

## 정서억제가 신체증상에 미치는 영향: 자기구성개념의 조절효과<sup>†</sup>

어 유 경  
용문상담심리대학원대학교  
교수

최 지 영  
인하대학교 아동심리학과  
교수

박 수 현<sup>‡</sup>  
연세대학교 심리학과  
교수

정서억제가 개인의 신체증상에 어떤 영향을 미치는지 검증하고 이 때에 자기구성개념의 조절효과를 확인하는 것이 이 연구의 목적이다. 성인 한국인(N=201, 여: 148, 남: 53)을 대상으로 실시한 온라인 설문을 통해 정서억제, 신체증상, 자기구성개념을 측정하였다. 그 결과, 정서억제는 신체증상에 유의한 영향을 미치는 것으로 검증되었는데 높은 정서억제 경향은 신체증상에 부정적인 영향을 주는 것으로 보고되었다. 자기구성개념의 조절효과를 검증한 결과 정서억제와 신체증상과의 관계에서 독립적 자기구성개념의 경우에만 유의한 조절효과가 검증되었다. 단술기울기 검증(slope analysis)을 통해 상호작용의 양상을 살펴 본 결과, 독립적 자기구성개념이 평균에서 1 표준편차 이상 높은 경우에만 조절효과가 유의했다. 이는 독립적 자기구성개념이 높은 사람들의 경우에만, 정서억제를 할수록 더 많은 신체증상을 보고하는 것을 의미한다. 이 연구 결과는 정서억제에 대해 일관되지 않던 기존의 국내 연구결과와 달리, 한국인도 정서를 억제할수록 신체적 건강에 부정적인 영향을 미침을 검증하였고, 특히 이 때 개인이 두드러지게 보이는 자기구성개념의 종류나 그 패턴에 따라 정서억제가 신체적 건강에 미치는 영향력이 달라질 수 있음을 검증하였다는 의의가 있다.

주요어: 정서억제, 신체증상, 상호존적 자기구성개념, 독립적 자기구성개념, 조절효과

<sup>†</sup> 본 연구는 어유경(2017)의 연세대학교 박사학위 논문 “The effect of Emotional Suppression on Individuals’ Physical, Depressive Symptoms and Intimate Interpersonal Relationship: Moderating Effect of Self-Constraint”을 일부 발췌한 것임.

이 논문은 2015년 대한민국 교육부와 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임 (NRF-2015S1A5A2A03 049535).

<sup>‡</sup> 교신저자(Corresponding author) : 박수현, 연세대학교 심리학과, (03722) 서울특별시 서대문구 연세로 50  
Tel: 02-2123-5435, E-mail: parksoohyun@yonsei.ac.kr

개인이 환경에 잘 적응하기 위해서는 적절한 정서가 필요하다(Shiota, Campos, Keltner, & Hertenstien, 2004). 그러나 정서가 사회적으로 용납되지 못하는 종류이거나 정서의 강도나 지속기간이 부적절할 때 정서는 개인의 적응에 역효과를 가지게 된다(Gross, Richards, & John, 2006). 실제로 적절한 정서조절은 원활한 적응의 조건이 되는데 상황이나 사회적 규범에 비추어 보아 정서의 강도, 빈도, 유형, 지속기간이 부적절하다고 판단되는 경우에 정서조절의 필요성이 부각되며 정서를 유용하게 잘 조절해야만 적응에 긍정적인 결과를 경험할 수 있다(Gross et al., 2006; Gross & Jazaieri, 2014).

Gross(1998)는 정서조절의 과정 모델(process model)을 제안하였는데 그에 따르면 정서조절은 정서의 발생 과정에 따라 상황선택(situation selection), 상황수정(situation modification), 주의배치(attention deployment), 인지적 변화(cognitive change), 반응 변경(response modulation)이라는 형태로 일어난다. 특별히, 정서조절 전략 중 정서억제는 현재 경험하는 정서의 표현 행동을 억제하는 것으로 정서조절의 과정 중 상대적으로 후반부에 일어나기 때문에 해당 정서는 경험한 후, 이미 경험한 정서를 행동적으로 표현하는 것을 조절하는 전략이다(Gross & Levenson, 1993). 따라서 개인이 정서억제를 사용할 때, 정서의 표현은 변화시킬 수 있지만 이미 경험한 정서 자체는 변화시키지는 못하고 이때의 경험적, 생리적 반응 또한 여전히 남아 있을 수밖에 없다(Gross & Levenson 1997). 또한 개인이 정서 표현을 억제하기 위해 노력을 기울일 때 상당한 심리적 에너지가 소모되며 건강한 적응에 사용될 에너지가

정서를 억제하는 데 사용되게 되어 적응 상의 여러 어려움을 겪게 되기도 한다(Gross et al., 2006).

흥미롭게도 정서억제는 개인의 신체적 건강과도 무관하지 않은 것으로 보이는데, 정서의 표현을 억제하거나 통제하면 부정적 정서가 신체적인 증상으로 발현되는 경향이 높다(Parker, Cheah, & Roy., 2001). 또한 정서적 표현을 억제하는 사람들의 경우 그렇지 않은 사람들보다 심혈관 및 면역 관련 질환을 포함한 다양한 만성 질환 발병률이 더 높다는 연구결과도 지속적으로 보고되고 있다(Denollet, Gidron, Vrints, & Conraads, 2010; Gillanders, Wild, Deighan, & Gillanders, 2008; Karademas, Tsalikou, & Tallarou, 2011; Mund & Mitte, 2012; Peh, Kua, & Mahendran, 2015). 한편, 정서 표현의 효과를 검증한 연구 결과에 따르면 연구자들이 참가자들에게 상실한 경험에 대한 글을 쓰게 하거나 말을 하게 했을 때 참가자들의 심리적 건강뿐 아니라 신체적 건강도 향상이 되는 것으로 밝혔다(Pennebaker, Mayne, & Francis, 1997).

현재 여러 문헌에서 정서억제와 신체적 건강의 관계를 밝히고 있으나 국내 연구 중 정서억제와 전반적인 신체적 건강의 직접적인 관계를 직접적으로 검증한 연구는 흔하지 않다. 김교현(2000)의 연구에서 선행 연구 중, 분노억제가 건강, 특히 고혈압에 미치는 영향을 검증한 연구를 정리하였으나 전반적인 정서억제가 아닌, 분노억제, 전반적인 신체 건강이 아닌 심혈관 질환에 제한한 연구만을 그 대상으로 하였으며 그 마저 연구 결과가 일관되지 못하다는 결론을 내렸다. 이 외에 일부 정서억제가 아닌 정서표현 갈등이나 정서표현 양가성

의 영향을 검증한 연구에 따르면 정서표현 갈등을 높게 보고한 사람이 더 높은 신체적 증상을 보고하였고 정서표현에 대한 양가감정을 느끼는 사람의 신체화 경향이 높음을 검증하였다(이승미, 오경자, 2006; 이주일, 황석현, 한정원, 민경환, 1997). 이러한 연구에서는 앞서서 정의한 정서억제를 직접적으로 측정하지는 않았지만 정서표현을 하고 싶어도 망설이거나 정서 표현을 한 후에 후회를 하는 정서표현 갈등 및 정서 표현에 대한 양가감정을 의미하는 정서 표현 양가성이 신체증상에 미치는 영향을 검증함으로써 정서억제도 신체증상에 부정적인 영향을 줄 수 있음을 시사하였다.

한편, 기존의 연구에 따르면 정서억제가 개인의 적응과 관련한 문제에 단순한 방향의 영향력을 보인다고 결론 내리기 어려워 보이는데 특히 개인이 어떤 자기구성개념(self-construal)을 두드리게 보이느냐에 따라 정서억제의 영향이 다를 수 있다(어유경, 박수현, 2018). 자기구성개념이란 자신과 타인 사이의 관계에 대한 관점을 의미한다(Markus & Kitayama, 1991). 자기구성개념에는 독립적(independent) 자기구성개념과 상호의존적(interdependent) 자기구성개념이 있는데 독립적 자기구성개념은 개인의 내적 특성, 개인으로서의 독특함, 자율성을 강조하는 반면, 상호의존적 자기구성개념은 자신과 타인이 관련이 있다고 생각하며 타인, 또는 집단과의 조화와 균형을 중요시 한다(Cross, Bacon, & Morris, 2000; Markus & Kitayama, 1991; Singelis, 1994). 개인은 자기구성개념에 따라 적절한 정서표현 정도를 결정할 것이고 어떤 정서조절 전략을 사용할지 결정하게 될 것이다. 예를 들어, 상호의존적 자기구성개념을 가진 사람들은 자신의 부정적 정서가 타인에게

영향을 줄 수 있다고 판단하여 정서 표현 대신 정서를 억제하는 경향을 선택하고 자신이 대인관계에서 조화롭게 타인을 배려했다고 생각하게 되는데 이는 자신이 가진 상호의존적 자기구성개념에 부합하는 행동이기 때문에 자신의 정서적 안녕감에도 긍정적인 영향을 미치게 된 것으로 보인다(Cheung & Park, 2010; Le & Impett, 2013). 동양인을 대상으로 한 정서억제의 영향에 대한 독립적 자기구성개념의 역할에 대한 연구에서도 독립적 자기구성개념에 따라 정서억제가 우울이나 불안과의 관련성이 달라지는 것으로 검증되기도 하였다(Su, Lee, & Oishi, 2013). 이처럼 어떠한 자기구성개념을 가지고 있느냐에 따라 정서표현을 어떻게 여기는지가 달라지고, 나아가 정서의 표현을 억제하는 것이 개인의 적응과 관련된 변인에 미치는 영향도 달라질 수 있다. 그러나 개인의 적응에는 심리적인 변인뿐 아니라 신체적 변인도 고려해 볼 수 있음에도, 선행 연구에서는 주로 정서억제가 심리적 변인에 미치는 영향에 대한 자기구성개념의 역할을 검증했을 뿐(예: 어유경, 박수현 2018), 신체적 변인을 고려한 연구가 많지 않은 실정이다.

위에서 살펴 본 것처럼 국외의 선행 연구는 정서억제가 개인의 신체적 건강과 관련이 있다고 밝혔으나(예: Denollet et al., 2010; Parker et al., 2001), 국내 연구 중에는 일관된 연구 결과가 부족해 보인다(예: 김교현, 2000). 또한, 일부 선행 연구에서는 정서억제가 개인의 적응과 보이는 관련성은 어떤 자기구성개념을 가지고 있느냐에 따라 다르게 나타났다(예: Cheung & Park, 2010; Le & Impett, 2013; Su et al., 2013). 그러나 이러한 선행연구가 대부분 서양 문화권의 대학생 집

단에서 이루어진 연구로 이 결과를 일관되게 한국인에게 적용하는 데에는 무리가 있다. 또한 개인의 적용에 관련된 변인도 주로 심리적 변인에 국한하여 살펴보았기 때문에 개인의 신체적 건강과 정서억제의 관계를 파악하기에 한계가 있었고, 따라서 기존 연구에서 심리적 요인에 대한 정서억제의 효과를 조절하는 것으로 밝혀진 자기구성개념의 역할이 신체적 건강에 대한 정서억제의 효과에도 유효한지 규명하는 연구가 필요하다고 판단하였다. 가령, 국내의 기존 연구 중 이은경, 서은국, Chu, Kim과 Sheman(2009)은 동양 문화권 참가자들의 경우 정서억제가 부정적인 전략이 아닐 수 있다는 것을 밝혔으나 동양 문화권의 어떤 요인으로 인한 결과인지를 밝히는 데는 제한적이었고 이 연구 역시 대학생 집단만을 대상으로 하여 일반화에 어려움이 있었다. 앞서도 일부 언급했듯이, 특히 한국은 전체의 조화를 중요시한다고 여겨지는 동양 문화권으로 자신의 정서를 적극적으로 표현하기보다 적절히 억제하는 것이 더 적응적이라는 논의가 있기도 하였으나, 최근의 연구들에 따르면 한국인도 자신이 가지고 있는 자기구성개념의 종류나 패턴에 따라 정서억제의 영향을 다양하게 경험할 수 있음이 시사되었다(어유경, 박수현, 2018; Markus & Kitayama, 1991). 따라서 이 연구에서는 한국인의 정서억제가 개인의 적응과 관련된 변인 중에서도 신체적 건강에 어떠한 영향을 미치는지, 또 이 관계에서 자기구성개념이 가지는 효과는 어떠한지 검증할 필요가 있었다.

따라서 연구의 목표는 정서억제가 개인의 신체적 건강에 어떠한 영향을 미치는지, 그리고 그 과정에서 자기구성개념이 어떠한 효과를 갖는지를

검증하는 데 있고 연구 가설은 다음과 같다. 첫째, 정서억제를 많이 할수록 더 많은 신체증상을 보고할 것이다, 둘째, 정서억제가 신체증상에 영향을 미칠 때 상호의존적 자기구성개념 및 독립적 자기구성개념이 유의한 조절효과를 가질 것이다.

## 방 법

### 연구대상

이 연구는 만 19세 이상이고 한국어를 모국어로 사용하여 설문 내용을 이해하는데 어려움이 없는 성인을 대상으로 실시하였다. 연구 참여 완료 후에는 1인당 연구 참가 사례로 5천원 상당의 커피 상품권을 지급하였다. 총 223명(남자 53명, 여자 170명)이 모집되었고 이 중, 각 변인의 평균에서 2 X 표준편차 이상 또는 이하인 극단치를 보고한 피험자를 제외하고(Nkechinyere, Andrew, & Idochi, 2015) 총 201명(여자 148명, 남자 53명)의 자료가 분석에 사용되었다. 참여자의 연령은 평균 33.81세( $SD=8.08$ )였고 각 성별 별 평균 연령은 남자 35.60세( $SD=9.03$ ), 여자 33.17세( $SD=7.64$ )였다. 연구에 포함된 피험자의 인구통계학적 특성이 표 1에 제시되었다. 특히, 정서억제의 사용은 성별과 연령의 차이가 유의하다는 기존의 연구를 참고해 볼 때(Fladung & Kiefer, 2016; Nolen-Hoeksema & Aldao, 2011; Rogier, Garofalo, & Velotti, 2019; Zimmermann & Iwanski, 2014), 이 연구에서 피험자의 인구통계학적 정보를 파악하는 것은 의미가 있고 이와 관련한 분석을 통해, 필요하다고 판단된다면 인구통계학적 변인을 통제하기로 하였다.

표 1. 연구 대상자의 인구통계학적 특성(N=201)

변인		성별		계(%) (N=201)
		남(%) (n=53)	여(%) (n=148)	
나이	20대	11(20.8)	50(33.8)	61(30.3)
	30대	29(54.7)	72(48.6)	101(50.2)
	40대	10(18.9)	20(13.5)	30(14.9)
	50대	1(1.9)	4(2.7)	5(2.5)
	60대	1(1.9)	2(1.4)	3(1.5)
	70대	1(1.9)	0(0)	1(0.5)

주. 단위는 명.

### 측정 도구

**정서조절설문지.** 정서조절 전략을 측정하기 위하여 Gross와 John(2003)가 개발한 것을 손재민(2005)이 번안한 정서조절설문지(Emotion Regulation Questionnaire: ERQ)를 사용하였다. ERQ는 전체 10문항으로, 인지적 재해석과 억제라는 두 요인으로 구성되어 있다. 인지적 재해석 요인에는 ‘나는 긍정적인 정서를 더 많이 느끼고 싶을 때 내가 생각하고 있는 것을 바꾼다’, ‘나는 내가 속해 있는 상황에 대하여 생각하고 있는 것을 바꾸는 방법으로 나의 정서를 통제한다’ 등의 6문항, 억제 요인에는 ‘나는 정서를 겉으로 표현하지 않는 방법으로 정서를 통제한다’, ‘나는 부정적인 정서를 느낄 때 그것들을 표현하지 않는다고 확신한다’ 등의 4문항으로 구성되어 있다. 각 문항은 7점 척도로 평정하게 되어 있다(0점, 전혀 그렇지 않다 ~ 6점, 매우 그렇다). 각 요인에 해당하는 문항 점수의 합이 높을수록 각 요인의 전략을 많이 사용한다는 것을 의미한다. 이 연구에서는 인지적 재해석과 억제 중 억제에 초점을 맞추어 억제에 해당하는 4문항만을 분석에 사용하였고 손

재민(2005)의 연구에서 이 4 문항의 Cronbach's alpha는 .73, 이 연구에서는 .67 이었다.

**신체건강설문지.** 신체 건강 정도를 측정하기 위해서 Spence, Helmreich와 Pred(1987)가 개발하고 Schat, Kelloway와 Desmarais(2005)가 개정한 후 김태현과 박수현(2016)이 번역/역번역한 신체건강설문지(Physical Health Questionnaire: PHQ)를 사용하였다. PHQ는 지난 한 달 동안 여러 가지 신체 증상(수면문제, 두통, 소화기 및 호흡기 문제 등)들이 얼마나 자주 일어났는지를 나타낸 14문항을 7점 척도로 평정하게 이루어져 있다(0점, 전혀 없었음 ~ 6점, 항상). 총 점수가 높을수록 신체의 문제가 많음을 의미한다. 김태현과 박수현(2016)에서 보고된 Cronbach's alpha는 수면장애 .65, 두통 .87, 소화기 문제 .82, 호흡기 문제 .59였고 이 연구에서는 수면장애 .68, 두통 .85, 소화기 문제 .82, 호흡기 문제 .38 이었고 전체 척도의 Cronbach's alpha는 .83이었다.

**자기구성개념척도.** 자기구성개념을 측정하기 위해 Singelis(1994)가 개발하고 한정연(2008)이

번안한 자기구성개념척도(Self-Constraint Scale: SCS)를 사용하였다. 이 척도는 총 24문항으로 독립적 자기구성개념(independent self-construal) 소척도(12문항)와 상호의존적 자기구성개념(interdependent self-construal) 소척도(12문항)로 나누어져 있다. 독립적 자기구성개념 소척도에는 '거절하지 못해서 오해를 받기 보다는 '아니오'라는 거절을 직접적으로 하겠다', '모임에서 내 의견을 거리낌 없이 말하는 것은 어렵지 않다' 등의 문항이, 상호의존적 자기구성개념 소척도에는 '나에게 영향을 주는 어른에 대한 존경심을 갖고 있다', '내가 속한 그룹에서 조화를 유지하는 것은 나에게 매우 중요하다' 등의 문항이 포함된다. 각 문항은 7점 척도로 평정하게 되어 있고(0점, 전혀 동의 안 함 ~ 6점, 전적으로 동의함) 각 문항의 합이 높을수록 해당 자기구성개념이 강함을 나타낸다. 한경연(2008)에서 Cronbach's alpha는 상호의존적 소척도의 경우 .66, 독립적 자기구성개념의 경우 .53 였고, 이 연구에서는 상호의존적 소척도는 .73, 독립적 자기구성개념 소척도는 .74였다.

## 절차

이 연구는 저자 소속 대학의 생명윤리위원회(Institutional Review Board: IRB)의 승인을 받아 실시되었다. 연구 참가자 모집을 위해 인터넷 카페 ([http://cafe.naver.com/\\*\\*\\*\\*](http://cafe.naver.com/****) [http://cafe.naver.com/\\*\\*\\*\\*](http://cafe.naver.com/****) 등)에 모집 공고를 내었고 연구 참여를 원하는 참가자들은 연구자가 제시한 온라인 설문 연구 URL ([https://www.surveymonkey.com/r/\\*\\*\\*\\*](https://www.surveymonkey.com/r/****))을 제공받고 사이트에 방문하여 설문을 진행하였다. 특히 연구자는 참가자들에게 연구가 진행

되는 동안 연구 참가자에 대해서는 최소한의 인구통계학적 정보만을 수집하는 등 철저히 익명성이 보장될 것을 알렸고, 연구 참여에 동의한 참가자들만을 대상으로 연구를 진행하였다.

## 분석방법

이 연구에서 수집된 자료는 SPSS 23.0 및 SPSS Macro (Hayes, 2013)를 사용하여 통계 분석을 하였다. 먼저, 측정 도구의 신뢰도 검증을 위해 내적신뢰도 계수(Cronbach's alpha)를 구하였고 주요 변인의 평균, 표준편차 등 기술 통계치를 확인하였다. 각 변인들의 변인들 간의 상관관계를 검토하기 위해 Pearson 상관분석을 실시하였으며 각 변인들이 성별 및 연령 등 수집한 인구통계학적 변인에 따라 유의한 차이가 있는지 알아보기 위해 *t* 검증 및 회귀분석을 실시하였다. 차이검증에서 유의한 차이를 보이는 인구통계학적 변인은 이후 분석에서 통제하였다.

이 후, 정서억제가 개인의 신체적 건강에 미치는 영향을 검증하기 위해 회귀분석을 실시하였으며 이 때 자기구성개념의 조절효과를 알아보기 위해 SPSS Macro의 PROCESS(모델 1)를 이용하여 조절모형을 분석하였다(Hayes, 2013). SPSS Macro PROCESS는 변인을 평균중심화하고 OLS(ordinary least squares) 중다회귀분석을 하여 결과변인에 대해 가지는 예측변인과 조절변인의 상호작용항이 가지는 설명량을 산출함으로써 조절효과를 검증한다.

## 결 과

### 기술 통계 및 상관관계

본 분석에 앞서 연구에 참가한 201명이 보고한 정서억제, 신체증상, 상호의존적 자기구성개념, 독립적 자기구성개념의 평균, 표준편차 등 기술통계와 변인 간 상관관계 결과가 표 2에 제시되어 있다. 상관 분석 결과, 정서억제는 신체증상과는 유의한 정적 상관,  $r(201) = .132, p < .05$ , 독립적 자기구성개념과는 유의한 부적 상관관계를 가졌는데,  $r(201) = -.140, p < .05$ , 정서억제를 높게 보고할수록 더 높은 신체증상을 보고하였고 더 낮은 독립적 자기구성개념을 보고하였다. 흥미롭게도 상호의존적 자기구성개념과 독립적 자기구

성개념은 유의한 정적 상관관계를 가지는 것으로 보고되었는데,  $r(201) = .362, p < .001$ , 상호의존적 자기구성개념을 높게 가질수록 높은 독립적 자기구성개념을 보고하였다.

### 성별에 따른 차이 및 연령의 영향력

기존 연구에 따르면 정서억제의 사용은 성별과 연령의 영향을 받을 수 있으므로(Fladung & Kiefer, 2016; Nolen-Hoeksema & Aldao, 2011; Rogier, Garofalo, & Velotti, 2019; Zimmermann & Iwanski, 2014), 주요 연구 변인에 대한 성별 및 연령의 영향력을 분석할 필요가 제기된다. 먼저, 주요 연구 변인인 정서억제, 신체증상, 독립적 자기구성개념 및 상호의존적 자기구성개념이 성

표 2. 각 변인의 기술 통계치와 변인 간 상관관계( $N=201$ )

	정서억제	신체증상	상호의존적 자기구성개념	독립적 자기구성개념
정서억제	1			
신체증상	.132*	1		
상호의존적 자기구성개념	.128	-.010	1	
독립적 자기구성개념	-.140*	-.060	.362***	1
평균	12.14	29.91	42.02	39.81
표준편차	3.56	10.99	6.83	7.79
왜도	-.43	.00	-.03	.10
첨도	.04	-.33	.57	-.32

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

표 3. 각 변인에 대한 성별 간 차이 검증 결과 (남  $n=53$ 명, 여  $n=148$ 명)

변인	M		SD		df	t	p
	남	여	남	여			
정서억제	12.77	11.92	3.31	3.63	199	-1.506	.134
신체증상	31.08	29.49	9.81	11.39	199	-.903	.368
상호의존적 자기구성개념	41.66	42.16	6.80	6.86	199	.452	.652
독립적 자기구성개념	40.32	39.62	8.52	7.53	199	-.560	.576

별에 따라 유의한 차이가 있는지 알아보기 위해 *t* 검증을 실시하였고 그 결과를 표 3에 제시하였다. 분석 결과 모든 변인에서 성별 간의 차이는 유의하지 않았다.

정서억제, 신체증상, 독립적 자기구성개념 및 상호의존적 자기구성개념에 대한 연령의 영향력이 유의한지 알아보기 위해 회귀분석을 실시하였고 그 결과를 표 4에 제시하였다. 분석 결과, 독립적 자기구성개념에 대한 연령의 영향이 유의한 것으로 검증되었다,  $R^2=.051$ ,  $\beta=.225$ ,  $F(1, 199)=10.635$ ,  $p<.001$ . 구체적으로, 연령이 높아질수록 유의하게 높은 독립적 자기구성개념을 보고하였다. 따라서 추후 분석 시, 독립적 자기구성개념을 주요 변인으로 사용할 경우, 연령을 통제하였다.

**정서억제가 개인의 신체증상에 미치는 영향: 자기구성개념의 조절효과 검증**

**정서억제가 개인의 신체 증상에 미치는 주효과 검증**

회귀분석 결과, 정서억제는 신체증상을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다,  $R^2=.020$ ,  $\beta=.143$ ,  $F(1, 199)=4.158$ ,  $p=.043$ . 즉, 정서억제를 많이 할수록 더 많은 신체 증상을 보고하였다.

**자기구성개념의 조절효과 검증**

자기구성개념의 조절효과를 SPSS Macro의 PROCESS(모델 1)을 통해 분석하였고 그 결과를 표 5에 제시하였다. 조절변인인 자기구성개념은 독립적 자기구성개념과 상호의존적 자기구성개념으

표 4. 각 변인에 대한 연령의 영향 검증 결과 ( $N=201$ )

	$\beta$	$R^2$	$F$	$p$
정서억제	-.076	.006	1.14	.286
신체증상	-.050	.003	.504	.479
상호의존적 자기구성개념	.134	.018	3.628	.058
독립적 자기구성개념	.225	.051	10.635	.001

표 5. 정서억제가 개인의 신체증상에 미치는 영향에 대한 자기구성개념의 조절효과 ( $N=201$ )

	$\beta$	$SE$	$t$	95% 신뢰구간
정서억제	.52***	.23	2.27	.07-.97
상호의존적 자기구성개념	-.024	.12	-.21	-.25-.20
정서억제 X 상호의존적 자기구성개념	-.04	.03	-1.22	-.11-.03
정서억제	.24	.23	1.05	-.21-.70
독립적 자기구성개념	.05	.10	.45	-.16-.25
정서억제 X 독립적 자기구성개념	.07*	.03	2.51	.01-.13

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



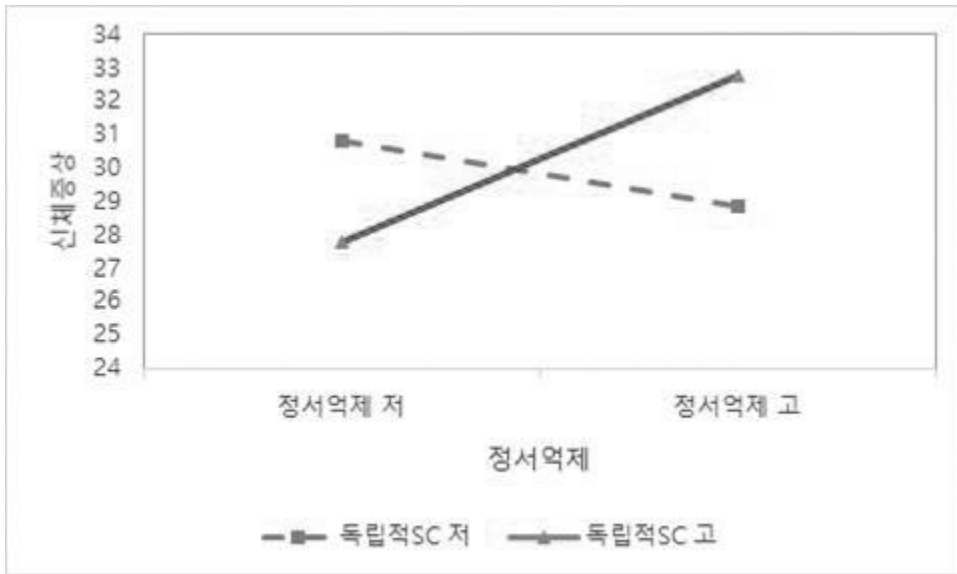


그림 1. 정서억제가 신체증상에 미치는 영향에 대한 독립적 자기구성개념의 조절효과. 독립적SC는 독립적 자기구성개념을 의미함.

로 나누어 각각 분석하였으며 독립적 자기구성개념을 분석에 사용하였을 경우 연령을 통제하였다.

상호의존적 자기구성개념은 유의한 조절효과를 가지지 못한 것으로 검증된 반면,  $\Delta R^2=.028$ ,  $F(3, 197)=1.896$ ,  $p=.132$ , 독립적 자기구성개념은 유의한 조절효과를 가지는 것으로 검증되었다,  $\Delta R^2=.053$ ,  $F(4, 196)=2.715$ ,  $p=.031$ . 유의한 조절변인인 독립적 자기구성개념의 어떤 특정한 범위의 값이 유의한 영향력을 가지는지를 분석하기 위해 평균을 중심으로  $\pm 1SD$  범위 값으로 나누어 단순기울기 분석을 실시하였고 이를 그림 1에 나타내었다. 그 결과 독립적 자기구성개념이 낮은 경우는 조절효과가 유의하지 않았으나,  $\beta=-.29$ ,  $SE=.36$ ,  $t=-.80$ ,  $p=.43$ , 독립적 자기구성개념이 높은 경우에는 유의한 조절효과를 가지는 것으로 검증되었다,  $\beta=.81$ ,  $SE=.26$ ,  $t=3.06$ ,  $p=.002$ . 즉, 독립적 자기구성개념이 높은 사람의 경우 정서억제를 할수록 유

의하게 더 많은 신체증상을 보고하는 것으로 나타났다.

## 논 의

이 연구에서는 정서억제가 개인의 신체적 증상에 어떤 영향을 주는지, 그리고 이 때에 자기구성개념이 조절효과를 가지는지를 검증하였다. 먼저, 정서억제가 개인의 신체적 증상에 부정적인 영향을 줄 것이라고 가정하였는데 다시 말해 정서억제를 많이 할수록 유의하게 높은 신체 증상을 보고할 것이라는 가설을 수립하였다. 그리고 이 때에 자기구성개념이 조절효과를 가질 것이라고 가정하였고 상호의존적 자기구성개념 및 독립적 자기구성개념의 조절효과를 각각 검증해 보았다.

연구 결과, 정서억제는 개인이 보고한 신체증상에 유의한 영향을 주어 가설이 지지되었다. 이러

한 결과는 정서억제를 많이 할수록 유의하게 더 많은 신체증상을 경험한다는 의미로 기존의 국외 연구들과 일치하는 결과였다(Gross & John, 2003; Gross & Levenson, 1997; Parker et al., 2001). 그러나 이러한 결과는 정서억제를 많이 한다고 해서 반드시 개인의 건강에 부정적인 영향을 주는 것은 아닌 것으로 밝힌 기존의 국내 연구와는 상반된 결과였다(이은경 외, 2009).

기존의 국내 연구들은 모두 대학생을 대상으로 한 연구로, 일반 성인을 대상으로 한 이 연구와 연구대상에서의 차이가 있다. 특히 대학생의 경우 정서억제의 정도가 일반 인구에 비해 낮을 가능성이 제기되는데 기존 연구 중 이 연구와 동일한 척도를 사용하였고 척도의 평균 점수를 보고한 연구에서의 수치와 이 연구의 자료를 비교해 볼 때 대학생을 대상으로 한 이은경 등(2009)의 연구의 정서억제 평균은 4.28( $SD=1.3$ )이었으나 이 연구에서는 평균 12.14( $SD=3.56$ )로 상당한 차이가 있음을 확인할 수 있다. 이는 기존 연구의 연구대상인 대학생들과 이 연구의 연구 대상인 일반 한국인은 정서억제의 정도에서도 동질한 집단이라고 볼 수 없음을 시사한다. 따라서 대학생이 아닌, 다양한 연령의 일반 성인을 대상으로 한 이 연구에서 정서억제가 신체증상에 유의한 영향력을 가진다는 결과로 미루어볼 때, 대학생을 대상으로 한 기존의 연구의 결과와는 달리 한국의 문화맥락에서도 정서억제가 개인의 신체적, 심리적 건강에 유의하게 부정적인 영향을 미칠 수 있음이 시사된다.

한편, 이 연구에서는 정서억제와 신체증상과의 관계에서 독립적 자기구성개념의 조절효과가 유의한 것으로 검증되었다. 독립적 자기구성개념은

개인과 개인을 개별적인 존재로 간주하며 개인의 독특함이나 자율성을 강조한다. 따라서 독립적 자기구성개념이 높을수록 정서 표현을 억제 할 때 자신이 중요하게 생각하는 자율성을 침해받았다고 평가할 수 있고, 따라서 정서억제의 부정적인 영향을 강하게 경험할 가능성을 시사한다.

이러한 결과는 자기구성개념 중 상호의존적 자기구성개념에 초점을 맞춘 결과들이 대부분인 기존의 연구와는 다소 간의 차이를 보이고 있는데, 기존 연구에서는 상호의존적 자기구성개념이 강한 사람일수록 타인과의 조화를 위해 자신의 정서를 억제하는 경향이 높고, 정서억제가 가지는 부정적인 영향을 적게 경험하게 된다고 보고하고 있다(Cheung & Park, 2010; Le & Impett, 2013). 그러나 기존 연구에서는 연구자들의 관심에 따라 상호의존적인 자기구성개념만을 살펴보았을 뿐 이 연구에서와 같이 두 가지 자기구성개념을 모두 살펴보지 않았다는 제한점을 가진다. 다른 한편으로, 독립적 자기구성개념을 살펴 본 이지영과 신희천(2016)에 따르면 독립적 자기구성개념이 높은 사람은 본인의 노력으로 문제를 해결하고자 노력을 하는 편이 강하기 때문에 정서억제를 오히려 빈번하게 사용할 가능성이 크다고 지적한 바 있는데 이에 따라 독립적 자기구성개념과 정서억제의 상호작용이 개인의 건강에 유의한 영향력을 가졌을 가능성을 고려해 볼 수 있겠다.

특히 국내 성인을 대상으로 한 연구 중 정서억제가 친밀한 대인관계에 미치는 영향을 검증하면서 자기구성개념의 조절효과를 살펴 본 어유경과 박수현(2018)의 연구에 따르면 정서억제와 친밀한 대인관계의 만족도의 관계에서는 독립적 자기구성개념은 유의한 조절효과를 보이지 않았고 상호

의존적 자기구성개념만이 유의한 조절변인으로 검증되었다. 따라서 한국인들에게 자기구성개념이 가지는 효과에 대해 생각해 볼 때, 단일하게 어떤 자기구성개념이 적응에 도움이 되거나 되지 않는다고 단일하게 판단내릴 수 있기보다 어떤 맥락에서 어떤 자기구성개념이 두드러지게 작동하는가가 더 중요할 수 있겠다.

이 연구의 단순기울기 분석(slope analysis)결과, 독립적 자기구성개념이 높은 참여자들에게서 독립적 자기구성개념과 정서억제의 상호작용이 개인의 신체증상에 대해 유의한 효과를 가지는 것으로 나타났다. 기존 연구에 따르면 한국을 포함한 동양 사회는 개인과 개인의 조화와 공동체 내에서의 유기적 상호의존성을 강조하고 있다고 한다(Markus & Kitayama, 1991). 따라서 한국 문화권에서는 독립적 자기구성개념이 낮은 경우 이상적이라고 판단할 것이라 추측할 수 있다. 그러므로 연구에서 유의한 조절 효과를 가지는 것으로 검증된 높은 독립적 자기구성개념은 한국 사회에서 중요하게 여겨지는 가치와 상반되는 경우이다. 이전 연구를 살펴보면, 해당 문화권에서 지지하지 않는 방식의 정서반응을 할 경우 개인에게 더 큰 스트레스를 주며 나아가 우울집단으로 분류될 가능성이 크다는 '문화규범가설 (cultural norm hypothesis)'이 제안되었으며 이 가설은 조절효과가 나타나는 패턴에 대한 간접적 근거가 될 수 있겠다(Chentsova-Dutton et al., 2007).

흥미롭게도 이 연구에서 독립적 자기구성개념과 상호의존적 자기구성개념은 유의한 정적 상관을 보였다. 이는 독립적 자기구성개념이 높을수록 상호의존적 자기구성개념도 높은 경향성을 나타내며 독립적 자기구성개념과 상호의존적 자기구

성개념이 상반된 개념이 아니라는 의미로, 이러한 정적 상관은 두 가지 자기구성개념을 주요 변인으로 하여 진행한 이전 연구의 샘플에서도 보고되고 있는 바이다(Cheek & Norem, 2017; Day & Impett, 2018; Krieg & Xu, 2018). 두 가지 자기구성개념을 모두 강하게 가지고 있는 사람들은 여러 상황에서의 대처 전략을 다양하게 가지고 있고 따라서 한 가지 자기구성개념만 두드러지게 가지고 있는 사람들보다 적응에 어려움을 경험할 가능성이 적어질 수 있다는 가설이 가능해 보인다(Lam, 2005). 그러나 이와 관련된 연구는 부족한 편으로 자기구성개념의 영향을 다양하게 검증해 보는 시도가 필요한 것으로 판단된다.

이 연구의 제한점으로 먼저 연구 참가자의 편향을 들 수 있다. 이 연구는 좀 더 다양한 지역에 거주하는 일반 성인들의 참여가 가능하게 하고자 온라인을 기반으로 피험자를 모집했고, 이들에게 온라인 설문 링크를 제공하여 연구에 참여하도록 했다. 실제 이 연구는 제한된 참여자군을 가진 이전 국내 연구와 대비하여 다양한 성인 집단의 참여가 가능했다는 의의를 가진다. 그러나 연구의 참여자는 기본적으로 컴퓨터와 인터넷 사용이 가능하다는 특성을 가지며 여전히 전체 한국인을 대표하기 어려운 집단일 수 있다는 제한점을 가진다. 실제로 연구 참여자의 연령을 살펴 본 결과 대부분 20대~40대였고 성별도 여성 참여자가 대부분이었다. 따라서 추후 연구에서는 연구 참여자 모집의 방법을 다양하게 하여 충분한 대표성을 지닌 참여자가 모집될 수 있도록 해야 하겠다.

또한 이 연구에서는 특별한 질환을 보고하지 않은 일반인을 대상으로 하였으나 개인의 신체건강에 미치는 정서억제의 영향력을 좀 더 분명하

게 검증하기 위해서는 신체적 질병을 진단 받은 임상군을 대상으로 검증해 볼 필요가 있겠다. 정서억제의 영향력을 검증한 기존 연구 중에는 실제 심혈관 질환 환자를 대상으로 실시된 연구들이 있으나 대부분 서구문화권에서 실시된 연구이므로 한국인 중 특정 질환을 진단 받은 사람을 대상으로 정서억제의 영향과 그 때에 조절효과를 가지는 변인에 대한 연구가 필요할 것으로 보인다(Mauss & Gross, 2004).

이 연구는 횡단적, 자기보고식, 회고식으로 응답하게 되는 설문 자료를 회귀분석하여 정서억제가 개인의 신체적 건강에 미치는 영향, 그리고 자기구성개념의 조절효과를 검증하였다. 실제 일상생활에서 빈번히 사용되는 정서조절 전략을 실험실에서의 조작을 통해 연구하기에는 어려움이 있다는 연구가 있었지만(Impett et al., 2012), 이 연구에서 사용한 회고식 설문지도 반응의 왜곡이 일어날 수 있고 인과관계를 특정할 수 없다는 기본적인 제한점을 가진다. 따라서 추후 연구에서 다양한 연구 방법을 사용하여 일상생활에서의 정서억제를 좀 더 정확하게 측정해야 할 필요가 있겠으며 측정 및 분석 방법의 변화 등을 통해 인과관계를 검증해 보는 연구도 필요할 것으로 보인다.

이러한 제한점에도 불구하고, 이 연구는 일반 성인을 대상으로 정서억제가 개인의 신체 증상에 미치는 영향을 검증했으며 이 때 자기구성개념의 조절효과를 살펴본바, 신체 증상에 미치는 정서억제의 영향의 작용기제에 대한 단서를 제공했다는 의의를 가진다. 또한, 개인마다 정서억제의 영향이 동일하지 않고 특히 독립적 자기구성개념이 높은 개인의 경우 정서억제가 신체증상에 미치는 부정적인 영향이 유의하게 높아진다는 이 연구의 결과

를 임상 장면에서 적용하여 개인에 따라 정서억제의 역할을 다르게 평가하고 이에 맞춘 개입 프로그램을 계획 및 활용할 수 있을 것으로 기대한다.

## 참 고 문 헌

- 김교현 (2000). 분노 억제와 고혈압. *한국심리학회지: 건강*, 5(2), 181-192.
- 김태현, 박수현 (2016). 가족보호자의 간병 부담감, 우울 및 신체증상에 치매환자의 내현화 문제행동이 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 21(1), 65-89.
- 손재민 (2005). 정서조절 전략 사용에서의 개인차: 인지적 재해석인과 정서표현 억제인의 비교. *서울대학교 석사학위 청구논문*.
- 이유경, 박수현 (2018). 정서억제가 친밀한 대인관계 만족도에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 30(1), 121-141.
- 이승미, 오경자 (2006). 정서인식불능, 정서표현에 대한 양가감정, 정서표현성이 중년 기혼 여성의 심리적 부적응에 미치는 영향. *한국심리학회지: 임상*, 25(1), 113-128.
- 이은경, 서은국, Chu, T., Kim, H. W., Sherman, D. K. (2009). 정서억제와 주관적 안녕감. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 23(1), 131-146.
- 이주일, 황석현, 한정원, 민경환 (1997). 정서의 체험 및 표현성이 건강과 심리적 안녕에 미치는 영향. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 11(1), 117-140.
- 이지영, 신희천 (2016). 정서강도가 정서억제에 미치는 영향. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 28(3), 637-657.
- 한정연 (2008). 대학생의 문화적 자기관 유형과 자기통제력이 주관적 안녕감에 미치는 영향. *숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문*.
- Cheek, N. N., & Norem, J. K. (2017). Holistic thinkers anchor less: Exploring the roles of self-construal and thinking styles in anchoring

- susceptibility. *Personality and Individual Differences*, 115, 174-176.
- Chentsova-Dutton, Y. E., Chu, J. P., Tsai, J. L., Rottenberg, J., Gross, J. J., & Gotlib, I. H. (2007). Depression and emotional reactivity: variation among Asian Americans of East Asian descent and European Americans. *Journal of Abnormal Psychology*, 116(4), 776-785.
- Cheung, R. Y., & Park, I. J. (2010). Anger suppression, interdependent self-construal, and depression among Asian American and European American college students. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology*, 16(4), 517-529.
- Cross, S. E., Bacon, P. L., & Morris, M. L. (2000). The relational-interdependent self-construal and relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 78(4), 791-808.
- Day, L. C., & Impett, E. A. (2018). Giving when it costs: How interdependent self-construal shapes willingness to sacrifice and satisfaction with sacrifice in romantic relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 35(5), 722-742.
- Denollet, J., Gidron, Y., Vrints, C. J., & Conraads, V. M. (2010). Anger, suppressed anger, and risk of adverse events in patients with coronary artery disease. *The American Journal of Cardiology*, 105(11), 1555-1560.
- Fladung, A., & Kiefer, M. (2016). Keep calm! gender differences in mental rotation performance are modulated by habitual expressive suppression. *Psychological Research*, 80(6), 985-996.
- Gillanders, S., Wild, M., Deighan, C., & Gillanders, D. (2008). Emotion regulation, affect, psychosocial functioning, and well-being in hemodialysis patients. *American Journal of Kidney Diseases*, 51(4), 651-662.
- 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.
- Gross, J. J., & Jazaieri, H. (2014). Emotion, emotion regulation, and psychopathology: an affective science perspective. *Clinical Psychological Science*, 2(4), 387-401.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1993). Emotional suppression: Physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 970-986.
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1997). Hiding feelings: The acute effects of inhibiting negative and positive emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 106(1), 95-103.
- Gross, J. J., Richards, J. M., & John, O. P. (2006). Emotion regulation in everyday life. In D. K. Snyder, J. A. Simpson, & J. N. Hughes (Eds.), *Emotion regulation in families: Pathways to dysfunction and health* (pp. 13-35). Washington DC: American Psychological Association.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Impett, E. A., Kogan, A., English, T., John, O., Oveis, C., Gordon, A. M., & Keltner, D. (2012). Suppression sours sacrifice: Emotional and relational costs of suppressing emotions in romantic relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 38(6), 707-720.
- Karademas, E. C., Tsalikou, C., & Tallarou, M. C. (2011). The impact of emotion regulation and

- illness-focused coping strategies on the relation of illness-related negative emotions to subjective health. *Journal of Health Psychology, 16*(3), 510-519.
- Krieg, A., & Xu, Y. (2018). From self-construal to threat appraisal: Understanding cultural differences in social anxiety between Asian Americans and European Americans. *Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 24*(4), 477-488.
- Lam, B. T. (2005). Self-construal and depression among Vietnamese-American adolescents. *International Journal of Intercultural Relations, 29*(2), 239-250.
- Le, B. M., & Impett, E. A. (2013). When holding back helps: Suppressing negative emotions during sacrifice feels authentic and is beneficial for highly interdependent people. *Psychological Science, 24*(9), 1809-1815.
- Markus, H. R., & Kitayama, S. (1991). Culture and the self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review, 98*(2), 224-253.
- Mauss, I. B., & Gross, J. J. (2004). Emotion suppression and cardiovascular disease: Is hiding feelings bad for your heart? In I. Nyklicek, A. Vingerhoets, & L. Temoshok (Eds.), *The expression of emotion and health* (pp. 61-81). London: Brunner Routledge.
- Mund, M., & Mitte, K. (2012). The costs of repression: A meta-analysis on the relation between repressive coping and somatic diseases. *Health Psychology, 31*(5), 640-649.
- Nkechinyere, E. M., Andrew, I., & Idochi, O. (2015). Comparison of different methods of outlier detection in univariate time series data. *International Journal for Research in Mathematics and Statistics, 1*(1), 55-83.
- Nolen-Hoeksema, S., & Aldao, A. (2011). Gender and age differences in emotion regulation strategies and their relationship to depressive symptoms. *Personality and Individual Differences, 51*(6), 704-708.
- Parker, G., Cheah, Y. C., & Roy, K. (2001). Do the Chinese somatize depression? A cross-cultural study. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 36*(6), 287-293.
- Peh, C. X., Kua, E. H., & Mahendran, R. (2015). Hope, emotion regulation, and psychosocial well-being in patients newly diagnosed with cancer. *Supportive Care in Cancer, 24*(5), 1-8.
- Pennebaker, J. W., Mayne, T. J., & Francis, M. E. (1997). Linguistic predictors of adaptive bereavement. *Journal of Personality and Social Psychology, 72*(4), 863-871.
- Rogier, G., Garofalo, C., & Velotti, P. (2019). Is emotional suppression always bad? A matter of flexibility and gender differences. *Current Psychology, 38*(2), 411-420.
- Schat, A. C., Kelloway, E. K., & Desmarais, S. (2005). The physical health questionnaire (PHQ): Construct validation of a self-report scale of somatic symptoms. *Journal of Occupational Health Psychology, 10*(4), 363-381.
- Shiota, M. N., Campos, B., Keltner, D., & Hertenstien, M. J. (2004). Positive emotion and the regulation of interpersonal relationships. In P. Philippot & R. S. Feldman (Eds.), *The regulation of emotion* (pp. 127-155). New Jersey: Erlbaum.
- Singelis, T. M. (1994). The measurement of independent and interdependent self-construals. *Personality and Social Psychology Bulletin, 20*(5), 580-591.
- Spence, J. T., Helmreich, R. L., & Pred, R. S. (1987). Impatience versus achievement strivings in the type A pattern: Differential effects on students' health and academic achievement. *Journal of*

*Applied Psychology*, 73(4), 522-528.

Su, J. C., Lee, R. M., & Oishi, S. (2013). The role of culture and self-construal in the link between expressive suppression and depressive symptoms. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 44(2), 316-331.

Zimmermann, P., & Iwanski, A. (2014). Emotion regulation from early adolescence to emerging adulthood and middle adulthood: Age differences, gender differences, and emotion-specific developmental variations. *International Journal of Behavioral Development*, 38(2), 182-194.

원고접수일: 2018년 11월 9일

논문심사일: 2018년 11월 29일

게재결정일: 2019년 6월 11일

# The Effect of Emotion Suppression on Physical Symptoms: Moderation Effect of Self-Concepts

Yookyung Eoh<sup>1)</sup> Ji Young Choi<sup>2)</sup> Soo Hyun Park<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Yongmoon Graduate School of Counseling Psychology

<sup>2)</sup>Department of Child Studies, Inha University

<sup>3)</sup>Department of Psychology, Yonsei University

A majority of studies conducted in Western cultures suggest that emotion suppression has a negative effect on physical and psychological health. However, recent studies indicate that such negative effects may differ depending on one's self-construal. The purpose of this study was to examine the effects of emotion suppression on physical and depressive symptoms and to determine if self-construal moderates this effect in a community adult sample in Korea. Results demonstrated that emotion suppression significantly affected participants' physical as well as depressive symptoms. Independent self-construal showed a significant moderating effect only on the relationship between emotion suppression and physical symptoms. Whereas previous studies conducted with Koreans failed to examine the significant effect of emotion suppression on individuals' adjustment, the results of this study demonstrated the effects of emotion suppression in Koreans. The results highlight the role of independent self-construal in explaining the effect of emotion suppression on physical health.

*Keywords:* emotion suppression, physical symptoms, interdependent self-construal, independent self-construal, moderation effect