. By systematically collecting and analyzing literature reviews, we explored how anxious attachment and projective identification are connected to extramarital behavior, strengthened the theoretical background, and suggested the possibility of application in counseling and treatment processes. We analyzed the possibility and pattern of extramarital behavior according to anxious attachment types (anxious, avoidant, and mixed types), and investigated whether projective identification plays an important role in justifying extramarital behavior and worsening relationships. The anxious attachment type tends to find stability in oneself through extramarital behavior due to the fear of being abandoned by the partner, while the avoidant attachment type tends to avoid emotional intimacy and maintain independence, and tends to distance oneself from the relationship through extramarital behavior. Mixed attachment is a state of mixed anxiety and avoidance, and tends to relieve extreme emotional changes through extramarital behavior. In addition, projective identification functions as a psychological mechanism that projects one's negative emotions and anxiety onto the other person and shifts responsibility for extramarital behavior to the other person. Through this, infidelity became a means to protect or justify oneself, which resulted in worsening the relationship. This study shows that anxious attachment and projective identification are important psychological backgrounds of infidelity, and it provides important implications for the development of counseling and treatment programs. It can be used as basic data for promoting individual psychological health and forming healthy relationships.

Key Words : Insecure Attachment, Projective Identification, Infidelity, Anxious Attachment, Avoidant Attachment, Disorganized Attachment, Projection

Received 30 Sep 2024, Revised 24 Oct 2024

Accepted 25 Oct 2024

Corresponding Author: Suk-Ju Yun
(Open Cyber University of Korea)

Email: ysj1159@naver.com

ISSN: 2466-1139(Print)

ISSN: 2714-013X(Online)

© Industrial Promotion Institute. All rights reserved. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

1. 서론

심리학자들이 인간관계의 복잡함을 풀기 위해 연구하는 주요 메커니즘 중 하나인 불안형 애착과 투사적 동일시는 대인 관계와 외도에 큰 연관성을 가지고 있다. 이 두 메커니즘이 어떻게 외도와 관련 있는지를 이해하기 위해 여러 연구가 진행되고 있다.

본 연구의 연구 문제는 "불안형 애착과 투사적 동일시가 외도 행동에 미치는 구체적인 영향을 파악하는 것"이다. 구체적으로, 다음과 같은 질문들을 다루고 있다.

첫째, 불안형 애착이 외도의 발생에 어떻게 기여하는가? 둘째, 투사적 동일시가 외도 후 관계 회복에 어떤 영향을 미치는가?이다. 이러한 질문을 통해 외도의 심리적 원인과 그에 따른 심리치료적 개입 방안을 모색하고자 하는 것이다.

먼저, 불안형 애착은 어린 시절 양육자와의 애착 형성 과정에서 발생하는 불안정한 정서적 유대로, 이는 성인 관계에서도 불안, 불신, 의존 등 다양한 어려움을 초래할 수 있다. 연구에 따르면 불안형 애착을 가진 사람은 대인 관계에서 버림받을 것 같은 두려움을 느끼거나 과도하게 다른 사람에게 의존하는 경향이 있으며, 이러한 불안감은 관계에서 집착이나 불신을 야기하여 외도로 이어질 수 있다[54].

또한, 투사적 동일시는 자신의 부정적인 감정이나 욕구를 타인에게 투사하여 마치 상대방이 그러한 감정이나 욕구를 가지고 있는 것처럼 인식하는 현상으로, 이는 타인과의 갈등을 유발하고 관계를 파괴할 수 있다. 예를 들어, 투사적 동일시를 통해 상대방에게 불륜의 책임을 전가하거나 자신의 외도를 정당화하려 할 수 있다[53][54].

불안형 애착과 투사적 동일시가 외도와 관계를 이해하는 데 중요한 이유는 이들이 대인 관계에서의 갈등을 심화시키고, 건강하지 못한 관계 패턴을 형성할 수 있기 때문이다. 특히, 불안형 애착은 초기 애착 경험과 관련이 있으며, 이는 성인기의 정서 조절 전략에도 영향을 미친다. 이로 인해 불안형 애착을 가진 개인은 성인 관계에서 감정 조절에 어려움을 겪을 수 있으며, 이는 관계의 불안정을 초래할 수 있다[56].

외도는 개인과 관계에 심각한 부정적 영향을 미치는 복잡한 문제로, 그 발생 원인을 심리적으로 이해하는 것이 중요하다. 불안정 애착과 투사적 동일시는 외도 행동을

유발할 수 있는 심리적 메커니즘으로 주목받고 있다 [55][57]. 불안정 애착은 파트너에 대한 불신과 질투심을 유발할 수 있으며, 이는 외도와 관련된 심리적 요인으로 작용할 수 있다[55][57]. 본 연구는 이러한 심리적 요인들이 외도에 미치는 영향을 규명함으로써, 심리치료적 개입의 방향성을 제시하고 보다 효과적인 치료 및 예방 전략을 개발하는 데 기여하고자 한다. 이를 통해 외도의 근본 원인을 이해하고, 관계 회복을 위한 실질적인 해결책을 모색할 수 있다. 특히, 외도의 부정적 결과를 완화하고 회복 과정을 지원하기 위한 심리치료적 개입의 필요성이 강조되고 있으며, 이는 연구의 중요성을 더욱 부각시킨다 [58][59].

본 연구의 목적은 불안정 애착과 투사적 동일시가 외도 행동에 미치는 구체적인 영향을 심층적으로 분석하고, 이러한 심리적 요인들이 외도의 발생 및 회복 과정에 작용하는 메커니즘을 규명하는 데 있다. 이를 통해 외도의 심리적 원인을 명확히 이해하고, 관계 회복 및 외도 예방을 위한 실질적이고 구체적인 심리치료적 개입 전략을 개발하는 것을 목표로 한다. 특히, 외도 후 관계 회복 과정에서의 심리적 요인의 역할을 밝혀, 보다 효과적인 치료적 접근을 제안하고자 한다[57][59].

연구하고자 하는 문제는 불안정 애착과 투사적 동일시가 외도 행동에 미치는 구체적인 영향을 파악하는 것이다. 구체적으로, 불안정 애착이 외도의 발생에 어떻게 기여하는지, 그리고 투사적 동일시가 외도 후 관계 회복에 어떤 영향을 미치는지를 규명하는 것이다. 이러한 심리적 요인들이 외도 발생에 있어 어떤 메커니즘을 통해 작용하는지를 이해함으로써, 외도의 복잡한 심리적 역할을 해소하고, 관계의 질을 향상시키기 위한 방법을 모색하고자 한다[55][60]. 또한, 외도 후 회복 과정에서의 심리적 요인의 역할에 대한 이해를 통해, 외도의 부정적 영향을 완화하고 관계를 재건하는 데 필요한 심리치료적 개입 방안을 제시하는 것을 목표로 한다[55][61].

결론적으로, 불안형 애착과 투사적 동일시는 외도를 이해하고 예방하는 데 중요한 심리학적 개념이다. 이러한 개념들을 심층적으로 연구하면 관계 문제를 해결하고 건강한 관계를 형성하는 데 도움을 줄 수 있을 것으로 기대된다. 연구들은 이러한 메커니즘들이 관계에 미치는 영향을 이해함으로써, 더 나은 대처 전략과 예방 방법을 개발할 수 있다는 가능성을 보여준다.

2. 이론적 배경

2.1 불안형 애착의 개념 및 유형

애착 이론에서 제시된 불안형 애착 패턴은 성인기의 대인관계에서 발생하는 다양한 어려움을 설명하는 중요한 개념이다. 불안형 애착은 주로 아동기 양육자와의 불안정한 정서적 유대에서 기인하며, 이는 성인이 되었을 때 대인관계에 심각한 영향을 미친다. 불안형, 회피형, 혼란형 등 다양한 유형으로 나타나는 불안형 애착은 개인의 정서적 안정성과 사회적 적응에 부정적인 영향을 미친다.

특히, 불안형 애착은 타인과의 관계에서 높은 수준의 불안과 의존성을 나타낸다. 불안형 애착을 가진 사람들은 자신의 가치를 타인의 승인에 의존하며, 관계에서 끊임없이 확인을 요구하는 경향이 있다[1][2]. 이러한 불안은 종종 관계 내에서 갈등과 스트레스를 유발하며, 이는 관계의 질을 저하시킬 수 있다. 예를 들어, 불안형 애착을 가진 사람들은 파트너의 행동을 과도하게 해석하거나, 관계에서의 작은 문제에도 큰 불안을 느낄 수 있다[2].

반면, 회피형 애착은 친밀한 관계를 회피하는 경향이 있다. 회피형 애착을 가진 사람들은 정서적 친밀감을 두려워하며, 독립성을 유지하려는 경향이 강하다[1]. 이들은 관계에서의 갈등이나 스트레스를 피하기 위해 정서적 거리를 유지하려 하며, 이는 종종 파트너와의 의사소통 부족으로 이어질 수 있다[3]. 회피형 애착은 또한 관계의 질에 부정적인 영향을 미치며, 파트너와의 정서적 연결을 방해할 수 있다[5][6].

혼란형 애착은 불안형과 회피형의 혼합된 특징을 보이며, 이는 더욱 복잡한 대인관계 문제를 야기할 수 있다. 혼란형 애착을 가진 사람들은 관계에서 일관되지 않은 행동을 보이며, 이는 파트너에게 혼란을 줄 수 있다. 이러한 애착 패턴은 종종 관계 내에서의 갈등과 불안을 증폭시키며, 관계의 안정성을 저해할 수 있다[7][8].

불안형 애착은 또한 성인기의 다양한 문제 행동과도 관련이 있다. 예를 들어, 불안형 애착은 성인기의 폭력적 행동 및 심리적 공격성과 관련이 있으며, 이는 특히 연애 관계에서 두드러지게 나타난다[4][5]. 이러한 연구 결과는 불안형 애착이 개인의 정서적 조절 능력과 행동 조절에 어떻게 영향을 미치는지를 잘 보여준다.

결론적으로, 불안형 애착 패턴은 성인기의 대인관계에

서 발생하는 다양한 문제를 설명하는 중요한 개념이다. 불안형, 회피형, 혼란형 애착은 각각 다른 방식으로 성인기의 관계에 부정적인 영향을 미치며, 이는 개인의 정서적 안정성과 사회적 적응에 중요한 영향을 미친다. 이러한 연구 결과는 상담 및 치료 현장에서 불안형 애착을 다루는 데 중요한 기초 자료를 제공하며, 관계 문제를 해결하는 데 유용한 지침을 제공할 수 있다.

1) 불안형 애착: 불안형 애착을 가진 사람들은 주로 양육자로부터 일관되지 않은 사랑과 관심을 받았거나, 양육자가 예측 불가능한 행동을 보였을 때 형성된다. 이 유형의 사람들은 성인기 대인관계에서 지나치게 의존적이거나 과도한 불안을 느끼게 된다. 이들은 상대방의 관심과 애정을 끊임없이 확인하려 하며, 버림받을 것에 대한 두려움이 크다. 이러한 불안은 관계 내에서 과잉 반응이나 질투, 집착 등의 형태로 나타날 수 있다. 연구에 따르면, 불안형 애착은 감정 조절 능력에 부정적인 영향을 미치며, 이는 심리적 공격성과도 관련이 있다[5].

2) 회피형 애착: 회피형 애착은 주로 양육자가 어린 시절 감정적 지원과 공감을 충분히 제공하지 않았을 때 형성된다. 이 유형의 사람들은 성인기 대인관계에서 친밀감을 회피하거나 감정을 억제하는 경향이 있다. 이들은 독립적이고 자립적인 모습을 보이며, 타인과의 감정적 교류를 최소화하려 한다. 관계에서 거리를[3] 두거나 갈등 상황에서 회피하는 행동을 보일 수 있다. 회피형 애착은 대인관계에서의 심리적 안정감을 저해할 수 있으며, 이는 성인기의 심리적 및 사회적 기능에 부정적인 영향을 미칠 수 있다[9][10].

3) 혼란형 애착: 혼란형 애착은 주로 어린 시절 학대나 극단적인 양육 환경에서 형성된다. 이 유형의 사람들은 양육자가 보호자가 되는 동시에 위협이 되기도 하는 상황에서 자랐기 때문에, 대인관계에서 혼란스럽고 상충되는 행동을 보인다. 이들은 관계에서 안정감을 찾기 어려워하며, 종종 극단적인 감정 변화나 예측 불가능한 행동을 보일 수 있다. 혼란형 애착은 성인기의 심리적 불안정성으로 이어질 수 있으며, 이는 대인관계에서의 갈등과 스트레스를 증대시킬 수 있다[11][12].

불안형 애착은 어린 시절의 경험이 성인기의 대인관계에 어떻게 영향을 미치는지를 설명하는 중요한 개념이다. 불안형, 회피형, 혼란형 애착 스타일은 각기 다른 방식으로 성인기의 대인관계에 불안정성과 불확실성을 초래할

수 있으며, 이는 개인의 심리적 건강과 사회적 기능에 깊은 영향을 미친다. 예를 들어, 불안형 애착은 우울증, 불안, 섭식 장애 등 다양한 심리적 문제와 연관이 있으며 [13][14][15], 이는 성인기의 삶의 질과 관계 만족도에 부정적인 영향을 미칠 수 있다[16].

2.2 투사적 동일시의 개념 및 메커니즘

투사적 동일시는 정신분석학에서 유래된 개념으로, 개인이 자신의 내면적인 갈등, 감정, 또는 부정적인 속성을 타인에게 투사하고, 그 투사를 바탕으로 상호작용하는 심리적 메커니즘을 말한다. 이를 통해 자신의 내부 갈등을 외부로 전가함으로써 일시적인 심리적 안정을 찾으려는 과정을 포함한다.

1) 투사적 동일시의 개념

투사적 동일시(projection identification)는 정신분석학에서 중요한 개념 중 하나로, 이는 개인이 자신의 내적 상태나 감정을 다른 사람에게 투사하여 그 사람으로 하여금 그 감정을 느끼게 만드는 과정을 설명한다. 이 개념은 밀접하게 연결된 내적 심리적 현상과 대인관계적 상호작용을 이해하는 데 유용하다.

투사적 동일시의 본질은 자신이 받아들이기 어려운 감정이나 생각을 외부 대상에게 투사하는 것이다. 대상이 이를 받아들여 자신이 느끼는 것처럼 행동하거나 반응하면, 투사자는 자신의 감정을 외부에서 확인하고 다루게 된다[17]. 이는 특히 치료 상황에서 중요하게 다루어진다. 예를 들어, 환자는 자신의 불안을 분석가에게 투사하고, 분석가는 이를 받아들여 분석적 과정을 통해 환자에게 되돌려 주는 방식으로 치료적 개입을 할 수 있다[18].

투사적 동일시는 또한 대인관계의 맥락에서 중요한 역할을 한다. 이는 개인 간의 관계에서 발생하는 감정적 교환과 상호작용을 설명하는 데 사용될 수 있다. 특히 커플 치료나 가족 치료에서 투사적 동일시는 갈등과 상호 불만족의 원인을 이해하고 해결하는 데 유용하다[19]. 예를 들어, 파트너 간의 상호작용에서 한 사람이 자신의 불안을 다른 사람에게 투사하고, 그 사람이 이를 받아들여 갈등이 발생하는 과정을 설명할 수 있다.

또한, 투사적 동일시는 초기 아동 발달과의 관련성도 논의된다. 아동은 자신의 감정을 부모에게 투사하고, 부모는 이를 받아들여 아동에게 적절한 감정적 반응을 제

공함으로써 아동의 심리적 발달을 돕는다[20]. 이는 부모-자녀 관계의 중요한 측면으로, 건강한 정서적 발달을 위해 필수적이다.

투사적 동일시의 이론적 배경은 주로 클라인(Klein)의 이론에 기반을 두고 있다. 클라인은 투사적 동일시를 통해 아동이 자신의 불안을 외부 대상으로 전이하고, 이를 통해 자신의 내적 갈등을 다루는 방법을 설명했다[21]. 이러한 개념은 현대 정신분석학에서도 계속 발전되고 있으며, 다양한 임상 장면에서 적용되고 있다.

결론적으로, 투사적 동일시는 개인의 내적 감정 상태와 대인관계적 상호작용을 이해하는 데 중요한 개념이다. 이는 치료적 맥락에서만뿐만 아니라 일상적인 인간관계에서도 적용될 수 있으며, 감정 교환과 상호작용의 복잡성을 설명하는 데 유용하다.

2) 투사적 동일시의 메커니즘

투사적 동일시의 메커니즘은 다음과 같은 단계를 포함한다.

(1) 투사: 개인은 내면의 불안, 두려움, 분노 등 부정적인 감정을 인식하게 된다. 이러한 감정은 자아를 위협하는 요소로 작용할 수 있으며, 이를 직접적으로 다루기 어려운 경우, 이 감정을 타인에게 투사한다. 예를 들어, 자신이 느끼는 불안을 상대방이 느끼고 있다고 믿거나, 자신의 공격성을 상대방이 가지고 있다고 생각하는 것이다. 이는 초기 동일시와 나르시시즘과의 관계 속에서 설명될 수 있다[22].

(2) 동일시: 투사된 감정이나 속성을 상대방이 실제로 가지고 있다고 믿는 단계이다. 이 과정에서 투사자는 상대방의 행동이나 표정을 자신의 투사와 일치하는 것으로 해석하려 한다. 예를 들어, 상대방의 무심한 행동을 자신의 불안감을 반영하는 것으로 간주할 수 있다. 이 과정은 상상력과 감정의 연결을 통해 이루어진다[23].

(3) 상호작용: 투사자는 상대방이 자신의 투사된 감정이나 속성을 실제로 가지고 있다고 믿기 때문에, 이에 따른 행동을 취하게 된다. 이는 상대방에게 영향을 미쳐, 실제로 투사된 감정이나 행동이 나타나게 만들 수 있다. 예를 들어, 투사자가 상대방이 자신을 비난한다고 믿고 방어적인 태도를 취하면, 상대방도 이에 반응하여 비난하는 태도를 보일 수 있다. 이는 대인관계에서의 상호주관성을 설명하는 데 중요한 역할을 한다[18].

(4) 강화: 투사적 동일시의 과정이 반복되면서, 투사자는 자신의 믿음이 현실적이라고 더욱 확신하게 된다. 이는 투사된 감정이나 속성이 실제로 상대방에게 있는 것처럼 느껴지게 만들며, 투사자는 이러한 상호작용을 통해 자신의 내면 갈등을 외부로 전가하는 데 성공하게 된다. 이러한 과정은 긍정적이고 부정적인 투사적 동일시로 나눌 수 있다[24].

투사적 동일시는 대인관계에서 갈등을 초래할 수 있으며, 특히 친밀한 관계에서 심각한 문제를 야기할 수 있다. 이는 개인이 자신의 내면적 갈등을 직접적으로 다루지 않고, 타인에게 전가함으로써 일시적인 안정감을 찾으려 하기 때문이다. 따라서 투사적 동일시를 이해하고 이를 관리하는 것은 개인의 심리적 건강과 대인관계의 질을 향상시키는 데 중요한 역할을 할 수 있다. 이러한 이해는 특히 치료적 환경에서 중요하며, 환자와 치료자 간의 상호작용을 통해 환자의 무의식 상태를 해석하는 데 도움이 된다[25].

2.3 외도의 정의 및 유형

외도의 정의: 외도는 주로 결혼이나 장기적인 연인 관계에서 발생하는 관계의 배신행위로, 한 사람이 자신의 파트너와의 합의된 관계 외에 다른 사람과 정서적 또는 신체적 친밀감을 공유하는 것을 의미한다. 외도는 파트너 간의 신뢰와 충성을 저버리는 행동으로 간주되며, 이는 대인관계 및 개인의 심리적 상태에 심각한 영향을 미칠 수 있다. 외도의 정의는 문화적, 사회적 배경에 따라 다를 수 있으며, 정서적 배신과 성적 배신을 포함하는 경우가 일반적이다[26].

외도의 유형: 외도는 그 성격과 형태에 따라 다양한 유형으로 분류될 수 있다. 주요 유형은 다음과 같다:

첫째, 정서적 외도: 정서적 외도는 파트너 외의 다른 사람과 깊은 정서적 유대감을 형성하는 경우를 말한다. 이는 주로 감정적 지지와 친밀감을 공유하며, 대화와 공감, 심리적 위안을 찾는 행위로 나타난다. 정서적 외도는 성적 활동이 포함되지 않더라도, 파트너에게 큰 배신감과 상처를 줄 수 있다[26].

둘째, 성적 외도: 성적 외도는 주로 성적인 관계를 형성하는 경우를 말한다. 이는 일회성의 성적 만남부터 장기적인 성적 관계까지 다양한 형태를 포함한다. 성적 외도는 신체적 접촉을 통해 이뤄지며, 이는 파트너 간의 신

뢰를 크게 저해할 수 있다[27].

셋째, 온라인 외도: 현대 사회에서 인터넷과 소셜 미디어의 발달로 인해 등장한 유형으로, 온라인상에서 다른 사람과 정서적 또는 성적인 친밀감을 나누는 행위를 말한다. 이는 채팅, 이메일, 소셜 미디어 메시지 등을 통해 이루어지며, 실제 만남이 없더라도 외도로 간주될 수 있다[28].

넷째, 일회성 외도: 일회성 외도는 주로 한 번의 만남이나 성적 관계를 의미한다. 이는 주로 우발적으로 발생하며, 장기적인 관계로 발전하지 않는 경우가 많다. 그러나 일회성 외도 역시 파트너에게 큰 심리적 상처를 줄 수 있다[29].

다섯째, 장기적 외도: 장기적 외도는 지속적으로 다른 사람과의 정서적 또는 성적 관계를 유지하는 경우를 말한다. 이는 주로 비밀스럽게 유지되며, 파트너와의 관계에 심각한 영향을 미칠 수 있다. 장기적 외도는 감정적 유대와 성적 관계가 함께 포함될 수 있다[29].

여섯째, 외도의 영향: 외도는 파트너 간의 신뢰와 충성을 저버리는 행위로, 이는 관계의 파탄을 초래할 수 있다. 외도로 인해 발생하는 감정적 상처와 배신감은 개인의 심리적 건강에도 부정적인 영향을 미칠 수 있다. 또한, 외도는 관계 내에서의 갈등과 스트레스를 증대시키며, 이는 궁극적으로 관계의 지속 가능성을 위협할 수 있다[26][29].

외도의 정의와 유형을 정확히 이해하는 것은, 외도를 예방하고 그로 인한 문제를 해결하는 데 중요한 역할을 한다. 이는 개인의 심리적 건강과 관계의 질을 향상시키는 데도 필수적이다.

이와 같은 이론적 배경을 바탕으로, 본 연구는 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도에 미치는 영향을 다각도로 살펴보고, 그에 따른 치료 접근을 제안하고자 한다.

3. 연구방법 및 절차

본 연구는 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도에 미치는 영향을 이해하기 위해 문헌고찰을 중심으로 진행되었다. 이 문헌고찰은 기존 연구들을 체계적으로 수집, 분석하여 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도 행동과 어떻게 연결되는지를 탐색하는 데 중점을 두었다. 이를 통해 이론적 배경을 강화하고, 상담 및 치료 과정에서의 응

용 가능성을 제시하고자 하였다.

3.1 문헌 수집

불안형 애착과 투사적 동일시, 그리고 외도 행동의 심리적 요인에 관한 주요 학술 논문과 서적을 심리학, 상담학, 정신의학 분야의 문헌을 체계적으로 수집하였으며, 관련 연구들을 선정하여 포괄적으로 검토하면서 분석하였다.

3.2 문헌 선정 기준

수집된 문헌 중 연구의 신뢰성과 관련성을 평가하여 분석 대상 문헌을 선정하였다. 특히, 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도에 미치는 영향을 직접적으로 다룬 연구들을 우선적으로 고려하였다. 예를 들어, 피험자의 애착 유형이 외도와 관련된 다양한 심리적 결과에 미치는 영향을 분석한 연구를 포함하였다[62][63].

3.3 내용 분석

선정된 문헌들을 바탕으로 불안형 애착과 투사적 동일시의 개념적 정의, 이론적 모델, 연구 결과 등을 체계적으로 분석하였다. 이 과정에서 불안형 애착이 외도와 관계에서 어떤 역할을 하는지, 투사적 동일시가 외도를 정당화하고 관계를 악화시키는 메커니즘으로 어떻게 작용하는지를 탐색하였다[64][65].

연구에서 참고한 주요 문헌은 불안형 애착의 심리적 결과를 다룬 연구[66], 외도와 관련된 심리적 요인을 분석한 연구[67], 그리고 애착 이론의 관점에서 외도를 고찰한 연구[68]들을 포함한다.

이러한 문헌고찰 방법을 통해 본 연구는 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도 행동에 미치는 심리적 영향을 체계적으로 이해하고, 상담 및 치료 과정에서 고려해야 할 주요 요소들을 제시하였다. 이를 통해 개인의 심리적 건강 증진과 건강한 관계 형성을 위한 기초 자료로 활용될 수 있을 것이다.

4. 문헌검토

본 연구는 기존에 이루어진 다양한 연구들을 검토함으로써, 이러한 심리적 요인들이 외도에 어떻게 영향을 미치는지에 대한 포괄적인 이해를 할 수 있으며, 문헌 검토

를 중심으로 연구한 것으로서 아직 연구가 되지 않은 부분을 식별할 수 있다고 본다. 이를 통하여 새로운 연구 방향을 제시하고자 한다.

4.1 불안형 애착과 외도의 관계

불안형 애착은 어린 시절 부모나 주요 양육자와의 상호작용에서 형성된 심리적 특성으로, 성인기의 대인관계에 깊은 영향을 미친다. 불안형 애착에는 주로 불안형 애착과 회피형 애착이 포함되며, 이 두 유형의 애착 스타일은 외도와 밀접한 관련이 있다. 불안형 애착을 가진 사람들은 대인관계에서 불안정성과 불확실성을 경험하게 되며, 이는 외도의 원인과 결과에 중요한 역할을 할 수 있다.

1) 불안형 애착과 외도: 불안형 애착을 가진 사람들은 주로 애정과 관심을 지속적으로 확인하려는 경향이 있다. 이들은 파트너로부터 충분한 정서적 지지와 사랑을 받지 못한다고 느끼면, 외부에서 이를 찾으려 할 가능성이 높다. 불안형 애착을 가진 사람들은 버림받을 것에 대한 두려움이 크며, 이는 그들이 외도를 통해 자신의 가치를 확인하려는 행동으로 이어질 수 있다. 연구에 따르면, 불안형 애착은 외도와 강한 상관관계를 보이며, 이는 정서적 외도나 성적 외도 모두 불안형 애착을 가진 사람들에게서 흔히 나타날 수 있음을 시사한다[30][31].

2) 회피형 애착과 외도: 회피형 애착을 가진 사람들은 감정적 친밀감을 회피하고 독립적인 모습을 유지하려 하는 경향이 있다. 이들은 파트너와의 깊은 정서적 교류를 피하며, 이는 관계에서의 거리감을 초래할 수 있다. 회피형 애착을 가진 사람들은 이러한 거리감을 유지하기 위해 외도를 할 가능성이 있다. 외도는 이들에게 감정적 부담 없이 친밀감을 경험할 수 있는 수단이 될 수 있으며, 이는 일회성 외도나 성적 외도로 나타날 수 있다. 연구에 따르면, 회피형 애착은 외도의 발생 가능성을 높이며, 이는 회피형 애착을 가진 사람들이 외도를 통해 자신이 감정적으로 없애지지 않음을 확인하려 할 수 있음을 보여준다 [31][32].

3) 혼란형 애착과 외도: 혼란형 애착을 가진 사람들은 대인관계에서 혼란스럽고 상충되는 행동을 보인다. 이들은 관계에서의 안정감을 찾기 어려워하며, 극단적인 감정 변화가 특징이다. 혼란형 애착을 가진 사람들은 이러한 불안정성을 외도를 통해 해소하려 할 수 있다. 외도를 통해 순간적인 감정적 또는 성적 만족을 추구하며, 이는 그

들의 심리적 불안정성을 일시적으로 완화시킬 수 있다. 그러나 이는 장기적으로 관계에 부정적인 영향을 미칠 가능성이 크다. 연구에 따르면, 혼란형 애착은 외도와 관련이 있으며, 이는 외도가 이러한 불안정성을 일시적으로 해소하는 수단으로 작용할 수 있음을 시사한다[33][34].

결론: 불안형 애착은 외도와 밀접한 관련이 있으며, 이는 주로 불안형 애착, 회피형 애착, 그리고 혼란형 애착을 통해 나타난다. 불안형 애착을 가진 사람들은 관계 내에서의 불안정성과 불확실성을 경험하며, 이를 외도를 통해 해소하려 할 가능성이 높다. 이러한 이해는 외도를 예방하고 그로 인한 문제를 해결하는 데 중요한 단서를 제공할 수 있다. 불안형 애착과 외도의 관계를 이해함으로써, 개인의 심리적 건강과 대인관계의 질을 향상시키기 위한 효과적인 개입과 치료 전략을 수립할 수 있다. 연구 결과에 따르면, 치료적 접근은 내러티브 치료와 애착 이론을 통합한 모델이 효과적일 수 있다[35].

4.2 투사적 동일시와 외도의 관계

투사적 동일시(projection identification)와 외도(affairs)의 관계는 복잡하고 다면적인 심리적 기제를 포함한다. 투사적 동일시는 개인이 자신의 내적 갈등이나 받아들이기 어려운 감정을 다른 사람에게 투사하여 그 사람으로 하여금 그 감정을 느끼게 만드는 과정이다. 이는 외도의 발생과 관련된 다양한 심리적 현상을 설명하는 데 유용할 수 있다.

첫째, 투사적 동일시는 외도를 통해 자신의 감정을 파트너에게 투사하는 방식으로 작용할 수 있다. 예를 들어, 외도를 저지르는 사람은 자신의 불안, 불만족 또는 죄책감을 파트너에게 투사할 수 있다. 이 경우, 파트너는 그 감정을 느끼고 이에 따라 반응하게 된다. 이는 관계 내의 긴장과 갈등을 심화시키는 결과를 초래할 수 있다 [37][38].

둘째, 외도는 투사적 동일시의 결과로 나타날 수도 있다. 한 사람이 자신의 내적 불안을 파트너에게 투사하고, 그 파트너가 이를 받아들여 불안해하거나 불만족을 느끼게 되면, 투사자는 자신이 외도로 인한 감정적 대체를 찾으려 할 수 있다. 이는 외도가 감정적 또는 심리적 피난처로 작용하는 경우에 해당한다[38][39].

셋째, 투사적 동일시는 외도 후의 관계 회복 과정에서 중요한 역할을 할 수 있다. 외도로 인해 발생한 신뢰

손상과 정서적 상처를 다루는 과정에서, 파트너들은 서로의 감정을 투사하고 동일시하는 경우가 많다. 이는 감정적 치유와 관계 회복을 위한 중요한 단계로 작용할 수 있다[40][41].

투사적 동일시는 외도와 관련된 자기 이해와 반성의 과정에서도 중요한 역할을 한다. 외도를 저지른 사람은 자신의 행위에 대한 내적 갈등과 죄책감을 다른 사람에게 투사하는 대신, 이를 인식하고 통합하려는 노력을 통해 개인적 성장을 도모할 수 있다. 이는 투사적 동일시가 어떻게 긍정적인 방식으로 작용할 수 있는지를 보여주는 예이다[42][43].

결론적으로, 투사적 동일시와 외도의 관계는 복잡하며, 이는 내적 갈등, 대인관계 상호작용, 감정적 회복 등 다양한 측면에서 중요한 역할을 한다. 이 관계를 이해하는 것은 외도로 인한 문제를 해결하고 건강한 관계를 유지하는 데 중요한 통찰을 제공할 수 있다.

5. 연구 결과

5.1 불안형 애착과 외도의 관계 분석

불안형 애착과 외도의 관계는 심리학 및 관계 연구에서 중요한 주제 중 하나이다. 불안형 애착은 주로 이동 시절의 애착 경험에 기인하며, 이는 성인이 되었을 때의 대인 관계와 연애 관계에 깊은 영향을 미친다. 외도는 이러한 불안형 애착의 결과로 나타날 수 있는 복잡한 행동 중 하나로서, 두 개념 간의 상호작용을 이해하는 것은 개인의 심리적 상태와 관계 동태를 이해하는 데 중요하다.

1) 불안형 애착의 유형과 외도

불안형 애착: 불안형 애착을 지닌 사람들은 자신의 가치를 타인의 승인에 의존하며, 관계에서 높은 불안과 두려움을 경험한다. 이들은 파트너의 관심과 애정을 끊임없이 확인하려 하며, 그 결과로 외도를 통해 이러한 요구를 충족시키려 할 수 있다. 외도는 이들에게 감정적 안정을 제공하고, 자신이 사랑받고 있다는 느낌을 잠시나마 제공할 수 있다[34][35].

회피형 애착: 회피형 애착을 지닌 사람들은 정서적 친밀감을 피하고 독립성을 유지하려는 경향이 있다. 이들은 관계에서의 갈등이나 스트레스를 피하기 위해 외도를 선택할 수 있다. 외도는 이들에게 정서적 부담 없이 관계를

유지할 수 있는 방법이 될 수 있다[34][35].

2) 외도의 심리적 동기

정서적 부족: 불안형 애착을 지닌 사람들은 현재의 관계에서 정서적 부족을 느낄 가능성이 높다. 외도는 이러한 부족을 채우기 위한 방법으로 사용될 수 있다. 정서적 지지를 통해 자신이 중요하고 사랑받는다는 느낌을 얻으려 한다[34][43].

자기 존중감: 불안형 애착을 지닌 사람들은 낮은 자기 존중감을 가지고 있을 가능성이 크다. 외도는 이들이 자신의 가치를 확인하고, 자신의 매력을 재확인하는 방법이 될 수 있다. 이는 일시적으로 자기 존중감을 높이는 역할을 할 수 있다[34][44].

3) 관계 역동

갈등 회피: 불안형 애착을 지닌 사람들은 갈등을 피하거나 해결하는 데 어려움을 겪는다. 외도는 갈등을 회피하는 방법으로 사용될 수 있으며, 이는 관계의 문제를 해결하기보다 악화시키는 결과를 초래할 수 있다[36][43].

안정감 추구: 불안형 애착을 가진 사람들은 관계에서 안정감을 찾기 위해 외도를 할 수 있다. 외도는 일시적으로나마 안정감을 제공할 수 있으며, 이는 현재 관계에서 느끼는 불안을 완화하는 데 도움이 된다[32][36].

5.2 투사적 동일시와 외도의 관계분석

투사적 동일시와 외도의 관계에 대한 심층 분석은 이 두 심리적 현상이 대인 관계에서 어떻게 작용하는지를 이해하는 데 중요한 통찰력을 제공한다. 투사적 동일시는 개인이 자신의 부정적인 감정이나 욕구를 무의식적으로 타인에게 전가하여 상대방이 그러한 감정이나 욕구를 가지고 있는 것처럼 인식하는 심리적 메커니즘이다. 이는 외도와 외도의 관계에서 다양한 방식으로 작용할 수 있다.

첫째, 책임 전가의 측면에서 투사적 동일시는 외도의 책임을 상대방에게 전가하는 과정에서 중요한 역할을 한다. 외도자가 자신의 불만이나 불안을 파트너에게 투사함으로써, 파트너가 충분히 자신을 만족시키지 못한다고 느끼고 외도를 정당화하는 상황이 발생할 수 있다. 이는 Petriglieri, G., & Stein, M. J. (2012)에 제시된 리더십의 정체성 작업에서의 투사적 동일시와 유사한 메커니즘[52]으로, 개인의 역할 요구에 부합하는 정체성을 형성하

고 유지하는 데 기여한다.

둘째, 자기 정당화와 관련하여, 투사적 동일시는 외도자가 자신의 행동을 합리화하기 위해 상대방이 자신에게 충실하지 않다고 의심하는 경향을 유발할 수 있다. 이는 실질적으로 상대방이 그러한 행동을 하지 않더라도 외도자가 자신을 방어하기 위한 심리적 기제로 작용할 수 있다. 이러한 기제는 외도가 관계의 질에 미치는 부정적 영향을 이해하는 데 도움을 준다[35].

셋째, 갈등의 증폭 측면에서는, 투사적 동일시가 불필요한 오해와 갈등을 유발하여 관계의 질을 저하시킬 수 있다. 이는 Petriglieri, G., & Stein, M. J. (2012)에서 설명된 외도 기반 애착 외상의 결과와 유사하게, 외도가 관계의 안정성을 해치고, 피해자에게 정서적, 인지적, 행동적 부정적 영향[35]을 미치는 것을 설명한다.

마지막으로, 감정적 거리의 증가를 통해 투사적 동일시는 관계의 친밀감을 감소시키고 외도의 가능성을 높일 수 있다. 이는 투사적 동일시가 관계 내에서의 정서적 거리감을 심화시켜 외도의 기회를 제공할 수 있음을 시사한다. 이러한 메커니즘은 Petriglieri, G., & Stein, M. J. (2012)의 연구에서 외도가 관계의 지속성과 배신당함 파트너의 웰빙에 미치는 심각한 영향[35]을 기반으로, 외도 예방과 관계 개선을 위한 심리적 개입의 필요성을 강조한다.

결론적으로, 투사적 동일시는 외도의 심리적 배경을 이해하는 데 있어 중요한 요소로 작용한다. 외도 예방과 관계 개선을 위해서는 투사적 동일시의 기제를 이해하고 이를 극복하기 위한 심리적 개입이 필요하다. 이를 통해 더 건강한 대인관계 패턴을 형성할 수 있다.

5.3 시사점

1) 이론적 시사점

본 연구는 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도에 미치는 영향을 분석하여 기존 이론을 강화하고 수정하는 데 기여한다고 볼 수 있으며[45], 불안형 애착과 투사적 동일시가 개인의 행동과 관계 역동에 미치는 영향을 밝힘으로써, 관계 심리학 및 대인관계 이론에 대한 이해를 심화시킨다고 할 수 있다[46].

2) 실천적 시사점

본 연구를 통해 상담 및 치료 현장에서 유용한 지침을

제공하고, 특히 정서적 지지와 자기 존중감을 높이는 방법을 제안하여 상담 및 치료에 개입할 수 있으며[46], 청소년 및 성인 대상의 관계 교육 프로그램을 통해 예방적 접근을 강화할 수 있다고 본다[47]. 더불어 관계 문제와 외도가 사회적, 경제적 문제로 이어질 수 있으므로, 이를 예방하고 해결하기 위한 정책과 프로그램 개발이 필요하다고 본다[48].

5.4 연구의 한계 및 향후 연구 방향

본 연구는 다양한 문화적 배경과 인구 집단을 포함하는 연구가 필요하며[50], 장기적인 종단적 연구를 통해 인과관계를 명확히 규명할 필요가 있고[51], 복잡한 상호작용을 탐구하기 위해 다변량 분석을 사용해야 할 필요성도 있다고 본다[46]. 또한 주관적 보고의 한계를 보완하기 위해 생리적 측정, 행동 관찰 등 객관적인 데이터 수집 방법 개발이 필요하며[46], 다양한 치료 접근법의 효과를 비교하고 검증하는 연구 필요하다고 본다[48].

종합적으로, 불안형 애착과 투사적 동일시가 외도에 미치는 영향에 대한 연구는 심리학 및 관계 연구에 중요한 기여를 할 수 있으며, 이러한 한계를 극복하기 위한 지속적인 연구가 필요하다.

6. 결론

불안형 애착과 투사적 동일시가 외도 행위에 미치는 영향에 대한 본 연구의 결론 다음과 같다. 불안형 애착은 파트너로부터 버림받을까 두려워하는 마음에서 비롯된 불안정한 정서적 유대로, 외도를 통해 안정감을 찾으려는 경향이 높았다. 회피형 애착은 정서적 친밀감을 회피하고 독립성을 추구하는 성향으로, 외도를 통해 관계에서의 거리감을 유지하려는 경향이 나타났다. 혼란형 애착은 불안과 회피가 혼재된 상태로, 외도를 통해 극단적인 감정 변화를 해소하려는 경향을 보였다.

투사적 동일시는 자신의 부정적인 감정을 타인에게 투사하여 상대방에게 책임을 전가하는 심리적 메커니즘으로, 외도를 정당화하거나 관계를 파괴하는 데 중요한 역할을 하였다. 외도는 불안형 애착에서 비롯된 정서적 부족, 낮은 자기존중감, 관계 갈등 회피 등 다양한 심리적 요인에 의해 발생할 수 있다.

결론적으로, 불안형 애착과 투사적 동일시는 외도 행

위의 중요한 심리적 배경임을 밝혔다. 이러한 연구 결과는 외도 문제 해결을 위한 상담 및 치료 프로그램 개발에 중요한 시사점을 제공하며, 개인의 심리적 건강 증진과 건강한 관계 형성을 위한 기초 자료로 활용될 수 있다.

참고문헌

- [1] McCarthy, G., & Maughan, B. (2010). Negative Childhood Experiences and Adult Love Relationships: The Role of Internal Working Models of Attachment. *Attachment & Human Development*, 12, 445 - 461.
- [2] Crowell, J., & Waters, E. (1994). Bowlby's Theory Grown Up: The Role of Attachment in Adult Love Relationships. *Psychological Inquiry*, 5, 31-34.
- [3] Cassidy, J., & Berlin, L. (1994). The Insecure/Ambivalent Pattern of Attachment: Theory and Research. *Child Development*, 65, 971-991.
- [4] West, M., & George, C. (1999). Abuse and Violence in Intimate Adult Relationships: New Perspectives from Attachment Theory. *Attachment & Human Development*, 1, 137-156.
- [5] Lo, C., Chan, K., & Ip, P. (2019). Insecure Adult Attachment and Child Maltreatment: A Meta-Analysis. *Trauma, Violence, & Abuse*, 20, 706 - 719.
- [6] Maysless, O. (1991). Adult Attachment Patterns and Courtship Violence. *Family Relations*, 40, 21-28.
- [7] Macdonald, G., Locke, K., Spielmann, S. S., & Joel, S. (2013). Insecure Attachment Predicts Ambivalent Social Threat and Reward Perceptions in Romantic Relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30, 647-661.
- [8] Feeney, J. A., & Noller, P. (1990). Attachment Style as a Predictor of Adult Romantic Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 58, 281-291.

- [9] Yi, J., Zhu, X., Auerbach, R., Gardiner, C. K., Lin, C., Wang, Y., & Yao, S. (2012). Insecure Attachment as a Predictor of Depressive and Anxious Symptomology. *Depression and Anxiety*, 29, 1-8.
- [10] Miga, E. M., Hare, A. L., Allen, J., & Manning, N. (2010). The Relation of Insecure Attachment States of Mind and Romantic Attachment Styles to Adolescent Aggression in Romantic Relationships. *Attachment & Human Development*, 12, 463-481.
- [11] Paoli, T. D., Fuller-Tyzkiewicz, M., & Krug, I. (2017). Insecure Attachment and Maladaptive Schema in Disordered Eating: The Mediating Role of Rejection Sensitivity. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 24, 1273-1284.
- [12] Brown, G. W., Harris, T., & Craig, T. (2018). Exploration of the Influence of Insecure Attachment and Parental Maltreatment on the Incidence and Course of Adult Clinical Depression. *Psychological Medicine*, 49, 1025-1032.
- [13] Baer, J., & Martinez, C. D. (2006). Child maltreatment and insecure attachment: a meta analysis. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, 24, 187-197.
- [14] Abela, J., Hankin, B., Haigh, E. A. P., Adams, P., Vinokuroff, T., & Trayhern, L. (2005). Interpersonal Vulnerability to Depression in High-Risk Children: The Role of Insecure Attachment and Reassurance Seeking. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology*, 34, 182-192.
- [15] Bachmann, C., Beecham, J., O'Connor, T., Scott, A., Briskman, J., & Scott, S. (2019). The Cost of Love: Financial Consequences of Insecure Attachment in Antisocial Youth. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, and Allied Disciplines*. 12/2019, Volume 60, Issue 12.
- [16] Forrester, M. (2006). Projective Identification and Intersubjectivity. *Theory & Psychology*, 16, 783-802.
- [17] Olds, D. (2006). Identification: Psychoanalytic and Biological Perspectives. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 54, 17-46.
- [18] Rh, E. (1985). Identification and Its Vicissitudes. *The International Journal of Psychoanalysis*, 66, 3-18.
- [19] Steffens, N. K., Greenaway, K. H., Moore, S., Munt, K., Grundmann, F., Haslam, S., Jetten, J., Postmes, T., Skorich, D., & Tatchari, S. (2023). Meta-Identification: Perceptions of Others' Group Identification Shape Group Life. *European Journal of Social Psychology*.
- [20] Braddock, L. (2018). Understanding Projective Identification. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 25, 65-79.
- [21] Ogden, T. (1979). On Projective Identification. *The International Journal of Psychoanalysis*, 60, 357-373.
- [22] Ng, H. (1986). Positive Projective Identification. *The International Journal of Psychoanalysis*, 67, 489-496.
- [23] Forrester, M. (2006). Projective Identification and Intersubjectivity. *Theory & Psychology*, 16, 783-802.
- [24] Sands, S. H. (1997). Self Psychology and Projective Identification—Whither Shall They Meet? A Reply to the Editors (1995). *Psychoanalytic Dialogues*, 7, 651-668.
- [25] Blow, A., & Hartnett, K. (2005). Infidelity in Committed Relationships II: A Substantive Review. *Journal of Marital and Family Therapy*, 31, 217-233.
- [26] Isanejad, O., & Bagheri, A. (2018). Marital Quality, Loneliness, and Internet Infidelity. *CyberPsychology, Behavior, and Social Networking*, 21, 542-548.
- [27] Munsch, C. L. (2015). Her Support, His Support: Money, Masculinity, and Marital

- Infidelity. *American Sociological Review*, 80, 469–495.
- [28] Buss, D., & Shackelford, T. (1997). Susceptibility to Infidelity in the First Year of Marriage. *Journal of Research in Personality*, 31, 193–221.
- [29] Weiser, D. A., Lalasz, C. B., Weigel, D. J., & Evans, W. (2014). A Prototype Analysis of Infidelity. *Personal Relationships*, 21, 655–675.
- [30] Barbaro, N., Sela, Y., Atari, M., Shackelford, T., & Zeigler-Hill, V. (2019). Romantic Attachment and Mate Retention Behavior: The Mediating Role of Perceived Risk of Partner Infidelity. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36, 940–956.
- [31] Altınok, A., & Kılıç, N. (2020). Exploring the Associations Between Narcissism, Intentions Towards Infidelity, and Relationship Satisfaction: Attachment Styles as a Moderator. *PLoS ONE*, 15, e0237265.
- [32] Duba, J., Kindsvatter, A., & Lara, T. (2008). Treating Infidelity: Considering Narratives of Attachment. *The Family Journal*, 16, 293–299.
- [33] Russell, V., Baker, L. R., & McNulty, J. K. (2013). Attachment Insecurity and Infidelity in Marriage: Do Studies of Dating Relationships Really Inform Us About Marriage? *Journal of Family Psychology*, 27, 242–251.
- [34] Wang, C. D. C., King, M., & Debernardi, N. R. (2012). Adult Attachment, Cognitive Appraisal, and University Students' Reactions to Romantic Infidelity. *Journal of College Counseling*, 15, 101–116.
- [35] Warach, B., & Josephs, L. (2019). The Aftershocks of Infidelity: A Review of Infidelity-Based Attachment Trauma. *Sexual and Relationship Therapy*, 36, 68–90.
- [36] Buck, N., Leenaars, E. P. E. M., Emmelkamp, P., & Marle, H. V. v. (2012). Explaining the Relationship Between Insecure Attachment and Partner Abuse. *Journal of Interpersonal Violence*, 27, 3149–3170.
- [37] Petriglieri, G., & Stein, M. J. (2012). The Unwanted Self: Projective Identification in Leaders' Identity Work. *Organization Studies*, 33, 1217–1235.
- [38] Jureidini, J. (1990). Projective Identification in General Psychiatry. *British Journal of Psychiatry*, 157, 656–660.
- [39] Kernberg, O. (1987). Projection and Projective Identification: Developmental and Clinical Aspects. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 35, 795–819.
- [40] Nathans, S. (2016). Whose Disgust Is It Anyway?: Projection and Projective Identification in the Couple Relationship. *Psychoanalytic Dialogues*, 26, 437–443.
- [41] Weiss, H. (2014). Projective Identification and Working Through of the Countertransference: A Multiphase Model. *The International Journal of Psychoanalysis*, 95, 739–756.
- [42] Catherall, D. (1992). Working With Projective Identification in Couples. *Family Process*, 31(4), 355–367.
- [43] Oka, M., Sandberg, J., Bradford, A. B., & Brown, A. P. (2014). Insecure Attachment Behavior and Partner Violence: Incorporating Couple Perceptions of Insecure Attachment and Relational Aggression. *Journal of Marital and Family Therapy*, 40, 412–429.
- [44] Miga, E. M., Hare, A. L., Allen, J., & Manning, N. (2010). The Relation of Insecure Attachment States of Mind and Romantic Attachment Styles to Adolescent Aggression in Romantic Relationships. *Attachment & Human Development*, 12, 463–481.
- [45] Shephard, E., Batistuzzo, M., Hoexter, M., Stern, E., Zuccolo, P., Ogawa, C. Y., Silva, R., Brunoni, A., Costa, D. L. C., Doretto, V., Saraiva, L., Cappi, C., Shavitt, R., Simpson, H., Heuvel, O. A. v. d., & Miguel, E. (2021). Neurocircuit Models of Obsessive-Compulsive

- Disorder: Limitations and Future Directions for Research. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 44, 187-200.
- [46] Marsh, H., Reeve, J., Guo, J., Pekrun, R., Parada, R. H., Parker, P., Basarkod, G., Craven, R., Jang, H., Dicke, T., Ciarrochi, J., Sahdra, B. K., Devine, E., & Cheon, S. (2022). Overcoming Limitations in Peer-Victimization Research That Impede Successful Intervention: Challenges and New Directions. *Perspectives on Psychological Science*, 18, 812-828.
- [47] Tyldum, G. (2010). Limitations in Research on Human Trafficking. *International Migration*, 48, 1-13.
- [48] Powell, G. (2020). Work-Family Lockdown: Implications for a Post-Pandemic Research Agenda. *Gender in Management: An International Journal*, 35, 639-646.
- [49] Lee, S. (2020). Corporate Social Responsibility and COVID-19: Research Implications. *Tourism Economics*, 28, 863-869.
- [50] Aguinis, H., Jensen, S., & Kraus, S. (2021). Policy Implications of Organizational Behavior and Human Resource Management Research. *Academy of Management Perspectives*, 35, 367-381.
- [51] Palacios, J., Rolock, N., Selwyn, J., & Barbosa-Ducharne, M. (2018). Breakdown: Concept, Research, and Implications. *Research on Social Work Practice*, 29, 130-142.
- [52] Petriglieri, G., & Stein, M. J. (2012). The Unwanted Self: Projective Identification in Leaders' Identity Work. *Organization Studies*, 33, 1217-1235.
- [53] Zheng, L., Luo, Y., & Chen, X. (2020). Different Effects of Attachment Anxiety and Attachment Avoidance on Depressive Symptoms: A Meta-Analysis. *Journal of Social and Personal Relationships*, 37(11), 3028-3050.
- [54] Peng, W., Liu, Z., Liu, Q., Chu, J., Zheng, K., Wang, J., Wei, H., Zhong, M., Ling, Y., & Yi, J. (2020). Insecure Attachment and Maladaptive Emotion Regulation Mediating the Relationship Between Childhood Trauma and Borderline Personality Features. *Depression and Anxiety*, 38(1), 28-39.
- [55] Toplu-Demirtaş, E., Akcabozan-Kayabol, N. B., Aracı-İyiaydın, A., & Fincham, F. (2020). Unraveling the Roles of Distrust, Suspicion of Infidelity, and Jealousy in Cyber Dating Abuse Perpetration: An Attachment Theory Perspective. *Journal of Interpersonal Violence*, 37(1-2), NP1432-NP1462.
- [56] Romeo, A., Tella, M. D., Ghiggia, A., Tesio, V., Fusaro, E., Geminiani, G., & Castelli, L. (2020). Attachment Style and Parental Bonding: Relationships with Fibromyalgia and Alexithymia. *PLOS ONE*, 15.
- [57] Richter, M., Schlegel, K., Thomas, P., & Troche, S. (2022). Adult Attachment and Personality as Predictors of Jealousy in Romantic Relationships. *Frontiers in Psychology*, 13.
- [58] Gordon, K. C., & Mitchell, E. A. (2020). Infidelity in the Time of COVID 19. *Family Process*, 59, 956-966.
- [59] Fife, S. T., Gossner, J. D., Theobald, A. C., Allen, E., Rivero, A., & Koehl, H. (2023). Couple Healing from Infidelity: A Grounded Theory Study. *Journal of Social and Personal Relationships*, 40, 3882-3905.
- [60] Richter, M., Schlegel, K., Thomas, P., & Troche, S. (2022). Adult Attachment and Personality as Predictors of Jealousy in Romantic Relationships. *Frontiers in Psychology*, 13.
- [61] Selterman, D., Garcia, J. R., & Tsapelas, I. (2020). What Do People Do, Say, and Feel When They Have Affairs? Associations Between Extradynamic Infidelity Motives with Behavioral, Emotional, and Sexual Outcomes. *Journal of Sex & Marital Therapy*, 47, 238-252.

- [62] Caldwell, J. M., Meredith, P., Whittingham, K., Ziviani, J., & Wilson, T. (2023). Women Pregnant After Previous Perinatal Loss: Relationships Between Adult Attachment, Shame, and Prenatal Psychological Outcomes. *Journal of Reproductive and Infant Psychology*, None, 1-15.
- [63] Cushing, T., Robertson, S., Mannes, J. M. M., Marshall, N., Carey, M., Duschinsky, R., & Meiser-Stedman, R. (2023). The Relationship Between Attachment and Posttraumatic Stress in Children and Adolescents: A Meta-Analytic Review. *Development and Psychopathology*, None, 1-15.
- [64] Kato, T., & Okubo, N. (2023). Relationship Status and Gender-Related Differences in Response to Infidelity. *Frontiers in Psychology*, 14.
- [65] Varma, P., & Maheshwari, S. (2023). How Do People Betray in Relationships? Understanding the Process of Infidelity in Dating Relationships. *Deviant Behavior*, 45, 126-138.
- [66] Spencer, C. M., Keilholtz, B. M., & Stith, S. (2020). The Association Between Attachment Styles and Physical Intimate Partner Violence Perpetration and Victimization: A Meta-Analysis. *Family Process*, Mar2021, Vol. 60 Issue 1, p270-284. 15p.
- [67] Debrot, A., Stellar, J., Macdonald, G., Keltner, D., & Impett, E. (2020). Is Touch in Romantic Relationships Universally Beneficial for Psychological Well-Being? The Role of Attachment Avoidance. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 47, 1495-1509.
- [68] Gordon, K. C., & Mitchell, E. A. (2020). Infidelity in the Time of COVID 19. *Family Process*, 59, 956-966.

윤 석 주 (Yun, Suk-Ju)



- 2014년 8월: 단국대학교 일반대학원 교육학과(상담심리) 교육학 박사
- 2024년 현재: 한국열린사이버대학교 상담심리학과 조교수/학과장
- 관심분야: 애착, 중독, 자살
- E-Mail: ysj1159@naver.com