https://doi.org/10.5392/JKCA.2019.19.03.022

기혼자의 정서인식 명확성과 조망수용이 의사소통에 미치는 영향

The Effects of Emotional Clarity and Perspective-taking on Communication of Married Persons

손아름, 임수진
호남대학교 상담심리학과

Ah-reum Sohn(abongmail@naver.com), Su-Jin Lim(sujinlim429@gmail.com)

요약

본 연구는 기혼자를 대상으로 부부간 의사소통에 정서인식 명확성과 조망수용이 미치는 영향을 살펴보았다. 광주와 전남북지역의 기혼자 206명을 대상으로 의사소통, 정서인식 명확성, 조망수용 관련 설문을 실시하였다. 그 결과, 각 변인들은 상호 밀접한 상관을 보이고 있었으며, 기혼자의 의사소통에는 정서인식 명확성과 조망수용이 유의미한 정적 영향을 미치고 있음이 나타났다. 하지만 정서인식 명확성과 조망수용의 상호작용 효과는 없는 것으로 나타났다. 부부간 의사소통에서 자신의 정서를 명확하게 이해하고 상대의 입장에 서서 타인을 이해하는 능력인 조망수용이 이루어질 때 보다 더 긍정적이고 합리적인 의사소통이 가능하다는 것을 확인 하였다.

■ 중심어 : | 정서인식 명확성 | 조망수용 | 의사소통 |

Abstract

This study was to find out that the effects of emotional clarity and perspective-taking on communication of married persons targeting 206 peoples. It set the clarity of emotional recognition and perspective-taking as the independent variables and the communication as the dependent variable and verified them. The results revealed in this study are as follows. When looked at the correlation between the clarity of emotional recognition, perspective taking, and communication of married people, each variable showd close correlation. It showed that the communication of married people had a statistically significant effect to the clarity of emotional recognition and perspective taking through the multiple regression analysis. As above, the result of this study confirmed the clarity of emotional recognition and perspective taking as factors that affect to the communication. It confirmed that more positive and reasonable communication is possible when understand the emotion clearly and the perspective taking which is the ability of standing in other people's perspectives.

■ keyword : | Clarity of Emotional Recognition | Perspective-taking | Communication | Married Persons |

접수일자 : 2018년 10월 11일
수정일자 : 2019년 01월 14일
심사완료일 : 2019년 01월 14일
교신저자 : 임수진, e-mail : sujinlim429@honam.ac.kr

Ⅰ. 서론

부부란 누구보다 가까운 친밀감을 형성하는 관계로 개인의 가치관과 생활습관이 공존하며 만들어내는 최소한의 가족 단위이다. 다른 환경에서 성장한 두 성인은 결혼생활을 이루어내는 과정인 부부관계에서 여러 가지 갈등을 겪게 된다[1]. 대부분의 부부는 이러한 적응기를 지나며 여러 가지 문제에 직면하게 된다. 말하자면, 결혼은 피상적이고 이상적인 행복만을 추구하는 것이 아닌 현실적인 생활의 연속이므로 심리적인 문제뿐만이 아니라 경제, 관계 등 다양하고 실제적인 문제들이 동반된다[2].

Gottamn은 결혼을 위협하는 일곱 가지 요인 (7 Marriage Killers)을 언급하면서 그 중 하나로 의사소통의 부재를 들었고 Wambolt는 부부관계의 세 가지 요인 즉 상황요인, 인성특성요인, 의사소통요인을 부부 적응의 3대 요인으로 기술하였다[3].

부부대화의 질을 고려할 때, 자신의 생각이나 정서에 대하여 정확하게 인식하는 것이 선행되어야하는데 먼저, 정서(emotion)란 선행사건에 의해 유발되는 개인의 생리・심리적인 내적 변화의 상태로써, 주변 환경에 대처하고 적응하는데 중요한 역할을 한다[4].

특히, 정서를 명확하게 인식하는 과정에는 정서를 알고 주의를 기울이는 과정뿐 아니라 확인하고 명명하는 것을 포함한다. 따라서 자신의 정서에 주의를 기울이는 개인과 이에 더하여 정서에 대한 인식을 명확하게 하는 개인은 그렇지 않은 사람보다 타인과 관계측면에서 차이를 갖게 된다[5]. 본인 스스로에 대한 정서를 명확하게 인식하게 되면, 보다 적응적인 반응을 할 수 있을 뿐 아니라 배우자 및 다른 사람들에게도 자신의 정서를 정확하게 표현할 수 있게 된다.

정서인식은 부부간 의사소통의 중요한 요인으로 인식되고 있다. 정서 중심 치료(Emotionally Focused Therapy: EFT)에서는 부부의 의사소통을 이루어내는 정서적 반응에 접근하여 그 정서적 반응을 확장하는 것이 치료의 핵심이라고 하며[6] 이는 부부간 의사소통 패턴 속에 내재되어 있던 배우자 개인의 정서를 인식하게 하여 그 정서를 개인에서 부부체계로 확장하고 부부간 의사소통을 통하여 안정적인 정서적 교류를 촉진하는 것이라고 설명하고 있다[7].

오세선[8]의 연구에서는 조망수용이 보편적인 대인관계에서도 중요하지만 특히, 부부관계의 질적인 부분에 영향을 미치는 중요한 요인으로 나타났다. Long[9]은 다양한 관계에 대한 일반적 조망수용보다 부부 조망수용이 결혼에 대한 적응을 더 잘 예측한다고 하였다. 이렇듯 부부관계 안에서 핵심적인 역할을 하는 의사소통과 정서인식 명확성, 조망수용에 대한 이해와 올바른 적용이 중요하다. 본 연구에서 의사소통에 영향을 주는 정서인식 명확성과 조망수용 간의 관계를 알아보고자 한다.

Ⅱ. 이론적 배경

1. 의사소통

자신의 의사를 전달하고 관계를 구축하며 유지하는데 필수적인 의사소통은 정보를 주고받는 과정으로 사람들 간의 감정, 태도, 사실, 믿음, 생각 등을 전달함으로써 상대와의 상호작용을 통해 서로에게 영향을 주고받는 요소들을 포함하는 개념으로 정의 된다[10][11].

의사소통은 사회적 맥락 내에서 언어적인 행동과 비언어적인 행동을 모두 포함하는 상호작용을 의미하며 사람들이 의미를 전달하거나 전달받을 때 사용하는 모든 내용과 단서가 포함된다[12].

선행연구에 따르면 부부간 의사소통은 결혼생활 만족도에 유의미한 영향을 미치고 있었고[13], 이에 대해 Snyder[14]는 남편과 아내가 서로에게 감정을 표현할 수 있는 능력과 문제에 관한 효율적 의사소통이 부부만족에 가장 큰 영향을 미친다고 하였다[7].

부부간에 원활하고 긍정적인 의사소통은 배우자에게 친밀감을 느끼고 서로를 이해할 수 있도록 하며, 동시에 민주적이고 평등한 부부관계를 유지시켜주는 역할을 한다[15]. 그러기 위해서는 배우자와의 의사사통에 대한 이해는 물론 배우자가 무엇에 관한 의사소통을 하려는 지에 대한 정확한 지각이 필요함을 알 수 있다[16].

부부간의 효율적인 의사소통 능력은 부부관계를 건강하게 유지하는 핵심적인 요소로 주장되어 왔으며[17], 또한 부부간의 의사소통은 부부 자신들의 결혼생활 만족이나 자녀를 포함한 가정생활 전체에 크게 영향을 미치므로 성공적이며 안정적인 결혼의 열쇠로 의사소통의 역할이 많은 비중을 차지하고 있는 것으로 보인다[18].

2. 정서인식 명확성

부부가 효율적인 의사소통을 하기 위해서는 스스로의 생각이나 정서에 대하여 정확하게 인식하는 것이 선행되어야 하고, 정서를 명확하게 인식할수록 대인관계가 편안하고 즐거우며 의사소통의 능력과 사교성이 높게 나타났다[19].

이경희[20]의 연구에서는 자기정서 인식이 높은 사람일수록 본인의 감정을 잘 파악하고 적절하게 반응하며 타인에 대한 공감능력을 높이고, 타인의 기분과 감정을 잘 판단하게 되어 사회적으로 적절한 대처를 할 수 있도록 한다는 결과를 확인했다. 결국, 자신의 정서경험에 대해 명확하게 인지하는 사람들이 상대방과의 관계에서 본인의 정서 상태를 알고 적절히 반응하여 대응하는 것이 가능하고, 상대방의 정서를 보다 정확하게 파악할 수 있다는 것을 알 수 있다

또한 정서인식 명확성이 낮은 사람은 자신의 정서에 대한 이해와 명료성이 부족하기 때문에 부정적 감정을 수용하는데 보다 더 많은 어려움을 보이게 된다[21].

낮은 정서인식을 하는 개인은 정서적인 경험을 올바르게 하지 못하므로 자신의 내・외부에서 일어나는 일들에 대하여 왜곡된 지각을 형성하게 된다. 이런 특성은 자신에 대해 부정적인 표상을 형성하게 됨과 동시에[22] 스스로에 대한 확신을 저버리게 되어, 자신에 대한 평가를 외부에 맡기게 될 가능성이 높아질 수 있다[23]. 이러한 상황이 반복된다면 개인은 정서적인 접근을 차단하게 되면서 결국 심리적인 어려움에 부딪치게 된다[24].

한편, 정서인식명확성이 높은 사람들은 자신감, 자아탄력성, 자존감, 자기조절, 대인관계, 삶의 만족도 등과 같은 다양한 심리・사회적 특성에 긍정적인 영향을 받는 것으로 나타났다[25].

이들은 건강한 자아를 바탕으로 자율성과 독립성을 보유하고 있어 희생적이지 않으면서도 타인과의 관계에서 깊은 유대감을 유지할 수 있다. 이러한 특성은 관계 안에서 자신감과 편안함을 가지게 하여, 타인에게 적극적으로 지지를 구할 수 있게 하고, 관계의 형성과 유지 능력을 가질 수 있게 한다[17][26]. 높은 정서인식 명확성은 자기의 기분에 대해 충분한 이해가 되었기 때문에 그 기분에 맞는 능동적이면서도 적응적인 정서의 조절과 표현이 가능하다. 따라서 정서인식명확성은 자신이 주체가 되어 인생을 살게 되므로, 삶에 대한 일반적인 만족도를 높이는 요인으로 볼 수 있다[27].

가사노동, 자녀양육, 가족여행 등 가족관련 다양한 문제를 의논해야 하는 부부는 의사소통이 매우 중요하다. 의사소통은 부부간 삶의 질에 영향을 주는 중요한 요인이다. 많은 의사소통을 해야 하는 부부에게 스스로의 명확한 인식은 중요한 요인이므로 부부의 정서인식 명확성이 의사소통에 미치는 영향을 살펴보고자 한다.

3. 조망수용

결혼관계 내 상호작용을 촉진시키는 요인 중 하나가 조망 수용 능력이다. 조망 수용은 역할 수용과 혼용되어 사용되기도 하며 공감의 인지적 요소로서 '자신이 타인의 입장에 서고 타인을 이해하는 능력'으로서 정의된다[9]. 타인의 생각이나 느낌, 행동을 판단하는 사회인지 능력 중 하나로 개인이 타인을 이해하고 받아들이는 가장 중요한 인지적 활동이라 할 수 있다. 이를 부부관계에 적용한 개념인 부부 조망수용(Dyadic perspective-taking)이란 자신을 배우자의 입장에 두어 생각해보려는 인지적 경향을 뜻한다[9].

조망수용과 비슷한 맥락으로 사용되는 공감에 대해 Rogers[28]는 부부관계에서 배우자를 자신의 관점에서만 판단하거나 평가하지 않는 비 판단적, 비 평가적인 태도가 필수적이라고 하였다. 이것은 배우자와의 관계에서 배우자를 있는 그대로 수용하는 태도로서 이러한 공감능력은 상대의 관점을 이해하게 됨으로서 결혼의 안정성과 적응에 중요한 변수가 될 수 있다[9]. 즉, 조망수용능력은 부부가 각각 타인의 관점을 취하게 됨으로

서 서로에게 긍정적인 태도를 가지게 하는 강력한 힘을 제공하여 부부의 정서적 유대감과 친밀감을 증진시켜 결혼만족도에 중요한 성격적 변인으로 작용한다[11].

상대 배우자 입장에서 그 관점을 이해하는 조망수용은 타인중심적인 관점을 형성시키므로 부부갈등을 유발하는 의사소통을 감소시키는 역할을 하였다[29]. 조망수용이 낮을수록 관계를 맺을 때 경쟁적인 갈등양식을 사용하거나 선호하는 것으로 나타난 선행연구[30]와 부부갈등을 악화시키는 의사소통을 사용하지 않도록 하기 위해서는 무엇보다 조망수용을 증진시켜야 한다[29]는 연구결과들이 있다.

사회적 상황에서 사람들은 타인의 조망을 수용함으로써, 타인의 행위를 예측하고 적절한 반응으로 대처할 수 있도록 하여 대인관계의 상호작용을 긍정적으로 촉진시킨다[31]. 따라서 조망수용은 부부와 같이 밀접한 관계를 맺고 있는 결혼관계 내에서도 중요할 것이라고 예측할 수 있다[32].

본 연구에서는 정서인식 명확성이 조망수용에 따라 다른 영향을 미치는지 확인하고자 하였다. 즉, 자신의 정서를 잘 인식하였지만 타인의 관점에서 바라보는지 아닌지에 따라 효과가 달라지는지를 살펴보고자 하였다. 지금까지의 연구내용을 바탕으로 연구가설을 설정하였다.

1. 기혼자의 정서인식 명확성이 의사소통에 유의미한 영향을 미칠 것이다.
2. 기혼자의 조망수용이 의사소통에 유의미한 영향을 미칠 것이다.
3. 기혼자의 정서인식 명확성과 조망수용의 상호작용이 의사소통에 유의미한 영향을 미칠 것이다.

II. 방 법

1. 연구대상

본 연구의 대상은 만 19세 이상의 성인 기혼자를 대상으로 24세부터 79세까지 총 230부의 설문지를 배포하였다. 그 중 불성실하거나 일관된 대답으로 측정이 불가능한 24부의 자료를 제외한 206부의 자료를 최종적으로 사용하였다. 자료 수집을 위해 광주와 인근지역인 전남북지역의 대상자들은 연구자가 직접 배포 및 수집 하였고, 거리가 먼 수도권 지역은 우편을 이용하였다.

2. 측정도구

2.1 정서인식 명확성(TMMS)

정서인식의 명확성을 측정하기 위한 도구로Salovey, Mayer, Goldman, Turvey와 Palfai [33]이 각 개인의 정서지능을 측정하기 위해 개발한 것을 이수정과 이훈구[34]가 타당화하고 번안한 특질 초기분 척도 (Trait Meta-Mood Scale: TMMS)를 사용하였다. 이 척도는 스스로가 본인의 정서에 대하여 어느 정도 정확하게 인식하며 어느 정도 주의를 기울이는지 그리고 부정적인 정서에 대해 얼마나 적극적으로 변화하려는 노력을 하는지에 따라 정서에 대한 명확성, 주의, 개선의 3개 하위요인으로 구성되며 총 21문항이다. 본 연구에서 내적일관성 신뢰도는 하위요인별로 각각 .63, .79, .89 이었고, 전체 .77 로 나타났다.

2.2 부부 조망수용(SDPT)

이성 교제 시 조망수용을 측정하기 위하여 Long과 Andrews[9]가 개발한 부부조망수용 자기보고척도 (SDPT :The Self Dyadic Perspective-Taking Scale)를 한혜영[32]이 번안한 것을 사용하였다. SDPT는 총 13문항의 자기-보고 질문지로 중요한 관계 내에 있는 타인의 입장을 이해할 수 있는 정도를 측정한다. 본 연구에서 내적일관성 신뢰도는 .89로 나타났다.

2.3 의사소통(ENRICH)

부부의 의사소통을 알아보기 위해 Olson 등[35]에 의해 개발된 Enriching and Nurting Relationship Issues, Communication and Happiness(ENRICH) 목록 중에서 허윤정[36]이 번안한 의사소통 척도를 사용하였다. 이 척도에서는 부부간에 의사소통이 원활하고 긍정적으로 이루어지는 부부와 그렇지 않은 부부를 분류할 수 있는 척도로, 총 29문항으로 되어 있다. 본 연구에서 내적일관성 신뢰도는 .88로 나타났다.

3. 자료분석방법

본 연구의 자료 분석을 위해 SPSS Statistics 23.0을 사용했다. 첫째, 참여자의 인구통계학적 특성을 살펴보기 위해 빈도분석과 기술통계를 실시했고 측정도구의 신뢰도 검증을 위해 내적일관성 신뢰도를 산출하였다. 둘째, 변인들 간의 관계를 알기 위해 단순 상관분석을 실시하였다. 셋째, 정서인식 명확성과 조망수용이 의사소통에 주는 영향을 확인하기 위해 중다회귀분석을 실시하였으며, 정서인식명확성과 조망수용의 상호작용을 확인했다. 넷째, 중다회귀분석을 실시하기 위하여 독립변수의 다중공선성(multicolli -nearity)을 검토하였다. 다중공선성은 공차한계 (tolerance)와 VIF(variance inflation factor)지수를 통하여 확인하였다. 모두 1.0으로 나와 다중공선성은 없는 나타났다.

Ⅲ. 연구결과

1. 인구통계학적 특성 및 성별에 따른 차이

연구대상자의 인구통계학적 특성을 [표 1]에 제시하였다. 성별의 분포로는 남성이 33명(16.3%), 여성이 172명(83.7%)로 여성이 더 많았고, 결혼기간의 분포는 '20년 미만'이 35.4%로 가장 많았고, 다음으로 30년 미만 32.5%, 10년 미만 25.2%의 순으로 나타났다. 인구통계학적 특성이 의사소통에 미치는 영향을 확인해본 결과 모두 유의미하지 않은 것으로 나타났기 때문에 회귀분석을 할 때도 통제 변인으로 사용하지 않았다.

표 1. 인구통계학적 특성 (N= 206)

변인	구분	빈도(%)	변인	구분	빈도(%)
성별	남자	33(16.3%)	연령	40대미만	56(27.2)
	여자	173(83.7%)		40대	108(52.4%)
결혼기간	10년미만	52(25.2%)		50대이상	42(20.4%)
	20년미만	73(35.4)	교육기간	고등학교졸업	56(26.7%)
	30년미만	67(32.5)		대학교졸업	109(52.9%)
	30년이상	13(6.8%)		대학원이상	41(19.9%)

2. 정서인식 명확성과 조망수용, 의사소통의 하위요인별 상관관계

[표 2]에 정서인식 명확성과 조망수용, 의사소통간의 상관관계를 제시하였다. 각 변인들 간 상관관계를 살펴볼 때, 각 변인들은 정서인식명확성과 조망수용이 .544**, 정서인식명확성과 의사소통이 .350**, 조망수용과 의사소통이 .468** 로 상호 밀접한 상관을 보이고 있었다. 정서인식 명확성과 조망수용, 의사소통의 평균은 76.70, 102.38, 46.10점으로 중간 값보다 높게 나타났다. 이는 연구대상의 정서인식 명확성과 조망수용, 의사소통 그 하위변인 모두 중간 이상으로 높은 수준을 가지고 있음을 의미한다.

표 2. 정서인식 명확성과 조망수용, 의사소통의 하위요인별 상관계수

	1	2	2-1	2-2	2-3	3
1. 조망 수용	1					
2. 정서인식명확성	.544**	1				
2-1. 정서인식	.422**	.809**	1			
2-2. 정서 주의	.313**	.624**	.250**	1		
2-3. 정서개선	.415**	.669**	.357**	.114	1	
3. 의사소통	.468**	.350**	.272**	.249**	.217**	1
M	102.38	76.70	40.52	18.29	17.89	46.10
SD	15.91	8.82	4.83	3.87	3.73	7.45

** p<.001

3. 정서인식 명확성과 조망수용의 관계

정서인식 명확성과 조망수용이 기혼자의 의사소통에 미치는 영향을 살펴보기 위해 회귀분석을 실시하였다. 그 결과를 [표 3]에 제시하였다.

표 3. 정서인식 명확성 및 하위요인과 의사소통 회귀분석

	B	SE	β	t	F	R^2
정서인식 명확성	.632	.118	.35	5.337*	28.482***	.123
정서인식	.585	.238	.178	2.453*		
정서주의	.779	.28	.189	2.783*	9.534***	.124
정서개선	.563	.301	.132	1.87		
조망수용	.999	.132	.468	7.557*	57.109***	.219

***p<.001

의사소통에 대한 정서인식명확성 회귀분석을 살펴보면, F=28.482*** 유의수준 .001에서 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 다시 말해서, 정서인식명확성이 높

을수록 의사소통능력이 높은 것으로 나타났다. 전체 모형의 설명력인 R^2값은 .123으로 확인 되었다. 정서인식 명확성의 하위요인과 의사소통의 회귀분석의 결과는 정서인식(β=.238, p<0.05)과 정서주의(β=.28, p<0.01)가 통계적으로 유의미한 영향을 미치고 있음이 나타난다. 의사소통에 대한 조망수용 회귀분석을 살펴보면, F=57.109, 유의확률 p<.001로 통계적으로 유의성을 가진다고 할 수 있다. 조망수용능력이 높을수록 의사소통 능력이 높은 것으로 나타났다. 전체 모형의 설명력인 R^2값은 .219로 확인 되었다.

4. 정서인식 명확성, 조망수용의 상호작용이 의사소통에 미치는 영향

의사소통에 대한 정서인식 명확성과 조망수용의 상호작용 효과를 살펴보면, 정서인식 명확성과 조망수용의 주효과가 F=30.613, 유의확률 p<.001로 통계적으로 유의성을 가진다고 할 수 있다.

상호작용이 추가된 분석의 결과는 F=21.222, 유의확률 p<.001로 정서인식 명확성과 조망수용의 상호작용의 F값(F=21.222)이 주효과의 F값(F=30.613)보다 낮게 나타나 상호작용은 없는 것으로 확인 되었다.

표 4. 정서인식명확성, 조망수용의 상호작용이 의사소통에 대한 회귀분석

	B	SE	β	t	F	R^2
정서인식 명확성	.245	.132	.136	1.853	30.613***	.232
조망수용	.841	.157	.394	5.372***		
정서인식 명확성	−.757	.703	−.420	−1.077		
조망수용	−.811	1.149	−.380	−.706	21.222***	.240
정서인식 × 조망수용	.021	.015	1.176	1.452		

***p<.001

Ⅳ. 논의

결과에 따른 논의를 하면 다음과 같다.

첫째, 기혼자의 정서인식 명확성이 의사소통에 영향을 주었다. 이는 정서인식의 명확성이 삶의 만족도를 예측한다는 Extremera와 Fernandez - Berrocal[37에서 재인용]의 결과와 부정적인 정서 수준이 관계만족에 중요한 예측 변인이 될 수 있다는 연구[38]와 일치 하였다.

유아교사를 대상으로 한 노은숙[38]의 연구에서는 타인의 정서를 잘 인식하는 교사의 의사 소통능력이 높았다. 또한 박상화, 하창순[7]의 연구에서도 정서인식명확성의 하위척도인 정서인식, 정서주의, 정서개선이 모두 부부간 의사소통과 높은 상관을 보였다. 이러한 결과들은 정서인식이 부부간 의사소통에 영향을 주고 있다는 본 연구결과를 지지해 주고 있다.

본 연구에서 정서인식 명확성이 높을수록 의사소통이 더 원활한 것으로 나타났다. 그러므로 자기의 정서를 명확하게 인식하고 상대방과 의사소통을 한다면 부부관계 안에서 더 원활하고 긍정적인 대화를 할 수 있고 나아가 전반적인 결혼에 대한 만족도 높을 것이라고 기대할 수 있다.

둘째, 기혼자의 조망수용이 의사소통에 영항을 주었다. 인지적 공감능력인 조망수용이 높을수록 의사소통의 수준을 높이는데 도움을 줄 수 있으며 그 결과 부부들로 하여금 보다 높은 결혼 만족도를 갖도록 돕는다는 것으로 나타난 선행연구[39]을 지지하였다. 권윤아, 김득성[29]의 부부갈등 악화 의사소통에 영향을 주는 변인으로 배우자 조망수용, 배우자 문제행동, 일상적 부부 호응도를 확인하였다. 이러한 변인들은 부정적 해석의 매개변인을 통해 부부갈등 악화의사소통 행동에 영향을 주었다. 본 연구에서는 배우자에 대한 조망수용이 갈등악화를 예방할 뿐 아니라 긍정적이고 효율적인 의사소통을 증가시키는 역할을 함을 확인하였다.

서윤희[40]의 연구에서 조망수용이 높으면 상대의 심리적 견해를 취하고 이해도를 높임으로써 갈등상황에서도 긍정적인 영향을 미치기 때문에[41], 조망수용은 의사소통과 공감의 인지적 선행요인으로 대인 간 공격성을 낮추며 이타행동을 불러일으키는 것으로 알려져 있다. 따라서 조망수용은 타인의 감정과 사고 뿐 아니라 타인의 동기까지 이해하고 예측하여[42] 적절한 반응을 하게 함으로써 대인관계의 상호작용을 긍정적으

로 촉진시킨다[31]. 실제로 Mohr 등[43]의 연구에서는 조망수용결핍이 대인관계의 자극적 사건에 대한 분노를 유발시킨 것으로 나타난 바 있다. 또한 김성구[11]의 연구에서도 공감능력이 높을수록 의사소통의 수준을 높이는데 도움을 줄 수 있으며 그 결과 부부들의 높운 결혼 만족도를 갖도록 돕는다[39].

셋째, 정서인식 명확성과 조망수용의 상호작용은 기혼자의 의사소통에 영향을 주지 않았다. 즉 정서인식 명확성과 조망수준의 수준에 따라, 의사소통에 영향을 주지는 않았다. 그것보다는 이들의 주 효과가 더욱 큰 것으로 나타났다.

본 연구에 따른 시사점을 살펴보면 다음과 같다. 첫째, 부부간 원활한 의사소통을 위하여 스스로의 정서를 명확하게 인식해야 한다. 본인 스스로에 대한 정서를 명확하게 인식하게 되면 보다 적응적인 반응할 수 있을 뿐 아니라 배우자 및 다른 사람들에게도 자신의 정서를 정확하게 표현할 수 있게 된다. 이에 따라 상대는 표현된 정서에 적절한 반응을 하여 적응적인 관계가 가능해진다.

둘째, 기혼자의 긍정적이고 원활한 의사소통을 위하여 자신이 상대의 입장에 서고 상대를 이해하는 능력인 조망수용이 이루어져야 한다. 조망수용이 낮을수록 경쟁적인 갈등양식을 사용하지만 조망수용이 높을수록 정서적 유대감과 친밀감을 증진시키고 긍정적인 관계를 형성한다. 이러한 원활한 의사소통은 결혼만족도에 중요한 변인으로 작용할 수 있기 때문에 더욱 조망수용을 증진시키는 것은 부부간에 중요한 일 일 수 있다. 특히, 다양한 갈등이 생겼을 때 무엇보다 배우자의 입장에서 배우자를 긍정적인 시각으로 보려는 조망수용을 향상시키는 노력이 필요하다

마지막으로 본 연구의 제한점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 특정지역에 국한된 일부 기혼자들을 대상으로 실시하였으므로 연구결과를 일반화하는데 어려움이 있다. 둘째, 본 연구에서는 자기보고식 설문으로 응답이 진행되었다. 따라서 보고 과정에서 응답자 자신의 모습을 보이길 원치 않아 의식적, 무의식적으로 방어하거나 사회적으로 잘 보이고 싶어 바람직한 방향으로 응답했을 가능성이 있다.

* 본 연구는 손아름의 석사학위논문을 수정보완한 것임

참 고 문 헌

[1] 지민주, *예비부부의 성인애착과 갈등해결전략 간 관계에 대한 조망수용능력의 매개효과,* 단국대학교 대학원, 석사학위논문, 2014.

[2] 조혜주, *결혼 기대-실재 간 격차가 결혼만족도에 미치는 영향: 문제해결능력과 대처능력의 조절효과 검증*, 고려대학교 대학원, 석사학위논문, 2005.

[3] 안현숙, *부부공평성, 부부갈등대처방식, 의사소통 기술, 결혼만족도의 관계,* 서울벤처정보대학원대학교, 박사학위논문, 2010.

[4] 진효정, 김정규, "정서인식의 명확성, 정서표현, 자아존중감이 인지적 정서조절 전략에 미치는 영향," 청소년학연구, 제23권, 제9호, pp.53-106, 2016.

[5] 이서정, *정서인식의 명확성, 인지적 정서조절 및 정신건강간의 관계,* 중앙대학교 대학원, 석사학위논문, 2005.

[6] 성혜옥, *정서중심부부치료의 한국적모델에 관한 연구 부부관계를 중심으로,* 장로회신학대학교 대학원, 박사학위논문, 2010.

[7] 박상화, 하창순, "기혼자의 자아존중감, 부부간 의사소통과 결혼만족도의 관계, 정서인식의 조절효과," 한국상담학회지, 제17권, 제6호, pp.499-522, 2016.

[8] 오세선, *부부모래놀이치료가 부부 조망수용 증진에 미치는 효과,* 상명대학교 복지상담대학원, 석사학위논문, 2009.

[9] E. R. Long and D. Andrew, "Perspective Taking as a Predictor or mariyal adjust ment," Journal of Personality and Social Psychology, Vol.59, pp.126-131, 1990.

[10] K. Gross, "Management for modern fam ilies," NewYork:Prentice Hall, 1980.

[11] 김성구, *중년기 기혼 남녀의 공감능력과 결혼 만족도의 관계에서 의사소통 능력,* 고려대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2015.

[12] V. Satir, “People making,” Palo Alto, California: Science of Behavior Books, Inc. 1972.

[13] 박태영, “한국인 기혼남녀들의 결혼만족도에 대한 비교연구,” 상담학연구, 제6권, 제2호, pp.601-619, 2005.

[14] D. K. Snyder, “Measuring dyadic adjusment:New scales for assessing the qulity of marriage and similar dyads,” Journal of Marriage and the Family, Vol.38, pp.15-28, 1979.

[15] 송성자, *한국 부부간 의사소통 유형과 가족문제에 관한 연구,* 숭전대학교, 박사학위논문, 1985.

[16] 김은정, *정서조절, 의사소통 그리고 결혼만족도의 관계,* 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문, 2008.

[17] E. D. Farthing, *A course of study in marriage enrichment program for couples in a church,* Doctoral dissertation, Drew University, 1984.

[18] 최영실, *융의 심리유형론의 관점에서 본 사티어 의사소통 유형 이론의 재고찰,* 이화여자대학교 대학원, 석사학위논문, 2005.

[19] 김은영, *정서인식의 명확성과 대인관계문제의 관계 인지적 정서조절의 매개,* 가톨릭대학교 대학원, 석사학위논문, 2009.

[20] 이경희, *어머니의 부모역할지능, 유아의 기질 및 유아의 정서지능 간의 관계,* 인제대학교, 석사학위논문, 2010.

[21] 이서진, 김은하, “정서인식명확성, 정서표현, 심리적 수용에 따른 비교: 긍정정서, 부정정서, 불안 및 우울,” 상담학연구, 제17권, 제3호, pp.65-87, 2016.

[22] J. Bowlby, “Attachment and loss,” Vol.3, Sadness and depression, New York: Basic Books, 1980.

[23] 김나래, 이기학, “대학생의 인정욕구와 사회불안의 관계: 정서표현 억제를 통한 정서인식명확성의 조절된 매개효과 검증,” 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 제28권, 제4호, pp.1217-1236, 2016.

[24] 이소연, *정서인식, 스트레스 지각, 통증민감도가 신체화 경향성에 미치는 영향,* 고려대학교 대학원, 석사학위논문, 2001.

[25] 이주일, 황석현, 한정원, 민경환 “정서의 체험 및 표현성이 건강과 심리적 안녕에 미치는 영향,” 한국심리학회지: 사회 및 성격, 제11권, 제1호, pp.117-140, 1997.

[26] 최은지, *양육태도, 정서지능, 그리고 대인관계의 관계,* 대구대학교 대학원, 석사학위논문, 2003.

[27] 이승미, 오경자, “정서인식불능, 정서표현갈등, 정서표현성이 중년여성의 심리적 부적응에 미치는 영향,” 한국심리학회지: 임상, 제25권, 제1호, pp.113-128, 2006.

[28] C. R. Rogers, “The necessary and sufficient conditions of therapeutic personality change,” Journal of Counseling Psychology, Vol.2, pp.95-103, 1957.

[29] 권윤아, 김득성, *부부갈등악화 의사소통행동에 영향을 미치는 변인들: 인지 행동적 관점을 중심으로,* 부산대학교 대학원, 박사학위논문, 2001.

[30] 정창영, *조망과 갈등대처 양식,* 한양대학교 교육대학원, 석사학위논문, 1997.

[31] K. B. Clark, “Empathy : A neglected topicin psychological research,” American Psychologist, Vol.35, pp.187-190, 1980.

[32] 한혜영, *성인애착과 결혼만족-부부 조망수용과 갈등해결 효능감의 매개효과를 중심으로,* 중앙대학교 대학원, 석사학위논문, 2004.

[33] P. Salovey, D. Mayer, L. Goldman, C. Turney, and P. Palfai, “Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. Emotion, Disclosure, and Health,” Washington, DC. : APA, pp.125-154, 1995.

[34] 이수정, 이훈구, “Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위요인에 대한

탐색," 한국심리학회지: 사회 및 성격, 제11권, pp.95-116, 1997.

[35] H. Olson, D. H. Sprenkle, and C. S. Russell, "Circumplex model of marital and family system: Cohesion and adaptability dimensi ons, family types, and clinical application," Family process, Vol.8, pp.3-28, 1979.

[36] 허윤정, *부부 관계유형에 따른 결혼만족도 연구,* 성신여자대학교, 석사학위논문, 1997.

[37] 이미애, *정서인식명확성이 성격성숙과 삶의 만족에 미치는 영향 : 수용의 매개효과,* 광운대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2015.

[38] 노은숙, *유아교사의 정서지능이 의사소통능력에 미치는 영향,* 경기대학교 교육대학원, 석사학위논문, 2012.

[39] 오윤자, 유영주, "부부관계 향상 프로그램," 한국가정관리학회지, 제12권, 제2호, pp.205-218, 1994.

[40] 서윤희, *부부 상호작용 변인이 역기능적 의사소통에 미치는 영향에 관한 연구 : 기혼남녀를 대상으로,* 중앙대학교 심리서비스대학원, 석사학위논문, 2018.

[41] 김지현, *조망수용, 관계귀인, 갈등대처행동 및 이성교제 만족도 간의 관계,* 가톨릭대학교 상담심리대학원, 석사학위논문, 2006.

[42] R. J. Iannotti, "Effects of role-taking experience on role-taking, empathy, altruism and aggression," Developmental Psychology, Vol.14, pp.119-124, 1978.

[43] P. Mohr, K. Howells, A. Gerace, A. Day, and M. Wharton, "The role of perspec tive taking in anger arousal," Personality and Individual Differences, Vol.43, pp.507-517, 2007.

저 자 소 개

손 아 름(Ah-reum Sohn) 정회원

- 2018년 2월 : 호남대학교 상담심리 석사
- 2018년 : 호남대학교 학생상담센터 객원상담원

<관심분야> : 청소년상담, 학습상담, 정서조절

임 수 진(Su-Jin Lim) 정회원

- 2007년 8월 : 전남대학교 심리학 박사
- 2014년 3월 ~ 현재 : 호남대학교 교수

<관심분야> : 청소년상담, 위기상담, 진로상담