한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2018. Vol. 23, No. 1, 167 - 185

중학생의 자기몰입과 대인관계 문제의 관계에서 정서변별 어려움과 부적응적 인지적 정서조절의 이중 매개효과†

조 은 실　　신 미 연　　현 명 호‡
중앙대학교 심리학과

본 연구는 중학생의 자기몰입과 대인관계 문제의 관계를 정서변별 어려움과 부적응적 인지적 정서조절이 순차적으로 매개하는지 확인해보고자 수행되었다. 이를 위해 대구 지역 중학생 300명을 대상으로 자기초점주의 성향 척도, 한국판 청소년 정서인식 척도, 인지적 정서조절 전략 질문지, 한국형 대인관계 문제검사 단축형을 실시하였다. 이 중 불성실하게 응답한 참여자를 제외한 231명의 데이터를 이용하여 매개효과 검증을 위한 경로분석을 실시하였다. 분석 결과, 부적응적 인지적 정서조절에서 대인관계 문제로 이르는 경로를 제외한 모든 경로가 유의하였다. 또한 정서변별 어려움은 자기몰입과 부적응적 인지적 정서조절, 자기몰입과 대인관계 문제의 관계를 부분 매개하는 것으로 나타났다. 본 연구 결과를 통해 정서변별 능력의 부족은 정서에 대한 이해와 활용을 저해하여 부적응적 인지적 정서조절 전략을 동원하게 할 뿐만 아니라 타인의 정서와 욕구를 추론하는 것을 방해하여 대인관계 문제에 영향을 미친다는 것을 확인할 수 있었다. 따라서 정서 처리에 있어 정서변별은 핵심적인 요소로서, 그 기능과 역할 및 정서변별 증대를 위한 개입효과에 대한 지속적인 연구가 필요할 것이다. 마지막으로 본 연구의 한계를 다루고 추후 연구를 제안하였다.

주요어: 자기초점주의, 자기몰입, 정서변별, 인지적 정서조절, 대인관계 문제

† 이 논문은 조은실(2015)의 석사학위 청구논문을 수정 및 보완한 것임.

‡ 교신저자(Corresponding author) : 현명호, (06974) 서울특별시 동작구 흑석로 84 중앙대학교 심리학과, Tel: 02-820-5125, E-mail: hyunmh@cau.ac.kr

www.kci.go.kr

인간은 타인의 관계 속에서 삶을 시작하여 일생 동안 사회의 구성원으로서 여러 성원과 교류를 하며 살아간다. 양질의 사회적 관계는 다양한 심리사회적 문제로부터 개인을 보호하는 완충역할을 하며(Helsen, Vollebergh, & Meeus, 2000), 심리, 행동 및 사회적 안녕감의 주요지표이다(윤병수, 정봉교, 2009). 특히, 청소년기에 경험하는 사회적 관계는 청소년이 만족스럽고 장기적인 관계를 형성하고 유지하는 방법을 익히는데 일조(Connolly, Furman, & Konarski, 2000)할 뿐만 아니라 심리사회적 발달과 적응에 영향을 미친다(Collins & Steinberg, 2006).

대인관계는 상호 간의 정서적 교류를 기초로 하며 이 때 주의, 정서식별, 정서조절 등이 관여한다. 자신의 감정을 인식, 이해, 이용 및 관리하는 능력은 적응 행동에 매우 유익하다(Eisenberg, Fabes, Guthrie, & Reiser, 2000; Halberstadt, Denham, & Dunsmore, 2001; Lopes et al., 2004). 또한 타인과 원만한 관계를 형성하기 위해 자신이 느끼는 정서가 무엇인지 제대로 알고, 이를 적절하게 표현할 때 정서적으로 친밀함을 느낄 수 있으며 타인과 가까워질 수 있다(Spiegel, Bloom, & Yalom, 1981). 정서를 처리하는 과정은 단계적으로 이루어지는데 그 시작은 자신에게 주의를 기울이는 데 있다(Grantz & Roemer, 2004; Johnson, 2009).

자기초점주의(self-focused attention)는 자신에게 주의를 기울이는 성향으로 생각, 느낌, 행동, 외모 등에 초점을 맞추는 것을 의미한다(Fenigstein, Scheiner, & Buss, 1975). 자기초점주의는 적응에 긍정적으로 기여하지만(Nyklicek, Majoor, & Schalken, 2010) 동시에 정신병리와도 관계가 있다(Ingram, 1990; Silivia, Eichstaedt, & Phillips, 2005). 최근 여러 연구에서는 자기초점주의가 건강한 차원과 병리적 차원이라는 이질적인 두 요인으로 구성되어 있다는 주장이 힘을 얻고 있다(이유경, 장문선, 윤병수, 2013; 이지영, 2010; 이지영, 권석만, 2005; Trapnell & Campbell, 1999).

건강한 차원의 자기초점주의는 주의를 적정 수준으로 유지하면서 주의의 초점을 융통성 있게 전환하는 특성을 보이며(이지영, 2010; Ingram, 1990), 자기통찰, 사회적 지각과 정적 상관이 있다(Creed & Funder, 1998; Watson, Morris, Ramsey, Hickman, & Waddell, 1996). 반면, 병리적 차원의 자기초점적 주의인 자기몰입(self-absorption)은 자신의 특정 측면에만 주의를 기울이는 것을 의미한다.

자기몰입의 경직성은 다른 내외적인 측면을 자각하고 처리하는 능력을 제한할 뿐 아니라(Clark & Wells, 1995; Dibattolo, Brown, & Barlow, 1997) 우울, 상태불안, 대인불안(Watson et al., 1996), 두려움 및 적대성(Creed & Funder, 1998)과 관계가 있다. 아울러 자기몰입은 인지적인 정서조절 방략(부정적으로 생각하기, 타인 비난하기)과 유의한 상관이 있다(이지영, 2010).

자기몰입은 타인에 대한 과민함이나 자기중심적 대인관계 형성은 물론(Kelly et al., 2009) 정확한 공감을 저해하는(권선중, 김교헌, 2007) 등 대인관계 문제에도 영향을 미친다. 따라서 자기몰입은 청소년의 바람직한 대인관계 형성과 유지를 방해할 뿐만 아니라 대인관계 문제를 초래하는 요인으로 볼 수 있다.

정서경험은 대인관계의 핵심 요소로 자신과 타

www.kci.go.kr

인의 정서 상태에 대한 주의(Grantz & Roemer, 2004; Johnson, 2009)와 변별(Yalomi, 1981: 권진희, 2011에서 재인용), 적절한 조절이 전제될 때 원만한 대인관계가 형성되지만, 이러한 능력이 미숙하면 타인과의 마찰이나 어려움을 경험할 수 있다(박성연, 강지흔, 2005). 그러므로 정서처리 능력에 초점을 두고 자기몰입이 대인관계 문제에 이르는 경로를 살필 필요가 있다.

정서조절(emotion regulation)이란 개인이 경험한 정서를 다루는 방식으로 정서 상태를 수정 혹은 유지하는 것을 의미한다(Westen, 1984). 정서조절의 개념은 포괄적이며 분류 기준도 다양하다. 즉, 문제-중심 및 정서-중심대처(Monat & Lazarus, 1991), 능동, 회피-분산 및 지지추구 양식(윤석빈, 1999), 선행사건 초점 및 반응 초점적 양식(Gross, 2001) 등 다양한 방식으로 나눠볼 수 있다.

정서를 조절할 때 사고와 행동을 사용하는 시점이 다르므로 같은 차원에서 정리하는 것은 부적절하다(Garnefski, Kraaij, & Spinhoven, 2001). 따라서 인지적 정서조절을 행동전략과 구별해야 한다. 기존의 대처전략 측정도구에서 인지적 차원을 가져오거나 비인지적 차원의 전략을 인지적 차원으로 변형하거나 새로운 전략을 첨가하여 인지적 정서조절 전략을 구성하여야 한다.

인지는 정서와 행동에 영향을 미칠 수 있으므로 개인이 정서 사건에 인지적으로 접근하고 해석하는 방식에 따라 수반되는 정서와 행동 등이 달라질 수 있다. 이와 관련하여 Garnefski 등(2001)은 정서조절 전략을 정서에 대한 반응행동이 일어나기 이전의 인지적 처리 과정에서 사용하는 것이 효과적임을 주장하였다. 다른 선행연구에서도 행동 경향성이 완전히 발생하기 전에 인지적 정서조절이 일어나므로 정서적 결과 전체에 영향을 미칠 수 있다고 보았다(Gross, 2001, 2002; John & Gross, 2004).

정서조절은 개인이 다루어야 하는 정서에 대한 이해를 전제로 하며, 정서의 이해는 정서에 주의를 기울이는 것에서 시작된다(권선중, 김교헌, 2007). 정서는 개인의 판단, 결정, 선호 및 행동에 영향을 미칠 수 있는 다양한 내외 정보를 지니고 있으며(Schwarz, 1990), 이를 획득하고 활용하는 정도에 따라 정서조절의 종류와 질이 달라진다. 예컨대, 건강한 자기초점주의 성향을 가진 집단은 수집한 단서를 활용하여 적응적인 정서조절 방략을 사용하지만, 자기몰입 성향이 두드러진 집단은 부정적으로 생각하기, 타인 비난하기 등과 같은 부적응적인 방략을 자주 사용한다(이지영, 2011).

한편, 정서조절은 개인의 적응 및 정신건강(McLaughlin, Hatzenbuehler, Mennin, & Nolen-Hoeksema, 2011)은 물론 사회적 적응과 심리적 안녕감(Aldao, Nolen-Hoeksema, & Schweizer, 2010)에 상당한 영향을 미치는 등 대인관계와 밀접한 관계가 있다. 사회에서 받아들일 수 있는 방식으로 정서를 조절하는 것은 원만하고 긍정적인 대인관계를 위해 필요하며, 부적절한 정서조절은 대인관계를 악화시킬 수 있다. 실제로 부적응적인 정서조절 전략을 사용하는 개인은 대인관계 문제에 취약하며(김혜원, 오인수, 2016), 정서를 적절하게 조절하지 못하는 청소년은 자기중심적으로 행동하여 사회적 관계에 부정적 영향을 미친다(박성연, 강지흔, 2005; 이경희, 2009). 이처럼 정서처리의 시작 단계로서 자기몰입은 인지적 정서조절에

www.kci.go.kr

부정적 영향을 미치게 되어 대인관계 문제를 유발할 수 있다.

주의를 통해 수집된 정보를 정서조절에 이용하기에 앞서 이를 조직화하고 정리하는 것이 필요하다. 정서변별(emotional differentiation)은 정서를 인식하고 설명하는 능력(Swinkels & Guiliano, 1995)인 정서 명확성(emotional clarity)과 유사한 개념으로 정서의 원인을 분석하는 능력(Baker, Thomas, Thomas, & Owens, 2007)까지 포함한다. 즉, 정서변별이란 개인이 경험하는 다양한 정서를 구별하고 정서가 유발된 원인을 파악하는 능력이다(Rieffe, Oosterveld, Miers, Terwogt, & Ly, 2008).

정서변별은 주의를 통해 획득한 정보를 조합하여 자신이 경험하는 정서와 그 이유가 무엇인지 이해할 수 있도록 돕는 역할을 한다(Barrett, Mesquita, Ochsner, & Gross, 2007). 적절한 정서변별을 위해서는 포괄적인 정서 단서를 수집하는 것이 필요한데 James-Lange 이론에서도 주의의 초점이 내외부로 융통성 있게 전환될 수 있을 때 정서변별이 명확해짐을 강조하였다. 따라서 과도하고 경직된 주의는 정서를 이해하는데 필요한 단서를 포괄적으로 획득하는 것을 방해하고, 정서변별을 저해할 것으로 예상할 수 있다.

정서변별은 정서처리의 핵심 요소 중 하나이며 전제조건이다(이한우, 이미희, 2013; Rowsell, Ciarrochi, Heaven, & Deane, 2014). 따라서 정서를 명확하게 인식하는 능력과 인지적으로 정서를 조절하는 능력을 개인의 통제능력으로 간주하고 그 관계를 탐색할 필요가 있다(이훈구, 이수정, 이은정, 박수애, 2003). 선행연구에서도 정서를 구별하는 능력과 정서조절은 상관이 높았으며(김민아, 권경인, 2008; Rieffe & De Rooij, 2012), 정서변별 어려움이 정서조절에 부정적 영향을 미침을 확인하였다(Thompson, Dizén, & Berenbaum, 2009).

정서변별은 타인의 정서를 추론하는 것에 기여하며, 사회적응과 대인관계 문제와 연관이 있다(박경옥, 2006). 정서변별은 우정, 지지, 친밀감 발달에 필요하며(Fitness, 2006), 정서 명확성이 낮으면 대인관계 어려움(권진희, 2011)과 사회적 지지의 부족(Heaven, Ciarrochi, & Hurrell, 2010)을 경험할 수 있다. 즉, 정서의 정보적 특성을 고려해볼 때 자신에게 경직되게 주의를 기울이는 것은 정서변별을 위해 필요한 정보의 탐색과 획득을 방해하고, 이는 부적응적인 인지적 정서조절의 사용으로 이어져 대인관계 문제를 초래할 것이다.

대인관계는 사회적 존재인 인간의 기본적 욕구로 우리는 무수히 많은 상황에서 다양한 사람과 교류하며 살아간다. 특히, 청소년에게 사회적 관계는 적응을 촉진하고 문제 행동을 완화해줄 수 있는 중요한 요인이다. 최근 청소년의 대인관계 문제를 촉발시키는 요인 중 하나로 자기몰입이 언급되고 있다.

이상의 연구결과를 종합하면 자기몰입, 정서변별 및 인지적 정서조절은 정서를 다루는 순차적인 과정으로 가정할 수 있다. 대인관계가 정서적 능력을 바탕으로 한다는 점에서 자기몰입과 대인관계의 관계에서 정서변별 어려움, 부적응적 인지적 정서조절이 개입할 것으로 예상된다. 따라서 본 연구에서는 정서적 능력에 중점을 두고, 자기몰입이 대인관계 문제로 이어지는 경로를 정서변별 어려움과 부적응적 인지적 정서조절이 순차적

www.kci.go.kr

으로 매개하는지 확인하고자 하였다.

청소년기는 정서적으로 불안정하며, 스트레스에 취약한 시기이다. 또한 이들은 가정에서 부모 및 형제와의 갈등, 학교에서는 친구 및 교사와의 갈등, 학업성적 등으로 인한 스트레스를 경험한다(한태영, 이세란, 2005). 더욱이 학교나 친구관계는 청소년이 많은 시간을 투자하여 상호작용하는 장소이며 집단임을 고려할 때(Dodge & Coie, 1987), 청소년의 자기몰입, 정서변별 및 정서조절능력의 부족은 대인관계를 비롯한 개인의 적응에 부정적인 영향을 미칠 것으로 예상된다. 이러한 점에서 청소년의 대인관계를 저해하는 정서적 요소와 경로를 탐색하는 것은 의미가 있을 것이다.

본 연구에서 가정한 연구모형은 그림 1과 같다. 즉, 자기몰입과 대인관계 문제 간의 관계를 정서변별 어려움, 부적응적 인지적 정서조절이 순차적으로 매개할 것이라고 가정하고 이를 검증하고자 하였다.

방 법

참여자

본 연구에서는 2014년 7월 대구 소재의 남녀공학 중학교 1곳을 임의로 선정하여 설문조사를 실시하였다. 설문에 응한 총 300명 중에 불성실하게 응답하거나 설문지를 완성하지 못한 69명의 자료를 제외하여 최종적으로 231명(남성 80명, 여성 138명, 무응답 13명)의 자료가 분석에 이용되었다. 연령은 평균 14.20세(*SD*=.706)였다.

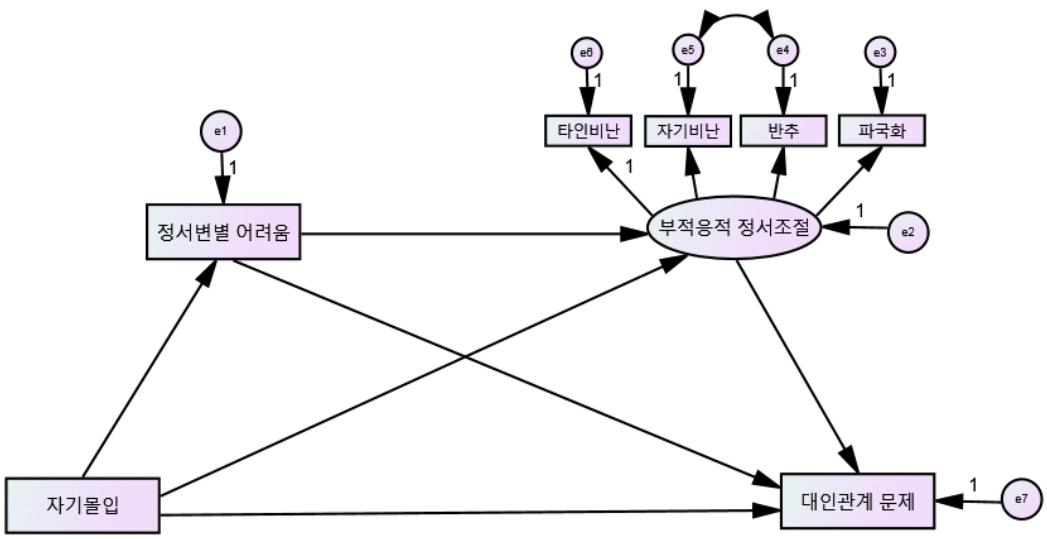

그림 1. 연구모형

www.kci.go.kr

측정도구

자기몰입. 이지영과 권석만(2005)이 사회적 상황에서 나타나는 두 가지 자기초점주의 성향을 구분하기 위해 개발한 자기초점주의 성향 척도(Scale for Dispositional Self-Focused Attention in Social situation: SDSAS)를 사용하였다. SDSAS는 일반적 자기초점주의 성향 척도(10문항)과 자기몰입 척도(20문항)로 구성되어 있다. 본 연구에서는 자기몰입 척도만 사용하였다. 5점 Likert 척도로 평정하며, 총점이 높을수록 자기몰입 성향이 높은 것으로 볼 수 있다. 본 연구에서의 내적일치도(Cronbach's α)는 .948이었다.

정서변별. Rieffe 등(2008)이 청소년의 정서인식 능력을 측정하기 위해 개발한 정서인식 질문지(Emotional Awareness Questionnaire: EAQ)를 조은실, 신미연, 성근혜, 박지선(2015)이 타당화한 한국판 청소년 정서인식 척도(Korean Version of Emotional Awareness Questionnaire for adolescents: EAQ)를 사용하였다. 먼저 척도 제작자의 허락을 받고 임상심리학 박사학위 소지자 및 수료자가 우리말로 번안한 뒤, 해외에서 심리학 박사과정을 진행중인 이중 언어 사용자에게 검토를 받은 후 국내 중학생을 대상으로 타당화하였다. 이 척도는 정서변별, 신체적 인식, 언어적 공유, 정서 숨기지 않음, 타인의 정서에 대한 관심, 정서분석 등 총 6개의 하위척도로 구성되어 있는데, 본 연구에서는 정서변별(7문항)을 선택하여 사용하였다. 원척도 및 타당화한 척도에서는 정서변별에 해당하는 7개의 문항을 역산한다. 그러나 본 연구에서는 역산하지 않은 값을 합산하여, 총점이 높을수록 변별능력이 낮음을 의미한다. 또한 3점 Likert 척도로 개발된 원 척도와 달리 본 연구에서는 5점 Likert 척도로 수정하여 사용하였다. 본 연구에서 내적일치도(Cronbach's α)는 .916이었다. 아울러, 조은실 등(2015)의 연구에서 한국판 척도의 확인적 요인분석 결과, χ^2 = 483.246, *df* = 160, GFI = .941, CFI = .921, TLI = .907, RMSEA = .051로 적합도가 양호한 것으로 확인되었다.

인지적 정서조절. 인지적 정서조절 전략은 Garnefski 등(2001)이 개발하고 김소희(2004)가 번안한 인지적 정서조절 전략 질문지(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire: CERQ)를 사용하여 측정하였다. CERQ는 부정적이거나 불쾌한 일을 경험할 때 일반적으로 떠오르는 생각을 알아보는 것으로 자기비난, 타인비난, 수용, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점변경, 반추, 긍정적 재평가, 조망확대, 파국화 등 총 9개의 하위척도로 구성되어 있다. 이는 크게 적응적인 전략(수용, 계획 다시 생각하기, 긍정적 초점변경, 긍정적 재평가, 조망확대)과 부적응적 전략(자기비난, 타인비난, 반추, 파국화)으로 분류된다. 각 하위요인은 4문항씩 총 36문항, 5점 Likert 척도로 평정된다. 본 연구에서는 부적응적 전략 척도를 사용하였으며, 본 연구에서는 내적일치도(Cronbach's α)가 .813으로 나타났다.

대인관계 문제. Horowitz, Rosenberg, Bear, Ureno와 Villasenor(1988)의 대인관계 문제검사를 Alden, Wiggins와 Pincus(1990)가 64문

www.kci.go.kr

항으로 재구성한 원형척도(Inventory of Interpersonal Problem - Circumplex Scale: IIP-SC)를 김영환 등(2002)이 한국판으로 표준화한 한국형 대인관계 문제검사의 단축형(short form of the Korea Inventory of Interpersonal Problem: Circumplex Scales: KIIP-SC)을 사용하였다. KIIP-SC는 통제지배, 자기중심성, 냉담, 사회적 억제, 비주장성, 과순응성, 자기희생, 과관여 등 총 8개의 하위요인에 5문항씩 구성되어 있다. 총 문항은 40문항으로 5점 Likert 척도로 평정하여 총점은 40-200점 사이에 위치한다. 점수가 높을수록 대인관계에서 어려움을 많이 느끼는 것을 의미하며, 본 연구에서 내적일치도(Cronbach's α)는 .960으로 나타났다.

절차 및 분석방법

연구 참여에 동의한 학생을 대상으로 설문지를 배포 및 수거하였고, 설문 작성을 위해 약 10~15분이 소요되었다. 이후 자료의 특성을 파악하기 위해 기술통계분석을 하였고, 매개효과를 확인하기 위해 경로분석을 하였다. 자료의 분석에는 SPSS 20.0과 AMOS 21.0을 사용하였다.

결 과

기술통계 및 상관분석

전체 참가자의 평균 및 표준편차, 상관, 왜도 및 첨도는 표 1과 같다. 자기몰입은 정서변별 어려움은 물론 부적응적 인지적 정서조절의 총점 및 하위 요인인 자기비난, 타인비난, 반추, 대인관계 문제 총점과 정적 상관을 보였다. 또한 정서변별은 부적응적 인지적 정서조절의 총점 및 자기비난, 타인비난, 반추, 파국화, 대인관계 문제 총점과 정적 상관이 있었으며, 반추를 제외한 자기비난, 타인비난, 파국화가 대인관계 문제의 총점과 정적 상관이 있음이 확인되었다. 아울러 본 연구 변인의 왜도의 절대값은 .554~.021로 나타났고, 첨도의 절대값은 .927~.007로서 왜도와 첨도의 통계값이 절대값 2보다 작은 것으로 나타나 본 연구에서 사용된 측정도구의 정규성에는 문제가 없었다.

경로모형 검증

경로분석을 하기 전에 가정한 모델의 적합도를 확인하였다. 이 때 부적응적 인지적 정서조절의 하위요인인 자기비난과 반추의 상관이 높다는 결과, r = .410, p<.01, 와 모형검증 상에 나타나는 수정지수를 근거로 두 변인의 오차항 간의 상관을 모형에 포함하였다. 그림 1에서 연구모형의 경우 χ^2 = 28.544, df = 10, GFI = .968, CFI = .953, TLI = .901, RMSEA = .090으로 χ^2값이 기각되었다. 그러나 χ^2는 피험자 수에 민감하여 다른 적합도 지수를 종합적으로 고려하는 것이 필요하다. 본 연구자료는 GFI, CFI, TLI가 .90 이상으로 양호한 것으로 나타났다. 또한 RMSEA는 .05 이하일 경우 좋고 .05에서 .08 사이면 적당하며 .1보다 작을 경우 수용할 수 있다는 기준(Brown & Cudeck, 1993)에 근거할 때, 본 연구에서의 .090은 수용할 만하다.

www.kci.go.kr

표 1. 자기몰입, 정서변별 어려움, 부적응적 인지적 정서조절, 대인관계 문제의 평균 및 표준편차, 상관관계 (N=231)

	몰입	정서변별 어려움	부적응적 정서조절 총점	자기 비난	타인 비난	반추	파국화	대인문제 총점	통제 지배	자기 중심	냉담	사회 억제	비주장	과순응	자기 희생	과관여
몰입																
정서변별어려움	.600**															
부적응적 정서조절 총점	.462**	.376**														
자기비난	.166*	.200**	.590**													
타인비난	.397**	.301**	.561**	-.027												
반추	.299**	.242**	.752**	.410**	.249**											
파국화	.409**	.370**	.792**	.286**	.378**	.413**										
대인문제 총점	.493**	.525**	.260**	.138*	.288**	.100	.190**									
통제지배	.453**	.426**	.259**	.087	.309**	.086	.200**	.797**								
자기중심	.366**	.326**	.183**	.065	.226**	.056	.109	.771**	.593**							
냉담	.322**	.324**	.189**	.114	.202**	.064	.129*	.755**	.486**	.781**						
사회억제	.447**	.484**	.174**	.097	.200**	.045	.125	.894**	.599**	.721**	.732**					
비주장	.370**	.449**	.186**	.083	.223**	.051	.154*	.827**	.506**	.571**	.641**	.814**				
과순응	.406**	.470**	.213**	.103	.231**	.053	.181**	.869**	.633**	.503**	.524**	.748**	.706**			
자기희생	.361**	.428**	.263**	.204**	.191**	.161*	.163*	.750**	.574**	.349**	.354**	.554**	.549**	.789**		
과관여	.453**	.459**	.268**	.136*	.286**	.130*	.166*	.784**	.782**	.521**	.430**	.589**	.495**	.648**	.601**	
M	50.917	16.314	45.082	12.183	10.343	12.912	10.053	88.620	9.982	9.671	12.070	10.320	11.208	11.528	13.218	10.624
SD	16.410	6.775	8.178	2.807	3.366	2.713	3.412	25.087	3.599	3.786	3.266	4.030	4.331	4.082	4.167	3.799
왜도	-.481	-.245	.927	.550	-.162	.869	-.143	-.740	-.631	.241	-.007	-.895	-.524	-.292	-.022	-.409
첨도	.218	-.554	-.496	-.302	.122	-.299	.161	.021	.305	.638	.301	.269	.293	.286	-.041	.256

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

www.kci.go.kr

구조방정식 모형을 분석할 때, 이론 및 사전 연구를 토대로 구축한 연구모형을 다른 이론적 면제, 기타 문헌에서의 주장 및 간명도의 원리에 따라 경쟁모델과 비교하는 경쟁모델 접근법이 바람직하다(김계수, 2006). 선행연구에 의하면 자기몰입이 자기중심적 대인관계 형성(Kelly et al., 2009)이나 정확한 공감을 저해한다(권선중, 김교헌, 2007). 또한 대인관계가 정서적 능력에 바탕을 둔다고 가정하고 있는데, 융통성 있는 주의가 전제될 때 명확한 정서변별이 가능하다는 연구(Rieffe & De Rooij, 2012)가 있으며, 자기몰입이 부적응적 정서조절 및 부적응과 관련된다(이지영, 권석만, 2005)는 보고도 있다. 이를 바탕으로 그림 2와 같이 정서변별과 부적응적 인지적 정서조절 간의 경로를 포함하지 않은 경쟁모형을 설정하였다. 이 두 모형은 내포관계(nested relation)에 있으므로 카이제곱차이검증(sequential χ^2 difference test; Bentler & Bonett, 1980)을 통해 모형을 비교하였다.

대안모형은 χ^2 = 35.906, *df* = 11, GFI = .959, CFI = .937, TLI = .879, RMSEA = .099로 TLI가 .90이하로 적합하지 않았다. 연구모형과 경쟁모형의 차이검증 결과, *df*가 1이 변한 반면 χ^2의 변화는 7.362이어서 연구모형이 간명성은 상대적으로 부족하지만 적합도 지수가 양호하여 이후 분석에서는 연구모형을 선택하였다.

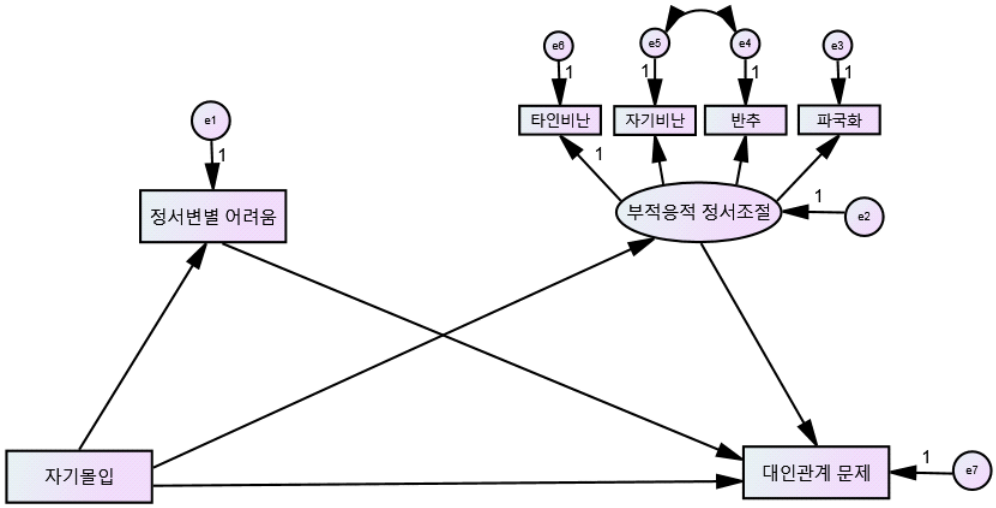

그림 2. 대안모형

표 2. 연구모형 및 대안모형의 모형 적합도 (*N* = 231)

모형	χ^2	*df*	GFI	CFI	TLI	RMSEA
연구모형	28.544	10	.968	.953	.901	.090
대안모형	35.906	11	.959	.937	.879	.099

www.kci.go.kr

표 3에서 연구모형의 경로계수를 살펴보면 자기몰입의 증가는 정서변별 어려움, β = .600, p <.001, 부적응적 인지적 정서조절, β = .457, p <.001, 대인관계 문제, β = .309, p <.001, 에 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 정서변별 어려움은 부적응적 인지적 정서조절, β = .240, p <.05, 과 대인관계 문제에 정적인 영향, β = .375, p <.001, 을 미치고 있었다. 이를 통해 자기몰입의 증가는 정서변별의 감소, 부적응적 인지적 정서조절 및 대인관계 문제의 증가에 영향을 미치며, 정서변별 어려움은 부적응적 인지적 정서조절 및 대인관계 문제의 증가에 영향을 미치는 것으로 해석할 수 있다. 그러나 부적응적 인지적 정서조절과 대인관계 문제 간의 경로는 유의하지 않아서 최종모형에서는 삭제하였다. 아울러 최종모형은 χ^2 = 16.69, df = 11, GFI = .979, CFI = .983, TLI = .964. RMSEA = .05로 적합함이 확인되었다. 뿐만 아니라 연구모형과 비교했을 때 RMSEA가 .08이하로 보다 적합한 모형으로 판단된다. 최종모형은 그림 3과 같다.

표 3. 연구모형의 경로계수, 표준오차 및 검증통계량(N=231)

	B	*S.E.*	β	*C.R.*	*P*
자기몰입 → 정서변별 어려움	.247	.022	.600	11.369	.000
자기몰입 → 부적응적 인지적 정서조절	.050	.011	.457	4.400	.000
자기몰입 → 대인관계 문제	.473	.123	.309	3.841	.000
정서변별 어려움 → 부응적 인지적 정서조절	.064	.024	.240	2.603	.009
정서변별 어려움 → 대인관계 문제	1.395	.266	.375	5.250	.000
부적응적 인지적 정서조절 → 대인관계 문제	-.968	1.338	-.069	-.724	.469

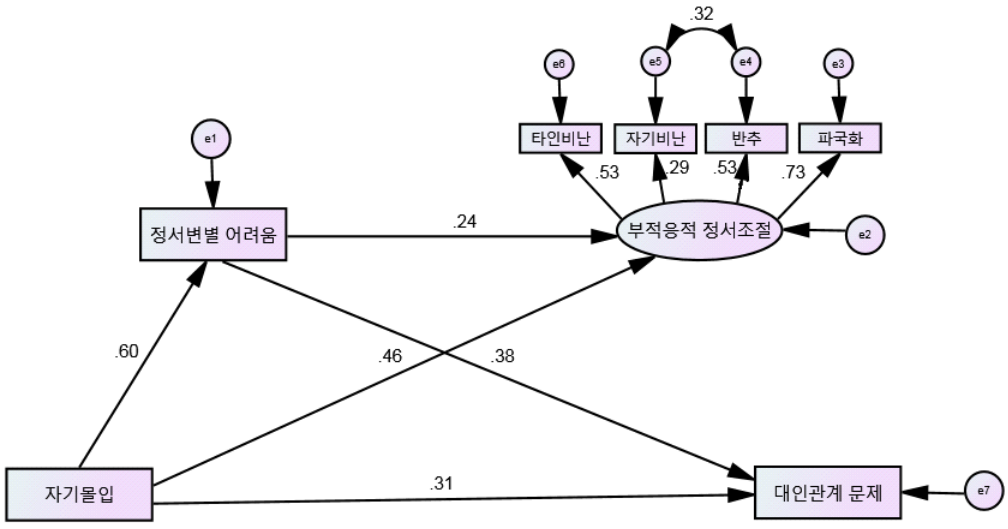

그림 3. 최종모형

www.kci.go.kr

자기몰입과 부적응적 인지적 정서조절, 자기몰입과 대인관계 문제 간의 관계를 정서변별 어려움이 매개하는지 알아보기 위해 부트스트랩(bootstrap) 검증을 실시하였다. 그 결과, 표 4에서 볼 수 있는 것처럼 자기몰입이 부적응적 인지적 정서조절에 이르는 경로의 하한 값과 상한 값이 95% 신뢰구간에서의 .011~.284로 0을 포함하지 않아 정서변별 어려움이 이들 관계를 부분매개하였다. 또한 자기몰입에서 대인관계로 이어지는 경로는 95%의 신뢰구간에서의 하한값과 상한값이 .133~.308로 0을 포함하지 않아 정서변별 어려움이 이를 부분매개하였다.

논 의

본 연구에서는 중학생을 대상으로 자기몰입과 대인관계 문제의 관계에서 정서변별 어려움과 부적응적 인지적 정서조절의 매개 역할을 알아보았다. 특히, 정서를 다루는 능력을 대인관계의 핵심으로 가정하고 정서변별 어려움과 부적응적 인지적 정서조절이 이들 관계를 순차적으로 매개하는지 확인하기 위해 경로를 분석하였다. 연구 결과, 자기몰입, 정서변별 어려움, 부적응적 인지적 정서조절, 대인관계 문제 요인 간의 정적 상관이 확인되었다. 또한 자기몰입과 대인관계 문제를 정서변별 어려움과 부적응적 인지적 정서조절이 순차적으로 부분매개하는 연구모형이 경쟁모형보다 적합하였고, 부적응적 인지적 정서조절에서 대인관계 문제로 이르는 경로 외의 모든 경로가 유의하였다. 이에 최종모형에 대한 부트스트랩 검증을 시행한 결과, 연구모형을 일부 지지하는 두 개의 개별적인 매개효과를 확인할 수 있었다.

본 연구 결과가 시사하는 바를 살펴보면, 우선 자기몰입의 증가가 정서변별 어려움에 정적인 영향을 미치는 것을 확인하였다. 이는 자기초점주의가 정서 명확성과 상관이 있다는 이전 연구와 일치한다(Goldman, Kraemer, & Salovey, 1996). 또한 자기몰입의 증가가 부적응적 인지적 정서조절의 증가에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이는 개인 내부의 특정 측면에 치우친 주의는 욕구를 충족하거나 염려를 감소시키기 위한 효과적인 대처방안을 선택하는 것을 방해하고, 효과적이지 않거나 단기적인 정서조절 전략으로 이어진다는 연구 결과와 부합한다(Thompson et al., 2009). 아울러 본 연구를 통해 정서변별 어려움의 증가는 부적응적 인지적 정서조절의 증가로 이어지는 것을 확인하였다. 이는 정서상태를 인식한 후 인지 및 행동적으로 관리하는 단계로 돌입한다는 Larsen (2000)의 두 단계 이론(two-stage model)과 자신의 정서를 잘 지각하지 못하는 개인은 정서조절 곤란을 느낀다는 연구 결과(McFarland & Buehler, 1997)와 일치한다.

정리하면, 자기몰입의 증가는 정서변별을 어렵게 하여 부적응적 인지적 정서조절의 사용을 높

표 4. 연구모형의 bootstrapping 검증 (N=231)

경로	간접 효과	95% 신뢰구간	
		하한값	상한값
자기몰입 → 정서변별 어려움 → 부적응적 인지적 정서조절	.144	.011	.284
자기몰입 → 정서변별 어려움 → 대인관계 문제	.215	.133	.308

www.kci.go.kr

이는데 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다. 이는 자신에게 적절하게 주의를 기울이지 못하고 정서상태를 정확하게 탐지하지 못하면 정서조절에 문제가 생길 수 있음을 의미한다(Ciarrochi, Heaven, & Supavadeeprasit, 2008). 정서는 매 순간마다 감각에서 비롯되는 외부지향적 정보, 근육 및 내부 장기에서 비롯되는 내부 지향적 정보뿐만 아니라 과거, 현재, 미래에 관한 개념적 정보도 포함한다(Demiralp et al., 2012). 주의를 융통성 있게 사용하여 다양한 정보를 획득하고 조합하여 분석할 때 사람들은 자신이 경험하는 정서와 그 맥락을 보다 효과적으로 해석하고(Gross, 1998), 정서를 적절하게 조절할 수 있게 된다(Rowsell et al., 2014). 따라서 자기몰입은 주변의 상황이나 내외부의 다양한 측면에 주의를 기울이지 못하게 만들고, 정서조절에 필요한 객관적인 정보처리를 방해하여 부적응적인 정서조절 전략을 동원하게 하는 것으로 해석할 수 있다.

두 번째로 자기몰입의 증가는 대인관계 문제의 증가를 이끌어냄을 확인하였다. 이는 자신에게 지나치게 주의를 집중하는 개인은 상대방의 정서경험을 해석하지 않는 경향이 있고 이것이 부적절한 대인관계로 이어진다는 선행연구 결과(Trommsdorff & John, 1992)와 일치한다.

또한 본 연구에서 자기몰입의 증가가 정서변별 어려움에 영향을 미치고, 이것이 대인관계 문제의 증가로 연결되는 것을 확인할 수 있었다. 사회적 교류를 촉진하는 데 있어 정서변별은 중요한 요소이다(Kestenbaum & Gelman, 1995). 실제로 정서에 대한 이해가 부족한 개인은 상대방의 관점을 이입하지 못하기에 친사회적 행동의 부족, 부모-자녀 관계의 갈등을 초래한다(Eggum et al., 2011). 따라서 자기몰입의 증가가 정서변별의 어려움을 초래하고 이는 정서에 대한 이해를 저해하여 결과적으로 대인관계에 부정적인 영향을 미치는 것으로 볼 수 있다.

Rowsell 등(2014)은 자신과 타인의 정서를 이해하는 것이 정서에 적절하게 주의를 기울이고 정서에 수반되는 생리적 경험을 식별하며 이름을 붙이는 과정을 통해 이루어진다고 보았다. 즉, 정서에 주의를 기울이고 변별하는 것은 개인이 정서를 이해하도록 도와 대인관계에 영향을 미친다. 상대방과 자신의 정서를 식별하고 이해하는 것은 상호 간의 욕구를 파악하는 것과 연관이 있으며, 이는 원만한 사회적 관계 형성과 유지에 필요하다. 따라서 주의가 경직되면 자신과 타인의 정서는 물론 서로가 원하는 바를 인식하지 못하게 방해하여 대인관계 문제로 이어질 수 있다.

한편 부적응적 인지적 정서조절과 대인관계 문제 간의 경로는 유의하지 않아서 순차매개를 입증하지 못하였다. 상관분석에서도 자기비난, r = .083~.204, 반추, r = .045~161, 파국화, r = .109~.200, 는 대인관계 문제 총점은 물론 하위변인과 상관이 낮았다. 이러한 결과는 서론에서 언급한 부적응적 인지적 정서조절이 대인관계 문제와 관련이 있다는 선행연구와 상충한다.

인지적 정서조절은 통제능력의 일부로서 개인의 정서와 행동에 영향을 미치기는 하나, 타인과 상호작용하는 과정에서는 감정 표현이나 억압 등의 행동적 차원이 보다 직접 관여할 가능성이 있다. 실제로 권진희(2011)의 연구를 보면 정서표현성은 대인관계 문제와 부적상관이 있었다. 또한 정서표현성의 양상에 따라 대인관계 문제의 양상이 달라졌는데, 정서의 억제는 자기중심성, 냉담,

www.kci.go.kr

사회적 억제, 비주장성과 관련된 대인관계 문제를 호소할 가능성이 있으며, 과도한 정서표현은 자기희생, 과관여, 통제지배와 관련된 문제를 초래할 것으로 보았다. 따라서 부정적인 정서를 경험하더라도, 자신의 정서를 명확히 알고 이를 적절히 표현하며 개선하려는 의지가 있는 사람은 대인관계에서도 긍정적인 결과를 가져올 수 있다고 언급하였다.

본 연구에서 부적응적 인지적 정서조절의 하위요인 중 하나인 타인비난은 다른 요인에 비해 대인관계 문제의 총점을 비롯하여 모든 하위 요인과 상관이 높았다, r=.191~.309. 특히 타인비난은 분노, 공격성 등과 상관을 보이며, 대인관계 맥락에서 타인에게 비난을 표출하는 것은 대인간의 갈등을 초래할 것으로 추측해볼 수 있다. 따라서 후속 연구에서는 인지적 정서조절과 함께 정서표현성과 같은 행동적 차원을 포함하여 변인 간의 관계 및 경로를 탐색할 필요가 있다.

본 연구가 갖는 의의는 다음과 같다. 먼저 정서에 대한 주의와 정서조절의 관계에서 정서 명확성이 관여함을 확인하였다. 특히, 자기몰입과 인지적 정서조절, 자기몰입과 대인관계 문제를 정서변별 어려움이 매개한다는 결과를 통해, 정서변별 어려움이 인지적 정서조절은 물론 대인문제에도 영향을 주는 요인임을 확인할 수 있었다. 물론 정서를 이해하지 못하고도 정서 반응이 생성될 수 있으나(Dolan & Vuileumier, 2003; Ruys, Stapel, & Aarts, 2011) 정서의 원인과 맥락, 결과에 대한 이해가 결핍되어 있으면 정서를 적절하게 조절하지 못한다(Eastabrook, Flynn, & Hollenstein, 2014). 실제로 정서 명확성이 떨어지는 청소년은 정서를 통해 현 상황에 대한 정보를 얻지 못하여 부정적인 정서가 발생하여도 적절히 대처하지 못한다(Schwarz & Clore, 1996).

두 번째로 본 연구 결과를 바탕으로 청소년의 정서변별 능력의 향상을 통해 양질의 대인관계 형성이나 적응을 촉진하는 방안을 마련하는데 도움이 될 것으로 기대된다. 청소년기는 정서조절전략의 종류나 정교함이 현저하게 증가하는 시기이며, 다양한 사회화 경로를 통해 정서조절 전략을 내면화하는 시기이다(이경희, 2009). 자신의 정서를 명확하게 인식하는 사람은 사회적 지지를 적극적으로 구하고, 자존감이 높으며 사회적인 불안이나 신경증이 덜하고 보편적인 삶의 만족도를 크게 표현하는 경향이 있다(Swinkels & Guiliano, 1995). 선행 연구에서도 인지적 정서조절 전략이 정서인식의 명확성과 정신건강의 관계를 부분 매개하는 것을 확인하였다(이서정, 현명호, 2008). 최근 정서변별에 관한 효과적인 개입 방안으로 알아차림(awareness)이 주목받고 있다. 정서 명확성은 여러 심리치료 기법에서 말하는 알아차림과 유사한 의미로 알아차림을 이용한 명상, 집단상담, 비합리적 신념에 도전하기와 같은 상담기법은 상위 인지적 자각을 증가시켜 정서의 안정, 역기능적 태도와 충동성의 감소에 영향을 주는 것으로 확인되고 있다(윤영채, 2006). 즉, 명확한 자각만으로도 정서 및 행동상의 적응을 이끌 수 있으며, 마음챙김을 통한 정서 명확성의 증가는 체계적인 정서관리와 효과적인 정서조절 전략사용을 돕는다(이유경 외, 2013).

이처럼 알아차리기를 통한 정서변별 능력의 증대는 청소년이 정서를 객관적으로 이해하고 표현하게 함으로써 문제 상황에 적절하게 대처하도록 도울 수 있다. 더욱이 청소년기는 정서적 능력에

www.kci.go.kr

비해 정서적 강도와 각성이 높아 정서적으로 불안정하지만(Eastabrook et al., 2014), 인지적 발달과 경험을 통해 정서적 능력에 변화를 줄 수 있는 가변적인 시기이기도 하다. 따라서 정서변별을 활용한 개입을 통해 청소년의 대인관계 및 적응에 긍정적인 영향을 미칠 수 있을 것으로 기대되며, 후속 연구에서 치료 효과에 대한 탐색이 요구된다.

본 연구 결과의 한계점 및 제언은 다음과 같다. 먼저 본 연구의 자료는 자기보고 방식으로 수집하였다. 자기몰입과 정서변별 어려움, 부적응적 인지적 정서조절, 대인관계 문제 등은 개인이 실제로 느끼고 생각하는 바를 측정하는 것이 의미가 있기는 하나 개인이 지각하는 것과 실제 능력은 다를 수 있기에 객관적인 측정도 필요하다.

둘째, 본 연구에서 사용한 척도 중 한국판 청소년 정서인식 척도(EAQ)를 제외한 모든 척도는 대학생이나 성인을 대상으로 개발 및 타당화한 것으로 본 연구의 대상인 중학생용으로 개발한 것이 아니다. 그러므로 척도를 개발하고 타당화하는 과정에 참여한 대상군의 연령이 상이하여 본 연구결과를 해석하는 데 있어서 부분적으로 제한이 있을 수 있다. 앞으로 각 연령층에 맞는 척도가 개발되어 대상자의 연령에 맞는 척도가 사용될 수 있기를 기대한다.

셋째, 본 연구는 연구 대상이 대구 지역 중학교 1곳으로 한정되어 있다. 또한 설문에 불성실하게 응답한 학생이 상대적으로 많은 편이다. 분석 결과, 왜도 및 첨도는 허용할 수준이기는 하였으나 이러한 점을 고려할 때 연구 결과를 조심스럽게 해석하고 일반화하여야 할 것이다. 후속연구에서는 대상의 연령 및 지역적 범위를 확장시키고, 참여도를 높일 수 있는 방안을 마련하여야 할 필요가 있어 보인다.

넷째, 본 연구에서는 정서조절 측정치로 인지적 정서조절만을 다루었다. 인지적 정서조절은 정서처리과정에서 개인의 행동에 영향을 미치는 요인이며, 정서에 대한 행동반응이 일어나기 이전에 인지적 처리 과정에서 정서조절 전략을 사용하는 것이 효과적이다(Garnefski et al., 2001). 그러나 대인관계는 언어 및 비언어적 행동을 바탕으로 한다는 것을 고려해볼 때 정서표현과 같은 행동적 차원을 포함한 매개효과 검증이 필요하다.

마지막으로, 자기초점주의 성향의 긍정성 및 부정성에 따른 정서처리능력의 차이와 대인관계 문제 간의 관계에 대한 연구가 필요하다. 이지영(2011)은 자기초점주의의 성향을 방어적인 집단과 비방어적인 집단으로 나누고 이에 따라 정서조절 사용방식과 정신건강 결과가 다름을 확인하였다. 후속 연구에서는 이를 확대하여 집단에 따른 정서변별, 정서조절, 그리고 대인관계 문제 간의 차이는 물론 정서처리 요인의 매개 역할에 대해서도 확인할 필요가 있겠다. 이를 통해 정서적 정보를 잘 처리하는 개인과 그렇지 않은 개인의 차이가 드러나는 요인을 파악하여, 치료적 접근을 위한 단서로 활용할 수 있을 것으로 기대된다.

참 고 문 헌

권선중, 김교헌 (2007). 한국판 마음챙김 주의 알아차림 척도(K-MAAS)의 타당화 연구. 한국심리학회지: 건강, 12(1), 269-287.

권진희 (2011). 정서인식의 명확성과 정서표현성 및 대인관계문제와의 관계. 상담평가연구, 4(1), 37-49.

www.kci.go.kr

김계수 (2006). 구조방정식 모형 분석. 서울: 한나래.

김민아, 권경인 (2008). 적응유연한 청소년의 정서인식 명확성과 인지적 정서조절 전략에 관한 연구. 청소년상담연구, 16(1), 15-37.

김소희 (2004). 스트레스 사건, 인지적 정서조절전략과 심리적 안녕감간의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.

김영환, 전유경, 조용래, 권정혜, 홍상황, 박은영 (2002). 한국형 대인관계문제검사의 타당화: KIIP-C와 KIIP-PD의 신뢰도와 타당도. 한국심리학회지: 임상, 21(2), 391-411.

김혜원, 오인수 (2016). 청소년의 인지적 정서조절전략과 심리적 안녕감의 관계에서 대인관계문제의 매개효과. 청소년상담연구, 24(1), 151-171.

박경옥 (2006). 정서강도와 정서인식의 명확성, 정서조절 양식이 대인관계에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 청구논문.

박성연, 강지흔 (2005). 남·여 아동의 정서조절 능력 및 공격성과 학교생활 적응간의 관계. 아동학회지, 26(1), 1-14.

윤병수, 정봉교 (2009). 행동억제와 행동활성 체계가 정서자각, 정서억제 및 정서표현을 매개로 한 대인관계에 미치는 효과. 상담학연구, 10(1), 219-233.

윤석빈 (1999). 경험하는 정서의 종류와 선행사건에 따른 정서조절 양식의 차이. 서울대학교 대학원 석사학위 청구논문.

윤영채 (2006). 알아차림 명상이 주부의 정서안정 및 역기능적 태도에 미치는 영향. 홍익대학교 대학원 박사학위 청구논문.

이경희 (2009). 중고등학생의 정서조절 전략과 학교생활 적응. 한국가정교육학회지, 21(2), 159-169.

이서정, 현명호 (2008). 정서인식의 명확성과 인지적 정서조절이 정신건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 13(4), 887-905.

이유경, 장문선, 윤병수 (2013). K-MBSR 프로그램이 방어적 자기초점주의 성향 대학생들의 자기몰입, 정서조절, 심리적 증상 및 마음챙김 수준에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 18(1), 35-52.

이지영 (2010). 정서조절방략이 정서조절곤란에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 821-844.

이지영 (2011). 자기초점주의와 정서조절의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 23(1), 113-133.

이지영, 권석만 (2005). 자기초점주의 성향 척도의 개발: 사회적 상황을 중심으로. 한국심리학회지: 임상, 24(2), 451-464.

이한우, 이미희 (2013). 대학생의 정서인식, 정서표현, 정서표현 양가성이 자기효능감에 미치는 영향. 정서행동장애연구, 29(3), 181-200.

이훈구, 이수정, 이은정, 박수애 (2003). 정서심리학. 서울: 법문사.

조은실, 신미연, 성근혜, 박지선 (2015). 한국판 청소년 정서인식척도 타당화. 미출판 원고.

한태영, 이세란 (2005). 청소년의 정서관련 변인과 학업스트레스의 관계: 체험정서, 표현정서 및 정서지능의 영향. 한국심리학회지: 학교, 2(1), 37-58.

Aldao, A., Nolen-Hoeksma, S., & Schweizer, S. (2010). Emotion-regulation strategies across psychopathology: A meta-analytic review. *Clinical Psychology Review, 30*, 217-237.

Alden, L. E., Wiggins, J. S, & Pincus, A. L. (1990). Construction of circumplex scales for the Inventory of Interpersonal Problems. *Journal of Personality Assessment, 55*, 521-536.

Baker, R., Thomas, S., Thomas, P. W., & Owens, M. (2007). Development of an Emotional Processing Scale. *Journal of Psychosomatic Research, 62*, 167-178.

Barrett, L. F., Mesquita, B., Ochsner, K. N., & Gross, J. J. (2007). The experience of emotion. *Annual Review of Psychology, 58*, 373-403.

Bentler, P. M., & Bonett, D. G. (1980). Significance tests and goodness of fit in the analysis of covariance structure. *Psychological Bulletin, 88*(3), 588-606.

Brown, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative way

www.kci.go.kr

of assessing model fit. In K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 309-310). New bury Park CA: Sage.

Ciarrochi, J., Heaven, P. C. L., & Supavadeeprasit, S. (2008). The link between emotion identification skills and socio-emotional functioning in early adolescence: A 1-year longitudinal study. *Journal of Adolescence, 31,* 565-582.

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In R. G. Heimberg, M. R. Liebowitz, D. A. Hope, & F. R. Scheier (Eds.), *Social phobia: Diagnosis, assessment, and treatment* (pp. 69-93). New York: Guilford Press.

Collins, W. A., & Steinberg, L. (2006). Adolescent development in interpersonal context. In R. M. Lerner, & W. Damon (Eds.), *Handbook of child psychology: Vol 1, Theoretical models of human development* (pp. 551-590). New Jersey: John Wiley & Sons.

Connolly, J., Furman, W., & Konarski, R. (2000). The role of peers in the emergence of heterosexual romantic relationships in adolescence. *Child Development, 7,* 1395-1408.

Creed, A. T., & Funder, D. C. (1998). Two faces of private self-consciousness: Self-report, peer-report, and behavioral correlates. *European Journal of Personality, 12*(6), 411-431.

Demiralp, E., Thompson, R. J., Mata, J., Jaeffi, S. M., Buschkuehl, M., Barett, L. F., ... Jonides, H. (2012). Feeling blue or turquoise? Emotional differentiation in major depressive disorder. *Psychological Science, 23*(11), 1410-1416.

Dibattolo, P. M., Brown, T. A., & Barlow, D. H. (1997). Effects of anxiety on attentional allocation and task performance: An information processing analysis. *Behaviour Research and Therapy, 3*(12), 1101-1111.

Dodge, K. A., & Coie, J. D. (1987). Social-information-processing factors in reactive and proactive aggression in children's peer groups. *Journal of Personality and Social Psychology, 53*(6), 1146-1158.

Dolan, R. J., & Vuileumier, P. (2003). Amygdala automaticity in emotional processing, *Annals of the New York Academy of Sciences, 985,* 348-355.

Eastabrook, J. M., Flynn, J. J., & Hollenstein, T. (2014). Internalizing symptoms in female adolescents: Associations with emotional awareness and emotion regulation. *Journal of Child and Family Studies, 23,* 487-496.

Eggum, N. D., Eisenberg, N., Kao, K., Spinard, T. L., Bolnick, R., Hofer, C., & Fabricius, W. V. (2011). Emotion understanding, theory of mind, and prosocial orientation: Relations over time in early childhood. *The Journal of Positive Psychology, 6,* 4-16.

Eisenberg, N., Fabes, R. A., Guthrie, I. K., & Reiser, M. (2000). Dispositional emotionality and regulation: their role in predicting quality of social functioning. *Journal of Personality and Social Psychology, 78,* 136 - 157.

Fenigstein, A., Scheiner, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Counseling and Clinical Psychology, 43,* 522-527.

Fitness, J. (2006). The emotionally intelligent marriage. In J. Ciarrochi, J. Forgas, & J. Mayer (Eds.), *Emotional intelligence in everyday life*(2nd ed.; pp. 129-139). New York: Psychology Press/Taylor & Francis.

Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, coping emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences, 30,* 1311-1327.

Goldman, S. L., Kraemer, D. T., & Salovey, P. (1996).

www.kci.go.kr

Beliefs about mood moderate the relationship of stress to illness and symptom reporting. *Journal of Psychosomatic Reserach, 41*(2), 115-128.

Grantz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the Difficulties in Emotion Regulation Scale. *Journal of Psychology and Behavioral Assessment, 26*(1), 41-54.

Gross, J. J. (1998). The emerging field of emotion regulation: An integrative review. *Review of General Psychology, 2*, 271-299.

Gross, J. J. (2001). Emotion regulation in adulthood: Timing is everything. *Current Directions in Psychology Science, 10*, 214-219.

Gross, J. J. (2002). Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequence. *Psychophysiology, 39*, 281-291.

Halberstadt, A. G., Denham, S. A., & Dunsmore, J. C. (2001). Affective social competence. *Social Development, 10*(1), 79-119.

Heaven, P. C., Ciarrochi, J., & Hurrell, K. (2010). The distinctiveness and utility of a brief measure of alexithymia for adolescents. *Personality and Individual Differences, 49*, 222-227.

Helsen, M., Vollebergh, W., & Meeus, W. (2000). Social support from parents and friends and emotional problems in adolescence. *Journal of Youth and Adolescence, 29(3), 319-335.*

Horowitz, L. M., Rosenberg, S. E., Baer, B. A., Ureno, G., & Villasenor, V. S. (1988). Inventory of Interpersonal Problems: Psychometric properties and clinical application. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56*, 885-892.

Ingram, R. E. (1990). Self-focused attention in clinical disorders: Review and a conceptual model. *Psychological Bulletin, 107*(2), 156-176.

John, O. P., & Gross, J. J. (2004). Health and unhealthy emotion regulation: Personality process, individual differences, and life span development. *Journal of Personality, 72*(6), 1301-1333.

Johnson, R. D. (2009). Emotional attention set-shifting and its relationship to anxiety and emotion regulation. *Emotion, 9*(5), 681-690.

Kelly, A. M., Di Martino, A., Uddin, L. Q., Shehzad, Z., Gee, D. G., Reiss, P. T., ... Milham, M. P. (2009). Development of anterior cingulate functional connectivity from late childhood to early adulthood. *Cerebral Cortex, 19*(3), 640-657.

Kestenbaum, R., & Gelman, S. A. (1995). Preschool children's identification and understanding of mixed emotions. *Cognitive Development, 10*, 443-458.

Larsen, R. J. (2000). Toward a science of mood regulation. *Psychological Inquiry, 11*, 129-141.

Lopes, P. N., Brackett, M. A., Nezlek, J. B., Schütz, A., Sellin, I., & Salovey, P. (2004). Emotional intelligence and social interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin, 30*, 1018-1034.

McFarland, C., & Buehler, R. (1997). Negative affective states and the motivational retrieval of positive life events: The role of affect acknowledgement. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 200-214.

McLaughlin, A., Hatzenbuehler, L., Mennin, S., & Nolen-Hoeksema, S. (2011). Emotion dysregulation and adolescent psychopathology: A prospective study. *Behaviour Research and Therapy, 49*(9), 544-554.

Monat, A., & Lazarus, R. S. (1991). *Stress and coping on anthology.* New York: Columbia University Press.

Nyklicek, L., Majoor, D., & Schalken, P. A. (2010). Psychological mindedness and symptom reduction after psychotherapy in a heterogeneous psychiatric sample. *Comprehensive Psychiatry,*

www.kci.go.kr

51(5), 492-496.

Rieffe, C., & De Rooij, M. (2012). The longitudinal relationship between emotion awareness and internalizing symptoms during late childhood. *European Child & Adolescent Psychiatry, 21,* 349-356.

Rieffe, C., Oosterveld, P., Miers, A. C., Terwogt, M. M., & Ly, V. (2008). Emotion awareness and internalising symptoms in children and adolescents: The Emotion Awareness Questionnaire revised. *Personality and Individual Differences, 45,* 756-761.

Rowsell, H. C., Ciarrochi, J., Heaven, P. C. L., & Deane, F. P. (2014). The role of emotion identification skill in the formation of male and female friendship: A longitudinal study. *Journal of Adolescence, 37,* 103-111.

Ruys, K. I., Stapel, D. A., & Aarts, H. (2011). From (unconscious) perception to emotion: A global-to-specific unfolding view of emotional responding. In I. Nyklicek, A. Vingerhoets, & M. Zeelenberg (Eds.), *Emotion regulation and well-being* (pp. 49-56). New York: Springer.

Schwarz, N. (1990). Feelings as information: Informational and motivational functions of affective states. In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino (Eds.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior* (Vol. 2; pp. 527 - 561). New York: Guilford.

Schwarz, N., & Clore, G. L. (1996). Feelings and phenomenal experiences. In E. T. Higgins & A. Kruglanski (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 433-465). New York: Guilford Press.

Silivia, P., Eichstaedt, J., & Phillips, A. G. (2005). Are rumination and reflection types of self-focused attention? *Personality and Individual Differences, 38,* 871-881.

Spiegel, D., Bloom, J. R., & Yalom, I. (1981). Group support for patients with metastatic cancer: a randomized prospective outcome study. *Archives of General Psychiatry, 38*(5), 527-533.

Swinkels, A., & Guiliano, T. A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Attention directed toward one's mood states. *Personality and Social Psychology Bulletin, 21,* 934-949.

Thompson, R. J., Dizén, M., & Berenbaum, H. (2009). The unique relations between emotional awareness and facets of affective instability. *Journal of Research in Personality, 43,* 875-879.

Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology, 76,* 284-304.

Trommsdorff, G., & John, H. (1992). Decoding affective communication in intimate relationships. *European Journal of Social Psychology, 22*(1), 41-54.

Watson, P. J., Morris, R. J., Ramsey, A., Hickman, S. E., & Waddell, M. G. (1996). Further contrasts between self-reflectiveness and internal state awareness factors if private self-consciousness. *The Journal of Psychology, 130,* 183-192.

Westen, D. (1984). Toward an integrative model of affect regulation: Applications to social psychological research. *Journal of Personality, 62*(4), 641-667.

원고접수일: 2017년 9월 17일
논문심사일: 2017년 10월 24일
게재결정일: 2018년 1월 11일

www.kci.go.kr

한국심리학회지: 건강
The Korean Journal of Health Psychology
2018. Vol. 23, No. 1, 167 - 185

The Dual Mediation Effects of Difficulty in Emotional Differentiation and Maladaptive Cognitive Emotion Regulation on the Relationship between Self-absorption and Interpersonal Problems

Eun-Sil Cho Mi-Yeon Shin Myoung-Ho Hyun
Department of Psychology, Chung-Ang University

The purpose of the study is to explain the dual mediating effects of difficulty in emotional differentiation and maladaptive cognitive emotion regulation, as noted and identified in relationship between self-absorption and interpersonal problems. There were 300 middle school students as participants in the study who completed the testing which was the Scale for Dispositional Self-Focused Attention in Social situation, Korean Version of Emotional Awareness Questionnaire for adolescents, Cognitive Emotion Regulation Questionnaire and short form of the Korea Inventory of Interpersonal Problem: Circumplex Scales. Accordingly, the participants who did not report questionnaire faithfully excluded from the analyses, and thus the path analysis was performed in order to find out the mediating effects with the 231 participants. According to the results, every path was noted to have been significant, except for one which was noted in relation to the maladaptive cognitive emotion regulation and interpersonal problems. Chiefly, the results showed that the difficulty in emotional differentiation is partially mediated not only through the relation of self-absorption and maladaptive cognitive emotion regulation, but also is seen in the relation of self-absorption and interpersonal problems. Lastly, the implications of this study were discussed, and suggestions for further research were proposed.

Keywords: self-focused attention, self-absorption, emotional differentiation, cognitive emotion regulation, interpersonal problems

www.kci.go.kr