

석사학위논문
지도교수 양난미

대학생의 거부민감성과 대인관계문제의 관계:
자기침묵과 정서인식명확성의 매개효과

The Relationship between Rejection
Sensitivity and Interpersonal Problems in
College Student:
The Mediating Effect of Self-silencing and
Emotional Clarity.

경상대학교대학원

심리학과

정소현

2018. 2.

석사학위논문
지도교수 양난미

대학생의 거부민감성과 대인관계문제의 관계:
자기침묵과 정서인식명확성의 매개효과

The Relationship between Rejection
Sensitivity and Interpersonal Problems in
College Student:
The Mediating Effect of Self-silencing and
Emotional Clarity.

이 논문을 문학 석사
학위논문으로 제출함

경 상 대 학 교 대 학 원

심 리 학 과

정 소 현

2018. 2.

정 소 현의

석사 학위논문을 인준함

심 사 위 원

위원장 이 아 라



위 원

부수현



위 원

양난미



경 상 대 학 교 대 학 원

2018. 2.

목 차

Abstract

I. 서론	1
1. 연구의 필요성 및 목적	1
2. 이론적 배경 및 선행연구 개관	8
1) 대인관계문제	8
(1) 대인관계문제의 개념 및 특징	8
2) 거부민감성	11
(1) 거부민감성의 개념 및 특징	11
(2) 거부민감성 모델	12
(3) 거부민감성과 대인관계문제의 관계	13
3) 자기침묵	16
(1) 자기침묵의 개념 및 특징	16
(2) 거부민감성과 자기침묵의 관계	17
(3) 자기침묵과 대인관계문제의 관계	18
4) 정서인식명확성	20
(1) 정서인식명확성의 개념 및 특징	20
(2) 거부민감성과 정서인식명확성의 관계	21
(3) 자기침묵과 정서인식명확성의 관계	23
(4) 정서인식명확성과 대인관계문제의 관계	24
3. 연구문제 및 가설	26
II. 방법	29

1. 연구대상	29
2. 연구절차	29
3. 측정도구	30
1) 대인관계문제 척도	30
2) 거부민감성 척도	31
3) 자기침묵 척도	32
4) 정서인식명확성 척도	33
4. 분석방법	34
III. 연구결과	36
1. 예비분석	36
2. 측정모형 검증	37
3. 연구모형과 대안모형 비교	41
4. 구조모형 검증	42
5. 간접효과 검증	44
6. 이중매개효과 검증	45
IV. 논의	46
V. 참고문헌	52
<부록> 설문지	65

표 목 차

표 1. 대인관계문제 척도의 문항구성 및 신뢰도	30
표 2. 거부민감성 척도의 문항구성 및 신뢰도	31
표 3. 자기침묵 척도의 문항구성 및 신뢰도	32
표 4. 정서인식명확성 척도의 문항구성 및 신뢰도	33
표 5. 각 변인별 평균, 표준편차 및 상관계수($N=417$)	36
표 6. 측정변수 간의 평균, 표준편차, 상관, 왜도, 첨도($N=417$)	38
표 7. 측정모형 적합도	39
표 8. 측정모형 요인부하량	40
표 9. 모형 적합도	41
표 10. 구조모형 경로계수	43
표 11. 구조모형에서의 다중상관자승치(SMC)	43
표 12. 각 변인들의 직접효과, 간접효과, 총 효과	44
표 13. 개별 간접효과의 유의성 검증	45

그림 목 차

그림 1. 거부민감성 모델	13
그림 2. 연구모형	28
그림 3. 대안모형	28
그림 4. 구조모형 및 경로계수	42

Abstract

The Relationship between Rejection Sensitivity and
Interpersonal Problems in College Student:
The Mediating Effect of Self-silencing and
Emotional Clarity.

SoHyun Jeong

Department of Psychology

Graduate School of Gyeongsang National University

Supervised by Professor, NanMee Yang

This study focused on the relationship among rejection sensitivity, self-silencing, emotional clarity and interpersonal problems, and more specifically, the mediating effect of self-silencing and emotional clarity in the relationship between rejection sensitivity and interpersonal problems. For this, an online survey was conducted, for which 349 college students participated nationwide and an offline survey was conducted, for which 68 college students residing in Jinju. Measuring tools included KIIP-SC(Short form of the KIIP: Circumplex Scales), RSQ(The Rejection sensitivity Questionnaire Scale), STSS(Silencing The Self Scale), TMMS(Trait

Meta-Mood Scales), and the data were analyzed using structural equation model testing. The results revealed that: 1. rejection sensitivity had positive correlation with self-silencing and interpersonal problems and negative correlation with emotional clarity and self-silencing had negative correlation with emotional clarity and had positive correlation with interpersonal problems and emotional clarity had negative correlation with interpersonal problems; and 2. self-silencing and emotional clarity partially mediated the relationship between rejection sensitivity and interpersonal problems. It can be speculated that applying the results of this study in actual consultations for college students, in the company of training programs for reducing their self-silencing and boosting emotional clarity, will effectively reduce their interpersonal problems.

Key words: rejection sensitivity, self-silencing, emotional clarity, interpersonal problems

I. 서론

1. 연구의 필요성 및 목적

사람은 사회적 존재로서 죽을 때까지 타인과의 관계 속에서 생활하며(권다운, 2015), 수많은 대인관계를 맺고(김나영, 조유진, 2009) 타인과 상호작용을 하며 살아간다(장성미, 2015). 관계란 삶의 많은 부분에 영향을 미치는 중요한 요소로써, 개인은 사람들과의 상호작용을 통해 정체성을 형성하기도 하고, 건강한 대인관계는 개인에게 행복감을 느끼게 하는 자원이 되기도 한다(안상원, 2014). 친밀한 대인관계를 이루고 수용 및 인정받고자 하는 욕구는 인간의 기본적인이고 보편적인 동기이다(김주연, 성태훈, 김지혜, 신민영, 2014). 친밀감은 타인의 한계와 단점을 인정하고 받아들이며 사람간의 차이점과 갈등을 극복하는 과정에서 획득되고 친밀한 대인관계를 맺게 되면 삶에서 활력과 만족을 얻을 수 있다(경기용, 2015).

청소년기에서 성인기로 넘어가는 과도기에 해당하는 대학생 시기에는 여러 주위 환경이 변화하는 혼란스러운 시기이기 때문에 이 시기의 대인관계에서 만족감은 대학생의 혼란스러움과 불안감을 완화시켜주며 주관적 안녕감에 영향을 미칠 수 있다는 점에서 매우 중요하다(안상원, 2014). 그러나 한경희(2012)의 연구에 따르면, 한국의 대학생들은 입시경쟁으로 인한 폭넓은 대인관계를 경험하지 못하고 건강하게 소통하는 방식을 체득하지 못한 채 대학에 진학하여, 대인관계의 어려움을 경험하게 될 가능성이 높다. 대학생들이 대인관계에서 실패, 불안, 불편함 등의 어려움을 겪게 된다면 이는 자기 상실의 두려움과 고립감을 느끼게 하고 심각한 경우 대인불안을 경험하게 될 수도 있다(김나영, 조유진, 2009). 또한 대학생들은 대인관계문제로 인해 우울, 불안과 같은 문제와 성격적인 문제를 호소하고 있는 경우가 많이 있다(강지연, 2011).

대학생들은 이전의 타율적인 환경과는 달리 갑자기 확대된 사회 네트워크 환경 속에서 스스로 형성해야 하는 다양한 대인관계를 경험하고 또 이에 대해 고민한다(안선경, 정여주 2016). 실제로 서강대학교의 '2016학년도 신입생 실태조

사'에 따르면, 전체 신입생 가운데 불성실하게 응답한 학생들의 자료를 제외한 총 1,496명이 대학생활에서 가장 걱정스럽게 생각하는 것은 '대인관계문제(26.1%)', '학업문제(23.5%)' 등의 순으로 나타났다(서강대학교 학생생활상담연구소, 2016). 그리고 한양대학교 총학생회가 2017학번 신입생 1,200명을 대상으로 설문조사를 한 결과, 음주문제 다음으로 '인간관계(21.6%)'가 가장 걱정되는 점으로 꼽혔다(서울경제, 2017, 2, 16). 이는 대학생 시기에는 청소년기와 달리 처음 만나는 타인과의 만남이 잦고 타인과 함께 성과를 내야하며, 다양한 연령층을 만나 새로운 대인관계를 형성하기 때문에(권다운, 2015) 새로운 형태의 관계에 적응하기 어려운 학생들이 정서적인 어려움을 호소할 수 있기 때문이다(안상원, 2014).

이처럼 대학생 시기의 대인관계 형성은 개인에게 중요한 과업인 동시에 어려워하는 문제이기 때문에 대인관계문제의 원인을 밝히고자 하는 선행연구가 다양하게 이루어져왔다. 김여량(2013)의 연구에서 대학생의 내현적 자기가 완벽주의를 통해 대인관계문제에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이동욱(2015)의 연구에서는 성인애착 및 정서조절곤란이 대학생의 대인관계문제에 영향을 미치는 중요한 요인으로 작용하는 것으로 나타났다. 이 외에도 지금까지 이루어진 선행연구들로부터 대인관계문제와 관련된 변인은 부모-자녀 의사소통(정혜연, 이지민, 2017), 아동기 외상경험(윤성욱, 2017), 공적 자의식, 우울취약성, 정서적 단절(이은진, 이나령, 이지연, 2015), 거부민감성(안선경, 정여주, 2016) 등으로 밝혀졌다.

본 연구에서는 대학생의 대인관계에 영향을 주는 많은 변인들 중 특히 거부민감성에 초점을 두었다. 거부민감성은 애착이론에 기초한 개념으로(Downey & Feldman, 1996), 중요한 타인에게 거부당할 것이라는 불안한 기대를 가지고 거부에 대해 예민하게 지각하고 과민하게 반응하는 인지·정서적 과정을 의미한다(Feldman & Downey, 1994). 유아기 때 부모로부터 거부적으로 양육을 받게 되면, 다른 사람의 평가적인 의견에 지나치게 예민하게 반응하게 되고 이러한 경험이 반복되면서 부정적인 평가에 대한 두려움으로 거부민감성이 높아진다(Allaman, Joyce, & Crandall, 1972). 또한 거부민감성이 높은 사람들은 거부가능성이 있는 상황에서 반사적이고 격렬한 반응을 보이기 때문에(Metcalfe &

Mischel, 1999), 이러한 반사적 과잉반응들은 이후 개인 내적 불편감과 대인관계 문제를 발생시킨다(민지영, 2012). 따라서 이러한 행동적 반응은 실제로 거부를 유발하게 만들어(Downey & Feldman, 1996) 거부민감성이 발달하고 공고화되는 악순환이 반복된다(Levy et al., 2001). 이렇듯 대인관계에서의 거절 경험으로 인해 사람들은 스스로를 사랑받고 수용 받을 만한 가치가 없는 사람이라고 인식하게 되며 이는 절망과 우울을 초래한다(Brown & Harris, 1978).

사람은 타인과 긍정적인 상호작용을 바라기 때문에 자연스럽게 관계를 형성하고 유지하게 되지만(Baumeister & Leary, 1995), 그 과정에서 거부와 같은 부정적인 상호작용을 완전히 피할 수는 없다(경기웅, 2015). 거부를 당했을 때 사람들이 보이는 반응은 다양한데, 거부민감성이 높은 사람은 거부를 미리 지레 짐작하여 불확실한 상황에도 거부로 해석하고 자기침묵과 같은 회피 대처 전략을 사용하거나 적대감을 표현하는 등 비적응적으로 반응하는 경우가 많다(김혜원, 2013). 이러한 부적응적인 반응들은 대인관계를 만들고 발전시켜 가는 과정에서 개인에게 많은 어려움을 겪게 한다(Christman, 2012). 또한 선행연구를 통해 거부에 민감할수록 대인불안이 높고(구세정, 2016; 김나영, 조유진, 2009; 박명주, 2012), 대인관계에 스트레스가 많은 것을 알 수 있다(이기선, 2011). 이렇듯 거절경험과 그에 대한 반응은 대인관계에서 일어나기 때문에, 거부민감성은 대인관계문제에 지속적으로 부정적인 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있으며(김주연 외, 2014), 대인관계문제에 영향을 미치는 요인으로써 거부민감성을 살펴보는 것은 의미가 있을 것이다(안선경, 정여주, 2016).

본 연구에서는 거부민감성이 어떤 과정을 거쳐 대인관계문제에 영향을 미치는가를 알아보고자 자기침묵과 정서인식명확성 두 변인을 고려하였다. 거부민감성이 높은 사람들은 거부경험을 받게 되면 외현적으로 대처하거나 내현적으로 대처한다고 한다(Ayduk, May, Downey, & Higgins, 2003). 외현적인 대처로는 적대적 태도 또는 신체적, 언어적, 비언어적 공격 행동 등이 있고 내현적인 대처에는 자기침묵, 감정 억제, 자신의 의견 표현 억제와 같은 것들이 있다. 사람들은 그 중에서도 적대적 태도, 자기침묵을 많이 하는 것으로 나타났으며(임정민, 오경자, 2016; Ayduk, Gyurak, & Luerksen, 2008; Harper, Dickson, & Welsh, 2006), 특히, 자기침묵을 사용하는 사람들은 자신의 문제 행동을 개선하는 데

더욱 어려움을 느낄 것으로 예상된다. 왜냐하면 그들은 자신의 생각과 행동을 표현하지 않고 억제하므로 타인으로부터 사회적 지지를 받기 어렵기 때문이다(정신아, 2013). 따라서 본 연구에서는 거부민감성이 높은 사람들이 보이는 자기침묵 대처 방식에 초점을 맞추었다.

자기침묵이란 타인과의 관계를 안정적으로 유지하고 친밀한 관계를 형성하기 위해 개인의 감정, 생각, 행동을 드러내지 않는 것을 의미한다(Jack & Dill, 1992). 자기침묵이 갈등과 위협을 유발하는 상황을 만들지 않는 유용한 도식처럼 느껴질 수 있지만, 자신의 생각이나 의견을 피력할 수 있는 경험의 장을 잃게 되고 정서를 차단하며 바람직한 문제해결에서 멀어지게 된다(이은희, 2012)는 점에서 부적응적이라고 할 수 있다. 또한 자기침묵을 사용할 때 함께 나타나는 자기부정과 자기희생은 자기가치감을 낮추며(Remen, Chambless, & Rodebaugh, 2002), 자기침묵으로 인해 자기 불일치감이 증가하고 관계 몰입에 실패하게 되면 개인은 진실한 관계를 맺기 어렵고, 다른 사람에게 수용 받을 기회를 박탈당하게 되어 우울과 외로움이 증가할 수 있다(정신아, 2013). 또한 자기침묵 경향이 높을수록 대인관계문제가 나타난다(김지영 2015; 김혜령, 2016)는 선행연구 역시 대인관계문제에 자기침묵이 중요한 영향을 미치고 있음을 시사한다.

다른 한편으로는 거부민감성과 대인관계문제 사이를 매개하여 대인관계문제를 촉발시키는 변인으로는 정서인식명확성을 고려해 볼 수 있다. 정서인식명확성이란 자기 내부의 정서를 구체적이고 명확하게 인식하고 이해하며, 자신의 여러 감정들을 구별해내는 능력이다(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995). Gross와 John(2003)은 정서를 표현하고 나누는 것이 자연스럽게 친밀한 관계를 경험할 수 있도록 도울 수 있기 때문에 대인관계에서 정서표현 능력은 중요한 요인이라고 하였다(안선경, 정여주, 2016). 권희경, 장재홍(2011)은 개인이 자신의 정서를 언어적으로 명명하고 그것을 명확하게 인식할수록 정서를 건설적으로 표현하거나 적절하게 다룰 수 있는 가능성이 높아진다고 하였다. 또한 자신의 정서를 명확하게 알아차리는 사람은 대인관계에서 정서전달 능력이 높고, 사회적 지지를 구하는 능력이 높다고 하였다. 실제로 정서인식명확성이 높은 사람들은 대인관계문제를 적게 경험한다는 것이 밝혀졌다(우다빈, 2013).

이렇듯 정서인식명확성이 대인관계문제에 미치는 영향에 대해 살펴본 연구는

많았지만, 그럼에도 불구하고 대학생의 거부민감성과 정서인식명확성의 직접적인 관계를 밝혀낸 선행연구는 드물었다. 그러나 거부민감성이 높은 사람들이 대인관계문제를 겪는 과정을 이해하고 대인관계문제를 낮추기 위한 개입으로 정서인식명확성의 역할을 이해할 필요성이 있다고 생각되며, 그 이유는 다음과 같다.

거부민감성 모델에서는 거부에 대한 인식이 분노, 적대감, 지지의 철수, 질투 등 정서적 과잉 반응을 유발하도록 만들 수 있다(Downey & Feldman, 1996)고 설명하고 있으며, 거부에 대한 이러한 반응은 친밀한 대인관계를 해치게 된다(박명주, 2012). Gloman(1995)은 사회적 상황에서 이러한 감정을 적절히 표현하는 기술이 중요하며 사회적 능력에 대한 개념이나 정의에서 대인관계와 관련된 정서적 능력이 중요하다고 보았다(우희정, 2014에서 재인용). 또한 정서지능이 높은 사람들은 사교적이고, 창의적이며, 자신의 감정을 솔직히 표현하고 대인관계 능력이 좋다는 연구 결과도 있다(Block & Kremen, 1996). 이처럼 감정표현이 필요한 상황에서는 긍정적·부정적인 감정표현을 적절하게 하는 것이 중요한데, 이러한 정서조절능력은 대인관계 형성에 필수가 되는 능력이라고 할 수 있으며(Hoing & Wittmer, 1994), 이는 정서조절곤란이라는 개념을 통해 측정된다.

정서조절곤란의 하위요인을 살펴보면, 정서에 대한 주의 및 자각 부족, 정서적 명료성의 부족에 대해 측정하고 있다(이지영, 2016). 우희정(2014)은 경계선 성격특성과 대인관계문제의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란에 대해 연구하였는데, 정서주의 및 자각 부족, 정서적 명료성 부족과 거부민감성 간에는 유의한 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 Selby, Ward 그리고 Joiner(2010)의 연구에서도 대학생의 거부민감성이 정서조절곤란에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 더불어 정서인식명확성은 정서지능의 하위요인인데(Mayer & Salovey, 1997), 이혜미, 김유미(2015)는 초등학생의 거부민감성과 교우관계의 관계에서 정서지능의 매개효과를 밝혀냈으며, 김선미, 홍상환(2014)의 연구에서도 아동의 거부민감성과 정서인식 부족 간에는 유의한 부적 상관이 나타났다. 이처럼 거부민감성과 정서인식명확성이 의미 있는 관계라는 것을 유추할 수 있으나 대학생의 거부민감성과 정서인식명확성의 직접적인 관계를 살펴본 선행연구가 없었다. 이에 본 연구에서는 거부민감성과 정서인식명확성의 직접효과를 가정하지 않은 연구모형과 그와 반대로 직접효과를 가정한 대안모형을 비

교하여 두 변인의 관계를 명확하게 제시하고자 한다.

이렇게 선행연구를 고찰해 보았을 때, 여러 변인들이 대인관계문제에 영향을 미치고 있음을 알 수 있다. 이은희(2012)는 타인과 상호작용 시에 침묵하는 것은 손실을 가져올 가능성이 높는데, 외부 정보를 부정적으로 받아들이고 자신에게 해가 될지도 모른다는 생각에 자기침묵을 하거나, 이로 인해 내면에서 끊임없이 자신의 진정한 감정과 당위가 갈등을 생성한다면, 자연스러운 정서처리과정에 방해가 될 수 있다고 하였다. 또한 Whiffen, Foot 그리고 Thompson(2007)은 자기침묵 수준이 높은 여성들이 정서를 표현하지 않으면서 그 정서들이 어떤 것이었는지조차 잊어버리게 된다고 설명하며, 자기침묵이 정서를 명확하게 인식하지 못하는 것과 관련이 있을 것임을 제안하였다. 더불어 자기침묵을 많이 하는 사람일수록 정서인식을 명확하게 하지 못하는 것으로 확인되었고(김미진, 2009) 자기침묵과 정서인식명확성 간에 부적 상관을 나타낸 연구도 있었다(Sarah & Nilsson, 2011). 따라서 자기침묵이 높은 사람들은 정서를 조절하고 효과적으로 표현하는 능력이 점점 저하되는 것(이은희, 2012)과 동시에 자신의 정서에 대해 명확히 알지 못하게 되어 정서 표현의 어려움을 겪으며 대인관계문제에 부정적인 영향을 초래할 것임을 예상할 수 있다. 이에 본 연구에서는 자기침묵과 대인관계문제 사이에 정서인식명확성이 어떤 영향을 미치는지 살펴보고자 한다.

이렇듯 거부민감성과 자기침묵, 정서인식명확성이 대인관계에 미치는 영향이 유의미하다는 선행연구들이 있지만 자기침묵과 정서인식명확성의 이중 매개 관련성을 살펴본 연구는 드문 실정이다. 본 연구를 통해 두 변인의 관련성을 밝혀낸다면 거부민감성이 대인관계문제에 이르는 경로를 보다 잘 이해할 수 있고 이를 통해 세분화된 개입 전략을 제시하여 거부민감성이 높은 사람이어도 대인관계문제로 이어지는 것을 감소 및 예방할 수 있을 것이라 기대된다. 따라서 거부민감성이 대인관계문제에 이르는 과정에서 자기침묵과 정서인식명확성이 매개 역할을 할 것이라 가정하고 자기침묵이 정서인식명확성에 미치는 영향을 함께 고려해 살펴보는 것은 의미가 있을 것이다.

본 연구의 기대효과 및 의의는 다음과 같다. 첫째, 선행연구를 살펴보면 거부민감성이 높은 사람들이 대인관계문제를 겪는 과정에서 자기침묵을 많이 사용하고 있으며(방효은, 2017; 서지영, 2016) 자기침묵으로 인해 대인관계문제를 겪

고 있다는 결과(김지영, 2015)를 제시하였다. 그러나 거부민감성과 대인관계문제 간의 관계에서 자기침묵의 직접적인 매개효과를 살펴본 연구는 찾아보기 어려웠다. 따라서 본 연구에서는 거부민감성과 대인관계문제 간의 관계에서 자기침묵의 영향을 살펴봄으로써 거부민감성이 높은 대학생들이 겪는 대인관계문제를 감소시킬 수 있는 방안으로 자기침묵을 낮추기 위한 개입 방안 마련에 기초 자료가 될 수 있다는 데에 의의가 있다.

둘째, 자기침묵과 정서인식명확성의 선행연구에서 김미진(2009), Sarah와 Nilsson(2011)은 자기침묵과 정서인식명확성의 관계를 여대생만을 대상으로 연구하였다. 그러나 국내에서는 자기침묵의 성차에서 남성이 더 높은 점수가 나타났거나 성차를 확인할 수 없었다는 결과를 보인 연구가 있었다(김명화, 홍혜영, 2011; 김진선, 2009; 정신아, 2013). 이는 남녀 모두를 대상으로 한 연구가 필요하다는 것을 의미한다. 따라서 본 연구에서는 자기침묵과 정서인식명확성의 관계에서 남녀 모두를 대상으로 진행하여 선행연구를 확장시킴으로서 자기침묵 특성이 대인관계문제에 미치는 영향에서 정서인식명확성의 완충효과를 기대할 수 있을 것으로 사료된다.

셋째, 기존에는 거부민감성과 정서인식명확성의 직접적인 관계를 살펴본 선행연구가 없었다. 그러나 본 연구에서는 선행연구를 통해 거부민감성이 높은 대학생이 겪는 대인관계문제를 이해할 때 정서인식명확성을 이해하는 것이 필요할 수 있다고 가정하며(안선경, 정여주, 2016; 이한우, 염동문, 2015; Ayduk et al., 2003) 연구 문제를 설정하였다. 또한 연구모형과 대안모형의 비교를 통해 이를 밝혀내고자 하였다. 따라서 만약 정서인식명확성의 보호요인을 밝혀낸다면, 거부민감성이 높은 대학생들의 대인관계문제를 낮출 수 있는 새로운 변인을 도출해 낼 수 있을 것으로 기대된다.

마지막으로 거부민감성이 높은 사람들이 거부상황을 경험할 때 자기침묵을 대처전략으로 사용하게 되면 대인관계문제를 일으킬 수 있다. 이를 정서인식명확성이 매개하는 것으로 밝혀진다면 개인의 자기침묵을 낮추고 정서자각의 필요성을 강조하며, 정서표현에 있어 변화를 줄 수 있는 상담이나 교육을 실시할 수 있는 이론적 바탕 및 구체적인 개입방안을 제공할 수 있을 것으로 기대된다.

2. 이론적 배경 및 선행연구 개관

1) 대인관계문제

(1) 대인관계문제의 개념 및 특징

대인관계란 두 사람 이상이 이루는 관계이며, 상호의존적인 행동을 통한 두 사람 사이의 연계를 의미한다(Collins & Repinski, 1994; 곽지현, 2017에서 재인용). 대인관계는 행복한 삶의 질을 결정하는 핵심요소로써 대인관계가 적응적이고 만족스러울수록 개인의 삶은 만족스러워진다(장석진, 연문희, 2009). 친밀한 대인관계를 이루고 수용 및 인정받고자 하는 욕구는 인간의 기본적이고 보편적인 동기이다(김주연 외, 2014). 친밀감은 타인의 한계와 단점을 인정하고 받아들이며 사람간의 차이점과 갈등을 극복하는 과정에서 획득되고 친밀한 대인관계를 맺게 되면 삶에서 활력과 만족을 얻을 수 있다(경기용, 2015).

Erikson(1968)에 따르면, 성인기 초기에 들어선 대학생은 심리사회적 발달단계 중 대개 18-24세에 위치하며, 한 가지 이상의 가깝고 따뜻한 관계를 발전시켜야 하는 도전에 직면하고 친밀감에 대한 과업을 실천해야 하는 단계에 있다(윤혜영, 강지현, 2015에서 재인용). 그러나 건강하고 만족스러운 대인관계를 맺지 못한 경우 개인의 바람직한 성장 발달에 걸림돌이 생길 수 있다(이민선, 2010). 특히 대학생 시기는 대인관계의 폭과 깊이를 성장시켜나가기 때문에 이 시기의 대인관계는 그 어떤 발달단계보다 중요하지만(권석만, 1997), 동시에 어려운 문제로 여겨지기도 한다. 이는 한국의 대학생들이 입시경쟁으로 인해 폭넓은 대인관계를 경험하지 못하고 건강하게 소통하는 방식을 체득하지 못한 채 대학에 진학하여 그로 인해 대인관계의 어려움을 겪게 되기 때문이다(한경희, 2012). 또한 많은 대학생들은 타인과의 원만한 상호작용이 어려운 경우 대인 상황에 잘 적응하거나 대처하지 못하여 정서적인 어려움을 경험하고 있으며, 대인관계문제로 인해 우울, 불안과 같은 정신건강과 관련된 문제와 성격적인 문제 등을 호소하고 있는 경우가 많이 있다(강지연, 2011). 이를 통해 우리나라 대학생들에게

대인관계가 얼마나 중요한지 알 수 있으며, 이 문제의 해결이 이들의 적응을 돕는 데 중요한 요소가 될 것임을 시사한다(윤혜영, 강지현, 2015).

이처럼 대학생 시기의 대인관계 형성은 개인에게 중요한 과업인 동시에 어려워하는 문제이기 때문에 대인관계문제의 원인을 밝히고자 하는 선행연구가 다양하게 이루어져왔다. 김여량(2013)의 연구에서 대학생의 내현적 자기애가 완벽주의를 통해 대인관계문제에 영향을 미치는 것으로 나타났으며, 이동욱(2015)의 연구에서는 성인애착 및 정서조절곤란이 대학생의 대인관계문제에 영향을 미치는 중요한 요인으로 작용하는 것으로 나타났다. 이 외에도 지금까지 이루어진 선행연구들로부터 대인관계문제와 관련된 변인은 부모-자녀 의사소통(정혜연, 이지민, 2017), 아동기 외상경험(윤성욱, 2017), 공적 자의식, 우울취약성, 정서적 단절(이은진, 이나령, 이지연, 2015), 거부민감성(안선경, 정여주, 2016) 등으로 밝혀졌다.

대인관계문제는 대인관계 상황에서 서로가 만족하는 관계를 형성하지 못하고, 대인관계를 유지하고 발전시켜 나가는데 필요한 지식이나 대인관계 기술의 부족으로 인하여 부정적인 대인관계를 효과적으로 다루지 못하여 심리적인 어려움을 겪게 되는 현상이다(박경애, 이재규, 권해수, 1998; 최임정, 심혜숙, 2010에서 재인용). Horney(1992/2006)는 인간의 본질적인 도전은 타인과 효과적으로 관계를 맺는 것이며, 이 관계에서 느끼는 불안전감에서 근본적 불안이 발생한다고 보았다. 또한 개인은 근본적 불안에서 스스로를 보호하기 위해 다음의 세 가지 신경증적 경향성을 보인다고 설명한다.

첫 번째는, 사람들에게 향하는(moving toward people) 순종적인 성격으로 이들은 타인에게 거부되는 것을 두려워하여 호감을 유지하고자 과도하게 애쓴다. 자신은 무력하고 열등하나 타인은 강하고 우월하다고 판단하여 타인에게 의존하는 성향을 보이고 모든 이에게 끊임없이 관심과 애정을 받기 위해 과도하게 노력하는 경향을 보인다.

두 번째는, 사람들에게 맞서는(moving against people) 공격형 성격으로 자신을 향한 타인의 감정 및 의도를 불신하는 태도를 보인다. 또한 자신을 방어하고 타인에게 보복할 수 있도록 더욱 강해져서 타인을 패배시키려고 하는 특성을 보인다. 이들은 타인을 지배하고 우월감을 느끼려는 욕구가 강한 사람이며, 자신의

이익을 위해 타인을 비난하고 공격하지만 자신의 패배 및 두려움은 인정하지 않는다.

세 번째는, 사람들로 부터 멀어지는(moving away from people) 고립형 성격으로 타인과의 친밀한 관계를 불편해하고 혼자 시간을 보내려는 사람들이다. 이들은 자기만의 세계에 빠져 타인과의 관계 형성보다 혼자만의 시간을 보내는 것을 더 추구한다. 또한 논리나 이성적 사고를 중시하며 타인에 대한 모든 감정을 부정하고 감정 표현을 억누르는 경향이 있다.

일반적인 사람들은 이 세 가지 신경증적 경향성을 상황에 맞게 모두 균형적으로 사용한다. 하지만 신경증적 사람들은 이 중 한 가지에 지나치게 치우쳐 강박적으로 한 가지의 경향성만을 사용함으로써 대인관계문제를 경험하게 되고 건강한 대인관계를 유지하기 어려워진다(Horney, 1992/2006).

2) 거부민감성

(1) 거부민감성의 개념 및 특징

타인들로부터 거부당하지 않고 수용되고 싶은 욕구는 인간의 주요 동기 중 하나이다(Baumeister & Leary, 1995). 거부는 사람들이 흔하게 겪는 일반적인 경험이지만 사람들은 이러한 거부에 다양한 반응을 보인다. 거부를 당하는 상황에서도 어떤 사람들은 침착하게 평정을 유지하려고 노력하지만, 어떤 사람들은 자신의 안녕을 해치고 대인관계를 위태롭게 한다. 즉, 거부의 상황에서 어떤 이들은 화를 내고, 낙담하거나 혹은 사회적 관계 자체를 회피하는 것이다(Ethan, Tobias, Kevin, Joy & Geraldine, 2007)

Feldman과 Downey(1994)는 거부 상황에서 개인들의 반응차이를 설명하기 위해 거부민감성(rejection sensitivity)이라는 개념을 제시하였다. 거부민감성이란 대인관계 상황에서 자신이 타인에게 거부당할 것이라고 하는 부정적 기대를 갖는 것이며(차혜련, 김종남, 2016), 중요한 타인에게 거부당할 것이라는 불안한 기대를 가지고 거부에 대해 예민하게 지각하고 과민하게 반응하는 인지·정서적 과정을 의미한다(Feldman & Downey, 1994). Levy, Ayduk과 Downey(2001)는 거부민감성 모델을 제시하며 거부민감성이 발달하고 공고화되는 과정을 설명하고 있다. 이 모델에서는 거부민감성을 애착의 관점과 동일하게 초기 거부경험으로부터 발달되는 것이라 보았다. 유아기 때 양육자로부터 거부를 반복적으로 경험하게 되면 성인이 되어서도 중요한 타인이 자신을 거부할 것이라고 생각하게 되며, 초기 1차 양육자와 아동간의 문제는 개인의 사회-정서적 적응에 있어서 뿌리 깊이 내려져 있는 것이기 때문이 성인이 되어서도 지속적인 문제를 초래할 수 있다는 것이다(박명진, 양난미, 2017).

거부민감성이 높은 사람은 거부당하는 것에 대한 걱정과 불안이 더 높은 것으로 나타난다. 즉, 거부민감성이 높은 경우 중립적인 상황이나 단서를 자신에 대한 거부로 받아들이며 거부가 가능한 상황에서 자동적으로 위험을 감지하고 부정적 감정을 가지며 거부가능성에 대한 단서를 찾는데 주의를 집중하게 된다(김

혜원, 2013; 심경원, 2007). 이렇게 거부민감성이 높은 사람들이 갈등 상황에 노출되지 않기 위해 상대방에게 자신의 진정한 생각과 감정을 드러내는 것을 회피하다보면, 이로 인해 대인관계 속에서 친밀감을 경험할 가능성이 낮아진다(최연숙, 홍혜영, 2016).

(2) 거부민감성 모델

거부민감성 모델의 주요 가정은 주 양육자와의 상호관계에서 반복된 거부 경험을 한 개인은 거부에 민감해져서 거부가 일어날 수 있는 상황에서 거부에 대해 기대 불안이 높아진다는 것이다(Levy, Ayduk & Downey, 2001). 이를 위해 Downey와 동료들은 친밀한 관계에서 개인이 느끼는 거부의 영향을 설명하기 위해 거부민감성의 역동적인 과정을 제시하였다(Downey & Feldman, 1996; Feldman & Downey, 1994). 그림 1에 제시한 이 모델은 일련의 과정으로, 거부라는 메시지가 관계적 측면에서 사람들의 인지와 정서, 행동을 어떻게 형성해 가는지 설명해 주고 있다(박명진, 2016).

거부민감성 모델에 의하면, (a)는 개인의 거부민감성 형성 과정을 나타낸다(류혜림, 2016). 유아기 때부터 지속적으로 거부를 경험한 사람들은 그 이후에도 중요한 타인으로부터 거부당할 것임을 예상하게 되며 이러한 예상은 불안이나 분노와 같은 방어적 반응으로 나타날 수 있다(박정현, 2017). (b)는 개인이 거부민감성을 형성한 뒤 촉발자극으로 인하여 거부를 지각하는 과정에 해당된다. 거부에 대한 기대는 거부가 나타날 가능성이 있는 상황에서 활성화된다(김미선, 2014). 거부민감성이 높은 개인은 거부 단서에 대해 선택적으로 주의집중을 하며 과잉 경계를 하기 때문에 타인의 중립적인 언어표현에 대해서도 합리적인 설명이나 맥락은 고려하지 않고 거절당한다고 지각한다(류혜림, 2016). (c)는 거부를 지각한 이후에 인지·정서적 반응이 나타나는 과정인데, 타인의 중립적인 행동을 거부로써 부호화하는 편향적인 지각활동은 거부 가능성이 있는 상황에서 분노, 적대감, 지지의 철수, 질투 등 정서적 과잉 반응을 유발하도록 만들 수 있다(Downey & Feldman, 1996). (d)는 인지·정서적 반응에 이어 행동적 반응이

나타나는 과정으로, 타인의 행동을 거부 행동으로 부호화하는 이러한 인지·정서적 정보처리지각의 단계를 거치면(박명주, 2012) 적대감, 공격성, 사회적 철수와 같은 부적응적인 행동을 증가시킬 가능성이 높아진다(김미선, 2014). 다시 말해, 거부민감성이 높은 사람들은 거부 가능성이 있는 상황에서 합리적 문제 해결에 도움이 되는 좀 더 복잡하고 침착한 인지적 과정의 조정 없이 반사적이고 격렬한 반응을 보이기 때문에(Metcalfe & Mischel, 1999), 이러한 반사적 과잉반응들은 이후 개인 내적 불편감과 대인관계 문제를 발생시키는 것이다(민지영, 2012). 마지막으로 (e)는 행동적 반응이 거부경험을 다시 이끌어 내는 과정을 나타낸다. 거부라고 지각한 것은 정확하지 않을 수 있기 때문에 타인의 애매한 행동만 보고 과민하게 반응하는 것은 실제로 오히려 거부가 일어나게 만드는 행동이 하게 되어 자기 충족적 예언을 낳을 수 있다(Downey & Feldman, 1996). 그리고 이는 다시금 거부민감성이 높은 사람들의 거부에 대한 불안한 기대를 강화시키며(박명주, 2012), 결국 거부를 경험하고 거부민감성이 발달하고 공고화되는 악순환이 반복된다(Levy et al., 2001).

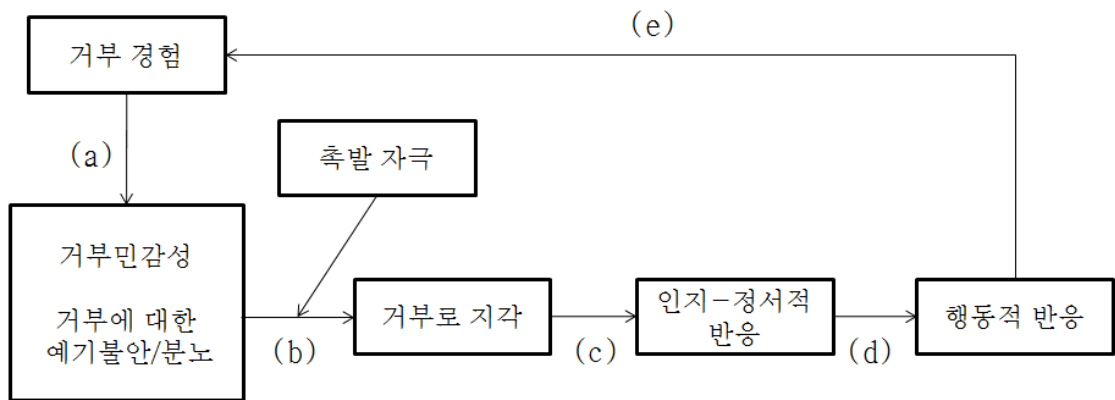


그림 1. 거부민감성 모델(Levy et al., 2001)

(3) 거부민감성과 대인관계문제의 관계

거부민감성이 높은 사람들은 수용 경험이 부족하기 때문에 사회적 관계를 맺고자 하는 욕구가 다른 이들보다 클 수 있다(안상원, 2014). 그러나 거부에 민

감한 사람들은 모호한 단서에도 쉽게 거절당했다고 지각하며, 거절상황에서 분노, 적대감, 낙담, 공격, 철회 등의 과도한 반응을 하게 되는데(김혜원, 2013), 거절로부터 자신을 방어하기 위해 대처하는 행동들은 오히려 친밀한 대인관계를 해치게 된다(김주연 외, 2014). 이는 자기방어적인 행동으로 시작되었지만 결국 자신에게 중요한 타인들과의 관계에서 부적응적인 행동으로 나타나는 것이다(정지연, 2012). 또한 임정민과 오경자(2016)의 연구에 따르면, 거부민감성이 높은 개인이 거부를 과잉 경계하는 과정에서 중립적이거나 작은 단서에서도 거부를 지각하고, 이에 대한 반응으로 적대적 행동의 빈도가 증가할 수 있으며 궁극적으로는 관계에서의 갈등이 야기되어 원만한 교류 형성에 부정적인 영향을 미치는 것으로 이해할 수 있다.

거부민감성이 높은 사람들이 거부를 경험할 때 대처하는 방식은 두 가지로 나뉘는데, 이는 거부를 지각했을 때 불안을 느끼는지 분노를 느끼는지에 따라 달라진다(Ayduk et al., 2003). 거부당할 것에 대한 불안함은 호감을 주려는 행동과 관련되며(Downey & Feldman, 1996; Downey, Lebolt, Rincon, & Freitas, 1998), 불안을 느끼는 사람들은 자기침묵, 사회적 회피와 같은 형태로 수동적인 적대감을 표현하는데 비해(Downey & Feldman, 1996; Downey et al., 1998), 분노를 느끼는 사람들은 질투, 지지의 철회, 애정의 철회와 같이 공격적이고 통제적인 방식으로 적대감을 드러낸다(Ayduk et al., 2003, 2008; Downey, & Feldman, 1996). 또한 Zimmer-Gembeck과 Nesdale(2013)의 연구에서는 거부민감성이 높은 사람들이 분명한 거부상황에서는 높은 회피적 반응을 보이지만, 분명하지 않은 거부상황에서는 보복하려는 반응이 높았다고 보고하였다.

거부민감성과 대인관계문제 간의 관계에 대한 선행연구를 살펴보면, 대학생의 거부민감성이 대인관계문제에 미치는 영향에서 정서표현양가성의 매개효과를 연구한 안선경, 정여주(2016)는 거부민감성이 높은 대학생일수록 대인관계문제를 많이 겪는다는 것을 확인하였다. 김주연 등(2014)은 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 주의력 조절의 조절효과를 살펴보았는데, 거부민감성과 대인관계문제는 유의미한 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 정서조절양식의 매개효과를 살펴본 강여정(2016)의 연구에서는 거부민감성이 높을수록 회피/분산적 양식을 많이 사용하며 이로 인해 대인관계문

제를 더 많이 경험하는 것으로 보고되었다. 또한 대인관계문제와 관련 있는 변인으로 대인불안, 대인관계 유능성 등이 있는데, 구세정(2016), 박명주(2012), 이정석(2013)의 연구에서는 거부민감성이 대인불안에 정적인 영향을 미친다는 결과를 보고하였으며, 거부민감성이 대인관계 유능성에 부적적인 영향을 미친다는 연구결과(경기웅, 2015; 고아라, 2017; 김향선, 이영순, 2011; 장성미, 2016)도 나타났다. 따라서 본 연구에서는 대인관계문제에 영향을 미치는 요인으로써 거부민감성을 살펴보고자 하였다.

3) 자기침묵

(1) 자기침묵의 개념 및 특징

자기침묵이란 대인관계에서 타인과 친밀한 관계를 형성하고 안정적으로 유지하기 위해 개인의 감정, 생각, 행동을 드러내지 않는 것을 의미한다(Jack & Dill, 1992). 그리고 상대방의 요구를 우선적으로 생각하며 관계에서 갈등과 손실을 피하기 위해 자신의 사고와 행동을 표현하지 않지만, 실제로는 분노와 같은 긴장감을 경험하는 관계 내에서의 자기감으로 정의될 수 있다(Jack & Dill, 1992). Page, Stevens 그리고 Galvins(1996)는 자기침묵을 관계가 흔들릴 것 같은 불안이 느껴질 때 자기노출을 꺼리거나 축소하게 되는 것이라고 정의하였다.

남성은 분리와 독립을 중시하지만 이와 달리 여성은 중요한 타인과의 친밀한 관계를 통해 자기개념을 형성하며, 자신이 타인의 성장과 발달에 참여하는 것을 중요한 기회와 능력으로 여긴다(Miller, 1988). 그렇기 때문에 여성은 타인과의 친밀감을 유지하고 좋은 관계를 형성하기 위해 자기희생과 자기부정이 중요하다는 것을 배운다(Jack & Dill, 1992). 즉 갈등을 피하기 위해 자신의 정서나 행동을 검열, 억제하고 이로 인해 자기침묵하게 되는 것이다(정신아, 2013). 여성들은 친밀감의 부재에 대해 자신의 잘못으로 생각하거나 실패로 느끼기도 하는데(Kaplan, 1986), 이로 인해 여성들은 자신의 생각과 감정을 더 드러내지 않고 침묵하게 되는 것이다. 하지만 이후 연구들은 자기침묵이 여성과 남성 모두와 관련된다는 것을 보여주면서 자기침묵이 여성의 우울에만 관련된 구성개념이 아님을 밝혀냈다(Page et al., 1996; Thompson, 1995). 또한 국내에서는 남성의 자기침묵이 더 높았으며(김진선, 2009; 정신아, 2013), 자기침묵의 유의미한 성차를 확인할 수 없었다(김명화, 홍혜영, 2011)는 연구결과도 나타났다.

자기침묵 성향이 높은 사람들은 강박적으로 타인에게 맞추고 자기표현을 억제하는 경향이 있는데(Thompson, Whiffen & Aube, 2001), 특히 대인관계에서 취약한 사람들이 보다 긍정적인 관계를 원할 때 자기침묵을 사용하게 된다(Besser, Flett & Davis, 2003). 자기침묵 하는 것은 개인이 자신을 평가 및 판

단할 때 외부 기준에 자신을 맞추게 하고 자신보다 상대방의 요구를 먼저 생각 하며, 갈등이나 관계의 상실을 막기 위한 방법으로 사용되지만(Jack & Dill, 1992) 이렇게 침묵하는 방법은 관계에서 문제를 해결하기 보다는 일시적으로 잠 재우는 역할을 하며 결국 타인과 진실한 관계를 맺기 어렵게 한다(이유주, 2017).

(2) 거부민감성과 자기침묵의 관계

Ayduk 등(2003)에 따르면 거부민감성이 높은 사람들이 거부를 당했을 때 대처하는 방식은 거부를 지각했을 때 불안을 느끼는지 분노를 느끼는지에 따라 다르다. 불안을 느끼는 사람들은 자기침묵, 사회적 회피와 같은 형태로 수동적인 적대감을 표현하는데 비해(Downey & Feldman, 1996; Downey et al., 1998), 분노를 느끼는 사람들은 질투, 지지의 철회, 애정의 철회와 같이 공격적이고 통제적인 방식으로 적대감을 드러낸다(Ayduk et al., 2003, 2008; Downey & Feldman, 1996). 그 중에서도 특히 외현적 대처 중에서는 공격적이고 적대적 태도를 많이 보이며, 내현적인 대처 중에서는 자기침묵을 많이 하는 것으로 나타났다(임정민, 오경자, 2016). 이 두 가지 대처 중에서 자기침묵을 사용하는 사람들은 자신의 문제 행동을 개선하는데 더욱 어려움을 느낄 것으로 예상되는데, 이는 그들이 자신의 생각과 행동을 표현하지 않고 억제하므로 타인으로부터 사회적 지지를 받기 어렵기 때문이다(정신아, 2013). 임정민(2014)의 연구에서는 거부민감성이 높은 개인이 보이는 두 가지 대처 방식은 동시에 나타나는 것이 아니며 개인에 따라 한 쪽의 대처 양상이 우세할 수 있음을 밝혔다. 또한 거부민감성과 관계의 질 간의 관계에서 적대적 행동보다 자기 침묵이 더 큰 영향력을 설명하는 것으로 나타났다.

특히 거부민감성이 높은 사람들에게 다른 사람과의 갈등 상황과 같이 거부당할 가능성이 있는 상호작용은 위협적이기 때문에, 이들은 이런 상황을 문제해결의 기회라기보다는 다른 사람이 자신을 거절할 수 있는 기회로 바라본다(Downey & Feldman, 1996). 그렇기 때문에 거부민감성이 높은 사람들은 관계

를 유지하고 갈등과 손실을 피하고자 자기침묵을 사용하면서 실제로 관계를 유지하는 이득을 얻기도 하지만(서지영, 2016) 이러한 대처는 갈등상황에서 건설적으로 문제를 해결하는 방식의 부재를 의미하기도 한다(Rusbult, Bissonnette, Arriaga, Cox & Bradbury 1998). 결국 자기침묵 통한 보상으로 타인과의 친밀감을 얻는다고 해도 갈등을 겪고 해결하는 과정을 겪지 않으므로 결국은 진정한 친밀감을 얻을 수 없다(Joiner, Coyne, Blalock, 1999; 서지영, 2016에서 재인용). 이는 거부민감성이 높은 사람들이 자기침묵을 보임으로써 외로움을 경험한다는 김진선(2009)의 연구에서도 확인할 수 있다.

거부민감성과 자기침묵의 관계를 연구한 선행연구들을 살펴보면, Ayduk 등(2003)은 거부민감성이 높은 사람들이 부정적인 결과를 방지하기 위해 개인이 취하는 전략과 거부민감성 간의 관계를 보기 위한 연구에서 거부민감성이 높을수록 더 많이 자기침묵 한다고 보고하였다. 그리고 대학생의 거부민감성과 연애관계 만족도와의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵의 이중매개효과를 살펴본 이민선(2017)의 연구에서는 자기침묵의 매개효과를 확인하였다. 또한 서지영(2016)의 연구에서 거부민감성이 자기침묵에 미치는 영향에서 수치심과 타인인정 욕구의 영향을 살펴본 결과, 거부민감성과 자기침묵은 정적 상관을 나타냈다. 이처럼 국내 연구들에서도 거부민감성이 높은 사람이 자기침묵을 더 많이 한다는 것을 지지하고 있었다(방효은, 2017; 임정민, 오경자, 2016; 정신아, 2013).

(3) 자기침묵과 대인관계문제의 관계

대인관계는 한 개인이 발달하고 성장하게 만드는 데 중요한 요소이며, 이러한 대인관계를 통해 개인은 만족감과 안정감을 찾아가게 되므로(경기웅, 2015) 원만한 대인관계가 매우 중요하다고 할 수 있다. 이처럼 친밀하고 효율적인 대인관계를 형성하기 위해서 가장 기본이 되는 것이 의사소통이다(김지영, 2015). 의사소통을 통해 정서를 표현하고 나누면 자연스럽게 자기노출을 하게 되고 친밀한 관계를 경험할 수 있게 되는 반면, 정서표현을 억제하는 사람과 대화하면 대화상대 역시 정서개방을 꺼리게 되어 보다 깊은 관계를 맺는 것이 어렵다고 느끼기 때문이다(Gross & John, 2003). 그러나 한국 사회는 조화로운 집단주의 문화이

기 때문에 상호 간 갈등을 유발 할 수 있는 정서표현을 억제하는 특징이 있으며 (김소정, 2014), 대인관계를 친밀하고 조화롭게 유지하는 것이 사회적으로 중요한 요소로 간주되기 때문에(Tan & Carfagnini, 2008) 자기침묵은 때때로 대인 관계를 원활하게 하기 위한 방법으로 사용되기도 한다(이유주, 2017).

자기침묵을 사용하면 관계에서 친밀감을 유지할 수 있다는 점에서 효과적일 수 있지만, 이 전략을 사용할 때 함께 나타나는 자기희생과 자기부정은 자기가치감을 낮추고 우울에 영향을 미친다(Harper, Dickson & Welch, 2006). 또한 자기침묵은 낮은 자존감, 관계의 결핍, 친밀감 저하, 외로움, 우울을 일으켜(Jack, 1991; Jack & Dill, 1992) 대인상황에 적응적으로 대처하지 못하게 하고 심리·정서적인 문제를 야기 시킨다(김지영, 2015).

문민경(2013)은 자기침묵이 높은 대학생일수록 대인관계에서 외로움을 더 많이 느끼는 것을 밝혀냈고, Jack(1991)의 연구에서도 자기침묵을 많이 보일수록 관계만족 수준이 낮은 것으로 확인되었다. 그리고 자기침묵이 대인관계의 만족감과 친밀감을 감소시킨다는 연구결과가 있었으며(Hart & Thompson, 1996; 김명화, 홍혜영, 2011에서 재인용), 사회적 지지와 대인관계문제의 관계에서 수치심과 자기침묵의 매개효과를 살펴본 김지영(2015)의 연구에서는 자기침묵이 높을수록 대인관계문제가 높아진다는 것을 확인하였다.

4) 정서인식명확성

(1) 정서인식명확성의 개념 및 특징

타인과의 원만한 관계를 유지하고 발전해 나가기 위해서는 자신이 경험하는 정서를 잘 표현할 줄 알아야 하며, 이는 적응적인 삶을 살아가는 데 중요한 역할을 한다(권진희, 2011). 정서를 적절하게 조절하고 자연스럽게 표현하기 위해서는 정서를 명확하게 인식하는 일이 선행되어야 하는데(김미진, 2009), Salovey와 Mayer(1990)는 이와 같은 개념으로 ‘정서지능’을 제시하였다. 정서지능은 정서에 대한 주의, 정서인식의 명확성, 정서 개선 세 가지 하위 요인으로 구성된다. 세 요인 중 정서인식명확성이란 자신의 느낌을 명확하게 인식하는 정도를 의미(이수정, 이훈구, 1997)하는 것으로 정서정보처리 과정에서 가장 기초가 된다(김기숙, 2016).

정서인식명확성은 정서주의 과정과 정서 명명과정으로 나누어질 수 있다. 정서주의 과정은 자신의 기분에 대해 관찰하고 주의를 기울이는 과정이고, 정서 명명 과정은 자신의 기분이 어떤지 명확하게 정리하는 과정이다(Swinkels & Giuliano, 1995). 정서주의 과정은 주로 부정적인 정서와 관련이 깊은데, 이러한 경향이 심한 경우 불안이 증가할 수 있다고 한다. 반면 정서 명명과정은 외향성, 높은 자존심과 관련되며, 이 특성이 많은 경우 자신의 부정적인 정서에 대해 좀 더 적응적인 조절 양식을 택하는 경향이 있다고 한다(이수정, 이훈구, 1997). 즉, 자신의 정서를 명확하게 인식하는 과정은 부정적인 정서를 경험하는 것을 조절해 주기 때문에 효과적인 정서조절은 정서인식을 명확하게 하는 것부터 시작한다고 볼 수 있다(함승래, 2015).

자신의 정서를 자각하고 명확히 하는 것의 중요성은 Greenberg(2004)에 의해서도 강조되었는데, 정서중심치료(Emotion-Focused Therapy)를 개발한 Greenberg(2004)는 정서기저의 욕구를 모른다면 욕구를 만족시키는 행동을 할 수 없다고 하였다. 이는 자신의 진정한 정서를 인식했을 때 관련된 부적응적인 정서가 변화될 수 있으며, 대인관계에서 중요한 요소인 타인의 정서 추론 능력에

영향을 줄 수 있다는 것이다(문지영, 2013). 따라서 정서인식 과정을 거치게 되는 개인들은 명확하게 인식된 정서를 토대로 갈등상황에서 자신이 어떻게 반응해야 할지 분명히 하게 되므로(Mayer & Stevens, 1994), 대인관계에서 정서인식명확성은 중요한 요소라고 볼 수 있다.

(2) 거부민감성과 정서인식명확성의 관계

거부민감성이 높은 사람들은 타인의 중립적인 행동을 거부로써 부호화하는 편향적인 지각활동을 보이며, 거부 가능성이 있는 상황에서 분노, 적대감, 지지의 철회, 질투 등 정서적 과잉 반응을 나타낼 수 있다(Downey & Feldman, 1996). 이렇게 타인의 행동을 거부 행동으로 부호화하는 인지·정서적 정보처리지각의 단계를 거치면(박명주, 2012) 부적응적인 행동이 증가할 가능성이 높아지고(김미선, 2014), 이러한 반사적 과잉반응들이 대인관계 문제를 발생시키게 된다(민지영, 2012). 이렇듯 거부민감성이 높은 사람들의 인지·정서적 정보처리지각 과정으로 인한 행동적 반응은 거부경험을 다시 이끌어 내는 과정을 보이며 거부민감성이 발달하고 공고화되는 악순환을 반복하게 된다(Levy et al., 2001). 따라서 이러한 악순환을 적응적으로 개선해나가기 위해서는 거부민감성이 높은 사람들이 보이는 인지·정서적 반응에 대한 개입이 필요하다고 사료된다.

이와 관련된 선행연구들을 살펴보면, Gloman(1995)은 사회적 상황에서 감정을 적절히 표현하는 기술이 중요하며, 사회적 능력에 대한 개념이나 정의에서 대인관계와 관련된 정서적 능력이 중요하다고 주장하였다(우희정, 2014에서 재인용). 또한 Salovey와 Mayer(1990)는 ‘정서지능’이라는 개념을 제시하며, 대인관계 상황에서 자신의 정서를 잘 표현하고 조절하는 것의 중요성을 강조하였다. 이처럼 감정표현이 필요한 상황에서는 긍정적·부정적인 감정표현을 적절하게 하는 것이 중요한데, 이러한 정서조절능력은 대인관계 형성에 필수가 되는 능력이라고 할 수 있다(Hoing & Wittmer, 1994).

함승래(2015)에 따르면 효과적인 정서조절은 정서인식을 명확하게 하는 것부터 시작하기 때문에 거부민감성이 높은 사람들에게 필요한 정서조절능력을 키우

기 위해서는 정서정보처리과정 중 기초가 되는 정서인식명확성과의 관계를 이해하는 것이 필요하다고 사료된다. 그러나 거부민감성과 정서인식명확성의 직접적인 관계를 살펴본 선행연구를 찾아보기 어려웠다. 따라서 정서조절능력에 대해 측정하고 있는 정서조절곤란과 거부민감성의 관계에 대한 선행연구를 통해 두 변인의 관련성을 유추하고자 한다.

정서조절곤란이란 정확한 정서의 인식과 명명에 어려움을 겪으며, 자극에 대한 높은 민감성을 보이고 자기 파괴적이고 충동적인 행동을 특징으로 하는 정서적인 취약성을 나타내는 개념이다(Klokman & Sieswerda, 2005; 우희정, 2014에서 재인용). 정서조절곤란의 하위요인에는 정서에 대한 주의 및 자각 부족, 정서적 명료성의 부족이 있다(이지영, 2016). 거부민감성과 정서조절곤란의 관계를 연구한 선행연구를 살펴보면, 우희정(2014)은 경계선 성격특성과 대인관계문제의 관계에서 정서조절곤란과 거부민감성의 매개효과를 연구하였다. 그 결과 정서주의 및 자각 부족, 정서적 명료성 부족과 거부민감성 간에는 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 Selby, Ward 그리고 Joiner(2010)의 연구에서도 경계선 성격장애를 가진 사람들이 보이는 섭식 행동 곤란에 거부민감성과 정서조절곤란이 미치는 영향을 살펴본 결과, 대학생의 거부민감성이 정서조절곤란에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이처럼 정서조절곤란의 하위요인인 정서적 명료성 부족과 거부민감성은 유의한 정적 영향을 나타냈으며, 이를 통해 거부민감성과 정서인식명확성 간에 부적 영향이 나타날 가능성을 고려해 볼 수 있다.

이와 더불어 정서인식명확성은 정서지능의 하위요인인데(Mayer & Salovey, 1997), 이혜미, 김유미(2015)는 초등학생의 거부민감성과 교우관계의 관계에서 정서지능의 매개효과를 밝혀냈으며, 그 결과 거부민감성이 높을수록 정서지능이 낮은 것으로 나타났다. 그리고 김선미, 홍상황(2014)의 연구에서도 아동의 거부민감성과 정서인식 부족 간에는 유의한 부적 상관이 나타났다. 이처럼 거부민감성이 높은 경우 정서지능이 낮고 정서주의 및 정서적 명료성이 부족하다는 것을 알 수 있기에 본 연구에서는 연구모형과 대안모형 비교를 통해 거부민감성이 높을수록 정서인식명확성이 낮다는 것을 가정하여 두 변인의 관계를 명확하게 제시하고자 한다.

(3) 자기침묵과 정서인식명확성의 관계

자기침묵이란 관계를 안정적으로 유지하고 친밀한 관계를 형성하기 위해 개인의 감정, 생각, 행동을 드러내지 않는 것을 의미한다(Jack & Dill, 1992). 타인과 상호작용하는 과정에서 침묵하는 것은 손실을 가져올 가능성이 높는데, 외부 정보를 부정적으로 받아들이고 자신에게 해가 될지도 모른다는 생각에 자기침묵을 하거나, 이로 인해 내면에서 끊임없이 자신의 진정한 감정과 당위가 갈등을 생성한다면, 자연스러운 정서처리과정에 방해가 될 수 있다(이은희, 2012). Whiffen, Foot 그리고 Thompson(2007)은 자기침묵 수준이 높은 여성들이 정서를 표현하지 않으면 그 정서들이 어떤 것이었는지조차 잊어버리게 된다고 설명하였고, 자기침묵이 정서를 명확하게 인식하지 못하는 것과 관련이 있을 것임을 제안하였다. 이는 관계에서 자기침묵을 많이 사용하는 사람일수록 사람들은 정서를 조절하고 효과적으로 표현하는 능력이 저하되는 것(이은희, 2012)과 동시에 점점 자신의 정서에 대해 명확히 알지 못하게 될 수 있다는 것이다.

선행연구에 따르면, 자기침묵을 많이 하는 사람일수록 정서인식을 명확하게 하지 못하는 것으로 확인되었고(김미진, 2009) 자기침묵과 정서인식명확성 간에 부적 상관을 나타낸 연구도 있었다(Sarah & Nilsson, 2011). 한편, 자기침묵과 유사하게 자신의 감정을 표현하고 싶지만 이를 억제하고 갈등하는 개념으로 정서표현양가성(이건화, 2017)이 있다. 정서표현양가성과 정서인식명확성 간의 연구를 통해 자기침묵과 정서인식명확성의 관계를 유추할 수 있는데, 이경희, 김봉환(2010), 이한우, 염동문(2015)의 연구에서 정서인식명확성과 정서표현양가성은 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 김미진(2009)의 연구에 따르면, 자기침묵 수준이 높은 여성은 관계에서 갈등을 초래할 수 있는 생각이나 정서를 경험할 때 이를 억압하는 방식으로 반응하는데, 이는 자기침묵과 억압된 분노에 대한 연구에서도 뒷받침 되고 있다(김소정, 이승연, 2014; Tan & Carfagnini, 2008; Zaitsoff, Geller & Srikameswaran, 2002). 자신의 정서표현을 억제하는 것은 정서인식명확성과 부적 상관을 가지는 것(김희경, 심혜숙, 이동훈, 2012)으로 미루어 볼 때, 타인과의 상호작용에서 자기침묵을 보이는 사람일수록 자신의 정서가 무엇인지 명확히 인식하는 것이 어렵게 될 것임을 예상할 수 있다.

(4) 정서인식명확성과 대인관계문제의 관계

‘정서지능’ 개념을 제안한 Mayer와 Salovey(1997)는 정서지능이 삶의 중요한 결과물인 대인관계 만족감과 직업적 성공에 영향을 미친다고 보았다. 사람들은 정서를 이해함으로써 자신의 감정을 표현할 수 있으며, 감정에 대한 타인의 피드백도 이해할 수 있다(석애란, 2017). 원만한 대인관계를 위해서는 자각한 정서를 적절히 표현하는 것이 중요한데, 정서표현성을 대인적 효과와 연결 지어 볼 때, 표현적인 사람들은 표현을 잘 못하는 사람들에 비해 다른 사람으로부터 더 사랑을 받고(Depaulo, 1992), 다른 사람들의 정서에도 많은 영향을 끼친다고 한다(Friedman & Riggio, 1981; 권진희, 2011에서 재인용). 권희경, 장재홍(2011)은 개인이 자신의 정서를 언어적으로 명명하고 그것을 명확하게 인식할수록 정서를 건설적으로 표현하거나 적절하게 다룰 수 있는 가능성이 높아진다고 하였다. 정서지능 모델은 대인관계 능력을 일부 포함하고 있는데(우다빈, 2013), 자신의 정서를 명확하게 알아차리는 사람은 대인관계에서 정서전달 능력이 높고, 사회적 지지를 구하는 능력이 높다고 한다(권희경, 장재홍, 2011).

선행연구를 살펴보면, 정서인식명확성이 높은 사람들은 대인관계문제를 적게 경험한다는 것이 밝혀졌다(강수정, 유금란, 2016; 박순일, 2015; 손종우, 2016; 우다빈, 2013). 그리고 아동기 정서적 학대 경험을 가진 성인이 경험하는 대인관계문제에서 정서인식명확성의 영향을 살펴본 석애란(2017)의 연구에서 정서인식명확성이 높을수록 대인관계문제를 적게 경험하는 것으로 나타났다. 이와 유사하게 정서를 명확하게 인식하는 개인은 사회적 불안을 덜 느끼며, 정서인식명확성이 사회적 지지와 대인관계유능성에 영향을 미친다는 연구도 있었다(이한우, 염동문, 이미희, 2014). 이경희, 김봉환(2010)의 연구에서도 자신의 정서를 명확히 이해한 집단은 대인관계능력이 유의미하게 높은 것이 확인되었다. 또한 정서인식명확성이 높을수록 대인관계유능성이 높으며(이진영, 2017; 장지민, 2015), 대인불안은 낮고(이하나, 2006) 정서적 안녕감과 대인관계만족도가 높아진 것으로 나타났다(권지혜, 2010).

반면 정서인식명확성이 낮으면 타인에 대한 의심이 증가한다는 연구결과가 있

다. Berenbaum 외(2006)는 정서인식명확성이 낮을수록 타인을 의심하거나 피해망상적인 생각을 한다는 것을 발견하였고 이후 Boden과 Berenbaum(2012)은 그 관계를 조사하였다. 연구자들은 정서인식명확성이 낮은 사람들, 특히 정서가 일어난 원인 혹은 이유를 명확히 이해하지 못하는 경우에는 의심이 커질 위험이 높다고 보았고 이는 불쾌한 정서의 원인을 잘못 찾은 데에서 기인한다고 설명하였다(우다빈, 2013). 이처럼 정서인식명확성이 낮은 경우 대인관계에서 어려움을 겪으며, 대인관계문제를 낮추기 위한 정서인식명확성의 중요성이 강조되고 있기 때문에 본 연구에서는 정서인식명확성이 높을수록 대인관계문제가 감소된다는 것을 가정하였다.

3. 연구문제 및 가설

본 연구에서는 대학생을 대상으로 하여 거부민감성, 자기침묵, 정서인식명확성이 대인관계문제에 어떠한 영향을 미치는지 알아보고자 한다. 이를 위해 선행연구들과 이론적 고찰에 근거하여 연구모형 및 대안모형을 그림 2, 그림 3과 같이 설정하였다. 연구모형에는 거부민감성이 직접적으로 대인관계문제에 영향을 미치는 경로, ‘자기침묵’을 매개로 하여 대인관계문제에 영향을 미치는 경로 그리고 자기침묵이 ‘정서인식명확성’을 매개로 대인관계문제에 영향을 미치는 경로가 포함되어 있다. 또한 거부민감성이 ‘자기침묵’과 ‘정서인식명확성’을 각각 이중매개로 대인관계문제에 영향을 미치는 경로가 존재한다. 그러나 명확한 관련성을 뒷받침할 경험적 자료가 없는 상태에서 연구모형을 설정하는 것은 자료 해석력을 떨어뜨린다고 판단되어 직접적인 선행연구가 없는 거부민감성과 정서인식명확성의 경로는 설정하지 않았다.

거부민감성과 정서인식명확성 간의 직접적인 선행연구는 없지만 Levy 등(2001)의 거부민감성 모델과 거부민감성과 정서조절곤란 및 정서지능의 관계를 통해 거부민감성이 높은 사람들이 대인관계문제를 겪는 과정에서 정서인식명확성이 가지는 역할에 대해 이해할 필요성이 있다고 사료된다. Levy 등(2001)의 거부민감성 모델에서는 거부에 대한 인식은 불안, 상처, 분노, 적대감, 회피 등을 부추기게 되어(김미선, 2014; 류혜림, 2016) 친밀한 대인관계를 해치게 된다고 설명하였다(박명주, 2012). Gloman(1995)은 사회적 상황에서 이러한 감정을 적절히 표현하는 기술이 중요하다고 보았고(우희정, 2014에서 재인용), 또한 정서지능이 높은 사람들은 사교적이고, 창의적이며, 자신의 감정을 솔직히 표현하고 대인관계 능력이 좋다는 연구 결과도 있다(Block & Kremen, 1996). Hoing과 Wittmer(1994)는 이러한 정서조절능력은 대인관계 형성에 필수적이라고 하였으며, 이는 정서조절곤란이라는 개념을 통해 측정된다.

정서조절곤란의 하위요인을 살펴보면, 정서에 대한 주의 및 자각 부족, 정서적 명료성의 부족에 대해 측정하고 있는데(이지영, 2016), 경계선 성격특성과 대인관계문제의 관계에서 거부민감성과 정서조절곤란에 대해 연구한 우희정(2014)의 연구결과, 정서주의 및 자각 부족, 정서적 명료성 부족과 거부민감성 간에는 정

적상관이 있는 것으로 나타났다. 또한 Selby, Ward 그리고 Joiner(2010)의 연구에서도 대학생의 거부민감성이 정서조절곤란에 유의한 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이와 더불어 정서인식명확성은 정서지능의 하위요인인데(Mayer & Salovey, 1997), 이혜미, 김유미(2015)는 초등학생의 거부민감성과 교우관계의 관계에서 정서지능의 매개효과를 밝혀냈으며, 김선미, 홍상황(2014)의 연구에서도 아동의 거부민감성과 정서인식 부족 간에 유의한 부적 상관이 나타난 것으로 밝혀졌다. 이에 본 연구에서는 거부민감성과 정서인식명확성의 두 요인이 서로 간에 영향을 미치는 경로가 존재할 수 있음을 유추할 수 있어 거부민감성과 대인관계문제 간의 관계에서 정서인식명확성의 직접효과를 가정하여 대안모형을 설정하였다.

본 연구의 연구문제 및 가설은 다음과 같다.

연구문제 1. 거부민감성과 자기침묵, 정서인식명확성, 대인관계문제 간에 어떠한 관계가 있는가?

가설 1-1. 거부민감성과 대인관계문제는 정적영향이 있을 것이다.

가설 1-2. 거부민감성과 자기침묵은 정적영향이 있을 것이다.

가설 1-3. 자기침묵과 대인관계문제는 정적영향이 있을 것이다.

가설 1-4. 거부민감성과 정서인식명확성은 부적영향이 있을 것이다.

가설 1-5. 자기침묵과 정서인식명확성은 부적영향이 있을 것이다.

가설 1-6. 정서인식명확성과 대인관계문제는 부적영향이 있을 것이다.

연구문제 2. 그림 2의 연구모형과 그림 3의 대안모형 중 어떤 모형이 더 타당할 것인가?

가설 2-1. 그림 2의 연구모형이 그림 3의 대안모형보다 더 타당할 것이다.

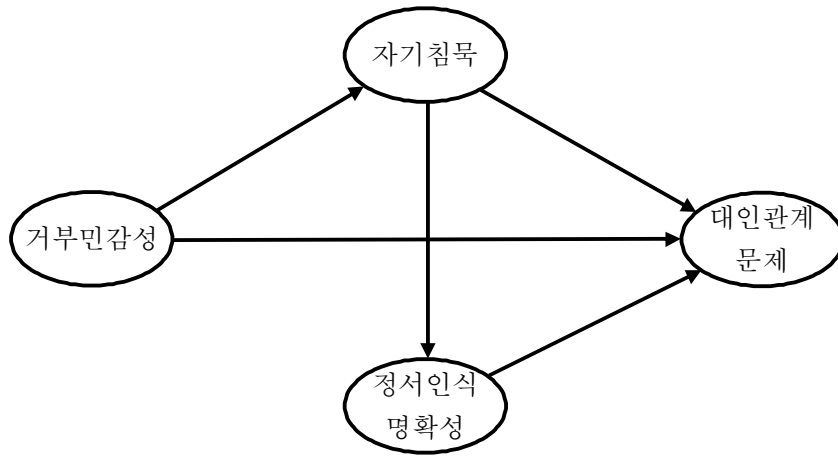


그림 2. 연구모형

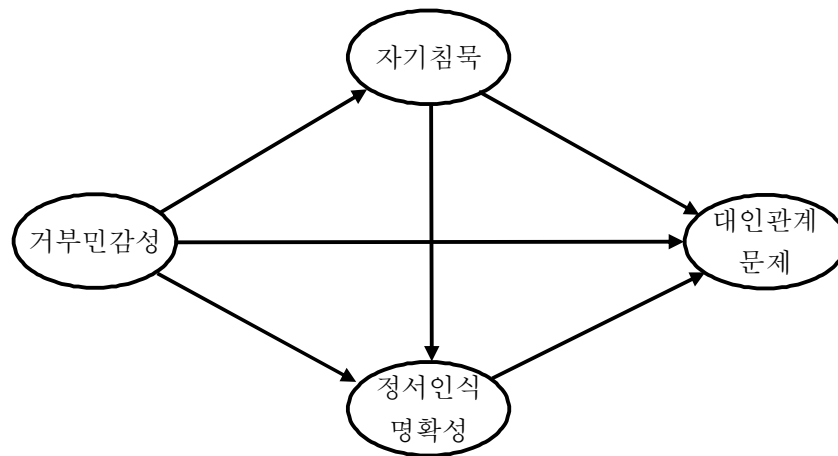


그림 3. 대안모형

II. 방 법

1. 연구대상

본 연구는 경상대학교 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인을 받은 후 진행되었으며, 전국의 대학생 남녀 총 440명이 참여하였다. 연구에 회수된 설문지 중 불성실하게 응답한 데이터 23부를 제외하고 총 417부의 설문지를 분석에 사용하였다. 참여자의 인구통계학적 특성을 살펴보면, 남학생 177명(42.4%), 여학생 240명(57.6%)이었고 연령은 만 19세부터 29세 사이였으며, 평균 22.61세($SD=2.18$)였다. 연구 참여자의 학년별 분포는 1학년 25명(6.0%), 2학년 81명(19.4%), 3학년 121명(29.0%), 4학년 188명(45.1%), 5학년 이상 2명(0.5%)이었다. 전공별로는 인문사회계열 146명(35.0%), 자연과학계열 51명(12.2%), 예체능계열 29명(7.0%), 공학계열 102명(24.5%), 농학계열 10명(2.4%), 사범계열 19명(4.6%), 상경계열 51명(12.2%), 기타 9명(2.2%)이었다.

2. 연구절차

본 연구에서는 설문지를 실시하기 전, 경상대학교 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인을 받았으며, 심의 승인번호는 'GIRB-A17-Y-0016'이다. 설문지는 각 변인들의 척도와 인구통계학적 정보가 포함된 자기보고식 문항으로 구성되어 있다. 해당 자료 중 370부는 장훈장학회로부터 후원을 받아 온라인 리서치회사인 "인사이트(www.invight.co.kr)"를 통해 수집하였고, 나머지는 진주의 4년제 대학교에 재학 중인 만 19세 이상 대학생을 대상으로 실시하였다.

실시 전 연구의 목적, 익명성의 보장, 자료를 연구 외의 목적으로 사용하지 않을 것, 자료의 보관 및 폐기 기간, 연구 참여 중 발생하는 불편감에 대한 불이익 등의 사항을 설명하였다. 온라인 설문조사의 경우 응답자와 직접 대면할 수 없기 때문에 온라인 설문에 동의한 패널만을 대상으로 진행하였다. 설문은 2017년 6~7월에 걸쳐 실시되었으며, 설문지 작성에 소요된 시간은 15~20분 정도였다.

3. 측정도구

1) 대인관계문제 척도

본 연구에서는 대인관계문제를 측정하기 위해 Horowitz 등(1988)이 개발하고 Alden, Wiggins와 Pincus(1990)가 재구성한 대인관계문제척도를 홍상황 등(2002)이 한국판으로 표준화한 원형척도의 단축형 검사(Short form of the KIIP: Circumplex Scales, KIIP-SC)를 사용하였다. 총 40문항으로 5점 Likert 척도로써 1점 ‘전혀 그렇지 않다’에서부터 5점 ‘매우 그렇다’까지 응답하도록 되어있으며, 비주장성, 과순응성, 자기희생, 통제지배, 자기중심성, 과관여, 냉담, 사회적 억제 등 총 8개 하위요인으로 구성되어 있다. 홍상황 등(2002)의 연구에서 보고된 내적 신뢰도 계수는 .61~.89의 범위였으며, 본 연구에서는 .95로 나타났다. 본 연구에서는 안선경, 정여주(2016), 안은화(2012), 오남경(2009), 정혜진(2014)의 연구와 같이 Horney(1992/2006)의 이론을 적용하여 그 속성에 따라 세 가지 영역으로 나누어 살펴보았다. 한국형 대인관계문제검사 원형척도의 단축형(KIIP-SC)의 구성 및 내적일치도(Cronbach's α)는 표 1과 같다.

표 1. 대인관계문제 척도의 문항구성 및 신뢰도

Horney의 이론	하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
사람들에게 향함	비주장성	1, 3, 5, 11, 16	5	.88
	과순응성	14, 23, 34, 37, 39	5	.81
	자기희생	20, 24, 25, 32, 40	5	.72
사람들에게 맞섬	통제지배	19, 21, 27, 30, 33	5	.76
	자기중심성	6, 7, 10, 13, 22	5	.84
	과관여	26, 28, 29, 35, 38	5	.70
사람들에게서 멀어짐	냉담	2, 8, 9, 15, 18	5	.87
	사회적 억제	4, 12, 17, 31, 36	5	.87
전체		전체 문항	40	.95

2) 거부민감성 척도

본 연구에서는 거부민감성을 살펴보기 위해 Downey와 Feldman(1996)이 개발하고 이복동(2000)이 번안, 타당화한 질문지(The Rejection sensitivity Questionnaire: RSQ)를 사용하였다. 본 척도는 거부민감성을 평가하기 위해, 성인 초기의 일상생활에서 부모, 친구, 연인, 교수, 잠재적 친구 등의 중요한 타인에게 요구를 해야 하는 18개의 상황을 제시한다. 그리고 각 18개의 상황마다 자신의 요구에 대한 상대방의 반응이 걱정되거나 불안한 정도와 상대방이 그 요구를 받아들일 것이라고 예상하는 정도를 묻는 2가지 내용의 질문에 응답하도록 되어 있다. 총 36문항으로 6점 Likert 척도로써 ‘전혀 그렇지 않다’에서 ‘매우 그렇다’까지 응답하도록 되어있다. 거부민감성 점수는 각 상황에 대하여 거절에 대해 걱정하는 정도(불안/염려)의 점수와, 상대가 요구를 수용할 것이라고 예상하는 정도(역채점)의 곱 점수를 합하여 18로 나눈 값이다. 점수는 최저 1점에서 최고 36점까지 산출되며 점수가 높을수록 거부민감성이 높은 것을 의미한다. Downey와 Feldman(1996)의 연구에서 보고된 내적 신뢰도 계수는 .83이었고 대학생 대상으로 한 이복동(2000)의 연구에서는 .87로 나타났다. 본 연구에서 전체 문항의 내적일치도(Cronbach's α)는 .93이었다. 거부민감성 척도의 구성 및 내적일치도(Cronbach's α)는 표 2와 같다.

표 2. 거부민감성 척도의 문항구성 및 신뢰도

하위척도	문항번호	문항수	Cronbach's α
거부민감성	1, 2*, 3, 4*, 5, 6*, 7, 8*, 9, 10*, 11, 12*, 13, 14*, 15, 16*, 17, 18*, 19, 20*, 21, 22*, 23, 24*, 25, 26*, 27, 28*, 29, 30*, 31, 32*, 33, 34*, 35, 36*	36	.93

*역채점 문항

3) 자기침묵 척도

본 연구에서는 Jack과 Dill(1992)이 개발하고 양지윤(2006)이 번안한 자기침묵 척도(Silencing The Self Scale, STSS)를 사용하였다. 본 척도는 외적인 자기지각, 자기희생을 통한 돌봄, 자기침묵(하), 분열된 자기의 4가지 하위요인으로 구성되어 있다. 총 31문항으로 5점 Likert 척도로써 1점 ‘전혀 그렇지 않다’에서 5점 ‘매우 그렇다’까지 응답하도록 되어있으며, 점수가 높을수록 높은 자기침묵과 관계에서의 낮은 자기감을 나타내는 것을 의미한다.

본 연구에서는 자기침묵을 하는 경향으로 대인관계문제를 겪을 수 있다는 점에 초점을 맞추어 자기침묵의 4개 하위요인 31개 문항의 점수를 모두 더한 합산 점수를 사용하였다. Jack과 Dill(1992)의 연구에서 1번과 11번 문항이 역채점되도록 의도되었음에도 불구하고, 두 문항의 문항-총점 간 상관이 0이거나 부적 상관이 있는 것으로 나타났기 때문에 척도 사용 시 주의할 것을 당부하였다. 이에 김보람(2014), 정신아(2013)의 연구에서도 두 문항의 문항-총점 간 상관이 상당히 낮거나 유의미하지 않은 것으로 나타나 두 문항을 생략하였다. 본 연구에서도 선행 연구들의 결과에 따라 1번과 11번 문항을 생략한 후 분석하였다. Jack과 Dill(1992)의 연구에서 내적 신뢰도 계수는 .94였으며, 양지윤(2006)의 연구에서는 .75, 김보람(2014)의 연구에서는 .89, 정신아(2013)의 연구에서는 .88로 나타났다. 본 연구에서 내적일치도(Cronbach's α)는 .90이었으며, 자기침묵 척도의 구성 및 내적일치도(Cronbach's α)는 표 3과 같다.

표 3. 자기침묵 척도의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
자기침묵	(1*), 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8*, 9, 10, (11*), 12, 13, 14, 15*, 16, 17, 18, 19, 20, 21*, 22, 23, 24, 25, 26, 27, 28, 29, 30, 31	31	.90

*역채점 문항

주. 괄호 안 문항은 본 연구에서 제외된 문항을 의미한다.

4) 정서인식명확성 척도

본 연구에서는 정서인식명확성을 측정하기 위해, Salovey 등(1995)이 개발하고 이수정, 이훈구(1997)가 번안 및 타당화한 특질 상위 기분척도(Trait Meta-Mood Scales, TMMS)를 사용하였다. 한국판 척도는 정서에 대한 주의, 정서인식의 명확성, 정서에 대한 기대의 3가지 하위요인으로 구성되어 있으며, 총 21문항이지만 본 연구에서는 정서인식명확성을 측정하는 11문항만을 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도로써 1점 '전혀 그렇지 않다'에서 5점 '매우 그렇다'까지 응답하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 자신의 정서를 보다 명확하게 인식하고 있다는 것을 의미한다. Salovey 등(1995)의 연구에서 내적 신뢰도 계수는 .87로 나타났고, 이수정, 이훈구(1997)의 연구에서는 .84이었으며, 본 연구에서는 .77로 나타났다. 정서인식명확성 척도의 구성 및 내적일치도 (Cronbach's α)는 표 4와 같다.

표 4. 정서인식명확성 척도의 문항구성 및 신뢰도

하위요인	문항번호	문항수	Cronbach's α
정서인식명확성	1*, 2*, 3, 4*, 5, 6, 7*, 8, 9, 10, 11*	11	.77

*역채점 문항

4. 분석방법

본 연구의 통계분석은 SPSS 21.0과 AMOS 21.0 프로그램을 사용하였다. 먼저 수집한 각 변인들간의 관계 및 특성을 알아보기 위해 기술통계, 상관분석을 실시하였으며, 각 척도별 신뢰도를 알아보기 위해서 *Cronbach's a*를 살펴보았다. 다음으로 구조방정식 모형검증을 하기에 앞서 각 변수들이 다변량 정규분포를 따르는지를 확인하기 위해 왜도, 첨도를 살펴보았으며, 이는 왜도가 2이상 혹은 첨도가 7이상이 아닌 경우라면 추정에 있어 영향을 주지 않는다는 West, Finch와 Curran(1995)의 기준에 따라 검토하였다.

그 다음으로 구조방정식 모형 검증을 실시하였다. 이 때 자기침묵은 기존 하위요인으로 나누어 보았을 때, 모형 적합도가 좋지 않았고 거부민감성과 정서인식명확성은 단일요인이기 때문에 Russel, Kahn, Spoth와 Altmaier(1988)의 제안에 따라 거부민감성, 정서인식명확성, 자기침묵의 각 척도들을 3개의 문항꾸러미(Item-parcell)로 나누어 측정변수를 만들어 분석하였다(배병렬, 2014). 이후 모형검증은 1단계에서 측정모형을 먼저 확인한 후, 2단계에서 구조모형을 추정하는 Anderson과 Gerbing(1988)의 2단계 분석방법을 사용하였다. 그리고 χ^2 검증, GFI, TLI, CFI, RMSEA를 통해 모형의 전반적 적합도를 확인하였다. 배병렬(2014)에 따르면, 보통 GFI, CFI, TLI는 .90 혹은 .95이상이면 좋은 적합도를 가진 것으로 해석하며, Hu와 Bentler(1999)는 RMSEA가 .05이하일 때 좋은 적합도, .08이하이면 보통 적합도, .10이상이면 나쁜 적합도로 판정한다. 이를 바탕으로 모형 적합도를 확인한 후 구조모형 검증을 실시하였다.

다음으로 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 자기침묵과 정서인식명확성에 대한 관계성 및 영향력을 설명하는 최적모형을 알아보기 위해 연구모형과 대안모형을 비교하였다. 연구모형과 대안모형이 내재된 모형(Nested Model)이었기 때문에 모형 간 적합도를 비교하기 위해 χ^2 차이검증을 실시하였다(배병렬, 2014). 다음으로 구조모형의 간접효과의 통계적 유의성을 확인하기 위해 부트스트랩을 실시하였다. 마지막으로 Chan(2007)이 제시한 팬텀변수 방식을 이용하여 매개변인의 개별 간접효과의 유의성을 확인하였다. 본 연구에서는 원자료

($N=417$)에서 10,000개의 표본 추정치를 사용하여 95%의 신뢰구간에서 간접효과
의 유의도를 검증하였다.

III. 연구 결과

1. 예비분석

연구모형을 검증하기 전에 변인들 간의 평균 및 표준편차, 상관분석을 실시하였고 결과는 표 5에 제시하였다. 변인들 간의 상관관계는 모두 유의하였고, 거부민감성은 자기침묵($r=.56, p<.001$), 대인관계문제($r=.64, p<.001$)와 유의미한 정적 상관을 보였으며, 정서인식명확성($r=-.45, p<.001$)과는 유의미한 부적 상관을 보였다. 자기침묵은 대인관계문제($r=.63, p<.001$)과 유의미한 정적 상관을 보였고, 정서인식명확성($r=-.45, p<.001$)과는 유의미한 부적 상관을 보였다. 정서인식명확성은 대인관계문제($r=-.47, p<.001$)와 유의미한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다.

이는 거부민감성이 높을수록 자기침묵과 대인관계문제가 높아지고, 정서인식명확성은 낮아지는 것을 의미한다. 그리고 자기침묵이 높을수록 대인관계문제는 높아지고, 정서인식명확성은 낮아지며, 정서인식명확성이 높을수록 대인관계문제는 낮아짐을 의미한다.

표 5. 각 변인별 평균, 표준편차 및 상관계수($N=417$)

변인	거부민감성	자기침묵	정서인식명확성	대인관계문제
거부민감성	—			
자기침묵	.56***	—		
정서인식명확성	-.45***	-.45***	—	
대인관계문제	.64***	.63***	-.47***	—
<i>M</i>	2.92	2.94	3.27	2.48
<i>SD</i>	.67	.53	.56	.61

주. *** $p<.001$

2. 측정모형 검증

예비분석(변인들 간의 평균, 표준편차, 상관분석)을 실시한 후, 측정변수들이 변인들을 얼마나 잘 설명하는지를 보기 위해 문항꾸러미(Item-parcell)를 통해 만들어진 측정변수들의 평균, 표준편차, 왜도와 첨도, 상관을 분석하여 표 6에 결과를 제시하였다. 왜도는 $-.31$ 에서 $.24$ 사이로 나타났고, 첨도는 $-.70$ 에서 $.32$ 사이로 나타나 왜도 2이상, 첨도 7이상이 아니면 추정에 영향을 주지 않는다고 한 West, Finch와 Curran(1995)의 기준(배병렬, 2014)을 충족시켰다.

표 6. 측정변수 간의 평균, 표준편차, 상관, 왜도, 첨도(N=417)

변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	-											
2	.81***	-										
3	.88***	.81***	-									
4	.48***	.58***	.50***	-								
5	.41***	.51***	.44***	.73***	-							
6	.45***	.53***	.46***	.79***	.76***	-						
7	-.35***	-.30***	-.32***	-.31***	-.29***	-.29***	-					
8	-.29***	-.24***	-.27***	-.30***	-.19**	-.19***	.53***	-				
9	-.44***	-.45***	-.41***	-.52***	-.43***	-.49***	.56***	.45***	-			
10	.54***	.60***	.55***	.62***	.63***	.62***	-.35***	-.22***	-.49***	-		
11	.44***	.50***	.44***	.47***	.39***	.41***	-.28***	-.21***	-.43***	.60***	-	
12	.53***	.54***	.55***	.49***	.39***	.47***	-.29***	-.26***	-.43***	.73***	.59***	-
<i>M</i>	2.99	2.81	2.95	2.84	3.04	2.94	3.04	3.49	3.21	2.64	2.28	2.56
<i>SD</i>	.66	.77	.71	.60	.55	.59	.64	.67	.73	.69	.59	.87
왜도	-.30	.09	-.31	-.15	-.16	-.28	.21	-.21	.11	-.07	.24	.07
첨도	.28	-.32	.15	.12	.10	.26	.32	.00	-.22	-.26	-.04	-.70

주. 1. 거부민감성 A 2. 거부민감성 B 3. 거부민감성 C 4. 자기침묵 A 5. 자기침묵 B 6. 자기침묵 C 7. 정서인식명확성 A

8. 정서인식명확성 B 9. 정서인식명확성 C 10. 사람들에게 향함 11. 사람들에게 맞섬 12. 사람들에게서 멀어짐

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

χ^2 검정과 모형 적합도 지수를 이용하여 측정변수들이 변인들을 적절하게 측정하고 있는지 살펴보았다. 배병렬(2014)에 따르면, 표준화 χ^2 값이 2~3의 범위를 가질 때 적절하고 2~3이상 또는 보다 관대한 수준인 5이상이면 모형이 모집단을 잘 적합 시키지 못한다고 하였다. 따라서 χ^2 에만 전적으로 의존하기보다는 다른 여러 가지 적합지수들을 함께 고려하여 최종적인 결론을 내릴 필요성이 있다고 제안하였다(배병렬, 2014). 이에 따라 본 연구에서는 절대 적합 지수인 χ^2 , GFI와 증분적합지수인 TLI, CFI 그리고 표본의 크기가 큰 제안모형을 기각시키는 검증의 한계를 극복하기 위해 개발된 적합지수인 RMSEA를 사용하여 측정모형을 검증하였다(배병렬, 2014).

일반적으로 GFI, TLI, CFI 지수는 .90이상이면 좋은 적합도를 가지는 것으로 해석한다(배병렬, 2014). 또한 RMSEA 지수는 .10 이하는 적합, .05 이하는 매우 잘 적합, .01이하의 가장 잘 적합하다라고 해석한다(배병렬, 2014). 앞서 제시한 적합도를 이용하여 본 연구의 측정모형에 대한 확인적 요인분석을 실시한 결과, $\chi^2(df=48, N=417)=193.523(p<.001)$ 로 나타났으며, GFI=.925, TLI=.943, CFI=.959로 좋은 적합도, RMAEA=.085는 보통 적합도를 나타내고 있으므로 측정변수들이 각 변인들을 적절하게 측정하고 있음을 알 수 있다.

표 7. 측정모형 적합도

모형	CMIN	df	p	CMIN/df	GFI	TLI	CFI	RMSEA
측정모형	193.523	48	.000	4.032	.925	.943	.959	.085

또한 각 잠재변수별 하위요인의 요인부하량을 확인한 결과, 표 8과 같이 나타났다. 거부민감성은 .88에서 .93, 자기침묵은 .83에서 .89, 정서인식명확성은 .58에서 .83, 대인관계문제는 .68에서 .91사이의 값을 보였다. 모든 잠재변인별 하위요인의 요인부하량을 살펴보면 .001 수준에서 통계적으로 유의한 결과를 나타냈다. 따라서 본 연구에 사용된 12개의 측정변인들은 4개의 잠재변인을 적절하게 측정하고 있음을 알 수 있다.

표 8. 측정모형 요인부하량

잠재변인과 측정변인		B	β	S.E.	C.R.	<i>p</i>
	→ 거부민감성 A	1	.93			
거부민감성	→ 거부민감성 B	1.10	.88	.04	28.72	***
	→ 거부민감성 C	1.08	.93	.03	33.50	***
	→ 자기침묵 A	1	.89			
자기침묵	→ 자기침묵 B	.86	.83	.04	22.22	***
	→ 자기침묵 C	1.00	.89	.04	24.95	***
	→ 정서인식명확성 A	1	.70			
정서인식명확성	→ 정서인식명확성 B	.87	.58	.09	10.22	***
	→ 정서인식명확성 C	1.34	.83	.11	12.44	***
	→ 사람들에게 향함	1	.91			
대인관계문제	→ 사람들에게 맞섬	.65	.68	.04	15.86	***
	→ 사람들에게서 멀어짐	1.12	.81	.06	20.10	***

주. $N=417$, *** $p<.001$

3. 연구모형과 대안모형 비교

각 변인들의 구조적 관계를 잘 설명해 주는 모형을 검증하기 위해 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 정서인식명확성과 거부민감성 사이의 경로가 없는 모형(연구모형)과 경로가 있는 모형(대안모형)의 적합도를 비교, 분석하여 구조적 관계를 잘 설명해 주는 모형을 탐색하였다. 대안모형과 연구모형에서 최종모형을 선택하기 위해 두 모형간의 χ^2 차이검증을 통해 비교하였다. 한 모형이 다른 모형에 포함된 경우에 연구모형과 대안모형의 차이가 없다는 영가설을 기각하기 위해서는 유의수준 $\alpha=.05$ 에서 자유도 1차이일 때 χ^2 이 3.84이상 이어야 한다. 두 모형간의 χ^2 차이가 있으면 자유도가 작은 모형을 선택한다. 두 모형간의 차이가 유의하지 않을 경우에는 간결성의 원칙에 의해 더 간결한 모형을 선택한다 (이학식, 임지훈, 2009).

먼저, 연구모형의 경우 $\chi^2(df=49, N=417)=216.165(p<.001)$ 로 나타났으며, 절대적합지수인 GFI=.914, 증분적합지수인 TLI=.936, CFI=.952, RMSEA=.091로 보통 적합도를 나타냈다. 이에 반해, 대안모형은 $\chi^2(df=48, N=417)=193.523(p<.001)$ 이고, GFI=.925, TLI=.943, CFI=.959, RMSEA=.085로 나타냈다. 다음으로 연구모형과 대안모형은 내재모형이기 때문에 χ^2 차이검증을 실시했다. 그 결과 두 모형 간의 χ^2 값 차이는 22.642로 3.84($df=1$)보다 크므로 두 모형이 다른 모형이라 생각할 수 있으며, 이에 따라 자유도가 더 작고 적합도가 더 좋은 대안모형을 최종모형으로 선택하였다.

표 9. 모형 적합도

모형	CMIN	df	p	CMIN/df	GFI	TLI	CFI	RMSEA
연구모형	216.165	49	.000	4.412	.914	.936	.952	.091
대안모형	193.523	48	.000	4.032	.925	.943	.959	.085

4. 구조모형 검증

거부민감성이 자기침묵과 정서인식명확성을 매개로 대인관계문제와 어떠한 연관성이 있는지 알아보기 위해 구조모형 검증을 실시하였다. 최종모형의 적합도는 $\chi^2(df=48, N=417)=193.523(p<.001)$, GFI=.925, TLI=.943, CFI=.959, RMSEA=.085로 나타났다. 모수추정치를 살펴본 결과, 모든 경로가 유의하였다. 먼저, 거부민감성은 자기침묵에 정적인 영향($\beta=.59, p<.001$)을 미치는 것으로 나타났고, 정서인식명확성에는 부적인 영향($\beta=-.30, p<.001$)을, 대인관계문제에는 정적인 영향($\beta=.34, p<.001$)을 미치는 것으로 나타났다. 자기침묵은 정서인식명확성에 부적인 영향($\beta=-.41, p<.001$)을, 대인관계문제에 정적인 영향($\beta=.45, p<.001$)을 미치는 것으로 나타났다. 또한 정서인식명확성은 대인관계문제에 부적인 영향($\beta=-.16, p<.01$)을 미치는 것으로 나타났다.

이러한 결과를 통해 거부민감성이 높을수록 자기침묵이 증가하며, 정서인식명확성은 낮아지는 것을 알 수 있다. 또한 본 결과는 자기침묵이 높을수록 정서인식명확성은 낮아지고 대인관계문제는 높아지며, 정서인식명확성이 높을수록 대인관계문제가 낮아짐을 의미한다.

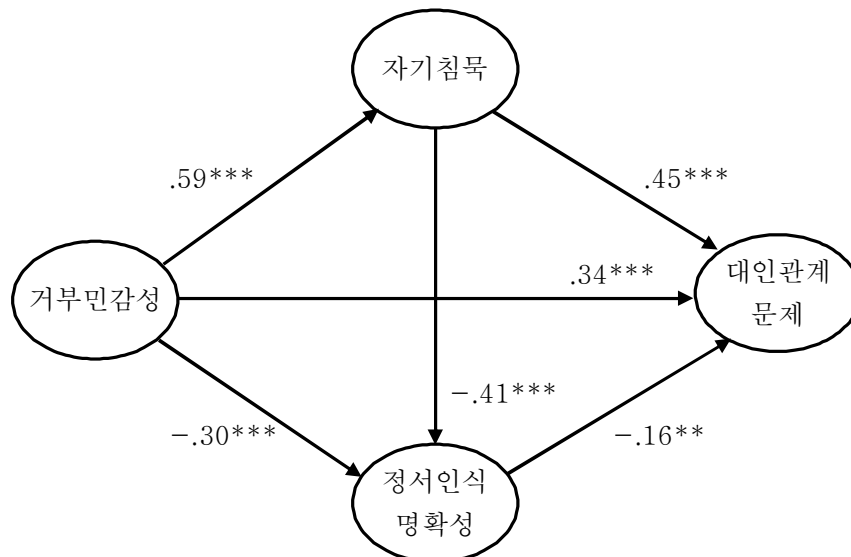


그림 4. 구조모형 및 경로계수

주. ** $p<.01$, *** $p<.001$

표 10. 구조모형 경로계수

		B	β	S.E.	C.R.	<i>p</i>
	→ 자기침묵	.47	.59	.04	12.45	***
거부민감성	→ 정서인식명확성	-.27	-.30	.06	-4.80	***
	→ 대인관계문제	.32	.34	.05	6.79	***
자기침묵	→ 정서인식명확성	-.47	-.41	.07	-6.41	***
	→ 대인관계문제	.53	.45	.07	8.14	***
정서인식명확성	→ 대인관계문제	-.16	-.16	.06	-2.80	**

주. $N=417$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

또한 구조모형의 다중상관자승치(SMC)를 아래의 표 11에 제시하였다. 다중상관자승치(SMC)는 회귀분석의 결정계수(R^2)과 비슷한 개념으로 독립변수들이 종속변수를 어느 정도 설명하는지를 나타낸다. 종속변수의 R^2 이 높다는 것은 독립변수들에 의해 잘 설명되고 있다는 것을 의미한다(배병렬, 2014). 본 연구에서의 결과를 살펴보면, 거부민감성은 자기침묵을 35%, 정서인식명확성을 41%, 대인관계문제를 66% 설명하는 것으로 나타났다.

표 11. 구조모형에서의 다중상관자승치(SMC)

	다중상관자승치(SMC)
자기침묵	.35
정서인식명확성	.41
대인관계문제	.66

5. 간접효과 검증

본 연구는 구조모형에서 각각의 변수들의 매개효과가 통계적으로 유의한지 알아보기 위해 부트스트랩 절차를 실행하였다. 이에 원자료($N=417$)에서 95%의 신뢰구간에서 무선 표집으로 생산된 10,000개의 표본을 모수 추정에 사용하였으며, 분석 결과는 표 12에 제시하였다.

거부민감성과 정서인식명확성($\beta=-.24$), 거부민감성과 대인관계문제($\beta=.35$)는 유의수준 .001에서 모두 유의하였고, 자기침묵과 대인관계문제($\beta=.07$)은 유의수준 .01에서 유의하였다. 이는 거부민감성과 정서인식명확성의 관계를 자기침묵이 부분매개하며, 자기침묵과 대인관계문제의 관계를 정서인식명확성이 부분매개하는 것을 의미한다. 그리고 거부민감성과 대인관계문제의 관계를 자기침묵과 정서인식명확성이 부분매개 함을 의미한다.

표 12. 각 변인들의 직접효과, 간접효과, 총 효과

경로		직접효과	간접효과 (95% 신뢰구간)	총 효과
	→ 자기침묵	.59***	-	.59***
거부민감성	→ 정서인식명확성	-.30***	-.24*** (-.34 ~ -.15)	-.54***
	→ 대인관계문제	.34***	.35*** (.27 ~ .44)	.69***
자기침묵	→ 정서인식명확성	-.41***	-	-.41***
	→ 대인관계문제	.44***	.07** (.02 ~ .13)	.51***
정서인식명확성	→ 대인관계문제	-.16**	-	-.16**

주. $N=417$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

6. 이중매개효과 검증

거부민감성과 대인관계문제의 관계에는 이중매개 변수가 있으므로 개별 간접 효과의 유의미성을 검증하기 위해 Chan(2007)의 방식으로 팬텀변수를 활용하였다. 그 결과, 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 개별 간접효과는 유의하게 나타났다.

표 13. 개별 간접효과의 유의성 검증

경로				Estimate	Lower	Upper	<i>p</i>
거부민감성	→	자기침묵	→ 대인관계 문제	.25	.17	.33	***
거부민감성	→	정서인식 명확성	→ 대인관계 문제	.05	.01	.09	**
거부민감성	→ 자기침묵	→ 정서인식 명확성	→ 대인관계 문제	.04	.01	.07	**

주. $N=417$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

IV. 논의

본 연구는 대학생의 대인관계문제와 관련 있는 변인들을 살펴보고, 대학생의 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 자기침묵과 정서인식명확성이 미치는 영향에 대해 알아보고자 하였다. 이를 통해 높은 거부민감성을 가진 대학생들의 대인관계문제에 어떻게 개입할 수 있는지 이해하고자 하였다. 이를 위해 선행연구들을 바탕으로 대학생의 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 자기침묵과 정서인식명확성이 매개하는지 알아보고자 연구모형을 설정하였으며, 예비분석, 측정모형 및 구조모형 검증을 통해 매개효과를 검증하였다. 본 연구 결과 및 연구의 의의와 시사점은 다음과 같다.

첫째, 거부민감성과 대인관계문제 간의 관계에서 자기침묵과 정서인식명확성을 매개로 한 구조모형을 검증한 결과, 거부민감성이 높아질수록 자기침묵이 높아지고, 정서인식명확성은 낮아지며, 대인관계문제는 높아지는 것으로 나타났다. 또한 자기침묵이 높을수록 정서인식명확성은 낮아지고 대인관계문제는 높아지는 것으로 나타났다. 이는 거부민감성이 높을수록 대인관계문제가 높아진다는 김주연 등(2014)의 연구, 부모의 부정적인 양육행동과 우울 증상 간의 관계에서 거부민감성과 자기침묵의 매개효과를 살펴본 방효은(2017)의 연구, 거부민감성과 자기침묵의 관계에서 내면화된 수치심과 타인 인정 욕구의 매개효과를 살펴본 서지영(2016) 등의 연구와 일치하는 결과이다. 그리고 자기침묵이 높을수록 대인관계문제가 높아진다는 김혜령(2016), 이유주(2017) 등의 연구 결과를 지지하는 결과이다.

또한 자기침묵과 정서인식명확성 간에 부적 상관을 나타낸 Sarah와 Nilsson(2011)의 연구, 정서인식명확성과 대인관계문제 간에 부적 상관을 나타낸 권진희(2011)의 연구, 정서인식명확성과 대인관계문제 간의 관계에서 정서조절의 매개효과를 살펴본 우다빈(2013)의 연구결과와 일치하였다. 본 연구의 결과는 거부민감성과 대인관계문제 간의 매개 모형을 보고한 선행 연구들의 결과를 확장시켜 유아기 때 형성된 거부민감성이 성인이 된 후에도 대학생의 대인관계문제에 영향을 미치는 어려움을 이해하는데 도움이 될 것으로 보인다. 그리고

거부민감성이 대인관계문제에 직접적인 관련이 있기보다는 간접적인 관련이 있으며, 거부민감성을 가진 사람들의 대인관계문제를 감소시키기 위해서는 매개효과가 중요한 역할로 작용할 수 있다고 해석해볼 수 있다.

둘째, 간접효과 검증 결과, 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 자기침묵이 부분매개 하였는데, 이는 거부민감성이 자기침묵을 통해서 대인관계문제에 영향을 미치며, 거부민감성이 높을수록 자기침묵이 높아지며 대인관계문제를 높이는 것을 의미한다. 이러한 결과는 거부민감성과 대인관계문제 간에 정적 상관을 나타낸 안선경, 정여주(2016), 우희정(2014) 등의 연구결과를 지지하는 것이며, 거부민감성이 높을수록 대인관계에 대한 스트레스가 많다고 보고한 이기선(2011)의 연구, 거부민감성이 대인관계유능성에 부적인 영향을 미친다고 보고한 경기웅(2015)의 연구와 유사한 맥락으로 볼 수 있다. 또한 거부민감성 자기침묵 간에 정적 상관을 나타낸 김진선(2009), 김보람(2014), 임정민, 오경자(2016), 정신아(2013) 등의 연구결과를 지지하는 것이며, 자기침묵과 대인관계문제 간에 정적 상관을 나타낸 선행연구(김지영, 2015; 김혜령, 2016) 결과와 일치하고 자기침묵이 높을수록 긍정적 대인관계에 부적인 영향을 미친다고 보고한 김명화, 홍혜영(2011)의 연구 결과와도 유사한 것으로 볼 수 있다. 따라서 거부민감성을 가진 대학생들의 대인관계문제를 다루는데 있어 자기침묵은 중요한 변인이며, 자기침묵에 개입하여 이를 감소시키는 것이 효과적일 수 있다고 볼 수 있다.

이러한 연구 결과를 바탕으로 실제 상담 장면에서 적용해본다면, 높은 거부민감성으로 인해 대인관계문제를 겪는 대학생들의 자기침묵을 낮춤으로써 도움을 줄 수 있음을 시사한다. 유아기 때 비일관적이고 무반응적인 거부적 양육자로부터 반복적으로 거부를 경험하면, 이후에도 의미 있는 타인이 자신을 거부할 것이라는 불안정한 내적작동모형을 발달시키게 된다(Feldman & Downey, 1994). 특히 성인이 되어서도 타인의 거부를 두려워하고 거부에 과민하게 반응하게 되는 거부민감성을 발달시킬 가능성이 높아지며, 대인관계에도 부정적인 영향을 미치게 된다(Feldman & Downey, 1994).

이렇게 발달된 높은 거부민감성으로 인해 자기침묵을 많이 사용하는 사람들은 자신의 생각이나 행동을 표현하지 않으려고 억제하기 때문에 타인으로부터 사회적 지지를 받기 어렵다(정신아, 2013). 따라서 대인관계문제를 겪고 있는 대학

생에게 상담적 개입을 시도할 때, 초점을 자기침묵에 두어 자기를 표현하지 않거나 개방하는 것을 억제하는 행동이 결과적으로는 대인관계에 효과적이지 않다는 것을 자각시키는 것이 중요할 것으로 보인다(방효은, 2017). 이를 위해 인지행동치료의 사회적 기술 훈련, 문제해결기술 훈련, 의사소통기술 훈련 등을 적용하여 적절하고 적응적으로 갈등을 해결할 수 있는 대처전략을 학습시킨다면 거부민감성이 높은 사람들에게 도움이 될 것이 도움이 될 것이라고 사료된다.

셋째, 자기침묵과 정서인식명확성 간의 관계를 살펴본 결과 두 변인 사이에 유의한 부적 상관이 있었다. 또한 자기침묵과 대인관계문제 사이에서 정서인식명확성은 부분매개 하는 것으로 나타났다. 이는 자기침묵 수준이 높을수록 정서인식명확성이 낮다는 김미진(2009)의 연구와 일치하며, 자기침묵과 정서인식명확성이 여대생의 섭식행동에 미치는 영향에서 자기침묵과 정서인식명확성이 유의미한 부적 상관을 나타냈다(Sarah & Nilsson, 2011)는 결과와 일치한다. 그러나 국·내외에서 자기침묵과 정서인식명확성의 관계에 대한 연구는 찾아보기 어려웠으며, 드물게 존재하는 선행연구는 공통적으로 여대생만을 대상으로 연구했다는 한계점이 있었다.

두 선행연구는 자기침묵이 여성의 우울을 설명하는 설득력 있는 변인으로 활발하게 연구되기 시작하였다는 점(Jack, 1991)에서 여대생만을 대상으로 연구하였다. 그러나 국내에서는 남성의 자기침묵이 더 높았으며(김진선, 2009; 정신아, 2013), 자기침묵의 유의미한 성차를 확인할 수 없었다(김명화, 홍혜영, 2011)는 연구결과도 보고되었다. 이에 본 연구에서는 남녀 대학생을 대상으로 연구를 진행하였으며, 연구 결과 거부민감성이 높은 남자 대학생 또한 자기침묵이 높을수록 정서인식명확성이 낮으며 이를 통해 대인관계문제를 겪고 있다는 것을 검증하였다. 따라서 본 연구에서는 선행연구를 확장하여 자기침묵을 하는 남녀 대학생의 대인관계문제를 보다 폭넓게 이해하는데 도움이 된다는 것을 시사한다.

넷째, 거부민감성과 대인관계문제 간의 관계에서 정서인식명확성에 대한 간접효과 검증 결과, 정서인식명확성이 두 변인 사이를 부분매개 하였다. 이는 정서인식명확성과 대인관계문제 간에 유의미한 부적 상관을 나타낸 연구(박순일, 2015; 함승래, 2015), 정서인식명확성이 높을수록 대인관계문제가 낮아진다는 강수정, 유금란(2016)의 연구와 일치하는 결과를 보인다. 또한 정서인식명확성

과 대인관계문제의 관계에서 정서조절의 매개효과를 검증한 우다빈(2013)의 연구결과와도 일치하며, 정서인식명확성이 높을수록 대인관계유능성이 높아진다는 장지민(2015)의 연구결과와 유사한 맥락을 보인다.

Levy 등(2001)의 거부민감성 모델에서는 거부에 대한 인식은 불안, 상처, 분노, 적대감, 회피 등을 부추기게 되어(김미선, 2014; 류혜림, 2016) 친밀한 대인관계를 해치게 된다(박명주, 2012)고 설명한다. 이를 통해 거부민감성은 정서와 관련이 깊은 것을 알 수 있지만 선행연구에서는 거부민감성과 관련 있는 정서변인으로 정서표현양가성(박혜련, 손은정, 2012; 최연숙, 홍혜영, 2016), 인지적 정서조절(박영은, 2017; 이민선, 2017) 등을 연구하였으며, 정서인식명확성이라는 보호요인을 살펴본 연구는 없었다. 그러나 Kennedy-Moore, Greenberg 그리고 Wortman(1991)이 제안한 정서 처리 과정 모델에 따르면, 정서주의 및 정서인식명확성은 정서 반응 및 평가, 정서표현 단계보다 선행하며(진선미, 2011에서 재인용), 정서경험을 인지적으로 처리하는 과정에서 가장 기초가 된다고 하였다(Salovey & Mayer, 1990; 김기숙, 2016). 즉, 자신의 정서를 명확하게 인식하는 과정은 부정적인 정서를 경험하는 것을 조절해주기 때문에 효과적인 정서조절은 정서인식을 명확하게 하는 것부터 시작한다(함승래, 2015)는 의미이다.

이와 관련하여 정서인식명확성의 중요성에 대한 연구를 살펴보면, Salovey와 동료들은(1995) 평상시에 자신의 느낌에 대해 명확하게 인식한다고 응답한 사람들이 유도된 부정적 정서에서 보다 잘 회복되었다는 연구결과에 근거하여 자신의 정서를 잘 인식할수록 정서를 보다 잘 이해하고 사회적 상황에서 대처하는데 이를 적절히 사용할 것이라고 주장하였다. 또한 자신의 정서를 명확히 인식할수록 심리적 안녕감이 더 높은 것으로 보고되었으며(김은임, 2016; 윤상미, 2015), 정서인식명확성이 침습적 반추를 감소시키고 외상 후 성장으로 이행하는데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(조한로, 2016). 따라서 정서를 명확히 인식하는 것은 개인의 적응과 행복에 중요한 변인이 되기 때문에 본 연구에서는 거부민감성이 높은 대학생들의 대인관계문제를 낮출 수 있는 새로운 변인으로 정서인식명확성을 밝혀냈다는 점에서 의의가 있다.

다섯째, 자기침묵과 정서인식명확성은 거부민감성과 대인관계문제의 관계를 이중매개 하였다. 팬텀변수를 이용하여 개별 간접효과의 유의성을 검증한 결과 모

든 개별 간접효과는 유의한 것으로 나타났다. 이는 거부민감성이 높을수록 자기침묵은 높아지고 자기침묵은 정서인식명확성을 감소시켜 대인관계문제를 높이는 것을 의미한다. 이러한 결과는 거부민감성이 높을수록 자기침묵이 높다는 선행연구(김보람, 2014; 임정민, 오경자, 2016; 정신아, 2013)와 일치한다. 그리고 자기침묵이 높을수록 관계만족의 수준이 낮다는 양지윤(2006), Jack(1991)의 연구, 자기침묵 행동을 많이 보일수록 대인관계문제를 많이 겪는다는 선행연구(김지영, 2015; 김혜령, 2016)와 일치하는 결과이다.

또한 자기침묵 수준이 높을수록 정서인식명확성이 낮다는 김미진(2009), Sarah와 Nilsson(2011)의 연구, 정서인식명확성이 대인관계문제에 미치는 부적 영향을 살펴본 연구(강수정, 유금란, 2016)를 지지하는 결과이다. 이는 대학생들의 거부민감성이 대인관계문제와 직접적인 관련이 있기보다는 자기침묵과 정서인식명확성을 통해서 대인관계문제와 관련이 있음을 나타낸다. 이와 같은 결과는 상담 장면에서 거부민감성을 가진 대학생의 대인관계문제를 다루기 위해서는 자기침묵의 경향을 낮추는 것도 필요하지만, 자기침묵 대처를 사용하는 대학생들의 정서인식명확성에 개입하는 것이 치료효과를 높이는 데 긍정적인 역할을 할 수 있음을 의미한다.

이러한 결과를 통해 상담 장면에서 정서인식명확성을 높이는 훈련을 병행하는 것의 중요성을 알 수 있다. 구체적으로 살펴보면, 먼저 정서인식명확성이 정서표현 및 대인관계문제에 미치는 영향을 확인할 필요가 있는데, 권희경, 장재홍(2011)의 연구에 의하면 개인이 자신의 정서를 언어적으로 명명하고 그것을 명확하게 인식할수록 정서를 건설적으로 표현하고 적절하게 다룰 수 있는 가능성이 높아진다고 하였다. 또한 경험된 정서를 수용하는 자세를 가질수록 정서표현에 대한 갈등은 줄어들고, 대인관계가 증진될 수 있음을 주장하였다. 이러한 주장은 정서인식명확성을 개발하도록 돕는 것이 대인관계문제를 낮추는데 도움을 줄 수 있음을 시사한다. 이와 관련한 개입방법을 살펴보면, Greenberg(2002)의 정서중심치료(Emotion-focused therapy)를 들 수 있는데, 이 방법은 개인의 문제를 해결하는 데 있어 정서의 중요성을 강조하고 있다.

정서중심치료의 한 형태(Greenberg, 2002)인 과정-경험적 치료(Process-experiential therapy: PE치료)(Greenberg, Rice & Elliott, 1993; Elliott, Watson,

Goldman & Greenberg, 2013에서 재인용)는 경험적 연구들을 통해 근거성이 있는 것으로 인정받고 있는 정서-중심적이고 인본주의적인 치료접근으로, 인간중심치료, 게슈탈트 치료, 실존주의 치료를 통합한 것이다(Elliott et al., 2013). 이 치료기법은 정서와 과정에 초점을 맞추면서, 정서를 다루고 변화시키는 기본적인 3가지 원리로 '정서의 자각, 정서의 조절, 정서로 정서를 변화시키기'를 제안하였고, 치료자는 내담자의 정서적 지혜를 발달시키는 정서 코치로서 이 세 가지 정서 다루기의 기본 원리를 잘 학습시켜 나가야 한다고 하였다(권희경, 장재홍, 2011). 또한 이 치료기법이 대인관계 곤란 문제(Lowenstein, 1985; Toukmanian & Grech, 1991; Elliott et al., 2013에서 재인용)로 어려움이 있는 대상에도 활용되었던 것으로 볼 때, 내담자의 정서인식을 높이는 데 도움을 주어 대인관계문제를 감소시킬 것이라고 예상할 수 있다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 자기 보고식 설문지를 사용하여 각 변인들을 측정하였다. 이러한 자기보고식 설문지는 응답 시 연구 참여자들이 솔직하지 않게 반응할 가능성이 있고 불성실하게 답변하여 자료가 편향되었을 수도 있다. 따라서 후속 연구에서는 이를 개선하기 위해 다른 자기관찰법이나 타인의 평정을 활용 하는 연구방법 등의 다양한 방법을 통해 자료를 수집할 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 자기침묵의 하위요인인 외적인 자기지각, 자기희생을 통한 돌봄, 자기침묵(하), 분리된 자기로 나누어 살펴보았을 때, 모형 적합도가 좋지 않아 문항꾸러미를 통해 새로운 하위요인을 생성하여 살펴보았다. 그러나 Jack과 Dill(1992)이 나누어 본 하위요인은 타당화 검증을 통하여 완성된 것이므로, 후속 연구에서는 기존 하위요인을 사용하여 다시 살펴볼 필요가 있을 것이다.

셋째, 매개변인으로 설정한 자기침묵과 정서인식명확성은 대인관계문제에 있어서 위험요인과 보호요인으로 작용하지만, 두 변인의 관계성에 대한 연구는 드문 실정이었다. 따라서 이 두 변인의 관계성을 보다 명확히 할 수 있도록 보다 많은 후속 연구들이 필요할 것으로 여겨진다.

V. 참 고 문 헌

- 강다혜 (2017). 성인 초기의 거부민감성과 대인관계 문제 간 관계에서 정서표현 양가성의 매개효과. 홍익대학교 석사학위논문.
- 강수정, 유금란(2016). 대학생의 정서지능이 대인관계 문제에 미치는 영향: 적응적 유머스타일의 매개효과를 중심으로. 상담학연구, 17(4), 275-294.
- 강여정 (2016). 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 정서조절양식의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 강지연 (2011). 대학생의 생활스트레스, 분노표현 및 대인관계 문제 간의 관계. 충북대학교 석사학위논문.
- 경기웅 (2015). 대학생의 거부민감성이 대인관계유능성에 미치는 영향에서 다차원적 경험회피의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 고아라 (2017). 대학생의 거부민감성과 대인관계 유능성의 관계: 인지적 정서조절전략과 사회적 지지의 매개효과. 한국외국어대학교 석사학위논문.
- 곽지현 (2017). 대학생의 공격자의식이 SNS 중독경향성에 미치는 영향- 사회불안과 대인관계문제의 매개효과 -. 명지대학교 석사학위논문.
- 구세정 (2016). 대학생이 지각한 부모양육태도가 대인불안에 미치는 영향: 거부민감성, 자기제시동기의 매개효과. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 권다운 (2015). 대학생의 내면화된 수치심과 대인관계문제와의 관계: 정서표현양가성과 분노의 매개효과. 경상대학교 석사학위논문.
- 권석만 (1997). 인간관계 심리학. 서울: 학지사.
- 권지혜 (2010). 정서인식의 명확성, 대인관계만족도, 정서적 안녕감의 구조적 관계. 단국대학교 석사학위논문.
- 권진희 (2011). 정서인식의 명확성과 정서표현성 및 대인관계문제와의 관계. 상담평가연구, 4(1), 37-49.
- 권희경, 장재홍 (2011). 집단상담에서의 정서인식, 정서표현 및 정서수용이 상담성과에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(4), 811-831.
- 김기숙 (2016). 성인의 정서인식, 접촉경계혼란과 대인관계문제와의 관계. 성신

- 여자대학교 석사학위논문.
- 김나영, 조유진 (2009). 대학생의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대한 자기개념의 매개효과. *인간발달연구*, 16(3), 149-162
- 김명화, 홍혜영 (2011). 자기침묵이 대인관계에 미치는 영향- 우울의 매개효과 검증. *한국심리학회지: 일반* 30(1), 69-97.
- 김미선 (2014). 내현적 자기에 성향과 이성관계 불만족도의 관계에서 거부민감성과 역기능적 분노표현양식의 매개효과 검증 : 성별에 따른 다집단 분석. 연세대학교 석사학위논문.
- 김미진 (2009). 여대생의 자기침묵과 우울과의 관계에서 정서표현에 대한 양가성과 정서인식명확성의 매개효과. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 김보람 (2014). 거절민감성이 우울 증상에 미치는 영향: 과도한 재확인 추구와 자기침묵의 매개효과. *아주대학교 석사학위논문*.
- 김선미, 홍상환 (2014). 아동의 거부민감성과 공격성의 관계에서 정서인식과 표현 능력의 매개효과. *초등상담연구*, 13(4), 409-429.
- 김소정 (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 분노억압 간의 관계: 자기침묵의 매개효과. *이화여자대학교 석사학위논문*.
- 김소정, 이승연 (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 분노억압 간의 관계: 자기침묵의 매개효과. *상담학연구*, 15(2), 729-751.
- 김신애, 정남운 (2008). 남성의 성역할이 자아존중감과 대인관계에 미치는 영향. *경희대학교학생생활연구소*, 23, 171-192.
- 김여량 (2013). 대학생의 내현적 자기에와 대인관계 문제의 관계에서 완벽주의의 매개효과. *숙명여자대학교 석사학위논문*.
- 김은임 (2016). 대학생의 정서인식 명확성과 공감능력 및 심리적 안녕감의 관계. *아주대학교 석사학위논문*.
- 김주연, 성태훈, 김지혜, 신민영 (2014). 거부민감성과 대인관계문제의 관계에서 주의력 조절의 조절효과. *인지행동치료*, 14(1), 21-37.
- 김지영 (2015). 사회적 지지와 대인관계 문제에서 수치심, 자기침묵 행동의 매개효과. *광운대학교 석사학위논문*.
- 김진선 (2009). 거절민감성이 외로움에 미치는 영향: 자기침묵을 매개변인으로.

- 아주대학교 석사학위논문.
- 김향선, 이영순 (2011). 대학생의 거부민감성과 자기격려가 대인관계 유능성에 미치는 영향. *재활심리연구*: 18(3), 375-392.
- 김혜령 (2016). 대학생의 자기비판적, 의존적 우울취약성과 대인관계문제의 관계 : 자기침묵의 매개효과. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 김혜원 (2013). 거절민감성이 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향 : 분노표현 양식의 조절효과. 아주대학교 석사학위논문.
- 김희경, 심혜숙, 이동훈 (2012). 대학생의 성인애착이 이성관계만족도에 미치는 영향: 정서인식 명확성과 정서표현억제의 매개효과. *한국계슈탈트치료연구*, 2(2), 1-21.
- 류혜림 (2016). 아동의 거부민감성과 대인불안의 관계에서 부정정서 회피와 사회적 지지의 매개효과. 서울교육대학교 석사학위논문.
- 문민경 (2013). 대학생의 성인애착과 외로움의 관계에서 자기침묵의 매개효과. 경기대학교 석사학위논문.
- 문지영 (2013). 음악치료사의 정서인식의 명확성, 정서 주의력, 정서 강도가 대인관계 성향에 미치는 영향. *예술교육연구*, 11(3), 29-42.
- 민병남, 김완일 (2016). 청소년의 거부민감성과 대인관계문제의 관계: 인지적 유연성의 매개효과. *청소년학연구*: 23(10), 431-450.
- 민지영 (2012). 거부민감성 및 부정적 정서강도와 경계선 성격장애 성향간의 관계: 주의조절의 조절효과를 중심으로. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 박명주 (2012). 자기긍정확인이 거부민감성이 높은 대학생의 대인불안과 심리적 안녕감에 미치는 영향. 영남대학교 석사학위논문.
- 박명진 (2016). 대학생 거부민감성 척도 개발 및 타당화. 경상대학교 석사학위논문.
- 박명진, 양난미 (2017). 대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(1), 103-127.
- 박순일 (2015). 대학생이 지각한 모의 양육태도가 대인관계문제에 미치는 영향: 정서인식 명확성과 능동적 정서조절양식의 매개효과. 상지대학교 석사학위논문.

- 박영은 (2017). 거부민감성과 이성관계만족의 관계에서 자기자비와 인지적 정서 조절전략의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 박정현 (2017). 거부민감성이 우울증에 미치는 영향: 부정적 해석편향과 부정적 기억편향의 이중매개효과검증. 강원대학교 석사학위논문.
- 박혜련, 손은정 (2012). 대학생의 이성관계에서 거부민감성, 사회불안, 자기노출이 친밀감에 미치는 영향. 상담학연구, 13(3), 1083-1099.
- 방효은 (2017). 부모의 부정적인 양육행동과 우울 증상 간의 관계: 거절민감성과 자기침묵의 매개효과. 아주대학교 석사학위논문.
- 배병렬 (2014). AMOS 21.0 구조방정식모델링(원리와 실제). 서울: 청람.
- 서강대학교 학생생활상담연구소 (2015). 2014학년도 활동보고.
- 서강대학교 학생생활상담연구소 (2016). 2015학년도 활동보고.
- 서강대학교 학생생활상담연구소 (2016). 2016학년도 신입생 실태조사 연구.
- 서울경제 (2017, 2, 16). 신입생 OT 꼭 가야하나요? 새내기들 “술자리 공포”...대 학교 온라인SNS서 고민글 쏟아져. 보도자료. 2017. 2. 19에서 인출. <http://www.sedaily.com/NewsView/10C49NA4RX/>
- 서지영 (2016). 거부민감성이 자기침묵에 미치는 영향: 수치심과 타인인정 욕구의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 석애란 (2017). 아동기 정서적 학대 경험이 대인관계문제에 미치는 영향: 정서인식 명확성과 정서조절곤란의 매개효과. 인제대학교 석사학위논문.
- 손종우 (2016). 대학생의 자기성찰, 정서인식 명확성 및 정서표현 양가성이 대인관계문제에 미치는 영향. 전북대학교 석사학위논문.
- 심경원 (2007). 낙관성이 거부민감성, 정서표현성 및 삶의 만족도에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 안상원 (2014). 대학생의 성인애착과 대인관계만족도와와의 관계에서 거부민감성과 무조건적 자기수용의 매개효과. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 안선경, 정여주 (2016). 대학생의 거부민감성이 대인관계문제에 미치는 영향-정서표현 양가성의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(3), 719-741.
- 안은화 (2012). 대학생의 분리-개별화가 대인관계문제에 미치는 영향-자동적 사

- 고의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 양지윤 (2006). 애착 유형, 자존감, 자기침묵이 관계만족에 미치는 영향: 성인 여성 표본을 대상으로. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 오남경 (2009). 대학생의 애착요인과 분리개별화의 대인관계문제에 대한 관계. 전북대학교 석사학위논문.
- 우다빈(2013). 정서인식 명확성과 대인관계 문제의 관계 : 정서조절과 공감의 조절된 매개효과. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 우희정 (2014). 경계선 성격특성이 대인관계문제에 미치는 영향- 정서조절곤란, 거절민감성의 매개효과 -. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 윤상미 (2015). 정서인식명확성과 심리적 안녕감의 관계에서 주도적 대처의 매개효과 : 초기성인기와 중년기 집단을 중심으로. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 윤성욱 (2017). 대학생의 외상경험이 자아존중감과 대인관계문제에 미치는 영향: 부모양육태도의 조절효과. 청주대학교 석사학위논문.
- 윤혜영, 강지현 (2015). 대학생이 지각한 부모양육태도가 대인관계문제에 미치는 영향 : 내면화된 수치심의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 27(2), 405-423.
- 이건화 (2017). 대학생의 성인 애착 불안과 이성관계 만족도의 관계: 정서인식과 정서표현 양가성의 매개효과. 경상대학교 석사학위논문.
- 이경희, 김봉환 (2010). 정서표현양가성과 정서조절이 대인관계에 미치는 영향: 정서명확성, 정서강도 및 정서주의의 군집 비교. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 369-384.
- 이기선 (2011). 대인관계 스트레스와 심리적 안녕감의 관계에서 거절민감성과 정서조절방략의 매개효과. 전남대학교 석사학위논문.
- 이동욱 (2015). 대학생의 성인애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 정서조절곤란의 매개효과. 명지대학교 석사학위논문.
- 이민선 (2010). 대학생의 자아존중감이 대인관계능력에 미치는 영향: 정서조절방략의 매개효과. 성신여자학교 석사학위논문
- 이민선 (2017). 대학생의 거부민감성과 연애관계 만족도와의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵의 이중매개효과. 전남대학교 석사학위논문.

- 이복동 (2000). 성인애착과 이성관계만족: 거부민감성과 귀인양식의 매개효과를 중심으로. 고려대학교 석사학위논문.
- 이수정, 이훈구 (1997). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위 요인에 대한 탐색. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 11(1), 95-116.
- 이유주 (2017). 여대생의 자기불일치와 대인관계문제의 관계: 자기침묵의 매개효과. 성신여자대학교 석사학위논문.
- 이은진, 이나령, 이지연 (2015). 대학생의 성인애착이 대인관계문제에 미치는 영향-공적 자의식, 우울취약성, 정서적 단절의 매개효과-. 전북대학교 사회과학 연구, 39(2), 207-242.
- 이은희 (2012). 자기침묵과 정서표현양가성이 결혼만족 및 우울에 미치는 영향. 한국상담대학원대학교 석사학위논문.
- 이정석 (2013). 거부민감성과 정서강도가 대인불안에 미치는 영향 : 갈등해결전략의 매개효과. 대구가톨릭대학교 석사학위논문.
- 이지영 (2016). 지각된 부모의 양육방식과 정서조절곤란의 관계에서 정서조절전략의 매개 효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(1), 217-244.
- 이진영 (2017). 대학생의 정서인식 명확성과 자아탄력성이 대인관계 유능성에 미치는 영향. 동국대학교 석사학위논문.
- 이하나 (2006). 정서인식의 명확성, 정서의 표현 및 갈등과 대인불안의 관계: 자아탄력성의 매개효과 검증. 연세대학교 석사학위논문.
- 이학식, 임지훈 (2009). 구조방정식 모형분석과 AMOS 16.0. 파주: 법문사.
- 이한우, 염동문 (2015). 대학생의 정서인식과 대인관계 간의 관련성에서 정서표현양가성과 정서표현의 이중매개효과. 정서·행동장애연구, 31(2), 85-106.
- 이한우, 염동문, 이미희 (2014). 대학생의 정서인식이 대인관계에 미치는 영향-정서표현의 매개효과를 중심으로. 정서·행동장애연구, 30(2), 415-433.
- 이혜미, 김유미 (2015). 초등학생의 거부민감성과 교우관계의 관계에서 정서지능과 사회적 지지의 매개효과. 한국아동교육학회, 24(4), 253-271.
- 임정민 (2014). 거부민감성이 관계의 질에 미치는 영향: 적대적 행동과 자기 침묵의 매개 효과. 연세대학교 석사학위논문.
- 임정민, 오경자 (2016). 거부민감성이 관계의 질에 미치는 영향- 적대적 행동과

- 자기 침묵의 매개 효과. 한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제 2(2), 183-195.
- 장석진, 연문희 (2009). 애착이론에 근거한 집단상담 프로그램이 대학생의 대인 관계 문제 및 능력에 미치는 효과. 상담학연구: 10(4), 2031-2054.
- 장성미 (2015). 대학생의 거부민감성이 대인관계 유능성에 미치는 영향 : 적응적인 인지적 정서조절전략을 매개변인으로. 대구대학교 석사학위논문.
- 장지민 (2015). 대학생의 정서인식 명확성, 자아존중감, 공감이 대인관계 유능성에 미치는 영향. 동국대학교 석사학위논문.
- 정신아 (2013). 거절민감성과 우울증상의 관계에서 자기침묵의 매개효과. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 정지연 (2012). 초등학생의 거부민감성, 또래관계 양과 질 및 학교생활만족도간의 관계 연구. 아주대학교 석사학위논문.
- 정혜연, 이지민 (2017). 대학생의 부모-자녀 의사소통이 대인관계문제에 미치는 영향: 내면화된 수치심의 매개효과. 상담학연구, 18(1), 169-184.
- 정혜진 (2014). 대학생의 대인관계문제가 우울에 미치는 영향: 경험회피와 정서표현 양가성의 매개효과. 대구가톨릭대학교 석사학위논문.
- 조한로 (2016). 침습적 반추, 의도적 반추 및 정서인식명확성이 외상 후 성장에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 차혜련, 김종남 (2016). 대학생의 내면화된 수치심이 대인관계문제에 미치는 영향 : 거부민감성의 매개효과 및 인지적 정서조절의 조절효과. 청소년학연구: 23(12), 373-401.
- 최연숙, 홍혜영 (2016). 대학생의 불안정 애착과 우울의 관계에서 거부민감성과 정서표현 양가성의 매개효과. 상담학연구, 17(4), 295-311.
- 최임정, 심혜숙 (2010). 대학생이 내면화된 수치심과 분노표현양식이 대인관계 문제에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 479-492.
- 한경희 (2012). 대학생의 사회부과적 완벽주의가 내면화된 수치심과 정서표현 양가성을 통해 대인관계문제에 미치는 영향. 서강대학교 석사학위논문.
- 함승래 (2015). 성인 ADHD 성향과 대인관계 문제: 정서인식 명확성과 공감의 매개효과. 대구가톨릭대학교 석사학위논문.

- 홍상황, 박은영, 김영환, 권정혜, 조용래와 진유경 (2002). 한국형 대인관계문제 검사 원형 척도의 단축형(KIIP-SC) 구성. *한국심리학회지: 임상*, 21(4), 923-940.
- Alden, L. E., Wiggins, J. S., & Pincus, A. L. (1990). Perfectionism in an interpersonal context: A self-regulation analysis of dysphoria and social anxiety. *Cognitive Therapy & Research*, 18, 297-316.
- Allaman, J. D., Joyce, C. S., & Crandall, V. C. (1972). The antecedents of social desirability response tendencies of children and young adults. *Child Development*, 43(4), 1135-1160.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological bulletin*, 103(3), 411-423.
- Ayduk, O., Gyurak, A., & Luerksen, A. (2008). Individual differences in the rejection-aggression link in the hot sauce paradigm: The case of Rejection Sensitivity. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44, 775-782.
- Ayduk, O., May, D., Downey, G., & Higgins, E. T. (2003). Tactical difference in coping with rejection sensitivity: The role of prevention pride. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(4), 435-448.
- Baumeister, R. F. & Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for inter personal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Berenbaum, H., Boden, M. T., Baker, J. P., Dizen, M., Thompson, R. J. & Abramowitz, A. (2006). Emotional correlates of the different dimensions of schizotypal personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 115, 359-368.
- Besser, A., Flett, G. L., & Davis, R. A. (2003). Self-criticism, dependency, silencing the self, and loneliness: A test of a mediational model. *Personality and Individual Differences*, 35, 1735-1752.
- Block, J., & Kremen, A. M (1996). IQ and ego-resiliency: conceptual and

- empirical connections and separateness. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70, 349–361.
- Boden, M. T., Berenbaum, H. (2012). Facets of emotional clarity and suspiciousness. *Personality and Individual Differences*, 53, 426–430.
- Brown, G. W., & Harris, T. (1978). Social origins of depression: a reply. *Psychological Medicine*, 8(4), 577–588.
- Chan Wai. (2007). Comparing indirect effects in SEM: A sequential model fitting method using covariance-equivalent specification, *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 14(2), 326–346.
- Christman, J. A. (2012). *Examining the Interplay of Rejection Sensitivity, Self-Compassion, and Communication in Romantic Relationships*. PhD diss., University of Tennessee.
- DePaulo, B. M. (1992). Nonverbal behavior and self-presentation. *Psychological Bulletin*, 111, 203–244
- Downey, G., & Feldman, S. (1996). The implication of rejection sensitivity for intimacy relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327–1343.
- Downey, G., Lebolt, A., Rincon, C., & Freitas, A. L. (1998). Rejection sensitivity and children's interpersonal difficulties. *Child Development*, 69, 1072–1089.
- Elliott, R., Watson, J. C., Goldman, R. N., & Greenberg, L. S. (2013). 정서 중심치료의 이해: 변화를 위한 과정-경험적 접근. [*Learning Emotion-focused Therapy: The Process-experiential Approach to Change*]. (신성만 외 5명 공역). 서울: 학지사(원전은 2004년에 출판).
- Ethan, K., Tobias, E., Kevin, O., Joy, H. & Geraldine (2007). Neural Dynamics of Rejection Sensitivity. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 19(6), 945–956.
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment

- behavior. *Development and Psychopathology*, 6(1), 231–247.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion–focused therapy: Coaching clients to work through their feelings*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Greenberg, L. S. (2004). Emotion–focused Therapy. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 3–16.
- 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), 348–362
- Harper, M. S., Dickson, J. W., & Welch, D. P. (2006). Self–Silencing and Rejection Sensitivity in Adolescent Romantic Relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 435–443.
- Honing, A., & Wittmer, D. (1994). Encouraging positive social development in young children. *Young Children*, 49(5), 4–12.
- Horney. K. (2006). 신경증적 갈등에 대한 카렌 호나이의 정신분석. [*Our Inner Conflicts*]. (이희경, 윤인, 이해라, 조한익 역) 서울: 학지사(원전은 1992년 출판).
- Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., Baer, B. A., Ureno. G., & Villasenor, V. S. (1988). Inventory of interpersonal problem: Psychometric properties and clinical applications. *Journal of consulting and clinical Psychology*, 56(6), 885–892.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural equation modeling: a multidisciplinary journal*, 6(1), 1–55.
- Jack, D. C. (1991). *Silencing the self: Women and depression*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Jack, D. C., & Dill, D. (1992). The Silencing The Self Scale: Schemas of intimacy associated with depression in women. *Psychology of Women*

- Quarterly*, 16(1), 97–106.
- Kaplan, A. (1986). The self-in-relation: Implications for depression in women. *Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 23, 234–241.
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups. In M. R. Leary(Ed.), *Interpersonal Rejection* (pp.251–289). New York: Oxford University Press.
- Mayer, J. D., & Stevens, A. A. (1994). An emerging understanding of the reflective(mets-) experience of mood. *Journal of research in personality*, 28, 351–373.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1997). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter(Eds.). *Emotional development and emotional intelligence: educational implications*. New York: Basic Books.
- Metcalfe, J., & Mischel, W. (1999). A hot/cool-system analysis of delay of gratification: Dynamics of willpower. *Psychological Review*, 106, 3–19.
- Miller, J. B. (1988). *Connections, disconnections and violations*. Wellesley, MA: Stone Center for Developmental Services and Studies, Wellesley College.
- Page, J. R., Stevens, H. B., & Galvins, S. L. (1996). Relationships between depression, self-esteem, and self-silencing behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology*
- Remen, A. L., Chambless, D. L., & Rodebaugh, T. L. (2002). Gender differences in the construct validity of the Silencing the Self Scale. *Psychology of Women Quarterly*, 26, 151–159.
- Rusbult, C. E., Bissonnette, V. L., Arriaga, X. B., Cox, C. L., & Bradbury, T. (1998). Accommodation processes during the early year of marriage. *The Developmental Course of Marital Dysfunction*, 74–113.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation

- modeling approach. *Journal of Counseling Psychology*, 45, 18–29.
- Salovey, P., Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9, 185–211.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. *Emotion, Disclosure, and Health*, 125–154.
- Sarah, S. H., & Nilsson, J. (2011). Self-Silencing, Emotional Awareness, and Eating Behaviors in College Women. *Psychology of Women Quarterly*, 35(3), 451–457.
- Selby, E. A., Ward, A. C., & Joiner, T. E. (2010). Dysregulated eating behaviors in borderline personality disorder: Are rejection sensitivity and emotion dysregulation linking mechanism? *International Journal of Eating Disorders*, 43, 667–670.
- Swinkels, A., & Giuliano, T. A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Monitoring and Labeling One's Mood States. *Personality and Social psychology Bulletin*, 21, 934–949.
- Tan, J. & Canfagnini, B. (2008). Self-silencing, anger and depressive symptoms in women: implications for prevention and intervention. *J Prev Interv Community*, 35(2), 5018
- Thompson, J. M. (1995). Silencing the self: Depressive symptomatology and close relationships. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 337–353.
- Thompson, J. M., Whiffen, V. E., & Aube, J. A. (2001). Does self-silencing link perceptions of care from parents and partners with depressive symptoms? *Journal of Social and Personal Relationships*, 18, 503–516.
- West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables. *Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications*, 56–75.
- Whiffen, V. E., Foot, M. L., & Thompson, J. M. (2007). Self-silencing mediates

- the link between marital conflict and depression. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(6), 993–1006.
- Zaitsoff, S. L., Geller, J., & Srikameswaran, S. (2002). Silencing the self and suppressed anger: Relationship to eating disorder symptoms in adolescent females. *European Eating Disorders Review*, 10, 51–60.
- Zimmer-Gembeck, M. J. & Nesdale, D. (2013). Anxious and Angry Rejection Sensitivity, Social Withdrawal, and Retribution in High and Low Ambiguous Situations. *Journal of Personality*, 81, 29–38.

<부록>

설문지

안녕하십니까?

본 설문지는 여러분들이 **일상생활에서 느끼는 여러 가지 생각과 태도**를 이해하는데 필요한 자료를 수집하기 위하여 제작되었습니다. 질문에 대한 답변에는 '**옳고 그른 것'이 없으며**, 여러분들이 평소에 생각하시는 대로 **솔직하게 답변해 주시면 됩니다**. 본 조사의 결과는 **익명으로 진행되고** 얻어진 정보는 **연구 이외의 목적으로 사용되지 절대 사용되지 않을 것**을 약속드립니다. 여러분의 생각을 **한 문항도 빠짐없이 진솔하게 응답**해주시면 연구에 많은 도움이 될 것입니다. 여러분의 협조에 진심으로 감사드립니다.

2017년 6월

경상대학교 일반대학원 심리학과 임상 및 상담심리전공 석사과정
정소현(thgus8173@naver.com)
지도교수 : 양난미 교수님

※ 스스로의 의사에 따라 연구에 참여하였으며, 본 자료가 연구에 사용되는 것에 동의합니다.

(예, 아니오) 서명: _____

※ 다음은 여러분 자신에 대한 간단한 질문입니다. 한 문항도 빠짐없이 솔직하게 응답해주시길 바랍니다. 문항을 읽고 V 표시를 해 주십시오.

1. 나이 : 만()세
2. 성별 : ① 남성 ② 여성
3. 학년 : ① 1학년 ② 2학년 ③ 3학년 ④ 4학년 ⑤ 5학년 이상
4. 전공 : ① 인문사회계열 ② 자연과학계열 ③ 예체능계열 ④ 공학계열
 ⑤ 농학계열 ⑥ 사범계열 ⑦ 상경계열 ⑧ 기타()

I. 거부민감성 척도(RSQ)

다음은 일상생활에서 일어날 수 있는 여러 상황에서 여러분이 어떻게 느끼고 생각하는가를 알아보기 한 질문들입니다. 각 상황을 주의 깊게 읽은 후, 2가지 질문 각각에 대해 자신의 느낌이나 생각과 가장 가까운 곳에 동그라미(○)표 해주시기 바랍니다.

※2가지 질문 중 한 가지를 선택하는 것이 아닙니다. 반드시 제시된 2가지 문장에 각각 표시해 주시기 바랍니다. 만약 제시된 상황에 처해본 경험이 없다면 만일 그런 상황에 처할 경우를 상상해서 응답하셔도 됩니다.

문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	다소 그렇다	약간 그렇다	그렇다	매우 그렇다
상황 1. 같은 수업을 듣는 사람에게 노트를 빌려 달라고 한다.						
1) 노트를 빌려주지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
2) 노트를 빌려 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 2. 친구에게 이사 와서 나와 함께 살자고 부탁한다.						
3) 친구가 이사오기를 거절하지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
4) 친구가 이사오라는 부탁을 받아들일 것이라고 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 3. 부모님에게 어떤 공부를 더 해야 할지 결정하는 것을 도와달라고 요청한다.						
5) 부모님이 결정을 도와주시지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
6) 부모님이 결정을 도와주실 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 4. 잘 모르는 사람에게 데이트를 신청한다.						
7) 그 사람이 데이트 신청을 받아들이지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
8) 그 사람이 데이트 신청을 받아들일 것이라고 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 5. 당신의 남자(여자) 친구는 오늘 저녁에 다른 친구들과 약속이 있는데, 당신은 오늘 당신의 남자(여자) 친구와 함께 있고 싶을 때, 그(그녀)에게 나와 함께 있어 달라고 요구한다.						
9) 그(그녀)가 당신과 함께 있어줄지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
10) 그(그녀)가 당신과 함께 있어줄 것이라고 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 6. 부모님에게 용돈을 더 달라고 부탁한다.						
11) 부모님이 용돈을 더 주시지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
12) 부모님이 용돈을 더 주시리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 7. 수업이 끝난 후, 교수님께 수업 잘 이해되지 않는 부분에 대해 질문하고, 좀 더 설명 해주실 것을 요구한다.						
13) 교수님이 설명을 더 해주실지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
14) 교수님이 설명을 더 해주시리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 8. 친한 친구와 심하게 다투고 난 후에, 그 친구에게 먼저 다가가서 말을 건다.						
15) 친구에게 다가가는 것에 대해 주저되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
16) 아무 거리낌 없이 다가가서 대화를 할 수 있을 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 9. 같은 수업을 듣는 사람에게 같이 커피를 마시자고 제의한다.						
17) 그 사람이 그러자고 할지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
18) 그 사람이 같이 커피를 마실 것이라고 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 10. 졸업하고 난 다음 직장을 구하지 못했을 때, 부모님께 당분간 생활비를 보조해 달라고 요구한다.						
19) 부모님께서 생활비 보조를 거절하지 않으실까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
20) 부모님께서 생활비를 보조해 주시리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 11. 방학기간 동안, 친구에게 나와 함께 여행을 가자고 제의한다.						
21) 친구가 여행제의를 거절하지 않을까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
22) 친구가 여행제의를 받아들여리라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 12. 남자(여자)친구와 심하게 다투고 난 후, 먼저 전화해서 만나고 싶다고 말한다.						
23) 그(그녀)가 만남을 거절할지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
24) 그(그녀)가 만나자는 제의를 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

상황 13. 친구에게 어떤 물건을 빌려달라고 요구한다.						
25) 친구가 물건을 빌려줄지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
26) 친구가 물건을 빌려줄 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 14. 부모님께 내가 참여하는 중요한 행사에 참석해 달라고 요청한다.						
27) 부모님께서 참석 요청을 거절하실까 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
28) 부모님께서 참석 요청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 15. 친구에게 어려운 부탁을 한다.						
29) 친구가 그 부탁을 들어줄지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
30) 친구가 그 부탁을 들어줄 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 16. 남자(여자) 친구에게 진심으로 나를 사랑하는지 물어본다.						
31) 그(그녀)가 나를 사랑할지 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
32) 그(그녀)가 나를 사랑한다고 할 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 17. 클럽에서 눈에 띄는 이성에게 다가가서 춤을 추자고 요청한다.						
33) 내 청을 거절할 것 같아 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
34) 내 청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6
상황 18. 남자(여자)친구에게 부모님을 만나러 와 달라고 요청한다.						
35) 내 청을 거절할 것 같아 걱정되거나 불안하다.	1	2	3	4	5	6
36) 내 청을 받아들일 것이라 예상된다.	1	2	3	4	5	6

II. 자기침묵 척도(STSS)

다음 문항들은 대인관계 내에서 친밀감을 유지하기 위해 어떻게 행동하고 사고하는지에 대한 질문입니다. 아래 문항 중 평소에 자신에 대해 갖고 있는 생각과 가장 가깝다고 생각되는 곳에 동그라미(○)표 해주시기 바랍니다.

*이성친구가 들어가는 문항에는 현재 교제 중인 분이 없다면, 당신이 마지막으로 만났던 데이트 상대를 회상하시고, 이성교제 경험이 없다면 가상하고 답해주시기 바랍니다.

번호	내용	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이다	대체로 그렇다	매우 그렇다
1	어느 누구도 나를 보호해주는 것은 아니므로 나 자신을 먼저 생각하는 것이 옳다고 생각한다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 친밀한 관계에 있는 어떤 사람과 다툼을 일으킬만한 나의 감정들에 대해서는 말하지 않는다.	①	②	③	④	⑤
3	배려라는 것은 내 욕구보다도 다른 사람의 욕구를 먼저 고려하는 것이다.	①	②	③	④	⑤
4	나 자신의 욕구를 내가 사랑하는 사람들의 욕구만큼 중요하게 생각하는 것은 이기적이다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 혼자 있을 때보다, 매우 가까운 관계에 있는 사람들과 함께 있을 때 진정한 나 자신이 되는 것이 훨씬 어렵다.	①	②	③	④	⑤
6	다른 사람이 날 어떻게 생각하는지에 따라서 나 자신을 평가하는 경향이 있다.	①	②	③	④	⑤
7	사회에서 요구되는 여러 일반적인 능력에 내가 못 미친다고 느낄 때 나 자신이 한심하게 여겨진다.	①	②	③	④	⑤
8	이성친구(배우자)의 욕구와 감정이 나의 욕구와 감정과 갈등을 일으킬 때, 나는 항상 내 의견을 명확히 주장한다.	①	②	③	④	⑤
9	친한 사이에서, 상대방을 행복하게 해주는 것이 내 의무이다.	①	②	③	④	⑤
10	다른 사람을 배려한다는 것은, 내가 다른 것을 원할 때라도, 다른 사람이 원하는 것을 선택하는 것을 의미한다.	①	②	③	④	⑤
11	나 자신에 대해서 기분 좋게 느끼기 위해서 나 스스로 독립적이고 자립적이라고 느껴야 한다.	①	②	③	④	⑤
12	내가 할 수 있는 최악의 것 중 하나가 이기적이 되는 것이다.	①	②	③	④	⑤
13	나는 이성친구(배우자)를 기쁘게 해주기 위해서 특정 방식으로 행동해야만 한다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤

14	관계를 매끄럽게 하기 위해서, 좋은 게 좋은 거란 식으로 넘어간다.	①	②	③	④	⑤
15	논쟁이나 문제를 일으킨다고 하더라도 항상 내 감정에 대해서 이성친구(배우자)에게 말하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
16	나는 종종 겉으로는 행복해 보이지만 속으로는 화가 나고 반발심이 든다.	①	②	③	④	⑤
17	이성친구(배우자)가 나를 사랑하도록 만들기 위해, 나 자신의 어떤 모습은 밝힐 수가 없다.	①	②	③	④	⑤
18	내 이성친구(배우자)의 의견이나 욕구와 갈등을 일으킬 때, 나는 내 의견을 고집하기보다는 이성친구(배우자)에게 동의하고 만다.	①	②	③	④	⑤
19	친밀한 관계에서 나는 종종 내가 누구인지를 잊어버린다.	①	②	③	④	⑤
20	관계에 있어서 나의 욕구들 중 어떤 것들이 충족되지 않았을 때, 나는 원래 그것들이 중요한 것이 아니라고 생각하는 경향이 있다.	①	②	③	④	⑤
21	내 이성친구(배우자)는 있는 그대로의 나를 사랑한다.	①	②	③	④	⑤
22	단지 나만을 위해서 어떤 것을 하는 것은 이기적이다.	①	②	③	④	⑤
23	내가 어떤 결정을 할 때, 다른 사람의 의견이나 생각이 나의 결정에 훨씬 더 영향을 미친다.	①	②	③	④	⑤
24	나는 내 가까이 있는 사람들에게 아주 드물게 분노를 표현하는 편이다.	①	②	③	④	⑤
25	나는 이성친구(배우자)가 진짜 나의 모습을 모른다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
26	내 감정이 내 이성친구(배우자)의 감정과 갈등을 일으킬 때, 내 감정을 숨기는 것이 더 좋다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
27	종종 다른 사람들의 감정에 내가 책임이 있다고 느낀다.	①	②	③	④	⑤
28	나는 다른 사람들이 어떻게 느끼는지 생각하느라 많은 시간을 보내기 때문에, 나 자신의 감정과 생각을 모를 때가 있다.	①	②	③	④	⑤
29	친밀한 관계에서, 상대방이 행복하긴 하지만 하다면 나는 우리가 무엇을 하든지 상관없다.	①	②	③	④	⑤
30	친밀한 사이에서, 관계에 문제가 생길만한 감정은 숨기려고 노력한다.	①	②	③	④	⑤
31	나는 내 스스로를 위해 세운 기대에 미치지 못한다.	①	②	③	④	⑤

Ⅲ. 정서인식명확성 척도(TMMS)

다음 문항들은 자신의 정서를 어떻게 인지하고 느끼는지 묻는 설문입니다. 각 문항을 주의 깊게 읽어보시고, 평소 자신의 상태를 잘 나타낸다고 생각되는 곳에 동그라미(○)표 해주시기 바랍니다.

번호	내용	전혀 그렇지 않다	대체로 그렇지 않다	보통이다	어느 정도 그렇다	매우 그렇다
1	나는 늘 내가 어떻게 느끼는지에 대해 혼란스럽다.	①	②	③	④	⑤
2	나는 내 느낌을 이해할 수가 없다.	①	②	③	④	⑤
3	나는 내가 어떤 느낌을 느끼는지에 대해 혼란스러울 때가 없다.	①	②	③	④	⑤
4	때때로 나는 나의 느낌이 무엇인지를 구분할 수 없다.	①	②	③	④	⑤
5	나는 쉽게 감정을 느낀다.	①	②	③	④	⑤
6	나는 대부분 내가 어떻게 느끼는지를 안다.	①	②	③	④	⑤
7	나는 거의 늘 내가 어떻게 느끼고 있는지를 알 수 없다.	①	②	③	④	⑤
8	나는 거의 늘 내가 어떻게 느끼고 있는지를 정확히 안다.	①	②	③	④	⑤
9	나는 보통 내 느낌들에 대해 매우 명확하다	①	②	③	④	⑤
10	나는 대체로 나의 느낌을 안다.	①	②	③	④	⑤
11	나의 신념과 의견들은 내가 어떻게 느끼느냐에 따라 늘 변하는 것 같다.	①	②	③	④	⑤

- 수고하셨습니다. 설문에 응해주셔서 진심으로 감사드립니다. -