

정서조절능력과 거부민감성의 관계에서 사회적지지의 매개효과 Mediation Effect of Social Support on the Relationship between Emotional Regulation and Rejection Sensitivity

오민경, 하창순
건양대학교 상담심리학과

Min-kyung Oh(balral80@gmail.com), Chang-Soon Ha(changh@konyang.ac.kr)

요약

본 연구는 대학생의 정서조절능력과 거부민감성의 관계에서 사회적지지의 매개효과를 파악하여 거부민감성이 높은 학생들에게 개입하기 위한 기초 자료 제공을 목적으로 한다. 이를 위해 대학생 449명을 대상으로 설문을 실시하고, 구조방정식 모형을 사용하여 본 연구의 가설을 검증하였다. 분석결과는 다음과 같다. 첫째, 상관분석을 통해 대학생이 지각하는 정서조절능력, 거부민감성, 사회적지지 간의 관계에 대해 살펴본 결과, 정서조절능력과 사회적지지, 거부민감성은 유의한 상관을 보였다. 둘째, 정서조절능력과 거부민감성과의 관계에서 사회적지지의 매개로하는 구조모형에서 사회적지지가 정서조절능력과 거부민감성 사이에 매개 역할을 하고 있음이 확인되었다. 이러한 연구결과를 바탕으로 적용점 및 후속 연구에 대한 제언을 논하였다.

■ 중심어 : 정서조절능력 | 거부민감성 | 사회적지지 |

Abstract

The purpose of this study is to identify the mediated effects of social support in relation to college students' emotional control ability and rejection sensibility, and to provide basic data to intervene in students with high resistance sensibility. To this end, a survey of 449 university students was conducted and the hypothesis of this study was verified using a structural equation model. The analysis results are as follows. First, the relationship between emotional control ability, rejection sensibility and social support perceived by university students through correlation analysis showed significant correlation between emotional control ability, social support and rejection sensitivity. Second, in the structural model of social support in relation to emotional control ability and rejection sensibility, it was confirmed that social support played a role between emotional control ability and rejection sensibility. Based on the results of this study, some suggestions for the application and follow - up studies were discussed.

■ keyword : Emotional Regulation | Rejection Sensitivity | Social Support |

I. 서론

행복의 조건에는 무엇이 있을까? 하버드대학교 조지

베일런트 교수는 75년 동안 724명의 삶의 변화를 추적한 내용을 책으로 출간하였는데, 그가 찾은 조건 중 중요하게 언급되는 것이 바로 '관계'이다. 삶에서 고액 연

접수일자 : 2019년 02월 28일
수정일자 : 2019년 03월 19일

심사완료일 : 2019년 03월 19일
교신저자 : 하창순, e-mail : changh@konyang.ac.kr

붕이나 명예보다도 주변인들과의 좋은 관계를 통해 행복감을 느낀다는 것이다. 인간은 관계 속에서 관계를 맺으며 살아가는 존재이고, 타인에게 수용되고자 하는 욕구는 기본적인 욕구 중 하나이다.

이처럼 한 개인의 삶에서 중요한 부분을 차지하는 것이 대인관계이며, 특히나 성인의 시작점에 있는 대학생 시기에는 타인과의 친밀감을 형성하는 것이 중요한 발달과업 중 하나이다.

Erickson(1980)은 이 시기에 타인과 친밀감을 형성하며 폭넓은 관계를 만들어나가는 것이 자신의 고립을 극복하는 중요한 발달적 과업이라고 하였으며, 관계가 원만하면 긍정적 정서발달이 이루어질 뿐 아니라 자신의 애정과 사랑의 욕구를 충족시켜 자아 정체성이 확립된다고 보았다. 하지만 대인관계에 어려움이 발생할 경우 갈등과 분노, 불안, 우울과 같은 다양한 심리적인 부적응을 겪게 된다[1].

서울대 평의원회 연구팀이 서울대 재학생들을 대상으로 2018년 6월 18일부터 7월 15일까지 실시한 설문 결과에 따르면 서울대 재학생들이 교내 심리상담서비스를 찾는 이유가 '정서문제' 다음으로 '교우관계'로 꼽혔다[2]. 이는 대학생들에게 있어서 대인관계는 중요한 문제이며, 이 시기에 달성해야 할 생애발달과제임을 뒷받침하는 것이다.

대학생들이 생애발달과제를 잘 수행하고 적응적인 일상을 영위하기 위하여 필요한 요인 중 하나로 정서조절능력을 들 수 있는데, 선행연구에 따르면 효율적인 정서조절은 개인의 심리적 안녕감과 성공적인 적응에 큰 영향을 미치는 중요한 요인이며[3][4] 개인의 심리적 적응에 매우 중요한 역할[5]을 한다고 보았다. 정서조절 능력의 정의는 학자마다 조금씩 다르지만, 배경덕[3]은 여러 학자들의 정의를 정리하여 다음과 같이 정의하였다. 정서조절능력이란 사회적 상황에서 자신의 정서 상태를 정확히 인식할 뿐 아니라 자신의 정서를 조절할 줄 알며 타인의 사고, 정서, 동기 등을 이해하고 공감하여 상황에 맞도록 적절하게 대처하기 위한 기초가 되는 능력이다[3]. 최은선과 권혜수[6]는 우울 및 공격성과 같은 다양한 심리적 변인, 정신건강, 학교생활 적응, 사회적 능력, 그리고 사회적 유능성과 정서조절능력이 유

의한 관계가 있으며, 거부로 인해 느끼게 되는 심리적 불편감은 정서조절능력에 많은 영향을 미친다고 보았다.

주요한 타인에게 거부당했다고 생각되었을 때 보이는 차이를 설명하는 개념으로 거부민감성이 있다. 거부민감성이 높은 사람들은 관계에서 거부를 지각할 경우, 반사적으로 부정적인 정서를 나타내고 이에 따른 부적응적 행동을 보임으로 타인과의 신뢰감 형성에 문제를 일으키며, 부정적인 관계를 형성한다[7-9].

또한, 생애 초기에 형성된 거부민감성은 한 개인의 삶에 지속적으로 영향을 미치며[10][11], 거부민감성이 높은 개인은 자신이 거부당할 것이라는 기대를 갖고 있기 때문에 사회적 관계를 형성하려는 시도를 피하게 되고, 이로 인해 사회적 역할과 기술을 학습할 기회를 놓쳐 심리적 부적응과 문제행동을 일으킬 수 있다[11][12].

건강하고 적응적인 관계를 위해 관계망 속에서 얻을 수 있는 긍정적인 자원으로는 사회적지지를 꼽을 수 있다. 박지원[13]은 타인과의 상호작용을 하는 가운데 얻을 수 있는 것을 사회적지지가 하였고, 개인의 심리적인 적응을 돕고, 일상의 다양한 상황에서 비롯되는 좌절을 극복할 수 있도록 하며 문제 해결 능력을 강화하는 측면에서 사회적지지가 중요하다고 하였다.

고아라[11]의 연구에서는 거부민감성이 활성화되더라도 사회적지지가 제공되면 거부민감성으로부터 비롯되는 역기능의 영향력이 감소되고 바람직한 대인관계 능력을 발휘할 수 있다고 하였다.

이와 같은 선행연구들에 의하면, 정서조절능력은 적응적이고 긍정적인 관계에 필요한 변인이고, 거부민감성이 높을수록 대인관계의 어려움으로 작용하며, 사회적지지가 두 변인에 긍정적인 영향을 미치는 변인이라고 할 수 있다.

이에 본 연구에서는 대학생의 정서조절능력과 거부민감성의 관계에서 사회적지지가 매개 역할을 할 것으로 예상하며, 이를 검증해 보고자 한다. 이를 통해 대학생들이 겪는 대인관계의 어려움을 돕기 위한 시사점을 제공할 것으로 기대된다.

본 연구의 연구가설은 다음과 같다.

첫째, 정서조절능력, 거부민감성 그리고 사회적지지는 유의한 관련성이 있을 것이다.

둘째, 사회적지지는 정서조절능력과 거부민감성의 관계를 유의하게 매개할 것이다.

II. 이론적 배경

정서조절능력은 정서 지능의 구성요소 중 하나로, 자신과 타인의 정서를 조절하는 것과 관련된 능력이다. 감정이나 기분 상태를 처리하는 과정에 보다 강조점을 두어 처리 과정의 능숙도에 따라 특정 목표에 도달하는 능력[14]으로 자아 속에서의 정서조절과 타인의 정서조절로 나뉜다. 자아 속에서의 정서조절은 자신의 긍정적인 기분을 유지하고 지속시키려 하면서 좋지 않은 기분은 줄이려고 하는 것이고, 타인의 정서조절은 타인의 감정을 조절하고 바꾸려는 능력으로 자신에 대해 타인이 갖게 되는 인상을 조절하고 통제하기 위해 타인에게 보여주는 행동방식을 조절하여 대인관계를 원활히 증진시키는 것이다.

다른 사람에게 거부되기 보다는 수용 받고 싶은 욕구는 인간의 동기 중 하나이다. 하지만 사람은 누구나 거부나 거절의 경험을 한다.

Feldman & Downey[15]는 대인관계에서 거부당할 것이라는 불안한 기대를 가지고 있으며 거부를 지각하고, 거부당하는 것에 과민하게 반응하는 역동적인 인지-정서적 과정을 거부민감성이라고 하였다. 이들은 거부민감성의 핵심을 주요한 타인으로부터 거부당할 것이라는 불안한 기대로 보았다. 이는 공공상황에서 낮은 타인과 대면하는 것에 대한 사회불안과는 달리 중요한 타인, 즉 자신의 가족구성원이나 친밀한 관계에 있는 타인에게 거부당할지도 모른다는 불안을 말하며[16] 거부민감성이 높은 사람들은 버림받는 것에 대해 다소 높은 불안과 걱정을 느끼며 거부당하는 것에 대해 높은 기대를 하는 반면 거부민감성이 낮은 사람들은 거부를 걱정하지 않고 수용을 기대한다[17][18].

거부민감성이 높은 사람은 대인관계에서 갈등이 발생할 것이 우려되어 자신의 생각과 감정을 억제하려는 경향이 있고[19], 상대방을 실망시키거나 부정적인 감정을 일으키지 않기 위해 더 많이 참고 희생한다고

볼 수 있다[20].

국내 연구에서 관련 내용을 찾아볼 수 있는데, 박우람과 홍상환[21]은 거부민감성이 높을수록 친구관계의 질이 떨어진다고 하였고, 심경원[16]은 거부민감성이 높은 대학생은 지지적이고 친밀한 관계를 손상시키거나 대인관계 속에서 부적응적인 반응 및 행동을 통해 타인과의 의미 있는 관계를 형성하기 어렵기 때문에 대인관계 만족도가 낮다고 하였다. 이러한 거부민감성은 대인관계 상황에서 비롯된 개념이기 때문에 개인을 둘러싼 사회적 지지와 밀접하게 관련되어 있다[22]. 박지원[13]은 사회적지지의 하위 유형으로 정서적지지, 정보적지지, 물질적지지, 평가적지지로 구분하였다. 정보적지지는 존경과 애정, 신뢰, 친밀감의 행위를 포함하며, 정보적지지는 문제해결에 도움이 되는 정보제공, 물질적지지는 금전적 자원과 같이 필요한 상황에서 돕는 행위를 포함하고, 평가적지지는 자신을 인정, 칭찬해주거나 혹은 부정하는 평가적 측면과 관련되어 있다. 신윤정[23]은 여러 선행연구들을 정리하며 사회적 지지가 개인의 적응성을 높이는 자원이고 정서경험에 영향을 미친다는 하였고, 사회적 지지가 높을수록 대인불안 수준이 낮아지고[12], 높은 대인관계 유능성을 보인다[24]고 하였다.

III. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 대전 및 충남지역 소재의 4년제 대학에 재학 중인 대학생들을 대상으로 500부의 설문지를 배부하여, 회수된 설문지 488부 중 결측치가 발견되거나 불성실하게 응답한 39부를 제외한 총 449부를 통계분석에 사용하였다. 응답자의 배경변인별 현황을 살펴보면 남성 178명(39.6%), 여성 271명(60.4%)로 대부분이 20대이며, 학년별로는 3학년 148명(33.0%), 1학년 127명(28.3%), 2학년 121명(26.9%), 4학년 53명(11.8%)로 나타났다.

2. 측정도구

2.1 정서조절능력

정서지능을 개념화한 Salovey와 Mayer[25]의 정서지능 초기모형에 근거하여 문용린[26]이 개발하고 타당화한 성인용 정서지능검사인 AEQT(Adult Emotional Quotient Test)에서 정서조절능력을 묻는 문항을 발췌하여 사용하였다. 자기정서조절 8문항과 타인정서조절 7문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도로 문용린[26]의 연구에서 이 검사의 내적합치도는 .90이었으며, 본 연구에서는 .84로 나타났다.

2.2 거부민감성

Downey와 Feldman[27]이 개발한 거부민감성 질문지(The Rejection Sensitivity Questionnaire)를 이복동[28]이 번안하고, 타당화 한 것을 사용하였다. 성인 초기 일상에서 경험할 수 있는 18개 상황을 제시하고 각각의 상황마다 자신의 요구에 대한 거부 불안과, 상대방이 그 요구를 받아들일 것이라는 예상에 대한 두 가지 질문이 있으며, 질문에 대해 각각 6점 Likert 척도 상에서 평정할 수 있다. 이복동[28]의 연구에서 내적합치도는 .87이었으며, 본 연구에서는 .77로 나타났다.

2.3 사회적지지

박지원[13]이 개발하고 김연수[29]가 수정 보완한 도구로 정서적지지, 정보적지지, 물질적지지, 평가적지지의 4가지 하위 영역을 포함하여 총 25문항이다. 5점 Likert 척도이고 이 척도의 내적합치도는 김연수[29]의 연구와 본 연구가 동일하게 .97로 나타났다.

3. 자료분석

본 연구를 위해 수집된 자료는 SPSS 22.0과 Amos 18.0을 사용하여 다음과 같이 분석하였다.

첫째, 본 연구의 조사대상자인 일반적인 특성에 대한 통계자료를 얻기 위해 빈도분석을 통한 빈도와 백분율을 산출하였다.

둘째, 변인들의 일반적 경향성과 변인의 정규성을 파악하기 위하여 평균, 표준편차, 왜도, 첨도를 확인하고, Pearson 상관분석을 실시하였다.

셋째, 정서조절능력이 거부민감성에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과를 살펴보기 위해 구조방정식모형(SEM)을 설정하고 분석하였다. 또한 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하여 잠재변인 간의 직·간접효과에 대한 통계적 유의성을 검증하였다.

IV. 연구결과

1. 기술통계 및 상관분석

구조방정식모형 분석을 위해 잠재변인을 직접 측정하는 관측변인들이 정규분포를 가정해야한다[30].

정규성 검정의 방법으로 일변량 정규성과 다변량 정규성을 검토하였으며 정규성 항목 중 왜도와 첨도를 확인하였다. Hong et al[31]의 연구에서 제시한 기준인 $|$ 왜도 $| < 2$, $|$ 첨도 $| < 4$ 를 활용하여 [표 1]과 같이 왜도와 첨도 모두 문제가 없음을 확인하였다.

다음으로 변인들 간의 상관관계 분석 결과 정서조절능력과 사회적지지는 거부민감성과의 상관관계에서 하위요인인 거부불안과 유의한 부적인 상관관계를 보였으며, 거부예상과는 유의한 정적인 상관을 보였다. 그리고 정서조절능력과 사회적지지는 유의한 정적인 상관관계를 보였다.

2. 측정모형의 검증

구조방정식분석에서는 확인적요인분석을 통해 잠재변수와 측정변수의 관계에 문제가 없음을 측정모형 검증으로 확인한 후, 잠재변수 간의 관계를 구조모형 검증을 통해 살펴본다. 그렇기 때문에 측정모형의 적합도를 확인하였다.

측정모형의 적합도는 $\chi^2=34.199$ 이며 유의확률은 $p < .001$ 로서 χ^2 의 p값이 0.05보다 커야 바람직하다는 기준을 충족하지 못한 것을 알 수 있다.

그러나 적합도 지수 중 χ^2 는 표본수가 많은 경우, 대부분 p값이 .05미만으로 나타나기 때문에 모형적합도 지수로 유용하지 않다는 평가를 받고 있다.

표 1. 기술통계 및 상관분석

	자기 정서	타인 정서	정서조절 능력 (전체)	정서 지지	평가 지지	정보 지지	물질 지지	사회적 지지 (전체)	거부 불안	거부 예상	거부 민감성 (전체)
자기정서	1										
타인정서	.532**	1									
정서조절능력 (전체)	.910**	.835**	1								
정서지지	.342**	.329**	.384**	1							
평가지지	.384**	.360**	.426**	.846**	1						
정보지지	.347**	.300**	.372**	.776**	.831**	1					
물질지지	.333**	.324**	.375**	.754**	.786**	.751**	1				
사회적지지 (전체)	.383**	.357**	.424**	.925**	.942**	.911**	.895**	1			
거부불안	-.252**	-.102*	-.213**	-.345**	-.403**	-.342**	-.370**	-.396**	1		
거부예상	.351**	.347**	.398**	.430**	.490**	.416**	.433**	.481**	-.465**	1	
거부민감성 (전체)	.089	.232**	.172**	.073	.073	.062	.051	.071	.535**	.499**	1
M	3.67	3.80	3.72	4.17	4.05	4.05	4.05	4.08	2.41	3.95	3.18
SD	.64	.55	.52	.65	.66	.66	.68	.60	.76	.74	.39
왜도	-.10	-.16	.03	-.66	-.51	-.39	-.43	-.52	.53	.01	-.02
첨도	.03	.02	-.05	.54	.39	.32	.11	.72	.53	.23	3.12

따라서 다른 적합도 지수들과 함께 적합도를 판단해 리는 것이 일반적이다. 다른 적합도 지수들을 살펴보면, RMR=0.012으로 수용 가능한 것으로 판단하였다. 다른 적합도 지수인 GFI=.982와 AGFI=.963으로 높게 나타났으며, 상대적합도 지수인 TLI=.987, CFI=.992으로 대체적으로 적합도는 높게 나타났다.

잠재변수를 측정하는 관측변수들의 일치성을 알아보기 위하여 연구 개념별 집중타당도(convergent validity)를 확인하였고, 그 값은 [표 2]와 같다.

확인적 요인분석을 통하여 평균분산추출량(AVE)은 [표 2]와 같다. 따라서 AVE값이 .5 이상으로 나타났고,

표 2. 전체 연구개념에 대한 집중타당도

경로	β	B	S.E	t	평균분산추출 지수	개념 신뢰도
타인정서 <- 정서조절능력	.691	1.000			.564	.785
자기정서 <- 정서조절능력	.769	1.289	.145	8.896***		
정서지지 <- 사회적 지지	.891	1.000				
평가지지 <- 사회적 지지	.947	1.078	.033	32.181***	.536	.799
정보지지 <- 사회적 지지	.877	.992	.037	27.157***		
물질지지 <- 사회적 지지	.841	.978	.039	24.794***		
거부불안 <- 거부 민감성	.589	1.000			.602	.847
거부예상 <- 거부 민감성	.789	1.307	.145	9.005***		

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

개념신뢰도가 .7 이상으로 나타나, 관련 변인의 타당도와 개념 신뢰도는 검증되었음을 알 수 있다. 또한 모든 경로가 유의수준 $p < .001$ 수준에서 유의하게 나타나, 모든 요인을 채택하였다.

3. 연구모형의 검증

연구모형인 부분 매개모형은 정서조절능력과 거부민감성에서 사회적지지 매개변인으로 작용한다는 가정이 다. 이 모형의 전반적인 적합도 지수는 [표 3]에 제시하였다. 분석결과 $\chi^2=34.199(df=17, p < .001)$ 로 유의하였

으며 적합도 지수인 TLI=.987, CFI=.992으로 대체적으로 적합도는 높게 나타났다. 대안모형의 경우에는 $\chi^2=51.226(df=18, p<.001)$ 로 유의하였으며 적합도 지수인 TLI=.976, CFI=.984으로 대체적으로 적합도는 부분매개모형보다 낮게 나타났다. 대안모형인 완전매개모형의 경우에 정서조절능력에서 거부민감성으로 직접 가는 경로를 제외하였다. 연구모형과 대안모형의 관계모형을 비교하기 위하여 두 모형 간 χ^2 값의 ($\Delta\chi^2=\chi^2$ 경합모형1- χ^2 연구모형)차이를 통해 모형 비교를 시도하였는데, 검증 결과 χ^2 값의 차이는 자유도 1일 때 임계값인 3.8보다 크게 나타나 유의한 것으로 나타났다. 즉 연구모형(부분매개모형)이 대안모형인 완전매개모형보다 경험적 자료에 더 적합한 것으로 판명되었다.

연구모형인 부분매개모형은 [그림 1]과 같으며, 변수 간의 인과관계를 알아보기 위한 경로계수는 [표 4]와 같다.

부분매개모형의 경로계수를 살펴보면 정서조절능력이 사회적지지에 미치는 영향의 경우에 .52로 $p<.001$ 수준에서 정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 사회적지지가 거부민감성에 미치는 영향의 경우에 -.49로 유의한 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다($p<.001$).

정서조절능력이 거부민감성에 미치는 영향의 경우에 -.303로 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다

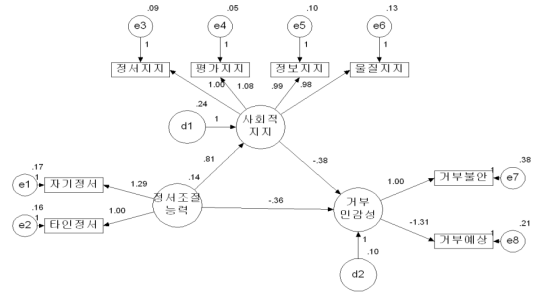


그림 1. 연구모형(부분매개모형)

($p<.001$). 즉, 정서조절능력이 높으면, 사회적 지지가 높게 나타나고, 사회적지지와 정서조절능력이 높으면, 거부민감성은 낮아지는 것을 알 수 있다.

따라서, 첫 번째 가설 ‘정서조절능력, 거부민감성 그리고 사회적지지는 유의한 관련성이 있을 것이다.’가 채택되었음을 알 수 있다.

두 번째 가설을 확인하기 위하여 매개효과를 검증하였다. 정서조절능력이 거부민감성에 미치는 영향에서 사회적지지의 매개효과에 대한 간접 및 직접효과와 유의확률을 구하기 위해 부트스트래핑(Bootstrapping) 검증을 실시하였다.

이 방법은 Shrout과 Bolger(2002)가 제안한 것으로 매개효과 검증시 직접효과와 간접효과와 경로계수와 유의성을 추정하고, 모형의 타당성 여부를 판단하기 위해서 반복적으로 경험적인 표본을 추출하는 것을 말한다

표 3. 부분매개와 완전매개모형 적합도 및 모형 비교

모형	χ^2	df	CFI	TLI	NFI	RMSEA (90% CI)
1. 연구모형(부분매개모형)	34.199	17	.992	.987	.984	.048(.024~.071)
2. 대안모형(완전매개모형)	51.226	18	.984	.976	.976	.064(.044~.085)

표 4. 부분매개모형의 경로계수

			Estimate	S.E.	C.R.	P	
사회적 지지	<-	정서조절 능력	.525	.806	.098	8.194***	.001
거부 민감성	<-	사회적지지	-.492	-.379	.059	-6.467***	.001
거부 민감성	<-	정서조절능력	-.303	-.358	.092	-3.871***	.001

*** $p<.001$

표 5. 부분매개와 완전매개모형 적합도 및 모형 비교

		정서조절 능력	사회적 지지
전체효과	사회적 지지	.525*	
	거부 민감성	-.561**	-.492*
직접효과	사회적 지지	.525*	.000
	거부 민감성	-.303**	-.492*
간접효과	거부 민감성	-.259*	

*p < .05, **p < .01, ***p < .001.

다[32]. 총 효과는 직접효과와 간접효과의 총합을 말하며[33], 독립변인이 종속변인에 대한 간접효과가 유의미하게 나오면 매개효과가 있는 것으로 본다. 독립변인과 종속변인 간에 간접효과만 유의미한 경우는 완전매개로, 직접효과와 간접효과가 동시에 유의미하면 부분매개로 본다[32].

[표 5]와 같이 정서조절능력이 거부민감성에 미치는 영향에서 사회적지지가 매개효과를 예측하는 구조모형 Bootstrap분석 결과를 살펴보았다. 매개효과 가설검증 과정에서 간접효과의 유의성 검증은 비정상성 자료로 추정 가능한 Bootstrapping을 1,000회 반복추출을 실시하여 유의수준 .05수준에 맞추어 측정하였다.

정서조절능력이 거부민감성에 미치는 영향 직접효과의 경우에 각각 $\beta = -.303$ 으로 유의한 부적인 영향을 미치는 것을 알 수 있다($p < .01$). 간접효과를 살펴보면, $\beta = -.259$ ($p < .05$), 로 나타나, 직접효과와 간접효과가 동시에 유의미하게 나타났다.

따라서, 두 번째 가설 '사회적지지는 정서조절능력과 거부민감성의 관계를 유의하게 매개할 것이다.' 가 채택되어 부분매개 하는 것을 알 수 있다.

V. 논의 및 결론

본 연구의 목적은 정서조절능력, 거부민감성, 사회적 지지 간의 관계를 파악하고, 매개효과를 검증해 보는 것이었다.

본 연구에서 밝혀진 결과에 대하여 논의하면 다음과 같다.

첫째, 상관분석을 통해 대학생이 지각하는 정서조절

능력, 거부민감성, 사회적지지 간의 관계에 대해 살펴본 결과, 정서조절능력과 사회적지지는 거부민감성의 하위요인인 거부불안과 유의한 부적상관관계를 보였다. 이는 자신과 타인의 정서를 조절하는 능력이 높으면 거부불안이 낮아진다는 것을 알 수 있다. 또한 사회적지지를 높게 인식하면 거부민감성을 완화시킬 수 있다는 선행연구[34]와 맥을 같이 한다. 거부민감성의 하위요인인 거부기대와는 정적상관임을 확인할 수 있는데, 문항의 내용이 부타를 들어줄 것으로 기대하는 것이므로, 거부불안과는 상반되는 결과가 나온 것으로 생각되며, 상관관계 분석은 연속형 변수들 간의 상관성을 확인하기 위해 가설 검증 이전에 대략적으로 파악하였고, 변인 간 인과관계는 매개분석을 통해 확인하였다. 둘째, 정서조절능력과 거부민감성의 관계에서 사회적지지의 매개모형(구조모형에서 연구모형(부분매개)과 대안모형(완전매개)을 비교한 결과 부분매개 모형이 더 적합한 것으로 나타났다. 구조모형을 통해 사회적지지가 정서조절능력과 거부민감성 사이에서 매개 역할을 하고 있음이 확인되었다.

이러한 결과는 자신의 감정을 잘 다루어 긍정적인 기분을 유지시키고 좋지 않은 기분은 줄이려고 하며, 타인 자신에게 갖게 되는 인상을 조절하고 통제하기 위해 행동을 실행할 수 있도록 정서조절능력이 관계를 어렵게 만들 수 있는 거부민감성을 완화시킬 수 있으며, 사회관계망에서 얻을 수 있는 강력하고 긍정적인 자원인 사회적지지가 제공된다면 보다 관계의 유연성을 확보할 수 있음을 시사한다.

거부민감성은 애착과 깊은 관련이 있으며, 개인의 일생에 지속적으로 영향을 미치는 변인으로 관계의 장애물로 작용할 수 있다. 선행연구[6]에서 거부민감성이 높

을수록 정서를 조절하는 능력이 낮아지며, 높은 거부민감성을 가진 사람들은 거부가 지각되었을 때 문제해결에 도움이 되는 인지적 과정의 조정 없이 반사적으로 격렬한 반응을 이끌어낸다고 하였다. 그렇기 때문에 이를 도와주기 위한 변인이 필요하고, 자신과 타인의 감정을 조절하는 능력인 정서조절능력에 따라 거부민감성이 조절될 수 있음을 확인하였다. 하수홍과 장문선 [34]의 연구에서 아동기에 겪을 수 있는 부정적인 사건에 대한 경험이 결정화되어 부정적인 특성으로 고착화되는 것을 보호할 수 있는 요인으로 사회적지지를 확인한 것과 같이 사회적지지체계를 적극적으로 활용한 프로그램과 정서조절능력 향상 프로그램을 통해 거부민감성을 완화시킴으로써 대학생들의 안정적이고 적응적인 대인관계를 도울 수 있을 것으로 기대된다.

본 연구가 가지는 의의는 다음과 같다.

첫째, 대학생의 정서조절능력과 거부민감성의 관계에서 사회적지지를 매개로 하여 효과를 살펴본 연구는 거의 없었다. 이는 대학생의 거부민감성에 필요한 변인으로 정서조절능력과 그것과 정적상관 관계가 있는 사회적지지임을 밝혔다는 데 의의가 있다. 둘째, 생애발달 과정인 친밀감 형성 즉, 대인관계에 어려움이 있는 대학생들의 지원 방안으로 정서조절능력향상 프로그램이나 사회적지지를 적극적으로 활용한 프로그램의 필요성을 밝힌데 의의가 있다.

마지막으로 본 연구의 한계점을 토대로 후속연구를 위한 몇 가지 제언을 하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상을 대전 및 충남소재 대학생으로 표집대상을 제한하였기 때문에 연구 결과를 일반화하기에는 무리가 있다. 따라서 연구대상 표집을 확대하고 세분화하여 후속연구를 할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서 사용한 척도들은 자기보고 방식으로 이루어져 있어 참여자가 실제보다 과장하거나 축소하였을 가능성이 있다. 이러한 자기보고식 검사의 한계를 극복하기 위해 지필검사, 면담, 주변인 평정 등 다양한 방식을 활용하여 연구할 필요가 있다.

참 고 문 헌

- [1] 권석만, *젊은이를 위한 인간관계 심리학*, 서울: 학지사, 1997.
- [2] 김희래, “최고대학 들어왔지만...” 서울대생 절반 우울증세, 매일경제, 2018.11.30.
- [3] 배경덕, *대학생의 마음챙김과 대인관계능력 사이의 관계 정서조절능력의 매개효과*, 영남대학교, 석사학위논문, 2017.
- [4] D. Cicchetti, B. P. Ackerman, and C. E. Izard, “Emotion and emotion regulation in developmental psychopathology,” *Development and Psychopathology*, Vol.7, pp.1-10, 1995.
- [5] 엄정은, *정서표현에 대한 양가성과 인지적 정서조절 전략과 심리적 안녕감 간의 관계가톨릭대학교*, 석사학위논문, 2010.
- [6] 최은선, 권혜수, “대학생의 성인애착과 정서조절능력의 관계에서 거부민감성의 매개효과,” *청소년시설훈경*, 제11권, 제4호, pp.123-132, 2013.
- [7] 강여정, *거부민감성과 대인관계 문제의 관계에서 정서조절양식의 매개효과 가톨릭대학교*, 석사학위논문, 2016.
- [8] 최인영, *사회부과적 완벽주의가 대인관계 만족에 미치는 영향 완벽주의적 자기체시와 거절민감성의 매개효과 이주대학교*, 석사학위논문, 2016.
- [9] 이선주, *거부민감성이 높은 대학 신입생의 대인관계 형성 과정에 관한 질적 연구한국교원대학교*, 석사학위논문, 2018.
- [10] 홍상황, 이경연, “아동의 거부민감성과 자아존중감의 관계에서 사회적지지의 매개효과,” *한국초등상담교육학회지*, 제12권 제1호, pp.69-86, 2013.
- [11] 고아라, *대학생의 거부민감성과 대인관계 유능성의 관계 인지적 정서조절전략과 사회적지지의 매개효과*, 한국외국어대학교, 석사학위논문, 2017.
- [12] 류혜림, *아동의 거부민감성과 대인불안의 관계에서 부정정서 회피와 사회적지지의 매개효과*, 서울교육대학교, 석사학위논문, 2011.
- [13] 박지원, *사회적지지 척도 개발을 위한 일 연구*,

- 연세대학교, 박사학위논문, 1986.
- [14] 문용린, “학교에서의 정서 지능 개발 프로그램에 관한 연구,” 서울대학교 사대논총, 제62호, pp27-53, 2001.
- [15] S. Feldman and G. Downey, “Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior,” *Development and Psychopathology*, Vol.6, pp.231-247, 1994.
- [16] 심경원, *낙관성이 거부민감성, 정서표현성 및 삶의 만족도에 미치는 영향* 가톨릭대학교, 석사학위논문, 2007.
- [17] O. Ayduk, R. Mendaza-denton, W. Mischel, G. Downey, P. Peake, and M. Rodriguez, “Regulation the interpersonal self: Strategic self-regulation for coping with rejection sensitivit,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.79, pp.776-792, 2000.
- [18] 김나영, *대학생의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대한 스트레스 대처방식의 중재효과*, 숙명여자대학교, 석사학위논문, 2009.
- [19] O. Ayduk, D. May, G. Downey, and E. T. Higgins, “Tactical differences in coping with rejection sensitivity: The role of prevention pride,” *Personality and social Psychology Bulletin*, Vol.29, No.4, pp.435-448, 2003.
- [20] E. A. Impett, S. L. Gable, and L. A. Peplau, “Giving up and giving in: the costs and benefits of daily sacrifice in intimate relationships,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.89, No.3, p.327, 2005.
- [21] 박우람, 홍상황, “아동의 거부민감성과 친구관계의 질의 관계: 적대감, 관계적 공격성의 매개효과,” *한국초등교육*, 제26권, 제2호, pp.285-302, 2015.
- [22] 이경숙, 서수정, 신의진, “학령기 아동들의 부모에 대한 애착관계가 거부민감성 및 또래관계에 미치는 영향,” *소아-청소년 정신의학*, 제11권, 제1호, pp.51-59, 2000.
- [23] 신윤정, “대학생의 사회적지지와 생활스트레스 간 관계에서 정서조절능력의 매개효과,” *청소년학연구*, 제21권, 제8호, pp.243-263, 2014.
- [24] 조영주, *대학생의 애착, 자동적사고 및 사회적지지가 대인관계 유능성에 미치는 영향* 이화여자대학교, 석사학위논문, 2015.
- [25] J. Mayer and P. Salovey, “Emotional intelligence and identification of emotion,” *Intelligence*, Vol.22, No.2, pp.89-113, 1996.
- [26] 문용린, *한국학생들의 정서지능 측정 연구: 새로운 지능의 개념 감정지능*, 서울대 교육연구소, 1996.
- [27] G. Downey and S. Feldman, “Implications of rejection sensitivity for intimate relationships,” *Journal of Personality and Social Psychology*, Vol.70, pp.1327-1343, 1996.
- [28] 이복동, *성인애착과 이성관계만족: 거부민감성과 귀인양식의 매개효과를 중심으로* 고려대학교, 석사학위논문, 2000.
- [29] 김연수, *정신장애인의 삶의 만족도와 사회적지에 대한 연구* 이화여자대학교, 석사학위논문, 1995.
- [30] 우종필, *구조방정식모델 개념과 이해*, 서울:한나래아카데미, 2012.
- [31] S. Hong, M. L. Malik, and M. K. Lee, “Testing Configural, Metric, Scalar, and Latent Mean Invariance Across Genders in Sociotropy and Autonomy Using a Non-Western Sample, Edu,” *Psychol. Meas*, Vol.63, pp.636-654, 2003.
- [32] 김계수, *조사연구방법론*, 서울: 한나래아카데미, 2012.
- [33] 배병렬, *Amos19 구조방정식모델링: 원리와 실제*, 서울: 청람, 2011.
- [34] 하수홍, 장문선, “정서적 학대 경험과 경계선 성격특성 간의 관련성에서 거절민감성, 사회적지지의 매개효과,” *한국심리학회지:상담 및 심리치료*, 제25권, 제4호, pp.833-852, 2013.

