

대학생의 내면화된 수치심과 자살사고의 관계: 분노억제와 우울의 이중매개 효과[†]

성 소 영 박 기 환[‡]
가톨릭대학교 심리학과

본 연구는 대학생의 내면화된 수치심과 자살사고 간의 관계를 알아보고 그 과정에서 분노억제와 우울이 이중매개효과를 지니는지 탐색하고자 하였다. 이를 위해 대학생 및 대학원생 422명을 대상으로 설문을 실시하였다. 각 변인을 측정하기 위해 내면화된 수치심 척도(ISS), 상태-특성 분노척도(STAXI-K), 한국판 CES-D, 자살사고 질문지(SIQ)가 사용되었다. 내면화된 수치심→분노억제→우울→자살사고로 이어지는 이중매개 효과를 검증하기 위해 구조방정식 모형검증을 실시하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 내면화된 수치심과 우울 간의 관계에서 분노억제가 부분매개효과를 보였다. 둘째, 내면화된 수치심과 자살사고 간의 관계에서 우울이 부분매개효과를 보였다. 셋째, 분노억제와 자살사고 간의 관계에서 우울이 부분매개효과를 보였다. 마지막으로, 내면화된 수치심이 분노억제와 우울을 매개하여 자살사고에 영향을 미치는 부분 이중매개 모형이 적합한 것으로 나타났다. 즉, 대학생의 내면화된 수치심이 높을수록 분노를 억제하는 경향이 높아지고, 높은 수준의 분노억제는 우울 수준을 높이며, 우울은 자살사고를 유발함을 알 수 있었다. 끝으로 본 연구의 의의 및 제한점과 향후 연구방향을 기술하였다.

주요어: 내면화된 수치심, 분노억제, 우울, 자살사고, 이중매개효과

[†] 본 연구는 2017년도 가톨릭대학교 교비연구비의 지원으로 이루어졌음. 이 논문은 성소영(2015)의 석사학위 청구 논문을 수정·정리한 것이며, 일부 내용은 2015년 한국임상심리학회 가을학술대회에서 포스터 발표되었음.

[‡] 교신저자(Corresponding author) : 박기환, (14662) 경기도 부천시 원미구 지봉로 43 가톨릭대학교 심리학과, Tel: 02-2164-4924, E-mail: psychclinic@catholic.ac.kr

우리나라는 2017년 경제협력개발기구(OECD, 2017) 통계 상 2005년 이래로 OECD 35개 회원국 중 자살로 인한 사망률이 가장 높은 나라로 보고되고 있다. 현재 우리나라의 자살 문제는 최우선으로 다루어야 할 중요한 과제이며, 다방면에서 자살 예방에 대해 강조하고 있으나 현실을 반영한 국가 차원의 적극적인 정책이나 개입은 여전히 부족하다. 우리나라의 자살 문제에 대해 보다 심도 있게 이해하기 위해서는 자살 예방을 위한 개입과 더불어 우리나라의 문화적 특성과의 관련이 있는 자살자의 심리적 특성에 대해 연구하는 것이 필요해 보인다. 최근 들어 다양한 집단을 대상으로 한 자살 관련 연구가 보고되고 있지만, 우리나라에서 진행된 대부분의 자살 관련 연구는 청소년이나 노인을 대상으로 이루어져 왔으며, 대학생들을 대상으로 한 연구는 아직도 부족한 실정이다. 대학생은 곧 우리 사회를 구성하고 이끌어갈 사람들이며, 동시에 청소년기에서 성인기로 이행되는 전환기를 겪는다는 점에서 중요한 의미가 있다. 최근에는 세계적으로 어려운 경제적 상황 때문의 취업의 어려움과 더불어 현대의 지나치게 경쟁적이고 급격하게 변화되는 환경에 적응해야 한다는 점도 자살에 영향을 미치고 있다. 20대의 사망원인 1위가 고의적 자해(자살)라는 결과(통계청, 2017) 역시 이들의 자살 관련 요인들이 연구될 필요가 있음을 보여주며, 교육과학기술부는 약 9년간 대학생의 연간 평균 자살자가 230명에 달한다고 보고하기도 했다(조채희, 2011, 4, 11). 그러나 이러한 대학생 시기의 자살 심각성에 비추어 볼 때, 대학생의 자살에 대한 연구나 개입은 상대적으로 적게 이루어져왔으며, 따라서 대학생의 자살 문제에 영향을 미치는 심리적 기제를 객관적

으로 살펴보는 연구가 많아져야 할 필요가 있다.

자살은 “죽으려는 의도를 가지고 스스로 상해를 입혀 사망한 것이며, 그 의도를 실행할 때 결과를 예상 또는 자각하고 있었어야 한다.”고 정의할 수 있다(이혜선, 육성필, 배진화, 안창일, 2008). 일반적으로 자살은 자살사고(suicidal ideation), 자살시도(suicidal attempt), 자살행동(suicidal behavior)으로 이어지는 연속적인 과정으로 개념화된다(Harwood & Jacoby, 2000). 이 중 자살사고는 자살하려는 계획이나 생각은 있으나 직접 행하지는 않았다는 것으로, 자살관련 행동의 하나로서 자살행동의 이전 단계라고 할 수 있다(Bonner & Rich, 1987). 자살 관련 연구들은 대부분의 경우 자살행동 자체보다는 자살사고를 다루어 왔는데, 이는 자살로 인해 사망한 사람들을 연구 대상으로 삼는 것이 불가능하고, 전체 인구에서 자살시도를 한 사람들의 비율이 상대적으로 적을 뿐만 아니라 자살시도를 한 사람들에게 접근하는 것이 제한적이기 때문이다(Van Orden et al., 2010). 또한 자살의 위기 요인을 밝혀 예방 차원에서의 연구 결과를 적용하려는 목적의 연구일 경우 자살행동을 직접 다루는 것보다는 자살을 시도한 경험이 있거나 자살에 대한 생각을 자주 하는 사람들을 탐색하는 것이 더 바람직할 수 있다(하정희, 안성희, 2008). 실제 자살행동을 예측하는데 제한이 따르기는 하나 자살사고가 팽배한 사람들이 자살사고를 경험하지 않는 사람들에 비해 자살을 할 확률이 6배가 높다는 연구결과(Kuo, Gallo, & Tien, 2001)도 자살사고가 자살시도나 자살행동의 위험과 관련이 높다는 것을 보여준다. 즉, 자살사고가 자살행동의 강력하고 중요한 위험인자라고 할 수 있다(Pirkis, Burgess, & Dunt, 2000).

자살 관련 연구들은 우울(Ayyash-Abdo, 2002; Seligman, Walker, & Rosenhan, 2001), 분노(Daniel, Goldston, Erkanli, Franklin, & Mayfield, 2009; Goldney, Winefield, Saebel, Winefield, & Tiggeman, 1997), 수치심(Lester, 2000; Wiklander et al., 2012), 스트레스(박경, 2004; Wang, Lightsey, Pietruszka, Uruk, & Wells, 2007), 충동성(Dumais et al., 2005; Soloff, Lynch, Kelly, Malone, & Mann, 2000), 불안(Goodwin & Hamilton, 2003; Hawton & Van Heeringen, 2009) 등과 같은 변인들을 다루어왔다. 이와 같은 다양한 심리적 변인 중 수치심은 우리나라의 문화적 특성과 관련이 높은 변인이라고 알려져 있다(Lee, 1999; Yang & Rosenblatt, 2001). 수치심은 우리나라 뿐 아니라 동양의 유교 문화와 밀접한 관련이 있다고 볼 수 있는데, 유교 문화는 체면을 중시하는 의식 구조를 과생시키고, 이에 따라 수치 문화가 나타나게 된다(윤태림, 1986). 우리나라는 역사적으로 유교적 전통에 기반을 두고 있으며, 세계화 시대에 접어들었음에도 유교에서 비롯된 공동체주의는 여전히 지속되고 있다(김태훈, 2016). 이러한 문화에서 개인의 정체성은 그가 소속된 집단과의 관계에서 정의되며, 다른 사람들과의 비교 속에서 개인은 수치심을 발달시키기 쉽다.

수치심은 스스로의 부족함, 결핍, 부적절함에 대해 부정적인 평가를 내리고, 이로 인해 경험하는 지속적인 고통스러운 정서이다(Kaufman, 1989; Kim, Talbot, & Cicchetti, 2009; Tangney, Wagner, Fletcher, & Gramzow, 1992). 특히 내면화된 수치심(internalized shame)이란, 수치심이 개인의 성격에 내면화되어 자신에 대해 전반적으로

부정적인 경험을 하는 것을 의미하며(Cook, 2001), 수치심이 걱정 수준을 넘어설 경우 여러 정신 병리의 잠재적인 원인이 될 수 있다(Goss, Gilbert, & Allan, 1994). 이러한 자신의 존재에 대한 수치심은 어린 시절의 주 양육자와의 경험에서 생겨나는 것으로 이해되고 있으며(이인숙, 최해림, 2005), Yang과 Rosenblatt(2001)은 우리나라의 문화적 특성과 양육 방식이 수치심을 발달시킨다고 보고하였다.

수치심은 때때로 숨거나 사라지고 싶은 회피 행동을 일으킬 수 있으며(Lewis, 1971), Shneidman(1984)은 자살을 하는 이유로 ‘견딜 수 없는 심리적인 고통에서 도망치는 것’이라고 설명하였다. 자살의 심리학적 이론 중 하나인 ‘자기 도피(Escaping From the Self) 이론’도 이와 유사한 맥락에 있으며, 자살을 두고 자기에 대한 고통스러운 감정과 생각으로부터 도피하기 위한 수단이라고 설명하였다(Baumeister, 1990). 이에 따르면, 개인이 자신의 기대 수준과 그에 미치지 못하는 현실 간의 괴리를 경험하게 되면 그 괴리를 자신의 탓으로 돌려 자신에 대한 부정적인 평가를 하게 된다. 그 결과 정신 기능이 협소화되면서 모든 것을 피상적이고 무가치한 것으로 해석하게 되는 ‘인지적 몰락(cognitive deconstruction)’상태에 이르게 되고, 자살을 막는 기제가 약화되어 자신에 대한 부정적 생각과 감정에서 벗어나기 위해 자기파괴적 행동을 하게 된다는 것이다. 또한 Joiner(2005)의 ‘자살에 대한 대인관계 심리학적 이론(The Interpersonal Theory of Suicide)’은 자살에 큰 영향을 주는 요인으로 ‘짐이 된다는 느낌(perceived burdensomeness)’과 ‘소속감 상실(failed belongingness)’을 보고하였는데, 이에 따

르면 스스로가 타인에게 짐이 되는 존재라고 느끼고 사회적 관계에서 유대감을 느끼지 못하는 것이 자살사고 수준을 높인다. 수치심은 공동체주의와 관련이 높은 사회적 특성을 가진 감정으로, 자신을 다른 사람으로부터 소외시키는 역할을 하며(김용태, 2010), 수치심의 이러한 역할을 고려할 때 수치심과 자살의 관계를 간접적으로나마 유추해볼 수 있다. 선행연구(김신연, 채규만, 2013; 이혜선 외, 2012)에서 사회적 유대감 및 지지가 자살 행동의 보호 요인이라고 밝히고 있는 점도 이러한 이론을 지지하는 결과로 볼 수 있다.

많은 선행연구들이 수치심과 자살의 관계에 대해 밝혔으며, 자살사고의 핵심 요인으로 알려져 있는 우울의 영향을 통제된 후에도 수치심과 자살사고가 유의한 상관이 있다고 보고되기도 했다(Lester, 1997). 이처럼 많은 연구들이 자살 고위험집단의 치료에 수치심이라는 개념이 다루어져야 한다는 것을 설명하였다(Foster, 2003; Kim et al., 2009; Wiklander, Samuelsson, & Åsberg, 2003). 그렇지만 수치심이 자살사고에 어떠한 방식으로 영향을 미치는지에 대해서는 아직까지 연구가 충분히 이루어지지 않았다(강민철, 조현주, 이종선, 2013). 따라서 본 연구에서는 수치심과 자살사고의 관계를 매개하는 변인들을 살펴보고자 하였다.

수치심은 자살 외에도 여러 성격 구성개념 및 정신 병리 지표와 관련성을 보이는데(이인숙, 최해림, 2005), 그 중 분노는 수치심과 관련이 높을 뿐 아니라 자살의 가장 직접적인 원인으로 보고되고 있는 우울(Seligman et al., 2001)과도 높은 상관을 갖는다. 또한 분노는 우리나라의 문화적 특성과도 관련이 있다는 점에서 주목할 만하다.

우리 사회에 남아 있는 유교적 전통은 분노를 부정적으로 간주하며, 이에 따라 분노를 억제하고 통제하도록 강요한다(장혜주, 임지영, 2011). 한 연구는 한국의 청소년들이 분노를 수동적인 방식으로 표현한다고 보고하였으며(Lee, Choi, Kim, Park, & Shin, 2009), 정신장애 진단 및 통계 편람(DSM-5; APA, 2013)의 문화적 증후군에 포함되어 있는 ‘화병’ 역시 한국 고유의 사회문화적 배경을 바탕으로 생겨난 증후군으로서(하은혜 외, 2011), 우리 문화 내에서 장려되는 분노억제가 정신적 문제와 관련성이 높다는 것을 보여준다. 선행연구에 따르면, 수치심이 높을수록 분노를 높게 경험하고(이진, 송미경, 2017; 조영희, 정남운, 2016), 특히 분노를 억제하는 경향이 높다고 하였다(정해숙, 정남운, 2011; 최임정, 심혜숙, 2010). 또한 Bradshaw(2005)에 따르면, 발달 과정에서 수치심이 내면화된 사람은 정서 경험 자체를 수치스럽게 느끼며, 이에 따라 자신의 정서를 느끼고 표현하는 것도 어려움을 느낀다. 즉, 분노를 느끼는 것에 대해 수치심을 느껴 이를 억제한다는 것이다.

분노억제는 여러 정신 건강과 관련이 되어 있는데, 분노억제의 역기능적인 측면은 Wegner, Schneider, Carter 및 White(1987)가 발표한 사고 억제의 역설적 효과와 Newman, Duff와 Baumeister(1997)의 모델에서도 잘 알 수 있다. 이에 따르면, 사람들은 때때로 불쾌하고 고통스러운 경험에 대한 사고 내용을 밀어내고 이에 직면하는 것을 회피한다. 그렇지만 이와 같은 의도적 회피는 역설적 효과를 낳으며, 즉 생각을 하지 않으려 할수록 오히려 생각이 더 분명하게 떠오르는 반동효과가 나타나게 된다. 관련 연구들에서도

특정 사고나 정서를 억제하기 위한 노력이 결국 억제하고자 하는 사고나 정서 경험 그 자체를 더욱 초래한다고 보고하였다(Wegner & Erber, 1992). 앞서 언급한 문화적 증후군으로 간주되는 화병 역시 분노를 억제하여 문제의 원인을 자기 내부로 돌림으로써 나타나며, 해소되지 못한 분노가 신체적 및 정서적 증상으로 대치되는 것으로 설명된다. 화병은 신체 증상을 동반하는 우울증으로 알려져 있으며, 이처럼 분노억제는 우울을 유발할 가능성이 높다. 분노억제를 부적응적인 정서 조절 전략으로 볼 때, Gross(1998)가 보고한 정서 조절 과정에 대한 모델을 통해서도 분노억제가 정신병리에 미치는 영향을 알 수 있다. 상기 모델은 정서조절 전략을 정서를 조절하는 시점에 따라 선행사건-초점 정서조절 전략과 반응-초점 정서조절 전략으로 분류하는데, 대표적인 반응-초점 전략 중 하나인 표현억제(expression suppression)는 분노억제와 유사한 개념으로 이해될 수 있다. Aldao, Nolen-Hoeksema와 Schweizer(2010)는 정서조절 전략과 정신병리의 관계에 대한 메타분석 연구에서 표현억제와 우울 및 불안의 정적 상관을 보고하였다.

분노를 내부로 억제하는 사람은 분노를 외부로 표출하는 사람보다 우울 경향이 높다고 알려져 있으며(Harburg, Blakelock, & Roeper, 1979; Johnson, 1984; Solomon, 1987), 평소 분노억제 경향이 높은 사람들이 깊은 수준의 자기 노출을 한 후 분노와 우울을 낮게 경험하고 정화감을 높게 경험한다는 결과(Spielberger, 1985) 역시 간접적으로나마 분노억제와 우울의 관계를 지지한다. 국내 연구에서도 분노억제와 우울의 정적 상관에 대해 보고하였다(고은영, 1997; 한지윤, 2007). 한

편, 분노억제와 우울의 관계성에 대해 보고한 많은 연구들이 존재하지만, 분노억제와 우울의 선행 관계에 대해서는 아직 명확히 밝혀져 있지 않다. 그렇지만 일반적으로 특성이 증상을 유발한다는 점에서, 본 연구에서는 분노억제가 우울에 영향을 미칠 것으로 가정하였다.

이러한 우울은 자살의 가장 직접적인 원인으로 보고되며(Seligman et al., 2001), 국내외 많은 연구들 역시 우울과 자살 행동의 관계에 대해 보고하였다(이현지, 김명희, 2007; Cooper, Appleby, & Amos, 2002). 우울은 자살사고를 보이는 사람들에게서 나타나는 가장 흔한 증상으로, 우울의 감소가 자살사고의 감소를 이끌어 낼 수 있었기 때문에 오랜 기간 동안 자살사고와 관련된 변인으로 관심 받아왔다(Lynch, Cheavens, Morse, & Rosenthal, 2004). 또한 자살의 위험요인을 예측하는 많은 연구들이 우울에 초점을 맞춘 점도 우울이 자살을 이끄는 중요한 위험요인임을 보여준다. 이렇듯이 우울과 자살에 대한 연구는 국내외를 막론하고 활발히 연구되고 있는 주제이다. 청소년에서 노인에 이르기까지 모든 연령층에서 우울은 자살사고 및 자살시도와 높은 상관을 보인다(송동호, 이홍식, 전여숙, 정유숙, 1996; 허준수, 2004; White, 1989). 우울 증상이 심각할수록 자살을 시도할 가능성이 최고 3배 정도 높은 것으로 보고되었고(조성진 외, 2001), 우울증 환자의 약 30%가 자살을 했다는 연구결과(Lester, 1992; Lester & Miller, 1990)는 우울증이 자살의 가장 직접적인 요인임을 보여준다. 특히 우울은 대학생들의 자살사고와 가장 밀접한 연관이 있는 변인으로 언급되고 있다(Cooper et al., 2002; Fortuna, Perez, Canino, Sibney, & Alegria, 2007).

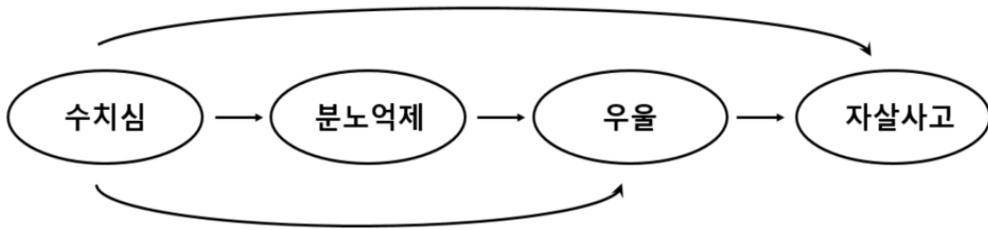


그림 1. 연구모형

수치심과 우울의 관계성 역시 선행연구들에서 확인되었다(한주연, 박경, 2011; Bryan, Morrow, Etienne, & Ray-Sannerud, 2013; Orth, Berking, & Burkhardt, 2006). 수치심은 개인의 자신감을 낮추고 대인관계를 회피하게 만들어 스스로 고립 되도록 함으로써 우울 증상을 일으킬 수 있고(김영석, 2008), 이와 같은 수치심의 경험은 우울 증상을 심화시키고 지속시킨다. 또한 수치심 경향성이 높은 사람은 부정적 사건의 원인을 자기 전체에 귀인하기 때문에 자신을 부정적으로 평가하게 되고 이에 따라 우울해 질 수 있다(심중은, 이영호, 2000).

분노와 우울, 자살사고를 함께 다룬 연구에서 우울이 분노와 자살을 매개한다고 보고하였고(Painuly, Sharan, & Mattoo, 2007), 중학생을 대상으로 자살사고에 대한 분노 및 우울의 영향력을 본 연구(이준은, 최동원, 임정혜, 2013)는 분노가 자살사고에 직접적으로 영향을 미치지 않는 반면, 분노의 영향으로 중학생의 우울이 높아지고, 따라서 자살사고가 증가된다고 보고하였다.

이상의 선행연구들에서 내면화된 수치심, 분노억제, 우울, 자살사고 간의 부분적인 관련성은 밝혀진 바 있지만, 이들의 전체적인 구조적 관계를 살펴본 연구는 없었다. 특히 대학생의 자살 문제

가 심각한 문제임에도 이들을 대상으로 한 연구가 많이 이루어지지 않은 점을 고려하여 본 연구에서는 대학생을 대상으로 수치심이 자살사고에 미치는 기제를 알아보고자 하였으며, 분노억제와 우울을 매개변인으로 선정하여 그림 1과 같은 연구 모형을 설정하였다. 즉, 대학생의 내면화된 수치심이 분노억제, 우울을 매개로 하여 자살사고에 영향을 미치고, 내면화된 수치심이 우울에 직접 영향을 미치는 경로와 내면화된 수치심이 자살사고에 직접 영향을 미치는 경로를 포함한 부분이 중매개 모형을 검증해보고자 하였다.

방법

연구대상

4년제 대학교에 재학 중인 대학생 및 대학원생을 대상으로 자기 보고식 설문조사를 실시하였다. 수거된 470명의 설문지 중, 빠트린 문항이 있거나 불성실하게 응답한 자료들을 제외하여 최종적으로 총 422명의 자료로 분석을 실시하였다. 연구 참여자의 연령은 만 17~44세였으며, 평균연령은 22.4세였다. 성별은 남자가 177명(41.9%), 여자가 245명(58.1%)이었다.

측정 도구

내면화된 수치심 척도(The Internalized Shame Scale: ISS). 내면화된 수치심을 측정하기 위해 Cook(1987)이 개발한 내면화된 수치심 척도를 이인숙과 최해림(2005)이 타당화한 도구를 사용하였다. 내면화된 수치심 척도는 수치심을 측정하는 24개의 문항과 자존감을 측정하는 6개의 문항으로, 총 30문항으로 구성되어 있다. 수치심은 자존감 문항을 제외한 24문항으로 측정되며, '그런 경우가 없다(0)'에서 '거의 항상 그렇다(4)'까지 5점 척도로 평정된다. 이인숙과 최해림(2005)은 Cook(2001)의 내면화된 수치심 척도에 대한 요인 분석 결과, 부적절감, 공허, 자기처벌, 실수불안의 4가지 하위 요인을 확인하였다. Cook(1987)의 연구에서 내적일치도(Cronbach's α)는 임상집단이 .96, 비임상집단이 .95, 검사-재검사 신뢰도는 .84로 보고되었으며, 이인숙과 최해림(2005)의 연구에서 내적일치도는 .93으로 나타났다. 본 연구에서는 .96의 내적일치도를 나타냈다.

상태-특성 분노표현 척도(State-Trait Anger Expression Inventory: STAXI-K). 분노억제를 측정하기 위해 Spielberger, Krasner와 Solomon (1988)이 개발한 상태-특성 분노표현 척도를 한덕웅, 전경구, 이장호(1997)가 한국판으로 타당화한 도구를 사용하였다. 원척도는 상태분노를 측정하는 10문항, 특성분노를 측정하는 10문항, 그리고 분노표현의 3가지 양상인 분노억제, 분노표출, 분노통제를 측정하는 각 8문항으로, 총 44문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 분노억제를 측정하는 8문항만을 사용하였다. 각 문항은 '전혀 아니다(1)'에서

'매우 그렇다(4)'까지 4점 척도로 평정된다. 한덕웅 등(1997)의 연구에서 분노억제의 내적일치도(Cronbach's α)는 .67로 보고되었으며, 본 연구에서는 .85로 나타났다.

한국판 CES-D(Center for Epidemiological Studies-Depression Scale: CES-D). 우울을 측정하기 위해 Radloff(1977)가 비임상 집단의 우울을 감별하기 위해 만든 척도를 전경구, 최상진, 양병창(2001)이 통합적 한국판 CES-D로 개발한 도구를 사용하였다. CES-D는 총 20문항으로 구성되어 있으며, 각 문항은 '극히 드물게(1일 이하)'에서 '거의 대부분(5~7일)'까지 4점 척도로 평정된다. Radloff(1977)의 연구에서 비임상 표본을 대상으로 한 내적일치도(Cronbach's α)는 .85였으며, 전경구 등(2001)의 연구에서는 .91로 보고되었다. 본 연구에서의 내적일치도는 .94로 나타났다.

자살사고 질문지(Suicidal Ideation Questionnaire: SIQ). 자살사고를 측정하기 위해 Reynolds(1987)가 개발한 척도를 사용하였다. 본 연구에서는 신민섭(1992)이 한국어판으로 수정, 보완한 척도를 활용하여 서미순(2005)이 사용한 19문항을 사용하였다. 신민섭(1992)에서 각 문항은 지난 한 달 동안 자살사고를 얼마나 했는지 '전혀 없다(0)', '지난 달은 없다(1)', '한 달에 1번(2)', '한 달에 2-3번(3)', '일주일에 1번(4)', '일주일에 2-3번(5)', '거의 매일(6)'로 7점 척도로 평정되며, 서미순(2005)에서는 '전혀 그렇지 않다(1)'에서 '매우 그렇다(5)'까지 5점 척도로 평정된다. 본 연구는 정상집단을 대상으로 함에 따라, 서미순(2005)의 5점 척도를 채택하였다. 신민섭(1992)의 연구에서

내적일치도(Cronbach's α)는 .96으로 보고되었으며, 서미순(2005)의 연구에서는 .98로 나타났다. 본 연구에서는 .95의 내적일치도를 나타냈다.

분석 방법

본 연구에서는 내면화된 수치심, 분노억제, 우울, 자살사고 간의 관련성과 각 측정 도구의 신뢰도를 파악하기 위해 SPSS 18.0을 사용하여 Pearson 상관분석과 신뢰도 검증을 실시하였다. 그리고 AMOS 18.0을 사용하여 본 연구에서 가정한 모형의 적합도를 확인하였고, 부분 이중매개와 완전 이중매개 모형을 비교하였다. 모형의 적합도 검증에는 절대적합도 지수인 카이제곱 통계량과 RMSEA, 비교적합도 지수인 CFI, TLI를 사용하였다. 일반적으로 CFI, TLI는 .90 이상이면 적합한 수준의 모형으로 판단하며, RMSEA는 .05 보다 작으면 좋은 적합도, .08 보다 작으면 괜찮은 적합도, .10 보다 작으면 보통 적합도, .10 보다 크면 나쁜 적합도로 간주한다(홍세희, 2000). 모형 간 비교에서, 각 모형은 서로 동지관계에 있기 때문에 카이제곱 차이 검증을 통해 모형들을 비교하였다. 모형 검증을 위해서는 하나의 잠재 변수에 2개 이상의 측정 변수가 필요하다. 내면화된 수치심은 부적절감, 공허, 자기처벌, 실수불안으로 나누어져 이를 4개의 측정

변인으로 사용하였다. 또한 Russell, Kahn, Spoth와 Altmaier(1998)의 권유에 따라 단일 요인으로 구성된 분노억제와 자살사고 척도를 각각 3개의 꾸러미로 측정변인을 설정하였다. 우울 척도는 Radloff(1977)의 연구에 따라 우울 정서(depressed affect), 긍정 정서(positive affect), 신체적 및 운동 지체(somatic and retarded activity), 대인관계(interpersonal) 양상의 4개 요인으로 측정변인을 구성하였다. 다음으로 내면화된 수치심과 자살사고의 관계를 분노억제, 우울이 매개하는지를 확인하기 위해 Bootstrapping(ML방식) 검증을 사용하였다.

결 과

주요 변인 간 상관 및 기술통계치

주요 변인들 간의 상관 및 기술통계치를 표 1에 제시하였다. 모든 변인 간에 유의한 상관이 존재하는 것으로 나타났다. 각 변인 간의 상관을 살펴보면, 내면화된 수치심은 분노억제, $r=.782$, $p<.001$, 우울, $r=.815$, $p<.001$, 자살사고, $r=.751$, $p<.001$, 와 정적 상관을 보였다. 또한 분노억제는 우울, $r=.765$, $p<.001$, 자살사고, $r=.630$, $p<.001$, 와 정적 상관을 나타냈다. 우울 역시 자살사고와 정적상관을 보였다, $r=.757$, $p<.001$.

표 1. 주요변인 간 상관 및 기술통계치($N=422$)

	내면화된 수치심	분노억제	우울	자살사고
분노억제	.782***			
우울	.815***	.765***		
자살사고	.751***	.630***	.757***	
<i>M</i>	26.43	17.99	37.04	29.95
<i>SD</i>	18.25	5.40	11.53	13.98

*** $p < .001$.

측정모형 검증

본격적인 가설 검증에 앞서, 측정 모형의 타당성을 평가하기 위해 전체 모형에 대한 확인적 요

인분석을 실시하였다. 측정모형의 검증 결과, 측정모형의 적합도는 적절한 것으로 나타났다, $\chi^2(71)=194.067, p<.001$; TLI=.975, CFI=.980, RMSEA=.064. 구성된 각 측정 변인은 잠재 변인

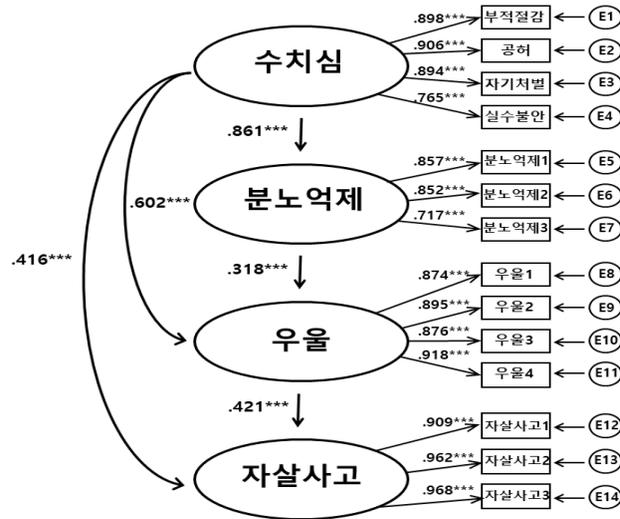


그림 2. 측정모형의 요인분석

*** $p < .001$.

표 2. 측정모형의 요인부하량

잠재변인	측정변인	비표준화 계수	S.E	표준화 계수	C.R.
내면화된 수치심	부적절감	1.000	-	.898	-
	공허	.629	.022	.906	28.876
	자기차별	.539	.019	.894	27.912
	실수불안	.412	.020	.765	20.331
분노억제	분노억제1	1.000	-	.857	-
	분노억제2	.947	.044	.852	21.363
	분노억제3	.656	.039	.717	16.625
우울	우울1	1.000	-	.874	-
	우울2	.998	.038	.895	26.436
	우울3	1.035	.041	.876	25.238
	우울4	.998	.036	.918	27.899
자살사고	자살사고1	1.000	-	.909	-
	자살사고2	.837	.023	.962	37.058
	자살사고3	.821	.022	.968	37.792

*** $p < .001$.

에 대해 .717에서 .968까지의 요인부하량을 가진 것으로 나타났으며, 이러한 결과는 그림 2와 표 2에 제시하였다.

구조방정식 모형 검증

본 연구에서 가정한 연구 모형의 적합도를 구조방정식 모형으로 검증한 결과, 모형의 적합도는 양호한 것으로 판단되었다, $\chi^2(72)=197.737$, $p<.001$; TLI=.975, CFI=.980, RMSEA=.064. 그림 3에서 보듯이 각 경로의 유의성을 살펴보면, 연구 모형의 모든 경로가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다.

다음으로 선행연구를 통해 추론할 수 있는 변인들 간의 관계성을 고려하여 이론적으로 가능한 여러 경쟁모형을 구성하여 연구모형과 비교하여 자료를 가장 잘 설명하는 모형을 찾고자 하였다. 구조방정식에서의 모형 검증은 단일모형에 대해 통계적 검증을 하는 방법, 가설적 모형을 설정한 뒤 결과에 따라 수정해 나가는 방법, 경쟁모형을 가정하고 통계적 검증을 하는 방법 등을 통해 이루어질 수 있다(Jöreskog & Sörbom, 1993). 일부 변인들의 관계를 이론적으로 추론하여 복수의 경쟁모형을 구성하여 모형을 비교할 경우, 추론된

변인 간의 관계를 직접 검증할 수 있을 뿐 아니라 자료의 정보를 최대한 활용하면서도 이론적, 경험적으로 정당화할 수 있다는 보고(박보람, 양난미, 2012)에 근거하여 본 연구에서는 연구모형과 경쟁모형들 간의 비교를 통해 모형 검증을 실시하였다. 또한 연구에서 매개효과를 검증하는 주된 이유는 하나의 특성으로 자리 잡아 수정하기가 쉽지 않은 변인에 대해 개입의 초점을 두기보다 상대적으로 개입이 수월하고 수정하기 용이한 변인들을 탐색하기 위한 것으로(조화진, 서영석, 2011), 이에 따라 각 변인들 간의 관계에 대해 명확히 알아보기 위해 몇 가지 경쟁모형을 설정하였다. 내면화된 수치심과 자살사고 간 경로를 설명하는 첫 번째 대안모형인 경쟁모형1을 그림 4에 제시하였다. 경쟁모형1은 연구모형에서 내면화된 수치심→ 우울의 경로를 제외한 모형으로, 즉 내면화된 수치심과 우울의 관계에서 분노억제의 완전매개를 가정한 모형이다. 이는 분노억제에 대한 개입을 통해 내면화된 수치심이 있는 대학생의 우울감을 감소시킬 수 있음을 보여주는 것이다. 경쟁모형1의 적합도를 검증한 결과, 이 역시 양호한 모형으로 나타났다, $\chi^2(73)=241.358$, $p<.001$; TLI=.967, CFI=.973, RMSEA=.074.

내면화된 수치심과 자살사고 간 경로를 설명하

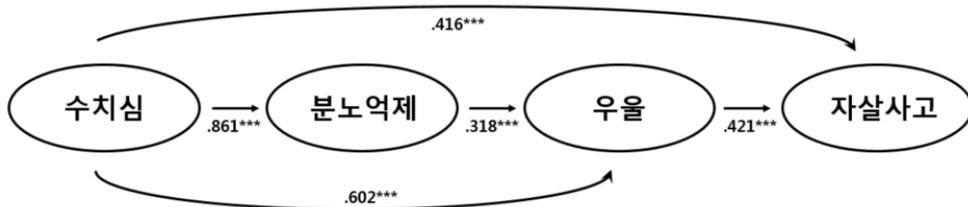


그림 3. 연구모형 및 경로계수

*** $p < .001$.

는 두 번째 대안모형인 경쟁모형2를 그림 5에 제시하였다. 경쟁모형2는 연구모형에서 내면화된 수치심→ 자살사고의 경로를 제외한 모형이다. 즉, 내면화된 수치심과 자살사고의 관계에서 우울이 완전매개하는 모형으로, 우울에 대한 개입을 통해 자살사고를 감소시킬 수 있음을 시사한다. 경쟁모형2의 적합도도 양호한 것으로 판단되었다, $\chi^2(73)=223.884$, $p<.001$; TLI=.970, CFI=.976, RMSEA=.070.

내면화된 수치심과 자살사고 간 경로를 설명하는 세 번째 대안모형인 경쟁모형3을 그림 6에 제시하였다. 경쟁모형3은 모든 매개효과를 완전매개

로 가정한 모형으로, 내면화된 수치심과 자살사고 간에 분노억제와 우울로 이어지는 간접효과만 있다고 설정한 모형이다. 이에 따르면 내면화된 수치심이 높은 대학생들의 자살사고에 대해 개입할 때 이들의 공고화된 수치심 경향성보다 분노표현 방식이나 우울감에 접근하는 것이 필요하다는 것을 보여주는 모형이다. 경쟁모형3의 적합도 역시 양호하였다, $\chi^2(74)=271.080$, $p<.001$; TLI=.962, CFI=.969, RMSEA=.080.

연구모형과 경쟁모형들의 적합도는 표 3에 제시하였다. 모형 간 비교에서, 각 모형은 서로 동지 관계에 있기 때문에 카이제곱 차이 검증을 통해

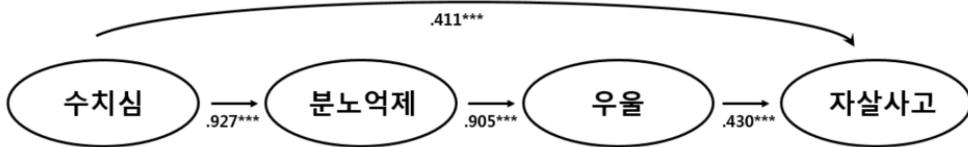


그림 4. 경쟁모형1 및 경로계수
*** $p < .001$.



그림 5. 경쟁모형2 및 경로계수
*** $p < .001$.

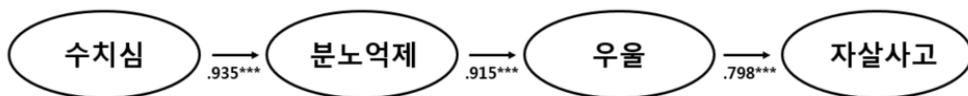


그림 6. 경쟁모형3 및 경로계수
*** $p < .001$.

표 3. 연구모형과 경쟁모형들의 적합도

모형	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
연구모형	197.737	72	.975	.980	.064
경쟁모형1	241.358	73	.967	.973	.074
경쟁모형2	223.884	73	.970	.976	.070
경쟁모형3	271.080	74	.962	.969	.080

*** $p < .001$.

모형들을 비교하였다. 유의도 수준 $\alpha=.05$ 수준에서 두 모형이 차이가 없다는 영가설을 기각하기 위해서는 자유도 1의 차이가 3.84 이상의 χ^2 차이, 자유도 2의 차이가 5.99 이상의 χ^2 차이를 가져와야 한다. 이때 두 모형 간의 χ^2 차이가 유의하면 자유도가 작은 모형을 선택한다. 그러나 두 모형의 χ^2 차이가 유의하지 않으면 두 모형의 합치도가 유사하다는 것을 의미하고, ‘간결성의 원칙’에 의해 더 간단한 모형, 즉 자유도가 더 큰 모형을 채택한다(박광배, 2000). 연구모형과 경쟁모형1의 비교 결과, 연구모형이 경로 한 개(내면화된 수치심→우울)를 더 추정하였으므로 자유도의 차이는 1이다. 자유도 1 차이에서 두 모형 간 카이제곱 값이 유의하게 차이가 나므로 연구모형을 경쟁모형1보다 상대적으로 우수한 모형으로 볼 수 있다, $\Delta\chi^2(1)=43.621$, $p<.05$. 연구모형과 경쟁모형2의 비교에서도 연구모형이 경로 한 개(내면화된 수치심→자살사고)를 더 추정하였으므로 자유도의 차이가 1이다. 자유도 1 차이에서 두 모형 간 카이제곱 값이 유의하게 차이가 나므로 연구모형을 경쟁모형2보다 상대적으로 우수한 모형으로 볼 수 있다, $\Delta\chi^2(1)=26.147$, $p<.05$. 연구모형과 경쟁모형3의 비교 결과, 연구모형이 경로 두 개(내면화된 수치심→자살사고, 내면화된 수치심→우울)를 더 추정하였으므로 자유도의 차이는 2이다. 자

유도 2 차이에서 두 모형 간 카이제곱 값이 유의하게 차이가 나므로 연구모형을 경쟁모형3보다 상대적으로 우수한 모형으로 볼 수 있겠다, $\Delta\chi^2(2)=73.343$, $p<.05$. 이에 따라 최종적으로 연구모형을 채택하였다.

최종모형 검증

최종모형에서 변인들의 직접효과와 간접효과가 유의한지 검증하기 위해 Bootstrap 검증을 실시하였다. Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 방법을 사용하였으며, 이 방법은 Bootstrapping 신뢰구간을 제시하고, 그 구간에 0이 포함되지 않을 경우 간접효과가 통계적으로 유의한 것으로 판단한다. 또한 AMOS 18.0은 다중매개의 경우 전체간접효과에 대한 분석만 가능하기 때문에 개별간접효과에 대한 분석을 위해 Mplus 6을 사용하였다. 분석 결과는 표 4에 제시하였다.

Bootstrap 검증을 통한 분석결과, 모든 경로의 직접효과가 유의하였다. 직접효과는 각 경로의 표준화 추정치와 같다. 간접효과 분석결과, 모든 경로가 통계적으로 유의하였다. 먼저 수치심이 분노 억제를 매개로 우울로 가는 경로의 간접효과는 .274, $\beta=.002$, 95% CI [.144, .396], 로 통계적으로 유의하였다. 또한 수치심이 우울을 매개로 자살사

표 4. 최종 모형의 직·간접효과 결과(N=422)

경로	Estimate	95%CI	
		Lower	Upper
수치심→분노억제	.861***	.821	.897
분노억제→우울	.318***	.165	.460
우울→자살사고	.421***	.220	.617
수치심→자살사고	.416***	.217	.604
수치심→우울	.602***	.445	.742
수치심→분노억제→우울	.274**	.144	.396
수치심→우울→자살사고	.253**	.107	.308
분노억제→우울→자살사고	.134**	.060	.229
수치심→분노억제→우울→자살사고	.369**	.192	.549

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

고에 이르는 간접효과는 .253, $\beta=.001$, 95% CI [.107, .308], 으로 나타났다. 그리고 분노억제가 우울을 매개로 자살에 이르는 간접효과는 .134, $\beta=.001$, 95% CI [.060, .229], 를 나타냈다. 마지막으로 수치심이 분노억제와 우울을 매개로 자살사고로 가는 경로의 간접효과는 .369, $\beta=.001$, 95% CI [.192, .549], 로 나타나 부분 이중매개 모형이 성립되었다.

논 의

본 연구에서는 대학생을 대상으로 내면화된 수치심 경향이 분노억제와 우울을 통해 자살사고에 미치는 영향을 확인하고, 이어지는 경로에 대해 밝히고자 하였다. 이를 위해, 내면화된 수치심, 분노억제, 우울, 자살사고 간의 상관관계를 확인하고, 각 변인간의 직접효과 및 간접효과와 내면화된 수치심이 자살사고에 영향을 미치는 과정에서 분노억제와 우울의 이중매개효과를 알아보았다. 본 연구의 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 주요 변인들 간의 관계를 파악하기 위해 상관분석을 실시한 결과, 내면화된 수치심, 분노억제, 우울, 자살사고 각각의 변인들은 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 내면화된 수치심 경향이 높을수록 분노억제가 높았다는 선행연구들(정혜숙, 정남운, 2011; 최임정, 심혜숙, 2010), 수치심 경향이 높을수록 높은 수준의 우울(김영석, 2008; 한주연, 박경, 2011)과 자살사고(강민철 외, 2013; Wiklander et al., 2012)를 보였다는 연구결과와 일치한다.

둘째, 내면화된 수치심과 우울의 관계에서 분노억제의 매개효과를 검증한 결과, 분노억제가 내면화된 수치심과 우울 간의 관계에서 부분매개효과를 갖는다는 것을 확인할 수 있었다. 즉, 내면화된 수치심이 높을 경우 분노를 억제하는 경향이 높아지고, 이에 따라 우울 수준이 높아질 수 있음을 의미하는 것이다. 이는 최근 대학생을 대상으로 분노억제가 내면화된 수치심과 우울의 관계를 매개한다는 연구 결과(이진, 송미경, 2017)를 재입증하는 것이다.

셋째, 내면화된 수치심이 자살사고에 이르는 경로에서 우울의 매개효과를 검증한 결과, 우울이 내면화된 수치심과 자살사고 간의 관계에서 부분 매개효과를 갖는다는 것을 확인하였다. 즉, 내면화된 수치심이 높을수록 우울 경향성이 높아지고, 이에 따라 자살사고의 수준이 높아짐을 알 수 있었다. 기존의 많은 연구들이 내면화된 수치심과 우울이 각각 자살사고와 정적 상관을 보인다는 것을 증명하였으나 내면화된 수치심과 자살사고의 관계에서 우울이 매개하는지에 대해서는 거의 보고된 바가 없었다. 본 연구를 통해 매개변인으로서 우울의 역할을 확인할 수 있었다.

넷째, 분노억제와 자살사고 간의 관계에서 우울의 매개효과를 검증한 결과, 우울이 분노억제와 자살사고를 완전매개한다는 것을 확인할 수 있었다. 분노를 억제할수록 우울 경향이 높아지고, 따라서 자살사고의 수준이 높아질 수 있음을 시사하는 것이다. 이러한 결과는 분노억제 수준이 높을수록 우울 수준이 높아져서 자살생각을 많이 나타낸다는 연구결과들(박승일, 이동귀, 2014; 이종은 외, 2013)과도 일치한다.

마지막으로, 내면화된 수치심이 분노억제, 우울을 통해 자살사고에 영향을 미칠 것이라는 이중매개 모형을 설정하여 분석한 결과, 모든 직·간접효과가 유의하게 나타났다. 즉, 내면화된 수치심 수준이 강할수록 대학생의 자살사고 경향도 더 큰 것으로 나타났다. 이는 선행연구들에서도 지지된 결과이며, 내면화된 수치심이 자살사고를 설명하는 중요한 요인이 될 수 있다는 것을 시사한다. 또한 내면화된 수치심이 분노억제 및 우울을 일으키는 원인이 될 수 있으며, 분노억제가 우울을 유발할 수 있다는 것을 입증하는 것이다. 우울 역

시 자살사고를 유의하게 예언하였으며, 이는 여러 이론 및 선행연구와 일관되는 결과이다.

본 연구결과를 통해 변인들 간의 관계성을 설명해보면 다음과 같다. 내면화된 수치심 경향이 있는 사람들은 감정을 느끼는 그 자체에 수치심을 느끼기 때문에 감정을 느끼고 표현하는 것에 어려움을 느끼게 되고(Bradshaw, 2005), 이에 따라 분노를 경험할 때도 이를 억제하게 된다. 이러한 방식으로 반복적으로 분노를 억제하게 되면 분노를 억제하는 것에 익숙해지며(Seligman, 1975), 억제된 분노는 자신을 향하게 되고, 우울 수준을 높일 수 있다. 우울은 모든 연령층에서 자살과 높은 상관을 보이며, 자살사고를 보이는 사람들에게서 볼 수 있는 가장 흔한 증상이다. 즉, 내면화된 수치심 경향이 있을 경우 분노억제를 반복적으로 보이게 되고, 이는 우울과 자살사고를 유발할 수 있다.

본 연구의 의의 및 시사점은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 대학생을 대상으로 내면화된 수치심이 어떻게 자살사고를 유발하는가에 대해 알아보고자 하였으며, 특히 수치심이 우리나라의 문화적 특성과 관련이 높다는 점에서 의미가 있어 보인다. 국외의 비교문화 연구들에서 수치심은 아시아 문화와 관련이 높다고 보고되고 있으며(Ha, 1995; Wong & Tsai, 2007), 이에 따라 비교적 최근 이루어진 한 연구(Wong, Kim, Nguyen, Cheng, & Saw, 2014)는 아시아계 미국인 대상의 수치심 척도를 개발하기도 하였다. Lee(1999)는 한국 문화와 수치심의 관계에 대해 보고하였고, Yang과 Rosenblatt(2001)도 우리나라 가족에서 관찰되는 수치심에 대해 설명하였다. 우리나라는 수백 년간 유교적 전통에 따라왔으며,

유교 문화가 수치심 문화를 발달시키는데 중요한 역할을 했다는 보고(김태훈, 2016)를 참고할 때 우리나라의 사회문화적 특성이 보다 쉽게 수치심을 유발한다고 추측해볼 수 있다. 연구 결과, 내면화된 수치심 경향이 높은 대학생들은 분노억제를 보일 가능성이 크고, 분노억제를 보이는 사람들은 우울 수준이 높은 것으로 나타났다. 나아가 우울은 자살사고에 영향을 미치는 것으로 드러났다. 즉 수치심이 내면화되어 있으면 자신의 감정을 느끼고 표현하는 것이 어렵게 느껴지고, 이에 따라 분노를 경험할 때도 이를 억제하는 경향이 높아진다. 이에 더해 분노를 표현하는 것을 부정적으로 여기는 우리나라의 문화적 특성도 분노를 억제하도록 조장한다(장혜주, 임지영, 2011). 분노를 억제하다 보면 해소되지 않은 분노가 자신에게 향하게 되며, 이는 우울한 감정으로 대치된다. 우울은 모든 문화적 배경 및 연령에서 자살행동과 높은 관련성을 지닌 것으로 알려져 있으므로, 즉 우울한 감정은 자살사고의 빈도를 높일 수 있다. 따라서 수치심은 자살과의 연관성이 높을 뿐 아니라 우리나라의 문화적 특성과도 관련이 있음을 고려할 때, 분노억제와 우울을 매개로 내면화된 수치심과 자살사고의 관계성에 대해 살펴 본 것에 의의가 있다.

둘째, 기존의 많은 선행연구들은 내면화된 수치심, 분노억제, 우울 및 자살사고 간의 상관을 보고하였지만, 네 가지 변인을 모두 다룬 연구는 없었다. 특히 아직까지 분노억제를 매개변인으로 한 연구는 이루어지지 않았다. 본 연구에서는 내면화된 수치심에서 분노억제, 우울, 자살사고로 이어지는 모형을 검증함에 따라 분노억제가 내면화된 수치심과 우울 간의 관계를 매개한다는 것을 확

인하였으며, 우울이 수치심과 자살사고, 분노억제와 자살사고 간의 관계에서 중요한 매개변인임을 확인하였다. 또한 본 연구의 최종 모형에 따르면, 내면화된 수치심이 분노억제와 우울, 자살사고로 이어지는 기제에서 내면화된 수치심이 분노억제에 영향을 줄 뿐만 아니라 우울 및 자살사고 수준 각각에 미치는 직접적인 영향력도 동시에 고려하는 것이 보다 적합한 것으로 나타났는데, 이는 기존 선행연구들에서 내면화된 수치심이 우울, 자살사고 각각과 높은 상관을 보였던 결과를 반영하는 것으로 보인다. 수치심이 자신에 대한 부정적 평가와 관련된 감정이라는 것을 생각해보면, 내면화된 수치심을 가진 사람이 쉽게 우울해질 것이라는 예측 역시 그리 어렵지 않다. 따라서 임상 실제에서는 분노억제 수준이 높지 않더라도 대학생의 내면화된 수치심 경향이 높을 경우 높은 수준의 우울감과 자살사고를 경험할 가능성이 있다는 것을 염두에 두고 우울 및 자살사고를 우선적으로 평가하는 것이 필요하겠다.

셋째, 본 연구의 결과를 토대로 내면화된 수치심, 분노억제, 우울, 자살과 관련된 연구 및 치료적 개입에 적용할 시사점을 이끌어낼 수 있다. 특히 문화적 변인으로 선정된 수치심이 자살사고에 영향을 미칠 수 있다는 결과는 자살 예방에 문화적 특성을 고려한 치료적 개입이 필요함을 시사한다. 내담자의 자기개방은 상담에서 매우 중요하고 핵심적이라고 볼 수 있는데, Zane과 Ku(2014)에 따르면 아시아계 미국인 혹은 수치심 기반의 문화적 배경을 가진 내담자들은 상담자에게 자신의 중요한 개인 정보를 말하는 것을 어려워할 수 있다고 보고하였다. 이러한 결과로 볼 때, 내면화된 수치심 경향이 높은 내담자가 자기개방을 어려워 할

것이라고 예측할 수 있으며, 또한 자신의 부정적 감정 및 자살사고에 대해 이야기하는 데도 어려움이 있을 수 있다. 최근 많은 연구가 이루어지고 있는 자기자비(self-compassion)에 대한 개념을 적용한 자기자비 치료는 수치심을 완화시킨다고 보고되고 있고(Leaviss & Uttley, 2015), 불교와도 관련이 높다. 우리나라의 불교적 전통을 고려할 때, 이와 같은 마음챙김과 수용 및 자기자비를 활용한 치료적 개입이 보다 용이하게 이루질 수 있다. 장기적으로는 이러한 문화를 변화시킬 수 있는 사회적 인식의 변화를 위한 정책 역시 필요할 것이다. 오랜 기간 지속되어온 문화를 단기간에 바꾸는 것은 쉽지 않으나, 개인을 우월하고 열등한 존재로 나누는 방식을 지양함으로써 개인의 수치심 수준은 낮아질 수 있고, 이에 따라 자신의 감정을 자연스럽게 느끼게 되며, 분노를 억제하는 경향도 줄어들 것이라고 예상할 수 있다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 변인을 측정하기 위해 자기보고식 설문지를 사용하여, 사회적 바람직성 문제를 배제할 수 없다. 특히 자살이라는 민감한 주제였던 만큼, 자살사고의 정확성과 관련하여 솔직한 대답을 이끌어내지 못했을 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 자기보고식 검사와 더불어 객관적 검사도구 및 면접을 통해 보다 정확하게 자살사고를 측정하는 것이 필요하겠다.

둘째, 본 연구는 변인들 간의 논리적 관계성에 따라 인과적 모형을 설정하여 이를 검증하였다. 그러나 본 연구의 변인들은 횡단적으로 측정되어 연구 결과가 실제 인과적 관계성을 밝혔다고 하기는 어렵다. 그러므로 향후 종단적 연구를 통해 인

과적 방향성을 보다 분명히 검증할 필요가 있다.

셋째, 본 연구에 참여한 대상은 경기도 및 부산 소재의 대학생과 대학원생으로, 연구 결과를 일반화하는 데는 한계가 있을 수 있다. 후속연구에서는 다양한 지역에서 표본을 모집하여 연구의 일반화 가능성을 검증할 필요가 있다.

넷째, 수치심을 다룬 최근의 국내 연구들은 고통감내력(임혜령, 이영순, 2017), 자기수용(정은영, 신희천, 2014)과 같은 변인들을 매개로 분노표현이나 우울의 정도가 낮아질 수 있다고 보고하였다. 추후 연구에서는 본 연구에서의 매개변인인 분노억제와 우울에 대한 개입이 자살사고를 감소시키는지 살펴볼 필요가 있고, 이러한 개입으로서 고통감내력과 자기수용을 강조하며 다루는 치료 방법의 효과를 확인하는 것이 의미가 있을 것이다. 또한 분노를 억제하는 경향이 있는 대학생에 대해 치료적인 개입을 할 때 우울 경험 여부를 확인하는 것은 자살사고 여부를 판단하는데 도움이 될 것이다. 유사하게, 수치심이 내면화되어 있을 경우 어떠한 분노표현 방식을 주로 사용하는지, 그에 따른 우울 문제가 있는지를 알아보는 것을 통해 대학생의 자살사고에 대해 예측할 수 있을 것으로 생각된다.

참 고 문 헌

- 강민철, 조현주, 이종선 (2013). 우울, 불안, 수치심, 자살사고에 대한 잠재프로파일분석. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 25(4), 873-896.
- 고은영 (1997). 분노 표현 방식과 분노 표현의 적절성이 우울에 미치는 영향. *가톨릭대학교 석사학위 청구 논문*.

- 김신연, 채규만 (2013). 대학생의 생활스트레스가 자살 사고에 미치는 영향: 지각된 사회적 지지와 삶의 의미의 조절효과. *인간이해*, 34(1), 1-13.
- 김영석 (2008). 완벽주의, 수치심, 우울과의 관계. 서강대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 김용태 (2010). 사회-심리적 특성으로서 수치심의 이해와 해결. *상담학연구*, 11(1), 59-73.
- 김태훈 (2016). 한국인들의 수치심에 내재된 유교 문화적 특성 분석. *한국초등도덕교육학회 하계학술발표논문집*, 2016, 814-824.
- 박경 (2004). 부정적 생활스트레스와 우울과의 관계: 문제해결과 완벽주의의 중재효과와 매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 9(2), 265-283.
- 박광배 (2000). 다차원척도법. 서울: 교육과학사.
- 박보람, 양난미 (2012). 대학생의 사회적으로 부과된 완벽주의와 학업적 지연행동의 관계. *한국심리학회지: 일반*, 31(2), 541-561.
- 박승일, 이동귀 (2014). 군 초급간부의 직무만족, 직무스트레스, 분노표현, 우울, 무망감이 자살생각에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(2), 545-571.
- 서미순 (2005). 청소년 자살사고에 영향을 미치는 심리 사회적 요인들에 관한 연구. *경남대학교 행정대학원 석사학위 청구논문*.
- 송동호, 이홍식, 전여숙, 정유숙 (1996). 청소년 자살기 도자의 정신의학적 특성. *신경정신의학*, 35(6), 1366-1375.
- 신민섭 (1992). 자살기제에 대한 실증적 연구: 자기도피 척도의 타당화. *연세대학교 박사학위 청구논문*.
- 심중운, 이영호 (2000). 수치심 경향성, 죄책감 경향성 및 사건귀인이 우울증상에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 19(3), 485-499.
- 조채희 (2011, 4, 11). 대학생 자살 연 230명. *심리상담 강화 추진*. 연합뉴스. <http://www.yonhapnews.co.kr/society/2011/04/11/0703000000AKR20110411103900004.HTML>에서 2017, 11, 20 인출.
- 윤태림 (1986). *한국인의 성격*. 서울: 동방도서.
- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심 척도(Iss)의 타당화 연구-애착, 과민성 자기에, 외로움과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(3), 651-670.
- 이종은, 최동원, 임정혜 (2013). 중학생의 분노, 우울과 자살생각에 관한 예측모형. *한국학교보건학회지*, 26(2), 72-80.
- 이진, 송미경 (2017). 대학생의 내면화된 수치심과 우울의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(2), 409-428.
- 이현지, 김명희 (2007). 대학생의 자아정체감과 무망감, 우울, 자살사고의 관계에 관한 연구. *청소년학연구*, 14(3), 243-264.
- 이혜선, 육성필, 배진화, 안창일 (2008). 이론 및 개관연구: 자살관련행동의 명명파 분류. *한국심리학회지: 일반*, 27(2), 331-349.
- 이혜선, 김성연, 박일, 강여정, 이지영, 권정혜 (2012). 대학생의 자살관련생각과 행동의 원인 및 자살을 선택하지 않은 이유. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 24(3), 703-728.
- 임혜령, 이영순 (2017). 내면화된 수치심과 분노표현양식의 관계에서 고통감내력의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 29(1), 159-178.
- 장혜주, 임지영 (2011). 초등학교 저학년 아동의 분노표현방식 유형에 관한 연구: Q 방법론 적용. *Family and Environment Research*, 49(4), 11-23.
- 전경구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 Ces-d 개발. *한국심리학회지: 건강*, 6(1), 59-76.
- 정은영, 신희천 (2014). 수치심 경험이 우울에 미치는 영향: 자기수용의 조절효과. *상담학연구*, 15(1), 183-194.
- 정혜숙, 정남운 (2011). 대학생의 완벽주의와 분노표현양식의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. *인간이해*, 32(2), 89-107.
- 조성진, 전홍진, 김무진, 김장규, 김선욱, 류인균, 조맹제 (2001). 한국 도시지역 청소년의 우울증상의 유병률과 관련요인에 대한 연구. *신경정신의학*, 40(4), 627-639.
- 조영희, 정남운 (2016). 성인애착, 기본 심리적 욕구 만족, 내면화된 수치심이 분노 표현 방식에 미치는

- 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(1), 169-190.
- 조화진, 서영석 (2011). 성인애착과 심리적 디스트레스의 관계: 부적응적 완벽주의와 기본 심리적 욕구 만족의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(2), 471-490.
- 최임정, 심혜숙 (2010). 대학생의 내면화된 수치심과 분노표현양식이 대인관계문제에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 479-492.
- 통계청 (2017). 2016년 사망원인통계. https://kostat.go.kr/portal/korea/kor_nw/2/6/2/index.board?bmode=read&aSeq=363268 에서 2017, 11, 20 인출.
- 하정희, 안성희 (2008). 대학생들의 자살생각에 영향을 미치는 요인들: 스트레스, 대처방식, 완벽주의, 우울, 충동성의 구조적 관계모형 검증. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 20(4), 1149-1171.
- 하은혜, 이선희, 유은승, 김종훈, 강한성, 노정실, 이근석 (2011). 유방암 환자의 화병과 우울증상의 관계. 한국심리학회지: 여성, 16(1), 115-133.
- 한덕용, 전검구, 이장호 (1997). 한국판 Staxi 척도 개발: 분노와 혈압. 한국심리학회지: 건강, 2(1), 60-78.
- 한주연, 박경 (2011). 대학생의 부적응적 완벽주의와 우울과의 관계에서 수치심과 인지적 정서조절 전략의 매개효과. 청소년학연구, 18(9), 169-188.
- 한지윤 (2007). 고등학생의 분노표현방식이 우울 및 자기효능감에 미치는 영향. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위 청구논문.
- 허준수 (2004). 지역사회거주 노인들의 생활만족도에 관한 연구. 노인복지연구, 24, 127-151.
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. 한국심리학회지: 임상, 19(1), 161-177.
- Aldao, A., Nolen-Hoeksema, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*(2), 217-237.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders, 5th edition*. Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Ayyash-Abdo, H. (2002). Adolescent suicide: An ecological approach. *Psychology in the Schools, 39*(4), 459-475.
- Baumeister, R. F. (1990). Suicide as escape from self. *Psychological Review, 97*(1), 90-113.
- Bonner, R. L., & Rich, A. R. (1987). Toward a predictive model of suicidal ideation and behavior: Some preliminary data in college students. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 17*(1), 50-63.
- Bradshaw, J. (2005). *Healing the shame that binds you: Recovery classics edition*. Florida: Health Communications, Inc.
- Bryan, C. J., Morrow, C. E., Etienne, N., & Ray-Sannerud, B. (2013). Guilt, shame, and suicidal ideation in a military outpatient clinical sample. *Depression and Anxiety, 30*(1), 55-60.
- Cook, D. R. (1987). Measuring shame: The internalized shame scale. *Alcoholism Treatment Quarterly, 4*(2), 197-215.
- Cook, D. R. (2001). *Internalized shame scale: Technical manual*. New York: Multi Health System Inc.
- Cooper, J., Appleby, L., & Amos, T. (2002). Life events preceding suicide by young people. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 37*(6), 271-275.
- Daniel, S. S., Goldston, D. B., Erkanli, A., Franklin, J. C., & Mayfield, A. M. (2009). Trait anger, anger expression, and suicide attempts among adolescents and young adults: A prospective study. *Journal of Clinical Child & Adolescent Psychology, 38*(5), 661-671.
- Dumais, A., Lesage, A., Alda, M., Rouleau, G., Dumont, M., Chawky, N., ... Turecki, G. (2005). Risk factors for suicide completion in major depression: A case-control study of impulsive

- and aggressive behaviors in men. *American Journal of Psychiatry*, 162(11), 2116-2124.
- Fortuna, L. R., Perez, D. J., Canino, G., Sribney, W., & Alegria, M. (2007). Prevalence and correlates of lifetime suicidal ideation and suicide attempts among latino subgroups in the united states. *The Journal of Clinical Psychiatry*, 68(4), 572-581.
- Foster, T. (2003). Suicide note themes and suicide prevention. *The International Journal of Psychiatry in Medicine*, 33(4), 323-331.
- Goldney, R., Winefield, A., Saebel, J., Winefield, H., & Tiggegan, M. (1997). Anger, suicidal ideation, and attempted suicide: A prospective study. *Comprehensive Psychiatry*, 38(5), 264-268.
- Goodwin, R. D., & Hamilton, S. P. (2003). Lifetime comorbidity of antisocial personality disorder and anxiety disorders among adults in the community. *Psychiatry Research*, 117(2), 159-166.
- Goss, K., Gilbert, P., & Allan, S. (1994). An exploration of shame measures—I: The other as shamer scale. *Personality and Individual Differences*, 17(5), 713-717.
- Gross, J. J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(1), 224-237.
- Ha, F. I. (1995). Shame in Asian and Western cultures. *American Behavioral Scientist*, 38(8), 1114-1131.
- Harburg, E., Blakelock Jr, E. H., & Roeper, P. J. (1979). Resentful and reflective coping with arbitrary authority and blood pressure: Detroit. *Psychosomatic Medicine*, 41(3), 189-202.
- Harwood, D., & Jacoby, R. (2000). Suicidal behaviour among the elderly. In Hawton. K. & Van Heeringen, K. (Eds.), *The International Handbook of Suicide and Attempted Suicide* (pp. 275-292). New York: John Wiley & Sons, Ltd.
- Hawton, K. & Van Heeringen, K. (2009). Suicide. *The Lancet*, 373(9672), 1372-1381.
- Johnson, E. H. (1984). *Anger and anxiety as determinants of elevated blood pressure in adolescents: The tampa Study*. Doctoral dissertation. University of South Florida, USA.
- Joiner, T. E. (2005). *Why people die by suicide*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Jöreskog, K. G., & Sörbom, D. (1993). *LISREL 8: Structural equation modeling with the SIMPLIS command language*. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Kaufman, G. (1989). *The psychology of shame: Theory and treatment of shame-based syndromes*. New York: Springer Publishing Company Inc.
- Kim, J., Talbot, N. L., & Cicchetti, D. (2009). Childhood abuse and current interpersonal conflict: The role of shame. *Child Abuse & Neglect*, 33(6), 362-371.
- Kuo, W., Gallo, J. J., & Tien, A. (2001). Incidence of suicide ideation and attempts in adults: The 13-year follow-up of a community sample in baltimore. *Psychological Medicine*, 31(07), 1181-1191.
- Leaviss, J. & Uttley, L. (2015). Psychotherapeutic benefits of compassion-focused therapy: An early systematic review. *Psychological medicine*, 45(5), 927-945.
- Lee, Z. N. (1999). Korean culture and sense of shame. *Transcultural Psychiatry*, 38(2), 181-194.
- Lee, J., Choi, H., Kim, M. J., Park, C. G., & Shin, D. S. (2009). Anger as a predictor of suicidal ideation in middle-school students in Korea: Gender difference in threshold point. *Adolescence*, 44(174), 433-446.
- Lester, D. (1992). *Why people kill themselves: A 1990s summary of research findings on suicidal behavior*. Illinois: Charles C Thomas, Publisher.

- Lester, D. (1997). The role of shame in suicide. *Suicide and Life-Threatening Behavior, 27*(4), 352-361.
- Lester, D. (2000). Shame and suicide: A case study. *Death Studies, 24*(2), 157-162.
- Lester, D., & Miller, C. (1990). Depression and suicidal preoccupation in teenagers. *Personality and Individual Differences, 11*(4), 421-422.
- Lewis, H. B. (1971). Shame and guilt in neurosis. *Psychoanalytic Review, 58*(3), 419-438.
- Lynch, T. R., Cheavens, J., Morse, J. Q., & Rosenthal, M. (2004). A model predicting suicidal ideation and hopelessness in depressed older adults: The impact of emotion inhibition and affect intensity. *Aging & Mental Health, 8*(6), 486-497.
- Newman, L. S., Duff, K. J., & Baumeister, R. F. (1997). A new look at defensive projection: Thought suppression, accessibility, and biased person perception. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*(5), 980-1001.
- Van Orden, K. A., Witte, T. K., Cukrowicz, K. C., Braithwaite, S. R., Selby, E. A., & Joiner, T. E. (2010). The interpersonal theory of suicide. *Psychological Review, 117*(2), 575.
- Organization for Economic Cooperation and Development. (2017). *Health at a Glance 2017: OECD Indicators*. Retrieved from http://dx.doi.org/10.1787/health_glance-2017-en.
- Orth, U., Berking, M., & Burkhardt, S. (2006). Self-conscious emotions and depression: Rumination explains why shame but not guilt is maladaptive. *Personality & Social Psychology Bulletin, 32*(12), 1608-1619.
- Painuly, N., Sharan, P., & Mattoo, S. K. (2007). Antecedents, concomitants and consequences of anger attacks in depression. *Psychiatry Research, 153*(1), 39-45.
- Pirkis, J., Burgess, P., & Dunt, D. (2000). Suicidal ideation and suicide attempts among Australian adults. *Crisis: The Journal of Crisis Intervention and Suicide Prevention, 21*(1), 16-25.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale a self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*(3), 385-401.
- Reynolds, W. M. (1987). *Suicidal ideation questionnaire (SIQ)*. Florida: Psychological Assessment Resources.
- 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*(1), 18-29.
- Seligman, M. (1975). *Helplessness: On depression, development, and death. A series of books in psychology*. New York: WH Freeman/Times Books/Henry Holt & Co.
- Seligman, M. E. P., Walker, E. F., & Rosenhan, D. L. (2001). *Abnormal Psychology*. New York: Norton.
- Shneidman, E. S. (1984). Aphorisms of suicide and some implications for psychotherapy. *American Journal of Psychotherapy, 38*(3), 319-328.
- Shrout, P. E. & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*(4), 422-445.
- Soloff, P. H., Lynch, K. G., Kelly, T. M., Malone, K. M., & Mann, J. J. (2000). Characteristics of suicide attempts of patients with major depressive episode and borderline personality disorder: A comparative study. *American Journal of Psychiatry, 157*(4), 601-608.
- Solomon, E. P. (1987). *An examination of personality characteristics and coping mechanisms identified as Risk Factors for cancer*. Doctoral dissertation.

- University of South Florida, USA.
- Spielberger, C. D. (1985). Assessment of state and trait anxiety: Conceptual and methodological issues. *Southern Psychologist, 24*, 6-16.
- Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression, and control of anger. In Janisse, M. P. (Ed.), *Health psychology: Individual differences, stress, and health psychology* (pp. 89-108). New York: Springer-Verlag.
- Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C., & Gramzow, R. (1992). Shamed into anger? the relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *Journal of Personality and Social Psychology, 62*(4), 669-675.
- Wang, M., Richard Lightsey, O., Pietruszka, T., Uruk, A. C., & Wells, A. G. (2007). Purpose in life and reasons for living as mediators of the relationship between stress, coping, and suicidal behavior. *The Journal of Positive Psychology, 2*(3), 195-204.
- Wegner, D. M., & Erber, R. (1992). The hyperaccessibility of suppressed thoughts. *Journal of Personality and Social Psychology, 63*(6), 903-912.
- Wegner, D. M., Schneider, D. J., Carter, S. R., & White, T. L. (1987). Paradoxical effects of thought suppression. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*(1), 5-13.
- White, J. L. (1989). *The troubled adolescent*. New York: Pergamon Press.
- Wiklander, M., Samuelsson, M., & Åsberg, M. (2003). Shame reactions after suicide attempt. *Scandinavian Journal of Caring Sciences, 17*(3), 293-300.
- Wiklander, M., Samuelsson, M., Jokinen, J., Nilsson, Å., Wilczek, A., Rylander, G., & Åsberg, M. (2012). Shame-proneness in attempted suicide patients. *BMC Psychiatry, 12*(1), 50-58.
- Wong, T., & Tsai, J. (2007). Cultural models of shame and guilt. In Tracy, J. L., Robins, R. W., & Tangney, J. P. (Eds.), *The self-conscious emotions: Theory and research* (pp. 209-223). New York: Guilford Press.
- Wong, Y. J., Kim, B. S., Nguyen, C. P., Cheng, J. K. Y., & Saw, A. (2014). The Interpersonal Shame Inventory for Asian Americans: Scale development and psychometric properties. *Journal of Counseling Psychology, 61*(1), 119-132.
- Yang, S., & Rosenblatt, P. C. (2001). Shame in Korean families. *Journal of Comparative Family Studies, 32*(3), 361-375.
- Zane, N., & Ku, H. (2014). Effects of ethnic match, gender match, acculturation, cultural identity, and face concern on self-disclosure in counseling for Asian Americans. *Asian American Journal of Psychology, 5*(1), 66-74.

원고접수일: 2017년 9월 22일

논문심사일: 2017년 10월 15일

게재결정일: 2017년 12월 29일

The Relationships between Internalized Shame and Suicidal Ideation: Dual Mediating Effects of Anger Suppression and Depression among College Students

Soyoung Sung Kee-Hwan Park
The Catholic University of Korea

The purpose of this study was to explore the dual mediating effects that are characteristic of anger suppression and the associated effects of depression, in the relationship between internalized shame and suicidal ideation among college students. For this purpose, a comprehensive questionnaire survey was conducted on 422 college students as participants in the study, located in Gyeonggi and Busan, South Korea. The participants therefore completed The Internalized Shame Scale (ISS), State-Trait Anger Expression Inventory (STAXI-K), Korean CES-D, and the Suicidal Ideation Questionnaire (SIQ) for purposes of this study. Chiefly, in order to analyze the dual mediating effects, a structural equation modeling was conducted by the use of the AMOS 18.0 programs. Overall, the results of this study were as follows: First, the associated anger suppression as noted in the participants had a partial mediating effect between internalized shame and the incidence of depression. Second, it was noted that the depression experienced in the participants had a partial mediating effect between internalized shame and suicidal ideation. Third, the incidence of depression had a mediating effect as associated between anger suppression and suicidal ideation. Finally, the effect of internalized shame as experienced by the student participants surveyed had both noted direct and indirect effects on suicidal ideation via the incidence of anger suppression and depression. That is, we are confident to note that a partial dual mediation model fit the data well in this case. These results of this study suggest that anger suppression and depression sequentially mediate the relationship between the idea of internalized shame and suicidal ideation among college students. In conclusion, the noted limitations of this study and suggestions for future studies were discussed.

Keywords: Internalized Shame, Anger Suppression, Depression, Suicidal Ideation, Dual Mediating Effects