

발행처 : 한국건강심리학회

발행일 : 2014년 3월 30일

발행인 : 현 명 호

인쇄일 : 2014년 3월 30일

주 소 : (156-756) 서울특별시 동작구 흑석로 84 중앙대학교 대학원
성격 및 개인차 연구회 (302동 B107호)

제작처 : 나노미디어(전화: 02-703-7507)

전 화 : 070-4806-3331 팩스 : 02-816-5124

홈페이지 : <http://www.healthpsy.or.kr>

편집장 e-mail 주소 : rhoma777@hanmail.net

편집위원장 : 서경현(삼육대학교)

편 집 위 원 : 강성균(강원랜드) 고영건(고려대학교) 권선중(침례신학대학교) 김용희(광주대학교)

유제민(강남대학교) 이민규(경상대학교) 이인혜(강원대학교) 장문선(경북대학교) 조성근(충남대학교)

「한국심리학회지 : 건강」은 한국심리학회의 기관지로서 연 4회 간행되며, 건강심리학 분야의 연구논문, 자료 및 논설을 게재하며, 건강심리학회의 공식적 학술 모임의 발표 내용과 건강심리학 분야의 국내 석·박사학위 논문 목록을 게재할 수 있다. 「한국심리학회지 : 건강」은 일정한 구독료를 받고 배부하며, 구독에 관해서는 한국건강심리학회로 문의하기 바란다.

Vol. 19, No. 1.

March. 2014.

The KOREAN JOURNAL OF HEALTH PSYCHOLOGY

published by

by Korean Health Psychological Association

This journal is issued quarterly per year and publishes original research articles and data. The Journal also publishes reports of the proceedings of academic meetings under the auspices of the Korean Society for Health Psychology, Korean Psychological Association, reviews on the profession of Health Psychology, and a list of M. A. theses and Ph.D. dissertation in this area. Inquiries concerning the guidelines of the subscription for the Journal and the submission of manuscripts should be sent to: Editor, Kyung-Hyun Suh, Department of Counseling Psychology, Sahmyook University, 815 Hwarangro, Nowon-gu, Seoul, Korea(E-mail : rhoma777@hanmail.net)

Editor : Kyung-Hyun Suh(Sahmyook University)

Associate Editor : Sung-Gun Kang(Kangwonland Addiction Care Center), Young-Gun Go(Korea University), Sun-Jung Kwon(Korea Baptist Theological University), Yong-Hee Kim(Gwangju University), Jhe-Min You(Kangnam University), Min-Kyu Rhee(Gyeongsang National University), In-Hyae Yi(Kangwon National University), Mun-Sun Chang(Kyungpook National University), Sung-Gun Cho(Chungnam National University)

Korean Health Psychological Association,

Chungang University, 84, Heukseok-ro,

Dongjak-gu, Seoul 156-756

KOREA

이 학술지는 2013년도 정부재원(교육과학기술부)으로
한국연구재단의 지원을 받아 출판되었음

한국건강심리학회 임원진

회 장 현 명 호 (중앙대학교 심리학과)

수석부회장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)
국내협력부회장 김 청 송 (경기대학교 청소년학과)
국제협력부회장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)

총무이사 조 성 근 (충남대학교)
교육이사 권 선 중 (침례신학대학교 상담심리학과)
홍보이사 최 성 진 (부산메리놀병원)
학술이사 조 현 주 (영남대학교 심리학과)
재무이사 심 은 정 (부산대학교 심리학과)

윤리위원장 박 경 (서울여자대학교 특수치료전문대학원)
편집위원장 서 경 현 (삼육대학교 상담심리학과)
수련위원장 박 준 호 (대전대학교 산업광고심리학과)

선임이사 고 영 건 (고려대학교 심리학과)
고 진 경 (송실사이버대학교 상담심리학과)
김미리혜 (덕성여자대학교 심리학과)
김 용 희 (광주대학교 심리학과)
박 경 (서울여자대학교 특수치료전문대학원)
안귀여루 (강남대학교 학교 교육대학원)
장 문 선 (경북대학교 심리학과)
정 경 미 (연세대학교 심리학과)
최 미 례 (육군사관학교 리더십센터)

감 사 이 민 규 (경상대학교 심리학과)
고 문 김 교 현 (충남대학교 심리학과)

사무국장 주 해 원 (중앙대학교 심리학과)
사무간사 홍 혜 인 (중앙대학교 심리학과)
편집간사 김 선 미 (삼육대학교 상담심리학과)

한국심리학회지

건 강

제 19 권 제 1 호

[개관논문]

발달적 관점에서 본 아동·청소년의 정서조절 박 지 선 / 1

[경험논문]

마음챙김 요가와 요가니드라가 마음챙김, 스트레스 지각 및 심리적 안녕감에 미치는 영향 양 희 연·조 옥 경 / 23

마음챙김에 기초한 관계증진 훈련이 기혼여성의 결혼만족도에 미치는 효과 정 화 숙·정 봉 교 / 43

웰빙인지기법이 버스 운전기사들의 스트레스 및 웰빙에 미치는 효과 민 경 은·김 정 호·김미리혜 / 63

마음챙김 명상이 중년 여성의 화병 증상, 우울, 불안 및 스트레스에 미치는 효과 유 승 연·김 미 리 혜·김 정 호 / 83

긍정 심리치료가 학교부적응 청소년의 우울, 자아존중감 및 낙관성에 미치는 효과 정 지 현·손 정 락 / 99

The Validation of the Korean Version of the Knowledge of Evidence-based Services Questionnaire Chad Ebesutani · Sungwon Choi / 119

대학생용 SNS 중독경향성 척도개발 및 타당화 연구 정 소 영·김 종 남 / 147

Parental Knowledge of Peer Networks and Peer Influences on Adolescent Substance Use: Ethnic Group Comparisons within a National Study of Adolescents Jieun Lee · Lisa Jordan-Green · Hyungcho Lee / 167

불확실성에 대한 인내력 부족과 정서조절곤란이 걱정요소에 미치는 영향: 경험적 회피의 매개효과 양 경 은·박 기 환 / 187

대학생의 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절의 중재효과 류 혜 라·박 기 환 / 203

알코올 중독자의 정서인식력과 자기개념, 대인관계 문제 간의 관계 박 현 립·박 현 진·장 문 선·구 본 훈·배 대 석 / 219

다이어트, 섭취귀인양식 및 초기 부적응 도식이 정서적 섭식과 외부단서적 섭식에 미치는 영향 박 윤 선·최 윤 경 / 235

흡연갈망과 금단증상이 금연유지에 미치는 영향: 대처와 금연효과지각의 중재효과를 중심으로	김 지 희 · 이 영 호 / 253
Big-win과 Big-loss의 경험 유/무가 문제성 도박 심각성에 미치는 영향	목 현 수 · 박 기 뽐 · 강 성 군 · 황 순 택 / 271
사회적 불안 상황에서 시각조망과 해석 수준의 효과	최 성 은 · 최 훈 석 / 283
양육시설아동들의 인지능력 특성	이 선 주 · 조 혜 수 · 오 상 우 / 303
성인에착과 실연 스트레스 및 실연 후 성장의 관계: 자기가치감 수반성의 조절효과	임 지 준 · 권 석 만 / 321
노인의 신체건강과 주관적 행복에 대한 스트레스와 자기노출의 역할	김 혜 경 · 서 경 현 / 353
완벽주의, 반추, 우울의 관계: 적응적 완벽주의와 부적응적 완벽주의	박 지 연 · 이 인 혜 / 371
분리개별화와 우유부단의 관계에서 자기존중감과 자기개념 명확성의 매개효과	정 선 경 · 정 남 운 / 387

[Brief Report]

아주 연민사랑척도 개발: Sprecher와 Fehr의 Compassionate Love Scale의 한국판 단축형	김 완 석 · 신 강 현 / 407
자아강도, 스트레스 대처 및 긍정적 정신건강 간 관계에 대한 구조방정식 모델: 청소년을 중심으로	김 진 영 / 421
신체손상을 입은 산업재해 환자가 경험하는 심리적 문제에 관한 질적 연구	이 해 경 · 서 경 현 / 431
여대생의 섭식 조절 행동에 대한 동기의 순서적 연계 모형 검증	이 미 령 · 신 용 균 / 443

대학생의 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절의 중재효과[†]

류 혜 라 박 기 환[‡]
가톨릭대학교 심리학과

본 연구에서는 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대해 인지적 정서조절 전략이 중재하는지를 검증하고 인지적 정서조절 전략이 거부민감성으로 인한 우울증상에 치료적 요인으로 적용될 가능성을 경험적으로 확인하고자 하였다. 대학생 278명을 대상으로 거부민감성 척도, 인지적 정서조절 척도, 우울성향 척도를 사용하여 설문조사를 실시하였다. 분석 결과, 인지적 정서조절 전략의 하위요인인 수용 전략과 타인비난이 거부민감성과 우울증상 간의 관계에서 중재효과를 나타내었다. 즉 거부민감성이 있는 개인이 수용전략을 사용할수록 우울증상이 더욱 더 감소되었으며, 거부민감성을 가진 개인이 타인 비난을 사용할수록 우울증상이 더욱 더 증가함을 알 수 있었다. 이를 토대로 본 연구의 결과가 거부민감성으로 인한 우울증상의 이해와 치료에 시사하는 바를 이론적 및 임상적 관점에서 논의하였고, 본 연구의 제한점 및 후속 연구에 대한 제언에 관해 논의하였다.

주요어: 거부민감성, 우울증, 인지적 정서 조절 전략, 수용, 타인비난

[†] 이 논문은 제 1저자의 석사학위 청구논문을 수정·정리한 것임.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 박기환, (420-743) 경기도 부천시 원미구 역곡2동 산43-1 가톨릭대학교 심리학과, Tel: 02-2164-4924, E-mail: psyclinic@catholic.ac.kr

사람들은 일상생활의 대부분을 중요한 타인과 상호작용하며 보낸다. 이 속에서 친밀한 대인관계를 이루고 수용 받고자 하는 욕구는 인간의 기본적인이고 보편적인 동기이다(Baumeister & Leary, 1995). 그렇기 때문에 거부나 사회적인 배척은 사람들의 감정과 행동에 커다란 영향을 미치게 된다. 하지만 삶을 살아가면서 거부나 배척을 경험하게 되는 일들은 필연적으로 발생할 수밖에 없다. 아마도 거절을 경험하지 않는 사람들은 다른 사람들과 전혀 상호작용을 하지 않는 사람들일 것이다.

거부가 유쾌한 경험은 아니지만 어떤 사람들은 특히 이러한 거부에 대해 더 고통스러워한다. 이들은 모호한 상황에서도 의도적인 거부를 빨리 지각하고 심리적 안정에 영향을 받는다. 이를 설명하기 위해 Downey와 Feldman(1996)은 거부민감성(rejection sensitivity)이라는 개념을 제안하였다. 거부민감성이란 사회불안과는 달리 중요한 타인에 의해 거부될 가능성이 있는 상황에서만 촉발되는 것으로 타인이 거부할까봐 불안해하고, 사소하고 모호한 단서에도 예민하게 거부로 지각하며, 거부에 과잉 반응하는 경향성을 말한다(Downey & Feldman, 1996).

거부에 민감한 사람들은 다른 사람이 사소한 부탁을 들어 주지 않았을 때도 그것을 심각하게 받아들이고 자신을 거부한 것으로 해석하여 화를 내거나 우울해 진다. 상대방이 자신을 수용할지에 대한 두려움과 의심은 거부를 지각한 이후에 적개심, 의기소침, 정서적 철회, 질투를 통하여 관계를 파괴하고, 개인의 주관적 안녕감을 감소시키게 된다(Romero-Canyas, Downey, Berenson, Ayduk, & Kang, 2010). 다시 말해, 거부민감성을

가진 사람들은 관계에서 적대적이고 공격적인 방식으로 반응하기 때문에(Downey, Feldman, & Ayduk, 2000), 보다 문제가 있고 불만족스러운 관계를 경험하게 되는 것이다(Downey & Feldman, 1996; Downey, Freitas, Michaelis, & Khouri, 1998). 또한 그들은 거부에 대한 두려움으로 인해 침묵함으로써 관계에서 더욱 외로워지는 경향이 있었다(김진선, 2009). 거부민감성은 이렇듯 관계에서 역기능적인 역할을 할 뿐만 아니라 개인 내적인 정서적 상태와도 직접적인 관련을 가지는데, 거부민감성이 높은 사람들은 사회 불안, 우울에 더 취약하다는 연구결과도 있었다(김나영, 2009; Mellin, 2008).

특히 거부에 대한 두려움은 적대감이나 공격성과 관련이 높는데, 거부민감성은 데이트 파트너에 대한 폭력과 정적으로 상관이 있는 것으로 나타났다(Downey et al., 2000). 또한 경제적으로 어려움을 겪는 중학생들을 대상으로 한 연구에서는, 거부민감성이 높은 학생들이 낮은 학생들보다 더 파괴적인 행동을 하고, 학교생활에서 더 중도 이탈하는 것으로 나타났다(Downey, Lebolt, Rincon, & Freitas, 1998).

거부민감성은 스스로에게 위협한 행동을 하는 것보다 관계가 높다. 예를 들면, 거부민감성이 높은 사람들은 파트너와의 성관계에서 결정권이 낮았으며, HIV를 예방하려는 지속적인 노력을 하지 않았다(Pachankis, Goldfried, & Ramrattan, 2008). 또한 거부민감성은 경계선 성격 장애에서의 자기 파괴적이고 충동적인 행동에 대한 위험 요소이기도 하다(Ayduk et al., 2008). 그리고 거부민감성이 높은 사람들은 자신의 의견을 쉽게 억제하였고(Ayduk, May, Downey, & Higgins,

2003), 관계를 유지시키기 위해 스스로의 가치를 훼손하는 일까지 하는 경향이 있었다(Purdie & Downey, 2000). 이렇듯 거부민감성이 높은 사람들은 개인적인 안전을 희생하면서까지 관계에 순응하려는 문제를 가지고 있다.

위에서 살펴본 것처럼 거부민감성은 대인관계와 개인의 정신건강에 부정적인 영향을 미치고 있다. 이처럼 거부민감성이 개인에게 미치는 악영향이 상당함을 고려해 볼 때, 거부민감성을 중재해줄 수 있는 변인에 대한 연구가 필요하다. 기존에 존재하는 연구로는 대학생들의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대해 스트레스 대처방식의 중재효과를 연구한 것과(김나영, 2009), 거부민감성에 대한 중재변인으로 자기통제에 대해 연구한 것이 있다(Ayduk et al., 2000). 하지만 아직까지 거부민감성에 대한 연구의 관심이 크지 않을 뿐 더러 그에 대한 중재변인의 연구 또한 부족한 것이 사실이다. 이러한 필요성을 바탕으로 본 연구는 거부민감성이 부적응적인 결과 중 특히 우울증상에 미치는 영향에 주목하여 이를 중재해주는 변인에 대해 연구해 보고자 하였다.

본 연구에서 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대해 주목한 이유는 최근 우울증의 발생에 대인 관계적 취약성을 찾는 연구가 증가하고 있기 때문이다. Blatt(1974)은 의존적 우울증이라는 개념을 제시하고, 친밀감에 대한 불편함, 유기에 대한 불안, 다른 사람은 신뢰할 수 없다는 신념 등이 우울증의 발생에 중요한 역할을 한다고 주장하였다. 이러한 대인관계-인지적 취약성을 가진 개인들은 상실이나 거절을 경험할 때 가장 심각한 결과가 초래되며, 타인의 거절에 대한 두려움으로 인해 부정적 정서의 표현과 통제에 있어

갈등을 느끼기 쉽고, 회피, 부인, 억압 등의 방어기제를 사용한다. Gottlib와 Hammen(1992)은 우울증에 대한 취약성을 다음과 같이 설명하고 있다. 부모와의 관계에서 안정된 애착관계를 형성하지 못했던 사람들은 자신과 타인에 대한 부정적인 인지적 표상을 가지게 되고 이에 따라 대인관계 갈등에 취약한데, 이들에게 대인관계와 관련된 스트레스가 일어날때 우울증이 발병하게 된다고 보았다. 즉 대인관계에 대한 부정적인 인지적 표상을 가진 개인들은 타인이 일시적으로 거리를 두거나 소홀하게 대할 때 과민하게 반응하고, 또한 타인이 도움을 주거나 지지해주지 않을 것으로 기대하며 불신하여 접근하지 않기 때문에 타인으로부터 지지를 얻지 못하여 우울증이 생겨난다고 보는 것이다.

이러한 우울증의 발생에 대한 인지-대인관계적 이론에 비추어 볼 때 거부민감성이 우울증의 발생에 상당한 영향을 미칠 수 있음을 알 수 있다. 이를 뒷받침하는 연구로는 상대방으로부터의 이별통보라는 거부메세지가 있는 대인관계 상실을 경험하였을 때, 거부민감성이 높은 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 우울증의 발생에 보다 더 취약함을 보여준 연구가 있다(Ayduk, Downey, & Kim, 2001). 이러한 결과는 사람들이 거부를 경험하게 되면 그들 스스로를 가치 있고 사랑받을 만한 존재라고 생각하지 못하게 됨으로써 우울과 절망에 빠지기 때문인 것으로 보인다. 또한 거부민감성은 간접적으로 우울증상의 발생에 영향을 미칠 수 있다. Downey, Lebolt 등(1998)의 연구에서 거부민감성을 가진 아이들은 대인관계에서 더 많은 어려움을 나타내며 일상생활의 적응에 어려움이 있음을 보고하였다. 이러한 대인관계에서의

불만족스러움은 이차적인 우울증상 발병에 중요한 영향을 미친다. Bergevin(2003)는 거부민감성이 부적응적인 이성관계를 통하여 우울에 영향을 미친다는 것을 보여주었고, Ragan(2005)의 연구에서는 거부민감성이 높은 사람들이 버림받을까봐 두려워 과도한 확인 추구를 하게 됨으로써 관계가 깨어지게 되고 이후의 우울증상을 더 악화시킨다고 보았다. 이러한 연구들을 토대로 본 연구에서는 거부민감성이 우울증에 미치는 영향이 클 것으로 가정하고, 이에 대한 중재변인을 연구하고자 하였다.

본 연구에서는 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 효과적으로 대처할 수 있는 요인으로써 인지적 정서조절 변인을 중재변인으로 선택하였다. 인지적 정서조절 변인을 중재변인으로 선택한 이유는 취약성이 있는 사람들이 보다 잘 적응하기 위해서는 그들이 얼마나 심리사회적인 스트레스 상황 속에서 그들의 정서를 잘 조절하느냐가 중요하기 때문이다. 보다 구체적으로 이야기하자면, 부정적인 정서의 효과적인 조절은 불쾌한 정서를 감소시켜줄 뿐만 아니라 그러한 정서로 인해 유발되는 원하지 않는 충동적인 행동을 억제해 주고, 문제해결적인 전략의 사용을 가능하게 해주기 때문에 환경에 보다 잘 적응할 수 있도록 도와주는 것이다(Arriaga & Rusbult, 1998). 또한 Feldman과 Downey(1994)는 거부민감성에 대해 역동적인 인지-정서적 정보처리과정이라고 명명하였는데, 거부에 대한 두려움으로 인해 타인으로부터 거부될 것이라고 쉽게 예상하고 방어적인 반응으로 불안하거나 분노가 일어난다는 것이 거부민감성의 개념의 핵심이다. 다시 말해, 거부의 가능성이 있는 대인관계 상황에서 거부민감성이

높은 사람들은 불안이나 분노와 같은 부정적인 정서에 압도되어 문제해결에 도움이 되는 좀 더 복잡하고 침착한 인지적 과정의 조정 없이 분노, 적대감, 지지의 철수, 질투 등의 정서적, 행동적 과잉반응이 나타나며 대인관계에도 문제가 일어나게 된다. 따라서 위협이 되는 대인관계 상황에서, 거부민감성이 높은 사람들이 위와 같은 자동적인 정서적 반응을 줄이기 위해서는, 인지적 정서조절을 통해 반사적이고 방어적인 행동이 아닌 전략적이고 심사숙고하는 행동을 할 수 있게끔 도와주는 것이 필요할 것이다. 이를 통해 거부민감성을 다루는데 인지적 정서조절 개입이 영향을 미칠 수 있음을 가정해 볼 수 있겠다.

인지적 정서조절은 인지적 대처와 동일한 개념으로 정서를 조절하기 위한 인지적 과정을 의미한다. 즉, 정서적으로 각성된 정보를 인지적으로 다루는 것을 말한다고 볼 수 있다(Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2001). Garnefski 등(2001)은 인지적 정서조절 전략 9가지를 제안하였는데, 이를 구체적으로 살펴보면 다음과 같다. 먼저, 적응적인 정서조절 전략에는 사건의 심각성을 가볍게 다루면서 그것의 상대성을 강조하는 조망확대, 부정적인 사건을 어떻게 다룰 것인지를 생각하는 계획다시생각하기, 실제로 일어난 사건에 대해 생각하는 대신 즐겁고 기쁜 일에 대해 생각하는 긍정적 초점 변경, 사건에 긍정적 의미를 부여해서 개인적인 성장과 연관시키는 긍정적 재평가, 자신이 경험한 것을 받아들이는 수용이 있다. 그리고 부적응적인 정서조절 전략에는 부정적인 사건과 연관된 감정과 사고에 대해 계속적으로 생각하는 반추, 자신이 경험한 것에 대해 스스로 비난하는 자기비난, 타인을 비난하는 타인 비난, 자신의 경

험이 최악이라고 생각하는 과묵화가 있다. 본 연구에서는 위에서 살펴본 각각의 인지적 정서조절 전략들이 거부민감성과 우울증상간의 관계를 중재하는지 알아보고자 하였으며, 가설은 다음과 같다. 거부민감성이 높은 사람들이 적응적인 인지적 정서조절 하위전략들을 사용했을 경우 우울증상이 감소할 것이며, 부적응적 인지적 정서조절 하위전략들을 사용했을 경우 우울증상이 증가할 것이라고 가정하였다. 이를 위해 각각의 적응적, 부적응적 인지적 정서조절 전략들과 거부민감성의 상호작용 항이 우울증상을 유의하게 설명하는지를 살펴보았다.

방 법

연구대상

본 연구에서는 수도권 지역 4년제 대학교에 재학 중인 남녀대학생 278명을 대상으로 하였으며, 이 중 남자가 86명(30.9%), 여자가 192명(69.1%)이었고, 평균연령은 21.10세($SD=3.65$)였다.

측정도구

거부민감성 척도(The Rejection Sensitivity Questionnaire; RSQ). 본 연구에서 사용한 거부민감성척도는 Downey와 Feldman(1996)에 의해 개발되었으며, 한국판 RSQ는 이복동(2000)에 의해 번안, 타당화 되었다. 이 검사에서는 성인 초기 일상생활에서 경험할 수 있는 18개의 상황을 제시하는데 이는 부모, 친구, 교수, 연인, 잠재적 연인, 잠재적 친구 등의 중요한 타인에게 요구를 해

야 하는 상황이다. 각각의 상황마다 자신의 요구가 거부될까봐 불안한지와 상대방이 그 요구를 받아들일 것이라고 예상하는지에 대한 두가지 질문이 있으며, 응답자는 질문에 대해 각각 6점 Likert척도 상에서 평정할 수 있다. 거부민감성 점수는 각각의 상황에 관한 거부에 대한 불안점수와 예상기대점수의 곱 점수를 합하여 18로 나눈 값이다. Downey와 Feldman(1996)의 연구에서 보고된 내적 신뢰도(Cronbach α)는 .83였다. 한국의 대학생들을 대상으로 한 이복동(2000)의 연구에서 신뢰도(Cronbach α)는 .87이었고, 본 연구에서는 .93의 신뢰도(Cronbach α)를 보였다.

인지적 정서조절 질문지(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; CERQ). 인지적 정서조절을 측정하기 위하여 Garnefski 등(2001)이 개발한 인지적 정서조절 전략 질문지를 김소희(2004)가 번안, 수정한 것을 사용하였다. 부정적인 일이나 불쾌한 일을 경험할 때 일반적으로 떠오르는 생각을 알아보는 것으로 조망확대, 계획다시생각하기, 긍정적 초점변경, 긍정적 재평가, 수용과 같이 적응적인 5가지 전략과 반추, 자기비난, 타인비난, 과묵화와 같이 덜 적응적인 4가지 전략으로 구성되어 있다. 각 하위요인에 4문항씩 총 36문항으로 구성되어 있으며 5점 척도로 평정된다.

김소희(2004)의 연구에서 보고한 인지적 정서조절 하위요인들의 신뢰도(Cronbach α)는 .53 ~ .85이었고, 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach α)는 전체 .85, 하위척도별 내적 합치도는 .62 ~ .85 이었다.

우울성향 척도(한국판 Center for

Epidemiologic Studies-Depression scale: CES-D). 기존의 우울척도들은 주로 임상 우울증 환자들이 경험하는 정신병리를 진단하기 위한 도구였기 때문에, 일반인들이 경험하는 우울을 정확하게 측정하는데 한계가 있었다. Radloff(1977)는 이를 보완하기 위해 이전에 타당화가 검증된 우울척도들(예, BDI, SDS, MMPI-D)가운데서 문항들을 선별하여, 일반인들이 경험하는 우울을 재는 CES-D 척도를 만들었다(최상진, 전검구, 양병창, 2001).

본 연구에 사용된 한국판 CES-D는 전검구 등(2001)이 번안하고 개발한 것으로 지난 일주일 동안 경험한 우울 증상들을 ‘거의 드물게(0점)’부터 ‘대부분(3점)’의 Likert식 4점 척도로 평정하고 있다. 점수 범위는 최저 0점에서 최대 60점으로 점수가 높을수록 우울정도가 높다는 것을 의미한다. 본 연구에서 측정된 우울증상 척도의 신뢰도 계수는 .92이었다.

분석방법 및 절차

본 연구에서는 분석의 첫 번째 단계로, 거부민감성, 인지적 정서조절 전략, 우울증상 간 관련성을 알아보기 위해 피어슨 상관분석을 실시하였다. 두 번째 단계로, 거부민감성이 우울증을 예언하는 변인인지 확인하고, 거부민감성과 우울증상의 관계에 대한 인지적 정서조절 전략의 하위요인들의 중재효과를 알아보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 상호작용효과를 검증하기 위해서는 두 변인, 즉 거부민감성과 인지적 정서조절 변인을 곱하여 상호작용 항을 생성해야 한다. 그러나 원 점수의 곱을 그대로 사용할 경우 다중공성선의

문제가 발생하기 쉽기 때문에, 각 변수에서 평균치를 빼는 평균중심화(mean-centering)방법에 따라 상호작용 항을 생성한 뒤 분석을 실시하였다. 마지막으로, 상호 작용항의 통계적 유의성이 검증되어 중재효과가 나타난 경우, 중재변인인 인지적 정서조절의 구체적 양상을 확인하기 위해 거부민감성 점수와 인지적 정서조절 하위요인 점수 각각의 중앙값(median)을 기준으로 고/저로 구분된 각 집단들의 우울증상 점수 평균을 구하여 그림으로 나타내었다. 모든 통계 분석은 SPSS 18.0을 사용하여 이루어졌다.

결 과

측정 변인들간의 상관관계

우선, 주요 변인인 거부민감성, 우울, 인지적 정서조절전략의 하위요인들의 전반적인 경향을 살펴보고자 평균과 표준편차를 구하였고, 이들 변인들 간의 상호 관계가 어떠한 지 알아보기 위해 Pearson 상관계수를 산출하여 그 결과를 표 1에 제시하였다. 거부민감성은 정서조절의 하위요인 중 반추($r=.22, p<.01$)와 타인비난($r=.20, p<.01$), 파국화($r=.26, p<.01$)와 정적 상관을 보였으며, 우울증상($r=.21, p<.01$)과도 정적상관을 나타내었다. 그리고 우울증상은 조망확대($r=-.18, p<.01$), 계획 다시생각하기($r=-.17, p<.01$), 긍정적 초점변경($r=-.21, p<.01$), 긍정적 재평가($r=-.19, p<.01$)와는 부적 상관관계를 보였고, 반추($r=.33, p<.01$), 자기비난($r=.12, p<.05$), 타인비난($r=.21, p<.01$), 파국화($r=.50, p<.01$)와는 정적상관을 보였다.

거부민감성과 우울증상의 관계에서 인지적 정서조절의 중재효과

거부민감성과 우울증상 사이의 관계에서 인지적 정서조절 하위전략들의 중재효과를 살펴보기 위해 위계적 회귀분석을 실시하고, 그 결과를 표 2에 제시하였다. 분석결과, 우울증상을 설명함에 있어서 거부민감성과 인지적 하위전략들의 상호작용변인은 수용과 타인비난 하위전략을 제외하고는 우울증상을 유의하게 설명하지 못하는 것으로 나타났다. 우선 수용 전략의 중재효과를 살펴보면, 우울증상에 미치는 거부민감성의 주효과($\beta=.23, p<.001$)와 거부민감성과 수용전략의 상호작용 효과($\beta=-.18, p<.01$)가 유의한 것으로 나타났다. 거부민감성은 우울증상의 4.4%를 통계적으로 유의하게 설명하였고, 거부민감성과 수용전략의 상호작용은 우울증상의 3.3%를 추가적으로 유의하게 설명하는 것으로 나타났다, $\Delta R^2=.033, \Delta$

$F(1, 274)=9.63, p<.01$. 따라서 거부민감성과 우울증상의 관계에서 수용이 중재효과를 가지는 것으로 해석할 수 있었다. 이러한 결과를 명료하게 이해하기 위해, 거부민감성 점수와 수용 점수 각각의 중앙값(median)을 기준으로 고/저로 구분된 각 집단들의 우울증상 점수 평균을 구하여 그림 1에 제시하였다. 표 2와 그림 1를 종합적으로 살펴본 결과는 다음과 같다. 우선, 수용의 정도와는 무관하게 거부민감성이 강한 사람들이 거부민감성이 약한 사람들에 비해 우울증상을 더 많이 보인다는 것을 알 수 있었다. 그리고 우울증상은 거부민감성과 수용전략의 상호작용에 의해서 영향을 받았다. 즉, 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향은 수용의 정도에 따라 다르게 관찰되었으며, 수용이 우울증상에 미치는 영향도 거부민감성의 강약에 따라 다르게 관찰되었다. 우울증상이 가장 높은 조합은 거부민감성이 높고 수용을 적게 사용하는 경우였다.

표1. 거부민감성, 인지적 정서조절, 우울증상의 상관계수

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1.거부민감성											
2.조망확대	.01										
3.계획다시생각	-.01	.43**									
4.긍정초점변경	-.01	.44**	.32**								
5.긍정적재평가	.00	.63**	.55**	.48**							
6.수용	.06	.49**	.50**	.14*	.43**						
7.반추	.22**	.05	.21**	.02	.15*	.29**					
8.자기비난	.06	.25**	.25**	-.04	.23**	.44**	.40**				
9.타인비난	.20**	.02	-.10	.13*	-.05	-.13*	.09	-.21**			
10.과국화	.26**	-.14*	-.08	-.17**	-.20**	.01	.48**	.18**	.36**		
11.우울증상	.21**	-.18**	-.17**	-.21**	-.19**	-.05	.33**	.12*	.21**	.50**	
평균	10.5	12.7	14.7	11.7	13.6	13.8	13.3	12.6	8.8	9.5	16.0
표준편차	2.8	3.1	3.0	3.8	3.5	2.7	3.4	3.3	3.3	3.8	10.8

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

그리고 거부민감성과 우울증상 사이의 관계에서 타인비난전략의 중재효과를 살펴보면, 우울증상에 미치는 거부민감성($\beta=.15, p<.01$)과 타인비난전략($\beta=.18, p<.01$)의 주효과와 상호작용 효과($\beta=.17, p<.01$)가 유의한 것으로 나타났다. 거부민감성은 우울증상의 4.4%를 통계적으로 유의하게 설명하였고, 타인비난은 우울증상의 3.0%를 추가적

으로 유의하게 설명하였다, $\Delta R^2=.030, \Delta F(1, 275)=9.10, p<.01$. 또한 거부민감성과 타인비난전략의 상호작용은 우울증상의 2.9%를 추가적으로 유의하게 설명하는 것으로 나타났다, $\Delta R^2=.029, \Delta F(1, 274)=8.83, p<.01$. 따라서 거부민감성과 우울증상의 관계에서 타인비난이 중재효과를 가지는 것으로 해석할 수 있었다. 이러한 결과를 명료

표 2. 인지적 정서조절 전략들의 중재효과를 검증하기 위한 위계적 회귀분석

종속변인	단계	예측변인	β	R^2	ΔR^2	ΔF
우울증상	1	거부민감성(A)	.21***	.044	.044	12.56***
		조망확대(B)	-.19***	.076	.033	9.69***
	2	A X B	-.05	.079	.003	.79
우울증상	1	거부민감성(A)	.22***	.044	.044	12.56***
		계획다시생각(B)	-.17***	.070	.027	7.88***
	2	A X B	-.05	.073	.003	.77
우울증상	1	거부민감성(A)	.22***	.044	.044	12.56***
		긍정조점변경(B)	-.20***	.085	.042	12.62***
	2	A X B	-.05	.088	.002	.72
우울증상	1	거부민감성(A)	.22***	.044	.044	12.56***
		긍정재평가(B)	-.19***	.081	.038	11.27***
	2	A X B	-.06	.084	.003	.94
우울증상	1	거부민감성(A)	.23***	.044	.044	12.56***
		수용(B)	-.09	.048	.004	1.35
	2	A X B	-.18**	.081	.033	9.63**
우울증상	1	거부민감성(A)	.16***	.044	.044	12.56***
		반추(B)	.29***	.128	.084	26.56***
	2	A X B	-.09	.135	.007	2.27
우울증상	1	거부민감성(A)	.20***	.044	.044	12.56***
		자기비난(B)	.11	.056	.013	3.64
	2	A X B	-.03	.057	.001	.23
우울증상	1	거부민감성(A)	.15**	.044	.044	12.56***
		타인비난(B)	.18**	.074	.030	9.11**
	2	A X B	.17**	.103	.029	8.83**
우울증상	1	거부민감성(A)	.08	.044	.044	12.56***
		파국화(B)	.47***	.257	.213	78.93***
	2	A X B	.07	.261	.004	1.58

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

하게 이해하기 위해, 거부민감성 점수와 타인비난 점수 각각의 중앙값(median)을 기준으로 고/저로 구분된 각 집단들의 우울증상 점수 평균을 구하여 그림 2에 제시하였다. 표 2와 그림 2를 종합적으로 살펴본 결과는 다음과 같다. 우선, 타인비난의 정도와는 무관하게 거부민감성이 강한 사람들이 거부민감성이 약한 사람들에 비해 우울증상을 더 많이 보인다는 것을 알 수 있었다. 다음으로

거부민감성의 강약과는 무관하게, 타인비난을 자주 사용하는 사람들은 그렇지 않은 사람에 비해 우울증상이 더 심하다는 것을 알 수 있었다. 아울러 우울증상은 거부민감성과 타인비난전략의 상호작용에 의해서도 영향을 받았다. 즉, 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향은 타인비난의 정도에 따라 다르게 관찰되었으며, 타인비난이 우울증상에 미치는 영향도 거부민감성의 강약에 따라 다

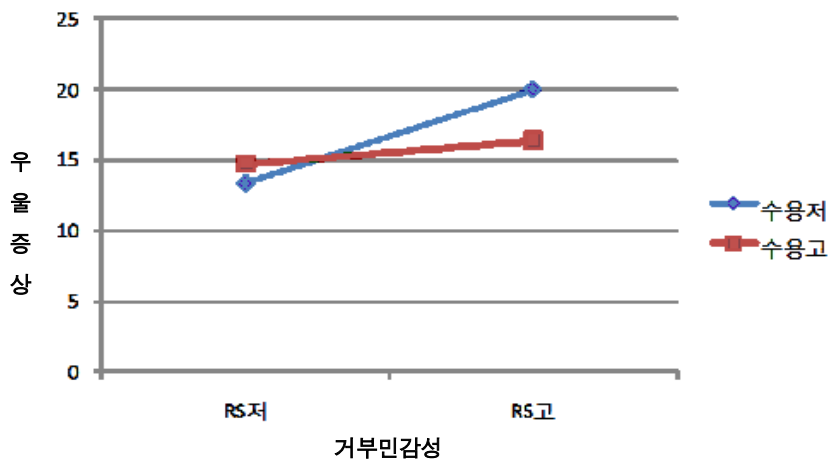


그림 1. 거부민감성과 우울증상의 관계에서 수용의 중재효과

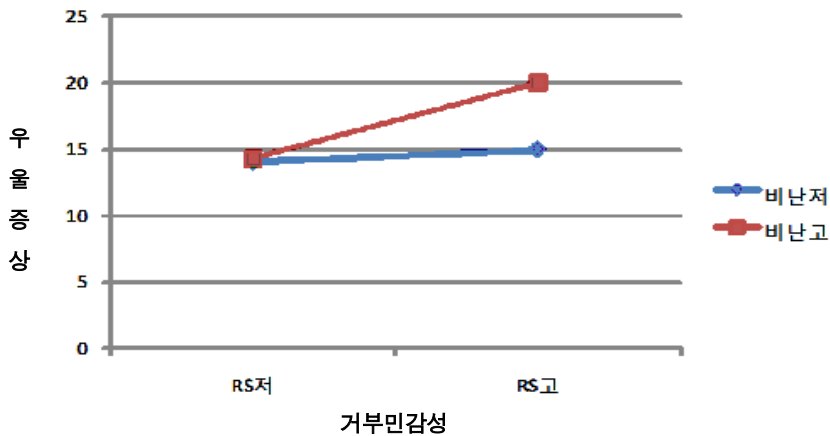


그림 2. 거부민감성과 우울증상의 관계에서 타인비난의 중재효과

르게 관찰되었다. 우울증상이 가장 높은 조합은 거부민감성이 높고 타인비난을 많이 사용하는 경우였다.

논 의

본 연구의 목적은 인지적 정서조절 전략이 거부민감성과 우울증상 사이의 관계를 중재하는 효과를 보이는지 탐색함으로써 향후 거부민감성이라는 취약성에 대한 치료적 개입 프로그램을 구성하는 데 필요한 경험적, 실증적 자료를 확보하는 것이었다. 이를 위해 본 연구에서는 거부민감성이 우울증상을 예언하는 변인인지 확인해보고, 우울증상을 설명하는데 거부민감성과 인지적 정서 조절 간에 상호작용 효과가 존재하는지 위계적 회귀분석을 통하여 검증하였다.

연구결과를 요약하면 다음과 같다. 첫째, 거부민감성과, 인지적 정서조절전략, 우울의 관계를 살펴본 결과, 거부민감성은 우울과 유의한 부적 상관을 보였다. 이는 거부민감성이 더 높은 사람이 우울증에 더 취약할 가능성을 시사해주며, 이는 거부민감성과 우울간의 관계를 살펴본 선행 연구들의 결과와 일치한다(Ayduk et al., 2001; Mellin, 2008). 또한 거부민감성은 인지적 정서조절의 하위요인 중 반추와 타인비난, 파국화와 유의한 정적 상관을 보이고 있다. 이는 거부민감성이 높은 사람들이 타인을 비난하고 자신이 겪은 부정적인 사건을 끔찍하고 최악이었던 것으로 계속해서 생각하는 경향이 높을 가능성을 시사해 주고 있다. 마지막으로, 우울증상은 인지적 정서조절의 하위요인 중 조망확대, 계획다시생각하기, 긍정적 초점변경, 긍정적 재평가와는 부적 상관이 높았고, 반

추, 타인비난, 자기비난, 타인비난과는 정적 상관이 높았다. 이는 인지적 정서조절변인과 우울변인간의 관계를 살펴본 선행 연구들의 결과와 일관된 것이다(하혜신, 2007; Garnefski & Kraaij, 2007). 한편, 본 연구에서 측정된 거부민감성의 평균값은 국내의 선행연구들과 비슷한 수준으로 평가되었지만, 외국의 선행연구들과 비교 하였을 때는 다소 높은 수준이었다(김나영, 조유진, 2009; 심경원, 2007; Ayduk et al., 2000; Mellin, 2008). 또한 국내외의 선행연구들을 살펴보았을 때 인지적 정서조절전략과 우울증상의 평균값은 각 연구들마다 달랐다(정지영, 김종남, 2011; Demet, 2010; Garnefski et al., 2001).

둘째, 거부민감성과 우울증상의 관계에서 인지적 정서조절 전략의 중재효과를 살펴본 결과, 수용전략과 타인비난만이 상호작용 효과를 나타내었다. 우선 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대해 수용 전략이 조절효과를 나타내었는데, 이는 거절이라는 상황에서 거부민감성이 높은 사람들이 수용전략을 사용하는 것이 우울증의 감소에 특히 효과적임을 보여주는 것이다.

수용은 사적 경험에 대해 어떤 판단을 내리거나 해결을 위해 애쓰는 것이 아니라 그런 경험들을 있는 그대로 바라보고 받아들이는 것이다(문현미, 2005; Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999). 이러한 수용은 자신의 감정에 대한 내면의 반응을 알아차리게 해주고, 자신의 경험이 위협적이지 않으며 충분히 감내할 수 있음을 알게 해 주며, 정신건강을 증진시키고 상황에 대한 대처능력과 문제해결력을 증가시킴으로써 삶의 적응력과 안녕감을 향상시켜 주는 특징이 있다(Hayes, Jacobson, Follette, & Dougher, 1994). 이러한 수용이 특히

거부민감성이라는 취약성과 상호작용하여 영향을 미친다는 것은 거절상황에서 자신과 타인의 모습을 있는 그대로 수용하는 것이 큰 도움이 될 수 있음을 시사해준다. 다시 말해, 거부라는 사적 경험에 대해 절대로 일어나서는 안되는 일이라고 생각하며 이를 경험하기를 회피할 때, 거부라는 경험이 더 두려워지고 사소한 거부에도 과도하게 상처받고 더 절망하며 우울해지게 될 수 있는 것이다. 이와 반대로 거부라는 경험을 그냥 지나가는 경험으로 바라보며 기꺼이 경험하게 되면 거부라는 경험이 그토록 두렵고 고통스러운 경험이 아님을 알게 됨으로써 부정적인 정서가 감소하게 될 것이다.

이와 관련된 연구로 조현아(2011)는 수용전념치료가 아동의 자기 수용과 긍정적 대인관계를 높임으로써 대인관계 스트레스를 줄여주고, 심리적 안녕감을 높여줄 수 있었다고 보고하였다. 또한 수용을 기반으로 하는 상담의 효과를 경험적으로 연구한 Arch 등(2012)은 수용기반 상담이 대인불안을 치유하는데 효과적임을 증명하였다. 이러한 연구결과들은 수용전략이 타인으로부터의 거부로 인한 대인관계 스트레스 상황에서 특히 유용할 수 있음을 시사해 주고 있으며, 본 연구의 결과와도 일치하는 것이다. 또한 이러한 수용 치료가 우울 기분 등 부정적 정서를 효과적으로 감소시키는 것으로 여러 연구들에서 최근 보고되었다. 최근 정서장애의 치료에서 이러한 수용처치를 주요한 치료적 구성요소로 포함하고 있는 마음챙김에 기반을 둔 인지치료(Mindfulness-Based Cognitive Therapy, MBCT)는 내담자들이 자신의 즉각적인 경험으로부터 한 발짝 떨어져서 현실 자체와 그에 대한 자신의 해석인 생각을 구분할 수 있는

능력인 탈중심화(decentering)를 길러주며, 이를 통해 우울장애에 특징적인 반추를 차단함으로써 우울장애의 재발을 효과적으로 방지하는 것으로 알려져 있다. 그리고 불안 및 우울장애가 있는 환자집단과 비임상통제집단을 대상으로 한 연구(Campbell-Sills, Barlow, Brown, & Hofmann, 2006)에서 이 두 집단은 정서촉발 필름을 시청하는 동안 부정적 정서가 비슷한 수준으로 증가하였지만, 임상환자집단은 그들이 경험하는 부정적 정서를 덜 수용하고 더 많이 억제하였다. 이러한 수용에 대한 기존 선행 연구들은 수용이 거부민감성과 우울을 중재한다는 본 연구의 결과와 일맥상통하는 것이다.

그리고 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대해 타인비난 전략이 중재 효과를 나타낸 것은 거부민감성이 높은 사람들이 거절상황에서 타인을 비난하게 될 경우 우울증에 더욱 더 취약해짐을 시사해준다. 이를 구체적으로 살펴보면, 거부민감성이 높은 사람들은 상황적 맥락을 고려하지 않고 보다 쉽게 상대방이 의도적으로 자신을 거부했다고 적대적으로 귀인하는 경향이 있기 때문에 분노감을 느끼며 보다 적대적이고 공격적인 방식으로 행동함으로써 관계를 손상시키고 상대방으로부터 실제적인 거부를 유발할 가능성이 높다. 그리고 이런 과정을 통해 그들이 두려워하는 거부상황을 보다 많이 경험하게 됨으로써 우울증 발생이 높아지게 된다(Downey, Freitas et al., 1998). 이와 마찬가지로 타인 비난을 하는 사람 또한 분노감이 높고 관계에서 적대적으로 행동하게 되는 경향이 높는데, 거부민감성을 가진 사람들이 타인비난을 사용하게 될 경우 이러한 분노감과 적대감이 더욱 증폭되게 되고 관계에 악영

향을 미치며 우울증상을 심화시킬 수 있을 것으로 보인다.

그리고 본 연구에서, 우울증상을 설명하는데 있어 거부민감성, 타인비난전략의 주효과 및 거부민감성과 수용전략, 거부민감성과 타인비난전략의 상호작용 설명량이 높지 않은데, 그 이유에 대해서는 다음과 같이 생각해 볼 수 있다. 우선 거부민감성과 우울증상의 관계에 대해 살펴본 선행 연구들에서도 거부민감성이 우울을 설명하는 변량이 비교적 크지 않았다(Ayduk et al., 2001; Mellin, 2008). 이는 거부민감성이 전반적인 상황에 대한 취약성이 아니라 거절을 유발하는 특수한 상황에서의 취약성이기 때문일 것이다(Ayduk et al., 2001). 다시 말해, 거부민감성이 높은 사람들은 파트너가 먼저 이별을 통보하는 상황이나, 부탁 혹은 요청이 거부당하는 것과 같은 상황에서만 우울증상이 높아진다는 것이다. 하지만, 비록 거부민감성이 우울증상을 설명하는 변량이 적을 지라도, 수많은 변인이 우울증상에 영향을 미치는 것을 감안할 때, 거부민감성이 우울증상에 영향을 미친다는 것을 검증한 것은 향후 우울증상에 대한 치료적 시사점을 제공할 것이다. 그리고 본 연구에서 인지적 정서조절전략이 우울을 설명하는 변량도 높지 않았는데, 이는 다른 선행연구들과 다소 불일치하는 결과였다(하혜신, 2007; Demet, 2010; Ryan & Eric, 2005). 이러한 결과는 본 연구의 참여자 특성에 기인한 것일 수 있으므로, 성차 및 개인내적 특성, 그리고 사회 인구학적 변인을 고려한 보다 세분화된 후속 연구가 필요하다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 아직까지 국내에는 거부민감성이라는 개념에 대한 연구가 많지 않은 실정이다. 이에 본 연구에서는 거부민

감성이 우울증상에 유의한 영향을 미치는 것을 검증함으로써 정신병리에 기여하는 거부민감성이라는 개념에 대한 경험적인 뒷받침을 하는데 도움을 주었다.

둘째, 이상과 같은 연구결과를 바탕으로 상담 장면에서 역기능적인 거부민감성으로 인해 심각한 어려움을 경험하는 사람들을 위한 상담 및 치료 개입으로써 경험적 자료를 제공할 것으로 여겨진다. 동일하게 거부민감성이 높더라도 어떠한 인지적 정서조절 전략을 사용하느냐에 따라 우울증상에 영향을 줄 수 있음을 알 수 있었고, 또 이를 바탕으로 상담 장면에서 효과적인 치료적 개입을 할 수 있도록 구체적인 제안을 하였다는데 본 연구의 의의가 있다.

본 연구의 제한점 및 미래연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 측정도구에 한계가 있다. 거부민감성 척도를 사용한 국내 연구가 존재하지만 아직 표준화가 이루어져있지 않은 실정이며 미국에서 만들어진 척도를 문화차이에 의한 수정과 검토 없이 번역하여 사용했다는 점은 본 연구의 한계점이라고 할 수 있다. 거부의 개념이 미국과 한국에서 이해되고 있는 문화적인 차이를 고려하고, 타당하고 신뢰롭게 측정할 수 있는 방법에 대해 고민해야 할 것이다.

둘째, 본 연구의 표본은 수도권의 대학생으로 한정되어 있기 때문에 표본 선정에 따른 일반화의 어려움이 있다. 후속 연구에서는 일반화의 문제를 좀 더 고려하여 다양한 표집을 대상으로 연구가 되어야 할 것이다.

세 번째로, 본 연구에서는 거부민감성, 인지적 정서조절 전략, 우울간의 관계를 살펴보았으나, 횡단적 절차를 통해 얻어진 자료에서 인과관계를

살펴보는 것에는 제약이 따를 수 있다. 따라서 인과관계를 보다 더 확실하게 알아보기 위해서는 본 연구에서 변인들 간의 상호 관련성을 통제된 상태의 실험적 방법 또는 종단적 연구가 필요할 것으로 생각된다.

마지막으로, 본 연구에는 종속변인으로 우울증상에 대해 살펴보았는데, 거부민감성으로 인해 나타나는 결과로는 분노나 공격성, 사회불안과 같은 우울과는 다른 성격을 보여주는 것도 있다. 후속 연구에서는 거부민감성으로 인해 나타나는 다양한 증상들에 대해서도 종속변인에 포함시켜 연구의 결과를 좀 더 확장시켜야 할 것이다.

참 고 문 헌

- 김나영 (2009). 대학생의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대한 스트레스 대처방식의 중재효과. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 김나영, 조유진 (2009). 대학생의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대한 자기개념의 매개 효과. 인간발달연구, 16(3), 149-162.
- 김소희 (2004). 스트레스 사건, 인지적 정서조절전략과 심리적 안녕감간의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 김진선 (2009). 거절 민감성이 외로움에 미치는 영향 자기 침묵을 매개변인으로. 아주대학교 석사학위논문.
- 문현미 (2005). 인지행동치료의 제 3동향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17, 15-33.
- 심경원 (2007). 낙관성이 거부민감성, 정서표현성 및 삶의 만족도에 미치는 영향. 가톨릭대학교 석사학위 청구논문.
- 이복동 (2000). 성인애착과 이성 관계 만족: 거부민감성과 귀인양식의 매개 효과를 중심으로. 고려대학교 석사학위논문.
- 최상진, 전검구, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES - D 개발. 한국심리학회지: 건강, 6(1), 59-76.
- 정지영, 김중남 (2011). 중학생의 우울과 지각된 부모양육태도, 인지적 정서조절전략, 행동억제 기질간의 관계 : 성차를 중심으로. 청소년학연구, 18(12), 227-254.
- 조현아 (2011). 수용전념 집단상담이 저소득층 아동의 대인관계 스트레스 및 심리적 안녕감에 미치는 영향. 경북대학교 석사학위논문.
- 하혜신 (2007). 남녀 청소년에 따른 부정응답식, 생활스트레스, 인지적 정서조절 전략과 우울과의 관계. 아주대학교 석사학위논문.
- Arch, J. J., Eifert, G. H., Davies, C. V., Jennifer, C. P., Rose, R. D., & Craske, M. G. (2012). Randomized clinical trial of cognitive behavioral therapy(CBT) versus acceptance and commitment therapy(ACT) for mixed anxiety disorders. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 80, 750-765.
- Arriaga, X. B., & Rusbult, C. E. (1998). Standing in my partner's shoes: Partner perspective-taking and reactions to accommodative dilemmas. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 9, 927-948.
- Ayduk, O., Downey, G., & Kim, M. (2001). Rejection sensitivity and depressive symptoms in women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7), 868-877.
- Ayduk, O., May, D., Downey, G., & Higgins, E. T. (2003). Tactical differences in coping with rejection sensitivity: The role of prevention pride. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 435-448.
- Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Downey, G., Mischel, W., Peake, P., & Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: Strategic self-regulation for coping with

- p>rejection sensitivity.
- Journal of Personality and Social Psychology*
- , 79, 776-792.
- Ayduk, O., Zayas, V., Downey, G., Cole, A., Mischel, W., & Shoda, Y. (2008). Rejection sensitivity and executive function: Joint predictors of borderline personality features. *Journal of Research in Personality*, 42, 151-168.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachment as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117, 497-529.
- Bergevin, T. A. (2003). *Approaching rejection sensitivity from a multi-dimensional perspective : predicting romantic maladjustment targets of romantic attraction and depression in middle adolescence*. PhD thesis, Concordia University.
- Blatt, S. (1974). Levels of object representation in anaclitic and introjective depression. *The Psychoanalytic Study of the Child*, 29, 107-157.
- Campbell-Sills, L., Barlow, D. H., Brown, T. A., & Hofmann, S. G. (2006). Acceptability and suppression of negative emotion in anxiety and mood disorders. *Emotion*, 6, 587-595.
- Demet, E. O. (2010). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression and submissive behavior: Gender and grade level differences in Turkish adolescents. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 9, 1516-1523.
- Downey, G., & Feldman, S. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Social and Personality Psychology*, 70, 1327-1343.
- Downey, G., Feldman, S., & Ayduk, O. (2000). Rejection Sensitivity and male violence in romantic relationships. *Personal Relationship*, 7, 45-61.
- Downey, G., Freitas, A. L., Michealis, B., & Khouri, H. (1998). The self fulfilling prophecy in close relationships: Do rejection sensitivity women get rejected by romantic partners? *Journal of Personality and Social Psychology*, 75, 545-560.
- Downey, G., Lebolt, A., Rincon, C., & Freitas, A. (1998). Rejection sensitivity and children's interpersonal difficulties. *Child Development*, 69, 1074-1091.
- Mellin, E. A. (2008). Rejection Sensitivity and College Student Depression: Finding and Implications for Counseling. *Journal of College Counseling*, 11, 32-41.
- Felman, 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, 231-247.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30, 1311-1327.
- Garnefski, N., & Kraaij, V. (2007). The cognitive emotion regulation questionnaire: Psychometric features and prospective relationships with depression and anxiety in adults. *European Journal of Psychological Assessment*, 23(3), 141-149.
- Gotlib, I. H., & Hammen, C. L. (1992). *Psychological aspects of depression: Toward a cognitive-interpersonal integration*. Oxford, UK: Wiley.
- Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: Guilford Press.
- Hayes, S. C., Jacobson, N. S., Follette, V. M., & Dougher, M. J. (1994). *Acceptance and*

change: Content and context in psychotherapy. NV: Context Press.

- Pachankis, J. E., Goldfried, M. R., & Ramrattan, M. E. (2008). Extension of the rejection sensitivity construct to the sensitivity for intimate relationships. *Journal of Social and Personality Psychology*, 70, 1327-1343.
- Purdie, V., & Downey, G. (2000). Rejection sensitivity and adolescent girls' vulnerability to relationship-centered difficulties. *Child Maltreatment*, 5, 338-349.
- Ragan, J. (2005). *Excessive Reassurance-Seeking, Interpersonal Rejection, Rejection Sensitivity and Depressive Symptoms: An Intervention Focusing on Mediating Mechanisms*. PhD thesis, The University of Texas.
- Romero-Canyas, R., Downey, G., Berenson, K., Ayduk, O., & Kang, N. J. (2010). Rejection sensitivity and the Rejection-Hostility Link in Romantic Relationships. *Journal of Personality*, 78, 119-148.
- Ryan, C., & Eric, R. (2005). Cognitive emotion regulation in the prediction of depression, anxiety, stress, and anger. *Personality and Individual Differences*, 39(7), 1249-1260.

원고접수일: 2013년 10월 29일

논문심사일: 2013년 11월 20일

게재결정일: 2014년 1월 15일

The Moderational Effects of Cognitive Emotion Regulation strategies in the Relationship between Rejection Sensitivity and Depressive Symptoms

Hye-Ra Ryu

Kee-Hwan Park

Department of Psychology

The Catholic University of Korea

Rejection sensitivity is the disposition to anxiously expect, readily perceive, and intensely react to rejection. People high in rejection sensitivity are at risk for interpersonal and personal distress. In present study, the authors investigated the question whether or not the cognitive emotion regulation strategies would have therapeutic effects on the relationship between rejection sensitivity and depressive symptoms. In order to answer the question, hierarchical regression analyses were conducted. The results of analyses showed that the cognitive emotion regulation buffered high rejection sensitive people from depressive symptomatology. Specifically, among cognitive emotion regulation strategies, acceptance and other blame are interacted with rejection sensitivity. These findings suggest that it may serve as a protective factor particularly in rejection sensitive people with depressive symptoms. Finally, the authors discussed the implications of present study in theoretical and clinical manner. and, the limitations of this study were discussed along with suggestions for further research.

Keywords: rejection sensitivity, cognitive emotion regulation strategies, acceptance, other blame, depressive symptoms.