

대학생의 인정욕구와 사회불안의 관계: 정서표현억제를 통한 정서인식명확성의 조절된 매개효과 검증

김 나 래

이 기 학[†]

연세대학교 심리학과

본 연구에서는 대학생들 대상으로 인정욕구가 정서표현억제를 통해서 사회불안에 미치는 영향을 정서인식명확성이 완충하는지 조절된 매개효과를 검증하고자 하였다. 이를 위해 대학생 242명(남 119명, 여 123명)을 대상으로 인정욕구, 정서표현억제, 정서인식명확성, 사회불안을 측정하는 척도로 구성된 설문을 실시하였다. 수집된 자료를 바탕으로 SPSS 18.0과 SPSS Macro를 사용하여 매개효과, 조절효과, 조절된 매개효과를 분석하였다. 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 정서표현억제가 인정욕구와 사회불안의 관계에서 부분매개효과를 지니는 것으로 나타났다. 둘째, 정서인식명확성은 정서표현억제가 사회불안에 미치는 영향을 조절하는 것으로 나타났다. 셋째, 인정욕구가 정서표현억제를 매개로 사회불안에 미치는 영향(매개효과)을 정서인식명확성이 조절하는 것으로 나타나 조절된 매개효과가 유의한 것으로 밝혀졌다. 이러한 연구 결과는 인정욕구가 높을 때 정서표현억제가 커지고, 이는 사회불안을 야기할 수 있음을 의미하므로 정서표현억제를 낮추는 것이 중요함을 시사한다. 또한 인정욕구와 정서표현억제에 의해 사회불안을 경험하는 대학생에게 이를 완화하기 위해 정서인식명확성을 높여주는 것이 효과적임을 의미한다. 연구 결과를 바탕으로 연구의 시사점과 한계점 및 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 인정욕구, 사회불안, 정서표현억제, 정서인식명확성

[†] 교신저자 : 이기학, 연세대학교 심리학과, (03722) 서울시 서대문구 연세로 50
Tel : 02-2123-2445, E-mail : khlee2445@yonsei.ac.kr

인정욕구는 개인이 사회적 장면에서 다른 사람이 자신의 가치와 능력을 긍정적으로 평가하기를 바라며, 이에 부응해 맞추고자 하는 욕구를 의미한다. 인정욕구가 높은 이들은 타인의 승인을 받고자 하며, 거부와 비판과 같은 반감(disapproval)은 피하고자 한다(Martin, 1984). 일찍이 Homans(1974)는 사회적 인정을 추구하는 것은 인간의 기본적 욕구이며, 개인의 행동에 영향을 미치는 중요한 동기로 작용한다고 보았다. 즉, 인간은 사회적 존재로서 타인과 관계를 맺으며 살아가고 어느 정도 인정받고자 하는 욕구는 누구나 가지고 있는 보편적인 것이다. 그렇지만 과도한 수준의 인정욕구는 심리적인 어려움을 야기할 수 있다(Ellis, 2002). 아들러는 인정욕구를 부인하며, 인정을 얻고자 타인의 이목에 신경을 쓰고 그들을 만족시키고자 자신을 삶을 희생하는 모습을 경계해야 한다고 주장한 바 있다. 또한 선행연구에서 인정욕구는 재확신 추구(reassurance seeking), 승인욕구, 타인에의 타당화(validation from others)와 같은 용어와 함께 사용되며, 비합리적 신념의 대표적 요인에 속한다(송영희, 이운주, 2011; Ciarrochi, 2004; 김나래, 이기학, 2015에서 재인용). 인정욕구가 높을수록 타인으로부터 승인을 받을 수 있을지 없을지에 따라 기분의 오르내림이 크며, 언제나 타인의 인정을 받는 것을 현실적으로 불가능하기에 불안, 우울과 같은 심리적 부적응을 경험할 수 있다(Wu & Wei, 2008). 대학생을 대상으로 한 연구에서 반복적으로 타인에게 확신을 추구하고 타당하다고 승인을 받으려는 경향은 우울증상과 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다(Burns, Brown, Plant, Sachs-Ericsson, & Joiner, 2006; Rector, Kamkar, Cassin, Ayearst, & Laposa, 2011; Wei & Mallinckrodt,

Larson, & Zakalik, 2005). 국내연구에서도 타인에게 인정과 승인을 받고 거부를 피하려하는 정도가 높을수록 우울과 불안 수준이 높고(송은주, 이지연, 이채희, 2012; 신희수, 안명희, 2013; 장애경, 이지연, 2011), 삶의 만족이 낮은 것으로 나타났다(김나래, 이기학, 2015; 김민정, 이동귀, 2008).

한편, 인정욕구는 사회불안과도 관련되는데, 사회불안이란 특정한 사회적 상황을 지속적으로 두려워하고 피하거나, 피하지 못하는 때에는 불안 반응을 보이는 것으로 정의된다. 사회불안은 대학생 시기에 빈번하게 나타나며(Strahan, 2003), 타인의 평가에 지나치게 예민하게 되므로 학교와 직장생활에 지장을 주며(Stein, Walker, & Forde, 1996), 안정되고 친밀한 대인관계 형성을 어렵게 한다(Turner, Beidel, Dancu, & Keys, 1986). 따라서 사회불안을 완화시킬 수 있는 방안과 그에 대한 연구가 활발하게 이루어져야 하므로, 사회불안을 호소하는 이들의 심리내적 경험에 대해 이해하는 것은 상당히 중요한 일이다. Ellis(1962)는 사회적 불안이라는 정서반응을 가져오는 비합리적 신념을 탐색하는 것이 중요하며, 특히 인정욕구를 과잉화, 개인적 완벽성, 문제회피 등과 함께 사회불안을 예측하는 대표적인 비합리적 신념으로 보았다(이정운, 1999). 사회불안을 이해하기 위해 인정욕구에 대한 이해가 선행되어야 하는 것이다(정승아, 오경자, 2005). Leary와 Kowalski(1997) 또한 인정욕구가 클수록 특정한 자기상을 타인에 제시하기 위해 노력하게 되므로 더 높은 사회불안을 경험할 수 있다고 설명하였다. 실제로 선행연구에서 인정욕구와 사회불안 사이에 유의한 정적 상관이 나타났다(Martin, 1984; Ryan & Riordan, 2000), 타인으로부터 인정과 승인을 받으려는 욕구가

사회불안을 설명하는 중요한 변인인 것으로 나타났다(김나래, 이기학, 2015; 최정훈, 이정윤, 1994).

이처럼 인정욕구와 사회불안의 관계는 여러 연구를 통해서 확인된 바 있지만, 두 변인간의 관계를 설명하는 세부적 매커니즘에 대한 연구는 충분하게 이루어지지 않았다. 본 연구에서는 인정욕구를 예측변인으로 선정하여 사회불안에 미치는 영향을 확인하는데 있어, 두 변인 사이에 작용하는 매개변인과 사회불안에 미치는 영향을 완화시키는 조절변인에 있어 정서적 요인을 중점으로 검증하고자 한다. 이를 통해 인정욕구와 사회불안 간의 관계를 심층적으로 이해하며, 이는 인정욕구로 인한 사회불안의 치료 및 예방을 위한 상담 개입을 하는 데 매우 의미가 있을 것으로 예상된다.

인정욕구와 사회불안의 관계를 매개하는 변인으로 정서표현억제를 들 수 있다. 정서표현억제는 정서를 경험할 때 개인이 정서표현을 의식적으로 억압하는 것을 뜻한다(Gross & Levenson, 1993). 즉, 정서를 표현하고자 하는 욕구와 표현하지 않고자 하는 욕구간의 경쟁에 따른 결과로 이해된다(Emmons & Colby, 1995). 많은 학자들은 자유로이 정서를 표현하는 능력은 주관적 안녕감과 심리적 적응에 핵심적 역할을 하며(Mongraine & Vettese, 2003), 습관적으로 정서표현을 억제하는 것은 개인에게 심리적 고통을 야기하고(Cisler, Olatunji, Feldner, & Forsyth, 2009; Greenberg, Wortman, & Stone, 1996), 신체적 문제에도 부정적 영향을 미친다고 주장하였다(Gross & Levenson, 1993). 정서표현을 억제하는 사람들은 그렇지 않은 사람들보다 삶의 만족과 긍정정서가 낮고(Emmons & Colby, 1995; Kashdan & Steger, 2006), 우울이 높은 것으로 나타났다(Gross &

John, 2003; Kashdan & Breen, 2008). 정서표현의 억제는 적응적인 대인관계를 방해할 뿐만 아니라(Turner, Beidel, Dancu, & Keys, 1986), 사회불안과의 관계에 있어서도 정서표현억제가 사회불안과 유의한 정적 관련성이 있었다(Kashdan & Breen, 2008; Kashdan & Steger, 2006; McLean, Miller, & Hope, 2007). 국내연구에서도 정서표현을 억제할수록 사회불안이 높은 것으로 나타났다(정문경, 오은주, 2015). 이에 본 연구에서도 정서표현억제는 사회불안에 정적인 영향을 미칠 것으로 예상된다.

인정욕구의 경우, 정서표현억제와의 관계를 직접적으로 살펴본 선행연구는 없었지만, 잠재적으로 타인의 거부를 피하고자 할 때 정서적인 억압을 하는 경향이 있는 것으로 설명된 바 있다(Ayduk et al., 2000). 또한 인정욕구의 특성을 반영하는 대표적 변인인 부적응적 완벽주의, 부정적 평가의 두려움 등이 정서표현억제에 영향을 미친다고 보고한 선행연구들이 있다. 부적응적 완벽주의가 높은 이들은 실수에 대한 염려와 수행에 있어서의 스스로에 대한 의심이 높으며, 타인으로부터 인정받고 싶은 욕구가 강하다(신희수, 안명희, 2013; 이정숙, 2010; Wu & Wei, 2008). 박경진과 조한익(2014)에 따르면 부적응적 완벽주의가 높을수록 정서표현에 있어서 억제하는 모습을 보이는 경향이 있다. 또한 부정적 평가에 대한 두려움이 높을수록 정서표현의 억제와 이로 인한 인한 갈등을 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(김주연, 이영순, 2014).

이러한 선행연구를 종합해볼 때, 인정욕구는 정서표현억제에 정적영향을 미치며, 정서표현억제라는 내적 갈등과 긴장은 다시 사회불안을 초래하는 변인으로 작용할 수 있을 것으로 예상된다. 이는 인정욕구가 사회불안에

직접적 영향을 주기도 하지만, 정서표현을 매개로 하여 사회불안에 간접적 영향을 미칠 것을 의미한다. 선행연구에서도 인정욕구 그 자체로 사회불안이라는 심리적 어려움을 유발하기 보다는 부적응적인 정서처리과정에 의해 매개될 수 있음이 제안된 바 있다(백수현, 이영순, 2013; Greenberg & Paivio, 2003). 즉, 인정받고자 하는 욕구는 제시하고자 하는 인상목표를 위해 진실한 자기표현을 감추게 하여 건강한 참모습의 자기를 가지는 것을 방해한다. 이로 인해 억압된 감정은 내적 긴장상태를 유발하여 부적응적 정서 상태인 사회불안을 야기할 수 있는 것이다(김민경, 현명호, 2013). 정서표현억제는 대학생의 회피 및 불안정 성인애착과 이성관계 만족도의 관계(김희경, 심혜숙, 이동훈, 2012), 회피 성인애착과 대인관계 문제 및 부정적 기분(우울, 불안)의 관계를 매개하는 것으로 나타났다(Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005). 또한 어린 시절 부모로부터 자신의 정서를 충분히 타당화받지 못할수록 정서표현억제를 매개로 높은 불안 및 우울을 보이는 것으로 나타났다(Karuse, Mendelson, & Lynch, 2003). 이처럼 예측변인이 심리적 부적응에 미치는 영향에 있어서 정서표현억제의 매개역할은 다른 연구결과에서도 지지된 바이다. 하지만, 인정욕구와 사회불안의 관계에서 정서표현억제의 매개효과로 규명한 연구는 아직까지 이루어지지 않았다. 따라서 본 연구를 통해 인정욕구와 사회불안의 관계에서 정서표현억제가 지니는 매개역할을 검증하여 인정욕구와 사회불안의 관계를 정서표현억제 변인과 함께 보다 깊이 있게 이해하고자 한다.

한편, 여러 학자들은 정서변인의 복합적 결합의 필요성을 강조해왔다. 이에 Salovey와 Mayer(1990)는 정서지능의 하위영역으로 정서

에 대한 인식 및 표현, 정서 조절, 정서 사용으로 구분하였고, Gohm과 Clore(2000)은 정서강도, 정서주의, 정서인식이 정서관련 정보처리를 조절한다고 보았다. 특히, 정서인식명확성과 다른 정서변인들을 결합해 군집분석을 중심으로 연구가 진행된 바 있다. 군집에 따라 구성된 집단은 심리적 적응(최해연, 이동귀, 민경환, 2008), 부적응행동(김주연, 이영순, 2014), 대인관계(이경희, 김봉환, 2010)등에서 차이를 보였다. 이러한 연구를 통해 정서변인들이 서로 상호작용하므로 단일한 정서변인보다 복합적으로 이해되어야 함이 강조된 것이다(김주연, 이영순, 2014). 본 연구에서는 정서표현억제라는 정서표현결정 요인과 함께 상호작용할 변인으로 정서인식에 해당하는 정서인식명확성을 조절변인으로 선정하였다.

정서인식명확성이란, 자신의 느낌을 명확히 경험하는 정도를 의미하며(이수정, 이훈구, 1997; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey, & Palfai, 1995), 정서정보처리과정의 기초이다(Mayer & Salovey, 1995). 선행연구에서 정서인식명확성은 높은 삶의 만족과 주관적 안녕감, 낮은 불안, 우울, 신체화 증상처럼 개인의 정신건강을 예측하는 주요 변인으로 밝혀졌다(유경, 민경환, 2005; 이서정, 현명호, 2008; 홍주현, 심은정, 2013; Mayer & Stevens, 1994; Goldman, Kramer, & Salovey, 1999). 또한 정서인식명확성은 만족스런 대인관계를 예측하는 것으로 나타났다(권진희, 2007; Mallinckrodt & Wei, 2005), 대인불안과 부적 관련이 있는 것으로 나타났다(이하나, 이기학, 2006). 또 다른 연구에서 사회적으로 불안한 집단의 정서인식명확성이 통제집단에 비해 더욱 낮은 것으로 나타났다(Turk, Heimberg, Luterek, Mennin, & Fresco, 2005). 이러한 선행연구 결과를 바탕으로 본 연구에서

는 정서인식명확성이 정서표현억제와 사회불안 간의 관계에서 조절변인으로 작용하여, 인정욕구로 인해 정서표현억제가 높아 사회불안을 경험하고 있다고 하더라도 모두가 동일한 수준은 아닐 것이며 이러한 관계를 정서인식명확성이 완화할 것으로 예상한다. 즉, 인정욕구가 정서표현억제를 거쳐 사회불안으로 가는 매개효과를 정서인식명확성이 중재하는 조절된 매개효과를 검증하고자 한다.

선행연구에서 정서인식명확성은 두 변인의 관계에서 조절변인을 하는 것으로 밝혀진 바 있다. 불확실성에 대한 인내력 부족이 불안에 미치는 영향이 정서인식명확성의 수준에 따라 달라져, 정서인식명확성이 낮을수록 불확실성에 대한 인내력 부족에 따른 불안 수준이 더 급격하게 증가하는 것으로 나타났다(신수진, 홍혜영, 2014). 또한 초등생의 학업스트레스로 인한 우울, 불안과 같은 정신건강과의 관계(김대현, 2011)와 중고생의 부모의 방임적 양육태도가 인터넷 중독에 미치는 영향을 정서인식명확성이 조절하는 것으로 밝혀졌다(조민자, 2013). 즉, 앞서 소개한 예측 변인들이 심리적 부적응에 미치는 영향을 정서인식명확성이 완화시키는 것으로 나타난 것이다. 이처럼 정서인식명확성의 조절효과가 검증된 선행연구를 바탕으로 할 때, 정서인식명확성은 상담 및 심리치료에서 중요한 개입의 초점이 될 수 있는 것으로 시사된다. 하지만, 아직까지 정서인식명확성이 인정욕구와 사회불안 사이에서도 중재적 역할을 지닐지에 대한 검증은 이루어지지 않았다. 정서지능이 스트레스 수준에 미치는 영향을, 정서인식명확성이 완화하는 조절효과 정도가 검증된 바 있다(Gohm, Corser, Dalsky, 2005). 그럼에도 불구하고, 본 연구에서 정서인식명확성을 조절변인으로 설정한 것은,

단일한 정서변인이 아닌 두 개 이상의 정서변인의 유기적 작용을 복합적으로 살펴보아야 한다는 기존 연구자의 제안(Gohm, 2003; 최해연, 2008)과 정서인식명확성 변인의 특성이 정서표현억제와 상호작용하여 각기 다른 영향을 미칠 수 있을 것으로 예상하기 때문이다.

Salovey와 Mayer(1990)는 정서지능을 제안하며 자신을 정서를 명확히 인식하고, 그것을 다른 사람에게 잘 표현하는 것을 강조한 바 있다. 즉, 자신을 정서를 제대로 인식하는 것은 가장 기본적이고 핵심적인 정서 구성요소라 할 수 있다. 또한, 정서와 관련한 개념 중 정서주의와 정서강도의 경우 심리적 문제와의 관계가 비일관적으로 나타난 것에 비해, 정서인식명확성은 적응적 기제로써 일관된 연구결과를 보인 바 있다(이경희, 김봉환, 2010). 또한 이러한 정서인식명확성과 정서표현억제 두 변인의 조합을 군집분석을 바탕으로 집단 별로 구분하여 낙관성, 부정적평가의 두려움, 정서적 부적응 행동에의 차이를 살펴본 적이 있었다. 이 때, 정서인식이 낮고 정서표현을 억제하는 군집은 '혼란'군집으로 정서인식이 높으면서 정서표현을 억제하는 '억압'군집 보다 정서적 부적응 행동이 더 높게 나온 바 있다(김주연, 이영순, 2014). 이는 단순히 정서표현을 억제하는 것만이 아니라, 자신이 경험하는 정서를 명확하게 인식하고 있는지를 함께 살펴보는 것이 중요함을 의미한다. 따라서 정서인식명확성이 본 연구의 인정욕구와 사회불안을 보다 명확하게 설명하는 변인이자 사회불안의 예방 및 치료에 의미 있는 변인조합으로 시사되어 조절변인으로 선정하였다. 즉, 정서인식명확성이 높은 인정욕구로 인해 정서표현억제와 사회불안으로 가는 경로를 완화시켜 주는 조절적 역할을 할 것으로 예상된다.

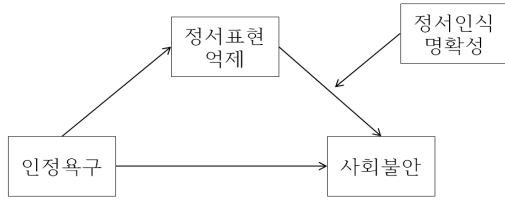


그림 1. 연구모형

따라서 본 연구에서는 정서인식명확성이 인정욕구가 정서표현억제를 통해 사회불안에 미치는 영향을 조절하는지 확인하고자 한다. 이는 인정욕구와 사회불안을 이해하는 데 있어, 상대적으로 변화가 가능한 정서와 관련된 변인들로 정서표현억제와 정서인식명확성에 초점을 둔 치료적 개입 방안을 마련하는 데 도움이 될 것으로 기대한다. 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 정서표현억제는 인정욕구와 사회불안 간의 관계를 매개하는가? 둘째, 정서표현억제와 사회불안 간의 관계를 정서인식명확성이 조절하는가? 셋째, 정서인식명확성은 인정욕구가 정서표현억제를 통해 사회불안에 미치는 영향을 조절하는가? 연구모형은 그림 1과 같다.

방 법

연구대상

본 연구는 서울에 소재하는 한 4년제 대학교에 재학하고 있는 대학생을 대상으로 온라인 설문을 통해서 자료를 수집하였다. 심리학 과목을 수강하는 학생들에게 학과 연구관리시스템을 통해서 설문조사 내용을 설명하고, 이에 동의한 학생들을 대상으로 설문이 진행되었다. 불성실하게 응답한 자료를 제외하여 최

종 242명이 응답한 자료를 분석에 사용하였다. 남학생 119명(49.2%), 여학생 123명(50.8%)으로 평균연령은 21.26($SD=2.16$)로 나타났다. 학년별로는 2학년이 61명(25.2%), 3학년이 48명(19.8%), 4학년이상 133명(54.9%)이었다.

측정도구

인정욕구

Martin(1984)이 개발한 The Revised Martin-Larsen Approval Motivation Scales(RMLAM)를 이정숙(2010)이 번안한 것을 사용하였다. 총 20개의 문항으로 5점 리커트 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 응답하게 되었다. 점수가 높을수록 자신의 가치나 능력을 타인에게 인정받고자 하며, 비판과 거부는 피하고자 하는 욕구가 높음을 의미한다. Martin(1984)의 연구에서 *Cronbach's a*가 .75 였으며, 이정숙(2010)의 연구에서는 .80, 본 연구에서는 .79이었다.

정서표현억제

Joseph, Williams, Irwing과 Cammock(1994)이 개발한 Attitudes Towards Emotional Expression(ATEE)를 홍창희(2003)가 번안한 것을 사용하였다. 총 20개의 문항으로 구성되며 5점 리커트 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 응답하게 되었다. 점수가 높을수록 정서표현을 억제하는 행동적 대처양식을 쓰며, 정서표현과 정서표현의 의미, 정서표현 결과에 대해 부정적 신념을 지니고 있음을 의미한다. Joseph, Williams, Irwing과 Cammock(1994)의 연구에서 *Cronbach's a*는 .90, 홍창희(2003)의 연구에서는 .87로 나타났고, 본 연구에서는 .87로 나타났다.

정서인식명확성

Salovey 등(1995)이 개발한 Trait Meta-Mood Scales(TMMS)를 이수정, 이훈구(1997)가 번안 및 타당화한 척도를 사용하였다. 한국판 척도는 총 21문항으로 정서에 대한 주의(5문항), 정서 인식의 명확성(11문항), 정서에 대한 기대(5문항) 차원의 하위요인으로 구성되어 있으며, 본 연구는 정서인식명확성을 측정하는 11문항만을 사용하였다. 문항은 5점 리커트 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로, 점수가 높을수록 자신의 정서를 보다 명확하게 인식하고 있다는 의미이다. Salovey 등(1995)의 연구에서 Cronbach's α 는 .87로 나타났고, 이수정, 이훈구(1997)의 연구에서는 .84, 본 연구에서는 .79로 나타났다.

사회불안

Fenigstein, Scheier, Buss(1975)가 개발한 Self-Consciousness Scale을 김은정(1993)이 번안한 척도를 사용하였다. 그 중 6문항으로 구성된 사회불안 척도를 사용했고, 문항은 5점 리커트 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 응답하게 되었다. 점수가 높을수록 타인과 상호작용에서 불안과 두려움이 큰 것을 의미한다. Fenigstein, Scheier, Buss(1975)의 연구에서 Cronbach's α 는 .73으로 나타났고, 김은정(1993)의 연구에서는 .82, 본 연구에서는 .83로 나타났다.

자료분석

SPSS 18.0과 SPSS Macro 프로그램을 사용하여 자료분석을 실시하였다. 분석은 Preacher, Rucker, Hayes(2007)의 제안을 바탕으로 매개효과, 조절효과, 조절된 매개효과 모형을 순차적

으로 하였다. 매개효과는 Baron과 Kenny(1986)의 제안에 따라 회귀분석과 Bootstrapping (Preacher & Hayes, 2004)을 실시하였다. 조절효과 검증을 위해 독립변인과 종속변인을 평균 중심화(mean centering)하여 위계적 회귀분석을 실시하였다. 마지막으로 SPSS Macro를 사용해 Hayes(2012)의 template 중 연구모형(조절된 매개모형)에 해당되는 model 14를 바탕으로 자료를 분석하였다.

결 과

기술통계 분석

본 연구의 주요변인들의 평균, 표준편차와 상관관계를 표 1에 제시하였다. 인정욕구는 정서표현억제($r=.409, p<.01$), 사회불안과 유의한 정적 상관을 보였다($r=.368, p<.01$). 정서인식명확성은 인정욕구, 정서표현억제, 사회불안과 유의한 부적 상관을 보였다(인정욕구: $r=-.262, p<.01$, 정서표현억제: $r=-.340, p<.01$, 사회불안: $r=-.216, p<.01$). 정서표현억제와 사회불안은 유의한 정적 상관을 보였다($r=.310, p<.01$).

모형분석

매개효과 검증

연구모형을 검증하기 위해 우선 정서표현억제가 인정욕구와 사회불안의 관계를 매개하는지를 살펴보았다. 이는 Baron과 Kenny(1986)이 제안한 매개효과 분석절차에 따라 세 단계로 회귀분석을 실시하였다. 표 2의 결과와 같이 1 단계에서 인정욕구가 사회불안에 미치는 영향

표 1. 기술통계 및 상관분석

변인	1	2	3	4
1. 인정욕구	-			
2. 정서표현억제	.409**	-		
3. 정서인식명확성	-.262**	-.340**	-	
4. 사회불안	.368**	.310**	-.216**	-
평균(<i>M</i>)	62.63	55.15	37.89	18.13
표준편차(<i>SD</i>)	8.54	10.98	5.67	4.75

주. ** $p < .01$.

표 2. 정서표현억제의 매개효과

	1단계			2단계			3단계		
	종속변수: 사회불안			종속변수: 정서표현억제			종속변수: 사회불안		
	<i>b</i> (se)	β	<i>t</i>	<i>b</i> (se)	β	<i>t</i>	<i>b</i> (se)	β	<i>t</i>
인정욕구	.205 (.033)	.368	6.125***	.525 (.076)	.409	0.694***	.161 (.036)	.289	4.470***
정서표현억제							.083 (.028)	.191	2.954**

주. ** $p < .01$, *** $p < .001$.

이 통계적으로 유의하였다($\beta = .368, p < .01$). 2 단계 인정욕구가 정서표현억제에 미치는 영향 또한 통계적으로 유의하였다($\beta = .409, p < .01$). 3 단계에서 인정욕구가 사회불안에 미치는 영향을 통제된 상태에서 정서표현억제가 사회불안에 미치는 영향이 유의한 것으로 나타났다($\beta = .191, p < .01$). 특히, 정서표현억제를 투입하였을 때, 인정욕구가 사회불안에 미치는 영향은 다소 감소하였지만 여전히 유의한 수준이었다($\beta = .289, p < .01$). 따라서 정서표현억제는 인정욕구와 사회불안의 관계를 부분 매개함을 확인할 수 있었다.

매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해

SPSS Macro를 통해 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다. 재추출한 표본수는 5,000개였고, 매개효과 계수는 .0435였다. 95% 신뢰구간에서 구한 계수의 하한값과 상한값은 각각 .0158와 .0772로 0을 포함하고 있지 않아 정서표현억제의 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다(Preacher & Hayes, 2004).

조절효과 검증

다음으로 정서표현억제의 조절효과를 확인하기 위해 Aiken과 West(1991)가 제안한 방법에 따라 위계적 회귀분석을 하였다(표 3). 독립변수와 조절변수를 평균 중심화하여, 다중

표 3. 정서인식명확성의 조절효과

	종속변수: 사회불안					
	비표준화 계수		β	t	R^2	ΔR^2
	b	se				
1단계						
상수	17.853	.303		58.997***		
정서표현억제	0.110	.028	.253	0.253***	.110***	.110***
정서인식명확성	-0.101	.054	-.121	-0.121		
2단계						
정서표현억제 × 정서인식명확성	-0.013	.005	-.168	-0.168**	.138**	.028**

주. ** $p < .01$, *** $p < .001$.

공선성 문제를 최소화하였다(Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2003). 표 3과 같이 1단계에서 정서표현억제와 정서인식명확성을 투입한 뒤, 2단계에서 정서표현억제와 정서인식명확성의 상호작용항을 투입하였다. 연구결과, R^2 의 변화량이 유의한 수준으로 나타났다($\Delta R^2 = .028$, $p < .01$). 즉, 정서표현억제가 사회불안에 미치는 영향은 정서인식명확성에 따라 달라지는 것으로 밝혀졌다.

정서표현억제의 조절효과가 어떤 값에서 유의한지 확인하기 위해, 조절변수가 높을 때와 낮을 때 각각의 경우($M \pm 1SD$)에서 정서표현억제가 사회불안에 미치는 영향을 확인하였다(Aiken & West, 1991). 그림 2와 같이, 정서표현과 사회불안의 관계는 정서인식명확성의 수준에 따라 달라지는 것으로 나타났다. 특히, 정서인식명확성이 높은 집단에서는 정서표현억제에 따른 사회불안의 정도차가 크지 않지만, 정서인식명확성이 낮은 집단에서는 정서표현억제에 따른 사회불안의 정도차가 큰 것으로 나타났다. 이는 정서인식명확성의 증가

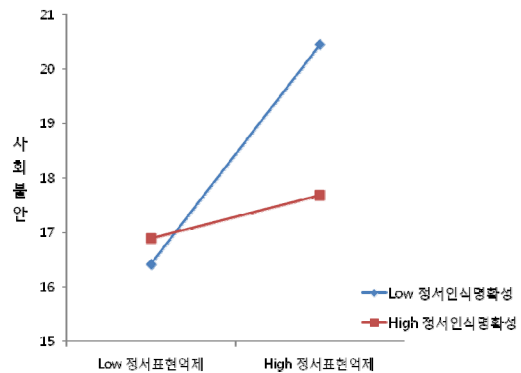


그림 2. 정서표현억제와 정서인식명확성의 상호작용 효과

가 정서표현억제로 인한 사회불안에의 영향을 완화해주는 것을 의미한다.

단순회귀선의 유의성 검증 결과(Hayes & Matthes, 2009), 정서인식명확성이 평균-1SD 수준에서는 .1846($p < .001$), 평균 수준에서는 .1095($p < .01$), 평균+1SD 수준에서는 .0344(n.s.)으로 나타났다. 또한 유의성 검증에서 하한값, 상한값이 평균-1SD 수준에서는 .1114, .2579로, 평균 수준에서는 .0548, .1643으로, 평균+

1SD 수준에서는 -.0448, .1137으로 나타났다. 이는 정서인식명확성이 평균이하($M-1SD$)와 평균수준에서는 정서표현억제가 사회불안에 미치는 효과가 유의하며, 정서인식명확성이 평균보다 높은 경우($M+1SD$) 정서표현억제가 사회불안에 미치는 효과가 유의하지 않음을 보여주는 것이다.

매개된 조절효과 검증

연구모형에 포함되는 매개효과와 조절효과 검증을 통해 정서표현억제가 인정욕구와 사회불안의 관계를 부분매개하며, 정서표현억제와 사회불안의 관계를 정서인식명확성이 조절함을 확인하였다. 연구모형 검증을 위해 Preacher 등(2007)이 제안한 조건부과정분석(conditional process analysis) 절차를 따라서 단일모형에 조절모형과 매개모형을 통합(integration of mediation and moderation)하여 SPSS Macro model 14를 통해 연구모형을 분석하였다. 표 4에서

와 같이 인정욕구(a1)는 정서표현억제를 유의한 수준으로 예측하였고($t=6.941, p<.001$), 사회불안에 대한 정서표현억제와 정서인식명확성의 상호작용(b3) 효과는 유의한 것으로 나타났다($t=-2.729, p<.01$). 이는 정서표현억제를 매개로 인정욕구가 사회불안으로 가는 경로가 정서인식명확성의 수준에 따라 달라지는 것을 의미한다.

정서인식명확성의 조절된 매개효과 유의성 검증을 위해 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였으며, 이 결과를 표 5에서와 같이 제시하였다. 정서인식명확성의 값이 커질수록 조절된 매개효과가 작아지는 것으로 나타났다(.0729, .0355, -.0019). 특히, 정서인식명확성이 평균-1SD 수준과 평균 수준에서는 정서표현억제의 매개효과가 유의하나, 평균보다 높은 집단($M+1SD$)의 경우 하한값과 상한값 사이 0이 포함되므로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 즉 조절된 매개효과는 정서인식 명확성이

표 4. 조절된 매개효과 결과

	종속변수: 정서표현억제					
	비표준화 계수		β	t	LLCI	ULCI
	b	se				
상수	-32.913	4.785		-6.878***	-42.3396	-23.4866
인정욕구(a1)	0.525	0.076	.408	6.941***	0.3764	0.6746
	종속변수: 사회불안					
상수	8.442	2.263		3.731**	3.9844	12.9005
인정욕구	0.150	0.036	.269	4.1940*	0.0798	0.2212
정서표현억제(b1)	0.067	0.029	.155	2.353*	0.0110	0.1240
정서인식명확성	-0.070	0.052	-.083	-1.333	-0.1730	0.0334
정서표현억제 × 정서인식명확성(b3)	-0.012	0.005	-.153	-2.729**	-0.0216	-0.0035

주. ** $p<.01$, *** $p<.001$.

표 5. 정서인식명확성의 값에 따른 조절된 매개효과

	조절변수의 조건부 값에 따른 조절된 매개효과			
	간접효과 계수	Boot SE	Boot LLCI	Boot ULCI
<i>M</i> -1 <i>SD</i>	.0729	.0202	.0413	.1196
<i>M</i>	.0355	.0156	.0094	.0728
<i>M</i> +1 <i>SD</i>	-.0019	.0211	-.0430	.0419

주. Boot LLCI= Boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 하한값, Boot ULCI= Boot 간접효과의 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

평균 및 평균-1*SD* 수준에서 통계적으로 유의하다는 결과이다.

논 의

본 연구는 인정욕구가 정서표현억제를 통해 사회불안에 영향을 미치는 매개효과를 정서인식명확성이 조절하는지를 검증하기 위한 것이다. 이를 위해 조절된 매개효과 분석이 이루어졌다. 연구결과 인정욕구에서 사회불안으로 가는 간접효과(정서표현억제)가 조절변수인 정서인식명확성 수준에 따라 다른 것으로 나타나, 정서인식명확성의 완충적 역할을 확인할 수 있었다. 세부적 논의는 아래와 같다.

첫째, 본 연구에서 인정욕구와 사회불안의 관계에서 부분매개효과가 확인되었다. 이는 인정욕구가 사회불안에 직접적인 영향을 줄 수도 있지만, 정서표현억제를 매개로 하여 사회불안에 영향을 미치는 것을 의미한다. 정서표현억제가 높아지는 데 있어 인정욕구가 중요한 변인임을 확인한 것이자, 정서표현억제가 사회불안과 유의한 관련성이 있음을 보여주는 결과이다. 기존의 인정욕구와 사회불안의 직접적 관계(김나래, 이기학, 2015)를 검증

한 선행연구를 확장시킨 셈이다. 즉, 타인으로부터 긍정적인 인정의 피드백을 받고자 하는 욕구가 높으면, 진솔하게 자신의 정서를 들어 내기 보다는 타인의 기대에 부응하고 그들의 마음에 들고자 자신의 정서를 숨기게 되므로, 이는 사회불안이라는 내적 긴장과 불편을 더욱 증가시키는 것을 의미한다. 해당 연구결과는 인정욕구로 인해 사회불안이 높아지는 과정에 대해 구체적인 설명을 제공해주는 것으로, 정서표현억제가 매개변수로 작용하는 것으로 나타난 선행연구들과 맥을 함께 한다(김희경 등, 2012; 김용희, 2014; Karuse, Mendelson, & Lynch, 2003; Wei, Vogel, Ku, & Zakalik, 2005). 즉, 정서표현억제라는 정서적 매커니즘(affective mechanism)이 특정 경험 혹은 성향으로 인한 심리적 적응 및 부적응 경로에서 중요한 설명변수 역할을 하는 것을 뜻한다.

둘째, 정서표현억제와 사회불안의 관계에서 정서인식명확성의 조절효과를 검증한 결과, 정서인식명확성 수준에 따라 정서표현억제가 사회불안에 미치는 영향이 다른 것으로 나타났다. 정서인식명확성이 정서표현억제가 사회불안에 미치는 부정적 영향력을 감소시키는 완충적 역할을 하는 것을 의미한다. 정서인식명확성은 정서적 정보처리를 조절하는 변인으

로, 적응적 목표를 위한 일종의 대처라고 할 수 있는 것이다(이지연, 김아름, 박미란, 2010). 이러한 본 연구결과는 정서인식명확성의 조절 효과를 밝힌 선행연구의 결과와 일맥상통한다(김대현, 2011; 신수진, 홍혜영, 2014; 조민자, 2014). 특히, 정서인식명확성이 높은 집단의 경우는 정서표현억제가 사회불안으로 가는 경로가 유의하지 않은 것으로 나타나, 자신이 경험하는 정서인식이 높은 대학생이라면, 정서를 솔직하게 드러내지 못하고 억제한다고 해도 사회불안이 높아지지는 않을 수 있는 것으로 밝혀졌다. 즉, 정서표현을 솔직하게 하지 못하고 억압하는 방식을 취하는 이들이, 자신의 느낌을 명확하게 인식하지도 못하면 사회불안과 같은 증상에 더 취약한 것이다. 반면, 자신의 정서에 대해 명확하게 경험한다면, 정서표현억제가 사회불안으로 이어지는 가능성이 줄어들 수 있음을 뜻한다.

셋째, 인정욕구가 정서표현억제를 거쳐 사회불안으로 가는 매개효과가 정서인식명확성에 의해 조절되는 것을 검증하여, 조절된 매개효과를 확인하였다. 이는 정서인식명확성이라는 조절변인에 따라 매개효과의 영향력이 달라지는 것을 의미한다. 특히, 정서인식명확성은 인정욕구로 인해 정서표현억제에 따른 사회불안으로 가는 부정적 영향력을 감소시키는 완충적 역할을 하는 것이다. 본 연구에서 다른 변인과는 다르지만, 조절된 매개효과를 통해서 정서적 과정의 영향 및 역할을 살펴본 선행연구들이 있었다. 대학생의 외적속박감과 자살사고의 관계에서 부정정서의 매개효과를 정서대처탄력성이 조절하는 것으로 나타났고(이종선, 강민철, 조현주, 2012), 대학생의 불안정애착이 심리적고통을 매개로 관계중독에 영향을 미치며, 이때 지지추구적 정서조절이 조

절적 역할을 하는 것으로 밝혀지기도 하였다(이지원, 이기학, 2014). 또한 직장인을 대상으로 한 연구에서 역기능적인 팀의 부정적 행동이 부정적 정서경험을 매개로 수행에 영향을 미치며, 이때에 비언어적 부정정서표현과 같은 정서조절전략이 조절하는 조절된 매개효과를 확인하였다(Cole, Walter, & Bruch, 2008). 이러한 선행연구들은 정서의 대처 및 조절 등의 수준에 따라, 심리적 부적응으로의 매개적 경로가 각기 달라지는 것을 의미하므로, 본 연구와 맥을 같이 한다. 본 연구의 조절된 매개효과에 따르면, 자신이 경험하는 정서에 대해 명확하다면, 비록 인정욕구가 높아서 정서표현을 다소 억압하게 되더라도, 이로 인해 사회불안으로 가는 경로는 유의하지 않을 수 있는 것이다. 이는 인정받고자 하는 욕구가 높아 타인에 잘 보이고자 솔직하게 자신의 정서를 표현하지 못하고 숨기더라도, 이 학생이 자신이 어떠한 느낌과 정서를 느끼고 경험하고 있는지에 대해 명확하게 인식을 하고 있다면, 사회불안으로 가는 연결은 약화시킬 수 있음을 뜻한다. 반면, 인정욕구로 인해 타인에게 자신의 정서를 표현하지 못하고 억제하고 있는 이가 자신의 정서에 대한 인식이 명확하지 않다면, 사회불안으로 가게 될 가능성이 높음을 시사한다. 즉, 정서인식명확성이 정서표현억제가 사회불안에 미치는 부정적 영향력을 감소시키므로, 정서표현을 억제하는 이들에게 있어서 정서인식명확성이 특히나 중요한 것이다.

본 연구 결과와 논의로 미루어 볼 때, 심리상담 및 교육 차원의 시사점은 다음과 같다. 첫째, 정서표현억제의 매개효과는 인정욕구로 인해 사회불안을 경험하게 되는 경로에서 정서적 요인의 영향력, 특히 표현의 중요성을

보여준다. 즉, 상담 장면에서 사회불안을 호소하는 내담자를 만날 경우, 이러한 호소 증상 자체에 대한 부분을 다루기 이전에, 내담자가 주관적으로 경험하는 내적 세계가 어떠한지를 인지 및 정서 차원에서 다룰 필요가 있다. 특히, 인정욕구라는 인지적 태도에 대한 개입뿐 아니라, 매개변인인 정서표현억제라는 정서반응과 관련한 상담개입이 모색될 필요가 있을 것이다. 자연스런 정서과정을 억압하는 것은 생리적 에너지를 소모하는 활동이기에 심리 및 신체에 부적응을 야기할 수 있는 것으로 알려져 있다(최해연, 민경환, 2007). 특히, 인정받고자 하는 욕구가 커져서 이로 인해 자신의 상태를 숨기고 억압하는 것은 스트레스로 작용하여, 사회적 장면에서 불안감을 심화시킨다. 따라서 상담자는 내담자가 타인과의 상호작용에서 보다 긍정적인 피드백을 받고 인정받고자 하는 욕구가 있더라도, 자신의 감정을 솔직하고 편안하게 표현하는 방법을 익히도록 하여, 사회불안을 완화할 수 있도록 돕는 개입을 할 수 있다.

둘째, 본 연구에서 정서인식명확성의 조절효과 및 조절된 매개효과를 확인하여, 정서인식명확성이 높을수록 정서표현억제를 매개로 하여, 인정욕구가 사회불안에 미치는 영향이 감소하는 것을 확인하였다. 이러한 결과는 정서인식명확성을 높인다면, 인정받고자 하는 욕구로 인해 자신의 정서표현을 다소 억제하게 되었다고 하더라도, 이때 사회불안으로 가는 부정적 영향력을 어느 정도는 완충할 수 있는 가능성을 뜻한다. 일반적으로 자신의 정서 상태를 스스로 이해하고 정리하는 정서명확성은 자기이해와 심리 통찰을 돕는 중요한 요소이다(임전욱, 장성숙, 2003). 하지만 본 연구는 이러한 정서인식명확성의 효과가 정서표

현억제가 높은 이들에 있어서 특히나 중요함을 의미한다. 즉, 정서표현억제와 정서인식명확성의 상호작용에 따른 영향을 살펴보았다. 점에서 다차원의 정서변인을 복합적으로 이해할 필요성을 강조한 선행연구를 지지한다(Kennedy-Moree, Greenberg, & Wortman, 1991). 자연스러운 정서표현이 기능상에 중요하기는 하지만, 정서표현이 적다고 해도 안정적인 이들이 있으며, 이들의 경우는 정서표현을 억압하며 불편감이 심화되는 이들과는 구분된다(King & Emmons, 1990; 최해연, 민경환, 2007에서 재인용). 즉, 자신의 내적 정서가 명확하게 어떠한 지에 대한 이해를 바탕으로 선택적으로 정서표현을 억제하는 이와 정서에 대한 인식이 명확하게 되어 있지 않은 상태에서 혼란과 긴장 상태로 인해 표현이 감소된 이는 차이가 있을 것이다. 이처럼 정서인식명확성은 인정욕구가 정서표현억제에서 사회불안으로 이어지는 안정적 경로에 변화를 가해 새 경로를 만들어 긍정적 변화를 낳는 효과를 지닌다. 궁극적으로 정서인식명확성이 사회불안을 예방 혹은 낮추는데 긍정적 효과가 있음이 확인된 것이다. 이처럼 정서를 제대로 조절하고 다루기 위해서는 무엇보다 경험하는 정서를 명확하게 인식하는 능력이 바탕이 되어야 하기 때문에(이수정, 2001), 상담 장면에서 정서표현과 더불어 정서인식명확성을 높이기 위한 개입은 인정욕구로 인한 사회불안을 경험하는 대학생에게 중요한 의미를 지닌다. 인정욕구로 인한 사회불안을 호소하는 내담자에게 있어서 무엇보다 자신이 내적으로 어떠한 정서를 경험하고 있는지, 그것에 머물러 명확하게 떠오르도록 초점화하는 작업이 필요할 것이다.

끝으로 본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 연구

대상을 서울에 거주하는 대학생으로 임의 선정하였다. 본 연구의 인정욕구, 정서표현억제, 정서인식명확성과 사회불안의 관계는 일반인을 대상으로 고려하여 제안된 연구이나, 연구 편의상 대학생 표집을 하게 되었다. 따라서 도출된 연구결과를 일반화하는데 표본에 따른 한계가 있을 수 있을 것이다. 추후 다른 표본의 특이, 각기 다른 지역의 성인들에게 연구가 진행되어 연구결과를 재확인할 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 여러 정서관련 변인 중에서 핵심변인에 속하는 정서표현억제와 정서인식명확성을 선정하여, 두 변인 간의 복합작용을 중점으로 살펴보았다. 후속 연구에서는 본 연구에서 포함하지 않은 정서강도, 정서주의 등을 함께 살펴보아 변인 간 상호작용을 통해서 사회불안과 같은 심리적 부적응에 미치는 영향이 어떻게 달라지는 지를 확인할 필요가 있겠다. 셋째, 본 연구는 횡단자료만을 사용하였으므로 인과관계에 대한 해석에 신중을 기해야 한다. 추후에는 종단 자료를 수집하여 연구가 이루어질 수 있다. 넷째, 향후에는 본 연구 결과를 이론에서 머무는 것이 아니라, 실질적으로 상담 프로그램에 적용하여 그 실효성을 검증하는 과정이 필요할 것으로 보인다.

참고문헌

- 권진희 (2007). 정서인식의 명확성과 정서표현성 및 대인관계문제와의 관계. 홍익대학교 석사학위논문.
- 김나래, 이기학 (2015). 대학생의 인정욕구, 사회적 지지, 사회불안이 삶의 만족에 미치는 영향. 상담학연구, 16(4), 245-264.
- 김대현 (2011). 초등학생의 학업스트레스와 정신건강의 관계에서 정서인식 명확성의 조절효과. 인천대학교 석사학위논문.
- 김민경, 현명호 (2013). 내면화된 수치심과 사회불안의 관계에서 자기제시동기, 자기제시기대 및 정서표현갈등의 매개효과. 한국심리학회지: 임상, 32(1), 161-176.
- 김민정, 이동귀 (2008). 대학생의 자존감과 심리적 부적응의 관계: 승인욕구의 중재효과. 한국심리학회지: 학교, 5(3), 289-304.
- 김용희 (2014). 대학생의 애착이 대인관계 문제에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. 청소년학연구, 21(11), 291-316.
- 김은정 (1993). 우울 증상 지속에 영향을 주는 인지 및 행동 변인들. 연세대학교 박사학위 논문.
- 김주연, 이영순 (2014). 정서경험 군집에 따른 낙관성, 부정적평가의 두려움 및 정서적 부적응 행동의 차이: 정서인식 명확성, 정서표현 양가성의 군집 비교. 상담학연구, 15(1), 145-159.
- 김희경, 심혜숙, 이동훈 (2012). 대학생의 성인 애착이 이성관계만족도에 미치는 영향: 정서인식 명확성과 정서표현억제의 매개효과. 한국계슈탈트치료연구, 2(2), 1-21.
- 박경진, 조한익 (2014). 대학생의 완벽주의와 도움추구태도와의 관계에서 정서표현억제의 매개효과. 인간이해, 35(1), 19-34.
- 백수현, 이영순 (2013). 완벽주의적 자기제시와 사회적 불안과의 관계에서 정서표현 양가성의 매개효과. 상담학연구, 14(1), 385-400.
- 송영희, 이윤주 (2011). 대학생의 비합리적 신념과 미흡행동 간의 관계에서 성취목표지향의 매개효과. 청소년학연구, 18(11),

- 85-109.
- 송은주, 이지연, 이채희 (2012). 청소년용 타인에 의한 타당화 욕구 척도개발 및 타당화. 한국심리학회지: 학교, 9(2), 209-226.
- 신수진, 홍혜영 (2014). 대학생의 불확실성에 대한 인내력 부족과 불안의 관계: 정서인식명확성과 자기개념명확성의 조절효과. 미래청소년학회지, 11(4), 95-116.
- 신희수, 안명희 (2013). 어머니의 심리적 통제가 대학생의 심리적 적응에 미치는 영향: 완벽주의와 인정욕구의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(3), 621-641.
- 유 경, 민경환. (2005). 정서 대처 양식과 정서 인식이 장노년기 주관적 안녕감에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 19(4), 1-18.
- 이경희, 김봉환 (2010). 정서표현양가성과 정서조절이 대인관계에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 369-384.
- 이서정, 현명호 (2008). 정서인식의 명확성과 인지적 정서조절이 정신건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 13(4), 887-905.
- 이수정 (2001). 정서의 이론적 접근에 입각한 정서관리 방략. 한국심리학회지: 일반, 20(1), 67-90.
- 이수정, 이훈구 (1997). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 11(1), 95-116.
- 이정숙 (2010). 완벽주의가 삶의 만족도에 미치는 영향: 인정욕구, 자기강화, 성공-실패경험의 매개역할. 가톨릭대학교 석사학위논문.
- 이정윤 (1999). 사회불안과 우울의 인지특성: 비합리적 신념, 역기능적 태도, 핵심신념을 중심으로. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 11(2), 199-211.
- 이종선, 강민철, 조현주 (2012). 외적 속박감이 자살사고에 미치는 영향: 부정적 정서의 매개효과 및 정서대처 탄력성의 조절효과. 한국심리학회지: 임상, 31(4), 883-905.
- 이지연, 김아름, 박미란 (2010). 청소년의 완벽주의와 정서강도, 정서인식명확성에 따른 하위집단과 정신건강. 아시아교육연구, 11(3), 181-207.
- 이지원, 이기학 (2014). 불안정애착 및 심리적 고통이 관계중독에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(1), 65-95.
- 이하나, 이기학 (2006). 정서인식의 명확성 및 정서표현성과 대인불안의 관계: 자아탄력성의 매개효과 검증. 한국심리학회 연차학술발표논문집, 2006(단일호), 688-689.
- 임전옥, 장성숙 (2003). 정서인식의 명확성, 정서조절양식과 심리적 안녕의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 15(2), 259-275.
- 장애경, 이지연 (2011). 대학생의 평가염려 완벽주의와 우울, 불안간의 관계에서 타인에 의한 타당화 매개효과. 상담학연구, 12(3), 881-896.
- 정문경, 오은주 (2015). 청소년의 사회불안과 삶의 만족도간의 관계에서 정서억제와 지각된 사회적지지의 매개효과. 청소년학연구, 22(7), 335-361.
- 정승아, 오경자 (2005). 자기 불일치가 사회불안에 영향을 미치는 기제. 한국심리학회지: 임상, 24(4), 887-901.
- 조민자 (2013). 우울, 불안 및 부모의 방임적 양육태도가 인터넷 중독에 미치는 영향과 정서인식명확성의 관계. 한국통합치료학회,

- 5(2), 5-30.
- 최정훈, 이정운 (1994). 사회적 불안에서의 비합리적 신념과 상황요인. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 6(1), 21-47.
- 최해연 (2008). 정서표현에 대한 갈등과 억제 연구. 서울대학교 박사학위논문.
- 최해연, 민경환 (2007). 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화 및 억제 개념들 간의 비교 연구. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 21(4), 71-89.
- 최해연, 이동귀, 민경환 (2008). 정서강도, 정서주의, 정서명료성, 및 정서표현양가성의 군집과 심리적 적응의 관계. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 22(4), 59-73.
- 홍주현, 심은정 (2013). 정서인식의 명확성과 청소년의 정신건강. *한국심리학회지: 일반*, 32(1), 195-212.
- 홍창희 (2003). 정서경험과 정신건강의 관계: 정서표현성의 매개모형 검증. 전남대학교 박사학위논문.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Ayduk, O., Mendoza-Denton, R., Mischel, W., Downey, G., Peake, P. K., & Rodriguez, M. (2000). Regulating the interpersonal self: strategic self-regulation for coping with rejection sensitivity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 79(5), 776-792.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator - mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1186.
- Burns, A. B., Brown, J. S., Plant, E. A., Sachs-Ericsson, N., & Joiner, T. E. (2006). On the specific depressotypic nature of excessive reassurance-seeking. *Personality and Individual Differences*, 40(1), 135-145.
- Ciarrochi, J. (2004). Relationships between dysfunctional beliefs and positive and negative indices of well-being: A critical evaluation of the Common Beliefs Survey-III. *Journal of Rational-Emotive and Cognitive-Behavior Therapy*, 22(3), 171-188.
- Cisler, J. M., Olatunji, B. O., Feldner, M. T., & Forsyth, J. P. (2009). Emotion regulation and the anxiety disorders: An integrative review. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 32(1), 68-82.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple regression/correlation analysis for the behavioral sciences* (3rd ed.). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Cole, M. S., Walter, F., & Bruch, H. (2008). Affective mechanisms linking dysfunctional behavior to performance in work teams: a moderated mediation study. *Journal of Applied Psychology*, 93(5), 945-958.
- Ellis, A. (1962). *Reason and emotion in psychotherapy*. New York: Lyle Stuart.
- Ellis, A. (2002). The role of irrational beliefs in perfectionism. In G. L. Flett, & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 217-229). Washington, DC: American Psychological Association.
- Emmons, R. A., & Colby, P. M. (1995). Emotional conflict and well-being: Relation to perceived availability, daily utilization, and

- observer reports of social support. *Journal of Personality and Social Psychology*, 68(5), 947-959.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., & Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43(4), 522-527.
- Goldman, S. L., Kraemer, D. T., & Salovey, P. (1996). Beliefs about mood moderate the relationship of stress to illness and symptom reporting. *Journal of Psychosomatic Research*, 41(2), 115-128.
- Gohm, C. L. (2003). Mood regulation and emotional intelligence: individual differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 594-607.
- Gohm, C. L., & Clore, G. L. (2000). Individual differences in emotional experience: Mapping available scales to processes. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(6), 679-697.
- Gohm, C. L., Corser, G. C., & Dalsky, D. J. (2005). Emotional intelligence under stress: Useful, unnecessary, or irrelevant?. *Personality and Individual Differences*, 39(6), 1017-1028.
- Greenberg, L. S., & Paivio, S. C. (2003). *Working with emotions in psychotherapy*. New York: The Guilford Press.
- Greenberg, M. A., Wortman, C. B., & Stone, A. A. (1996). Emotional expression and physical health: Revising traumatic memories or fostering self-regulation?. *Journal of Personality and Social Psychology*, 71(3), 588-602.
- 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.
- Hayes, A. F. (2012). *PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling* [White paper]. Retrieved from www.afhayes.com/public/process2012.pdf.
- Hayes, A. F., & Matthes, J. (2009). Computational procedures for probing interactions in OLS and logistic regression: SPSS and SAS implementations. *Behavior Research Methods*, 41(3), 924-936.
- Homans, G. C. 1974. *Social behavior: Its elementary forms* (revised ed.). New York: Harcourt Brace Jovanovich.
- Joseph, S., Williams, R., Irwing, P., & Cammock, T. (1994). The preliminary development of a measure to assess attitudes towards emotional expression. *Personality and Individual Differences*, 16(6), 869-875.
- Kashdan, T. B., & Breen, W. E. (2008). Social anxiety and positive emotions: A prospective examination of a self-regulatory model with tendencies to suppress or express emotions as a moderating variable. *Behavior Therapy*, 39(1), 1-12.
- Kashdan, T. B., & Steger, M. F. (2006). Expanding the topography of social anxiety an experience-sampling assessment of positive emotions, positive events, and emotion suppression. *Psychological Science*, 17(2), 120-128.

- Kennedy-Moore, E., Greenberg, M. A., & Wortman, C. B. (1991). *Varieties of nonexpression: A review of self-report measures of emotional control*. In 99th Annual Convention of the American Psychological Association, San Francisco, CA.
- Krause, E. D., Mendelson, T., & Lynch, T. R. (2003). Childhood emotional invalidation and adult psychological distress: The mediating role of emotional inhibition. *Child Abuse and Neglect, 27*(2), 199-213.
- Leary, M. R., & Kowalski, R. (1995). *Social anxiety*. New York: Guilford.
- Mallinckrodt, B., & Wei, M. (2005). Attachment, Social Competencies, Social Support, and Psychological Distress. *Journal of Counseling Psychology, 52*(3), 358-367.
- Martin, H. J. (1984). A revised measure of approval motivation and its relationship to social desirability. *Journal of Personality Assessment, 48*(5), 508-519.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1995). Emotional intelligence and the construction and regulation of feelings. *Applied and Preventive Psychology, 4*(3), 197-208.
- Mayer, J. D., & Stevens, A. A. (1994). An emerging understanding of the reflective (meta-) experience of mood. *Journal of Research in Personality, 28*(3), 351-373.
- McLean, C. P., Miller, N. A., & Hope, D. A. (2007). Mediating social anxiety and disordered eating: The role of expressive suppression. *Eating Disorders, 15*(1), 41-54.
- Mongrain, M., & Vettese, L. C. (2003). Conflict over emotional expression: Implications for interpersonal communication. *Personality and Social Psychology Bulletin, 29*(4), 545-555.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models. *Behavior Research Methods, Instruments, and Computers, 36*(4), 717-731.
- Preacher, K. J., Rucker, D. D., & Hayes, A. F. (2007). Addressing moderated mediation hypotheses: Theory, methods, and prescriptions. *Multivariate Behavioral Research, 42*(1), 185-227.
- Rector, N. A., Kamkar, K., Cassin, S. E., Ayearst, L. E., & Laposa, J. M. (2011). Assessing excessive reassurance seeking in the anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders, 25*(7), 911-917.
- Ryan, L. V., & Riordan, C. M. (2000). The development of a measure of desired moral approbation. *Educational and Psychological Measurement, 60*(3), 448-462.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality, 9*(3), 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. F. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, and health* (pp. 125-154). Washington, DC: American Psychological Association.
- Stein, M. B., Walker, J. R., & Forde, D. R. (1996). Public-speaking fears in a community sample: Prevalence, impact on functioning,

- and diagnostic classification. *Archives of General Psychiatry*, 53(2), 169-174.
- Strahan, E. Y. (2003). The effects of social anxiety and social skills on academic performance. *Personality and Individual Differences*, 34(2), 347-366.
- Turk, C. L., Heimberg, R. G., Luterek, J. A., Mennin, D. S., & Fresco, D. M. (2005). Emotion dysregulation in generalized anxiety disorder: A comparison with social anxiety disorder. *Cognitive Therapy and Research*, 29(1), 89-106.
- Turner, S. M., Beidel, D. C., Dancu, C. V., & Keys, D. J. (1986). Psychopathology of social phobia and comparison to avoidant personality disorder. *Journal of Abnormal Psychology*, 95(4), 389-394.
- Wei, M., Mallinckrodt, B., Larson, L. M., & Zakalik, R. A. (2005). Adult Attachment, Depressive Symptoms, and Validation From Self Versus Others. *Journal of Counseling Psychology*, 52(3), 368-377.
- Wei, M., Vogel, D. L., Ku, T. Y., & Zakalik, R. A. (2005). Adult Attachment, Affect Regulation, Negative Mood, and Interpersonal Problems: The Mediating Roles of Emotional Reactivity and Emotional Cutoff. *Journal of Counseling Psychology*, 52(1), 14-24.
- Wu, T. F., & Wei, M. (2008). Perfectionism and negative mood: The mediating roles of validation from others versus self. *Journal of Counseling Psychology*, 55(2), 276-288.

원 고 접 수 일 : 2016. 07. 25
수정원고접수일 : 2016. 10. 04
게 재 결 정 일 : 2016. 11. 01

The Influence of Need for Approval and Suppression of Emotional Expression on Social Anxiety: Testing the Moderated Mediation Effect of Emotional Clarity

Na-Rae Kim

Ki-Hak Lee

Yonsei University

This study examined the mediation effect of suppression of emotional expression and the moderated mediation effect of emotional clarity on the relations between need for approval and social anxiety. A sample of 242 undergraduates (men=119, women=123) participated in the survey. Data was analyzed with SPSS 18.0 and SPSS Macro. The results were as follows. First, the partial mediation effect of suppression of emotional expression and the moderation effect of emotional clarity were found on the relationship between need for approval and social anxiety. Second, the mediation effect of need for approval on the social anxiety through the suppression of emotional expression was moderated by emotional clarity. In sum, the results indicate that suppression of emotional expression and emotional clarity represent a key mechanism in determining the influence of need for approval on social anxiety. The implications were further discussed.

Key words : need for approval, social anxiety, suppression of emotional expression, emotional clarity