

내면화된 수치심과 분노표현양식의 관계에서 고통감내력의 매개효과*

임 혜 령

이 영 순[†]

전북대학교

본 연구의 목적은 대학생의 내면화된 수치심이 분노표현양식에 영향을 미치는 과정에서 고통감내력의 매개효과를 알아보는 데 있다. 이를 위해 J도에 소재한 대학생 386명(남학생: 165, 여학생: 221)을 연구대상으로 내면화된 수치심, 고통감내력, 분노표현양식(분노표출, 분노억제, 분노조절)을 측정하였다. 수집된 자료를 바탕으로 모든 변인들 간의 상관을 분석하였으며, 내면화된 수치심이 분노표현양식에 영향을 미치는 과정에서 고통감내력의 매개모형을 검증하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 내면화된 수치심과 고통감내력, 분노표현양식의 하위요인 중 분노표출, 분노억제는 정적상관을 나타냈으며, 분노조절과는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 둘째, 내면화된 수치심이 분노표현양식과의 관계에서 고통감내력의 매개효과를 알아보기 위해 구조방정식 모형을 분석한 결과, 내면화된 수치심과 분노표출과의 관계에서 고통감내력은 완전매개효과를 보이는 것으로 나타났으며, 내면화된 수치심과 분노억제와의 관계에서는 고통감내력이 부분매개효과를 보이는 것으로 나타났다. 그러나 내면화된 수치심과 분노조절과의 관계에서 고통감내력은 매개효과를 보이지 않았다. 이러한 결과를 바탕으로 본 연구가 갖는 의의와 제한점 및 후속 연구를 위한 제언을 논하였다.

주요어 : 내면화된 수치심, 고통감내력, 분노표출, 분노억제, 분노조절

* 본 연구는 임혜령(2015)의 전북대학교 석사학위 논문을 수정 보완한 것임.

† 교신저자 : 이영순, 전북대학교 심리학과, 전주시 덕진구 백제대로 567

Tel : 063-270-2928, E-mail : leeys@jbnu.ac.kr

수치심은 인간에게 있어 중요한 핵심정서이다. 수치심은 긍정적인 측면에서는 옳고 그름을 판단하여 규범적인 행동을 하도록 하는데 효과가 있으며, 이는 맹자의 수오지심(羞惡之心)처럼 자기의 옳지 못함을 부끄럽게 여기고, 부끄러움을 아는 것을 옳음의 극치로 보는 전통에서도 살펴볼 수 있다. 그러나 수치심이 긍정적이지 않은 경우도 있다. 인간이라면 누구나 결점을 가지고 있지만, 수치심은 결점을 수치스럽게 여기고, 자신의 존재를 부정적으로 인식하게 하는 역할을 하기도 한다. 수치심이 내면에 자리 잡게 되면 자신을 잘못된 존재, 부족하고, 불완전하다고 여기게 되며(Bradshaw, 2005), 자기 정체성에 대한 혐오스러운 인식이 형성되고, 다른 사람이 아닌 자기 스스로에 의해 쓰라린 고통을 경험하게 된다.

우리는 비교, 평가가 자연스러운 환경 속에서 살아가고 있다. 대중매체를 통해 엄청난, 만능엔터테이너와 같은 비교대상을 쉽게 접할 수 있고, 이와 같은 외부 자극으로 인해 기대 수준은 높아져 가고 있지만, 그 대상과의 상대적인 비교를 통해 자신을 낮게 보고, 불완전한 존재, 부족한 사람이라고 여기며 수치심을 느끼는 경향 역시도 늘어나고 있다. 더욱이 한국 사회는 유교사상과 집단주의를 바탕으로 도덕과 질서를 중요시 여겨왔다. 이러한 사회풍토는 자기 내면의 자존감보다 체면을 더 중요하게 생각하도록 하며, 주위평가에 예민하게 반응하도록 하기 때문에 우리문화는 내면의 수치심을 가중시킬 수 있다고 본다. 선행연구에 의하며 수치심은 내적으로 불편감을 느끼게 하는 중요한 원인정서로 여겨지고 있다. 예를 들어 절망감, 외로움, 자기회의, 고독감, 소외(Cook, 2001), 완벽주의, 열등감

(Kaufman, 1989), 경계선 성격장애, 나르시즘(Kernberg, 1975), 알콜 중독, 약물 남용(이승희, 권성중, 2014) 등과 같은 여러 가지 심리적 요인, 병리적인 정신장애와 관련되어 있다는 주장이 제기 되었다. 따라서 우리 사회에서 건강한 자기로 살기 위해서는 수치심에 관심을 가질 필요가 있다(이인숙, 최해림, 2005).

수치심은 상태수치심과 특질수치심으로 구분되어 왔다. 상태수치심은 단순히 어떠한 특정 상황에서 느끼게 되는 정서이며, 특질수치심은 지속적이고 만성적인 특성으로 인해 내면화된 수치심이라고도 한다(Cook, 2001). 내면화된 수치심은 자기에 대한 정서적 표상의 한 부분으로 정의되는데 ‘총체적인 자기를 검토한 결과, 부족하고 결핍되었으며, 부적절하고, 무력하고, 작다고 느껴지는 자아의식으로부터 생겨나는 고통스런 감정의 한 형태’라고 일컬어진다(Kaufman, 1989; Tangney, Wagner, & Gramzow, 1992; 한혜림, 2004에서 재인용). 이러한 내면화된 수치심은 상태수치심보다 우울, 불안 등과 같이 정신 병리의 지표들과 더 높은 관련성을 보이는 것으로 나타났다(남기숙, 2008).

또한 수치심은 자기에, 적대감, 분노, 비난의 외현화 등의 다양한 정서, 행동과 지속적으로 상관이 있다는 주장이 나오고 있다(Tangney, Burggraf, & Wagner, 1995; Tagney, Wagner, Barlow, Marschall, & Gramzow, 1996). 수치심이 높은 개인이 스스로를 수치스럽다고 여기게 되면, 자신을 향한 적대감과 비난하는 마음을 갖기도 하고(Lewis, 1990), 다른 사람으로부터 자신이 인정받지 못할 거라는 생각을 하기 때문에 자신으로 향하던 적대감을 상대방에게 전가하며 타인에게 적대감을 보이기도 한다. 이러한 수치심은 일차감정으로써 다른

정서를 유발하기도 하는데, 특히 내면화된 수치심은 다른 정서에 비해 분노와 더욱 상관이 높은 것으로 나타났다(장진아, 2006; 최임정, 심혜숙, 2010).

분노는 외부적 환경에 의해 욕구좌절이나 위협을 받으며 나타날 수 있는 자연스럽고, 보편적인 정서이다(전현숙, 손정락, 2011). 인간이 살아가는데 있어 분노는 필요하고 정상적인 반응이지만, 분노를 느끼는 것과 이를 표현하는 것에는 분명한 차이가 있다. 동일한 수준의 분노를 느꼈더라도 표현방법에 따라 결과가 달라질 수 있다. 이러한 분노는 특성분노(trait anger)와 상태분노(state anger)로 구분할 수 있다. 특성분노는 얼마나 자주, 강하게 분노를 경험하는지와 관련되는 분노 경향성을 말하며, 상태 분노는 다양한 강도의 감정들로 구성된 심리생물학적인 상태로, 자율신경계의 활성화를 수반하는 상황, 시간에 따른 일시적인 정서를 의미한다. 또한 특성분노는 쉽게 분노하는 경향을 보이는 기질성 특성분노와 부당한 대우를 받을 때 경험하게 되는 반응성 특성분노로 구분한다(Spielberger, Reheiser, & Sydman, 1995). 특성분노가 높은 경우에는 다양한 상황을 분노를 유발하는 상황으로 지각하고, 더 부정적으로 받아들이고, 분노 상황을 잘 대처하지 못하여 적절하지 않은 방법으로 분노를 표현하는 경향성을 보인다(박현, 2008; 서지영, 1996).

분노경험에 대한 정도와 빈도로 상태분노와 특성분노가 구분된다면, 이러한 분노정서를 대처하고 표현하는 방식은 분노표현양식이라고 한다. Spielberger, Reheiser와 Sydman(1995)은 분노표현양식을 분노표출(anger-out), 분노억제(anger-in), 분노조절(anger-control)로 구분하였다. 분노표출은 자신의 분노를 공격적인 언어나

반응을 통해 외부 대상을 향해 직접적으로 드러내는 것으로, 욕설, 말다툼, 언어폭력, 과격한 공격성으로 표현되는 것을 말한다(Spielberger, Krasner, & Solomon, 1988). 분노억제는 속으로 화가 난 상태이지만 이를 외부로 드러내지 않고 자신의 내부로 돌려 억제하거나, 분노를 유발한 상황과 관련된 사고, 감정을 억압하고 부정하는 것을 말한다(Spielberger et al., 1988) 분노조절은 화가 난 상태를 자각하고, 상황을 해결하기 위해 적절한 방향으로 화를 조절하고 완화시키기 위해 다양한 방법을 활용하는 것으로 냉정을 잃지 않고, 상대방을 이해하려고 노력하는 것을 말한다(Spielberger et al., 1995). 상황에 따라 분노를 표출하거나 억압하는 행동이 순간적으로는 긍정적인 결과를 가져올 수는 있으나 분노를 조절하고 표현하는데 문제가 발생하면 이를 해결하는데 어려움을 느끼게 되고, 사회적으로 상호작용하는 것에 실패하는 경우가 생길 수 있다(김미림, 홍혜영, 2013; 정혜숙, 정남운, 2011). 이에 본 연구에서는 분노표현양식 중 분노표출과 분노억제는 역기능적인 분노표현으로, 분노조절은 기능적인 분노표현으로 구분하여 연구하고자 하였다.

한편 수치심을 내면화한 사람이 역기능적인 방식으로 분노를 표현하게 되면 관계나 삶의 질에 영향을 미치게 되고, 이는 수치심을 다시 유발하여 악순환을 경험하게 된다(고윤경, 2007; 최임정, 심혜숙, 2010). 따라서 내면화된 수치심과 분노와의 관계를 살펴볼 필요가 있다. 그러나 내면화된 수치심은 성격적 특질로 간주되고 있고(Cook, 2001) 분노, 우울과 같은 2차 정서의 아래에 있기 때문에, 일상이나 상담장면에서도 직면하기 어렵다(안봉화, 2011). 따라서 내면화된 수치심이 역기능적인 분노표

현으로 이어지지 않기 위해 효과적인 상담개입 및 변화가 용이한 매개변인이 무엇이 있는지 모색해 볼 필요가 있다. 이에 본 연구에서는 내면화된 수치심과 분노표현양식의 관계에서 고통감내력이 매개효과를 나타내는지 확인하였다. 내면화된 수치심과 분노표현양식의 관계를 설명할 수 있는 매개변인은 많지만 고통감내력을 매개요인으로 결정한 것은 최근 고통감내력과 심리장애의 발현 및 정신병리와 의 관계에 대한 연구가 활발하게 진행되고 있고, McHugh 등(2011)의 연구에 의하면 범진단적으로 적용할 수 있는 변인으로 중요하게 여겨지고 있으며, 정서장애 치료기제의 핵심구성요소로 고통을 수용하고, 인내하는 훈련이 포함되어 있으므로 상담개입을 통해 변화시킬 수 있는 요인으로 보았기 때문이다(Ellard, 2010).

고통감내력은 부정적인 심리적 상태를 경험할 때 견뎌낼 수 있는 능력으로 정의되며, 이는 자신의 정서 상태를 명확하게 하고자 하는 인지 및 신체 과정의 결과로써 정서조절에도 영향을 미치며, 고통스러운 정서로 인해 불편감을 갖게 되는 상황에서도 목표로 삼은 것을 추진할 수 있는 행동경향성을 포함한다(Simons & Gaher, 2005). 그러나 낮은 고통감내력의 수준을 지니고 있는 경우에는 고통을 견디는 것에 어려움을 느끼므로 고통을 덜기 위해 충동적인 행동을 함으로써 정서조절을 하는 경향이 있다(Linehan, 1993). 또한 회피적 대처방식이나 형편없는 정서 조절과 관련되어 왔으며(Vujanovic, Hart, Poter, Berenz, Niles, & Bernstein, 2013) 낮은 고통감내력은 고통을 감내하지 못하고, 잘못된 방법으로 정서를 표출하며 회피행동을 하는 경향성을 보인다(Leyro, Zvolensky, & Bernstein, 2010). 즉, 부정적인 정서를 조절

할 수 있는가의 여부에 영향을 미치는 것이 고통감내력이라고 볼 수 있다. 이에 본 연구는 고통감내력을 내면화된 수치심과 분노와의 관계를 매개할 가능성이 있는 요인으로 가정하여 각 변인들 간의 관계를 알아보고자 하며, 내면화된 수치심이 고통감내력을 통해 분노표현양식의 각 하위요인에 어떠한 영향을 미치는지 살펴보고자 한다.

먼저 내면화된 수치심과 고통감내력의 관계를 살펴보면 다음과 같다. 내면화된 수치심과 고통감내력의 관계를 직접적으로 살펴본 연구가 없었기에 내면화된 수치심과 유사하게 자기에 대한 부적절감, 실수 불안, 공허, 자기체벌의 특징을 공유하고 있으며, 부정적인 자기개념을 가지고 있는 경계선 성격특성과 고통감내력의 관계를 통해 그 영향을 알아보고자 한다. 고통감내력은 경계선 성격장애의 핵심기제로 여겨지고 있으며, 경계선 성격장애 환자는 부정적인 정서를 경험할 때 자신의 정서 경험에 압도되어 적절하게 주의를 분산하지 못할 뿐 아니라 부정적인 정서를 완화시켜 줄 수 있는 인지적 재평가 과정도 차단된다(박지선, 2009). 이로 인해 부정적인 정서에 대한 두려움이 크고, 정서적 고통을 견디기 어렵기 때문에 고통을 빠르게 완화시키기 위한 정서조절의 일환으로 충동적인 행동을 하기도 한다(Linehan, 1993). 마찬가지로 수치심을 내면화한 사람도 정서조절과 관련이 있다. 이들은 부정적인 정서에 취약하며, 더 강한 정도로 정서를 받아들이는 경향을 보인다(최은영, 2010). 이와 같이 내면화된 수치심과 경계선 성격 특성은 비슷한 특징을 공유하고 있기 때문에 내면화된 수치심과 고통감내력의 관계에서도 유사한 관계를 가질 것으로 예상하였다.

다음으로 고통감내력이 분노표현에 미치는

영향에 대해서 살펴보면, 분노관련 문제의 잠재적인 취약성 요인 및 정서조절의 어려움과 비효율적인 대처전략과 관련하여 고통감내력의 중요성이 주목받고 있다(Anestis, Selby, Fink, & Joiner, 2007; Buckner, Keough, & Schmidt, 2007; Hawkins, Macatee, Guthrie, & Cogle, 2013; Nock & Mendes, 2008). 최근에 Hawkins 등(2013)은 고통감내력과 분노와의 관계를 연구하였는데, 낮은 수준의 고통감내력이 특성 분노와 분노표현에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 국내의 권희주(2014)의 연구에서도 고통감내력이 낮을수록 역기능적 분노에 직접적인 영향을 미치고, 역기능적 분노를 유지하고 심화시키는데 있어 취약성 요인이 된다고 주장하였다. 이와 같이 선행연구들을 통해 고통감내력이 낮은 경우에 정서에 취약하고 정서를 조절하는데 어려움을 일으킬 수 있는 경향이 있으며, 고통감내력이 낮을수록 분노를 느낄 때 이를 감내할 수 있는 내적자원이 부족하여 부적절한 분노 반응을 강화하고 지속시킨다고 볼 수 있다.

이상으로 수치심은 인간이 경험하는 근본적인 감정의 하나이며, 타인의 평가가 자기에게 내면화되어, 누군가 평가할 사람이 없다하더라도 자기 전체에 대해 문제를 느끼며 고통스러운 경험을 하게 된다. 이러한 수치심은 여러 가지 심리적 어려움과 연관되어 있고, 건강한 삶을 위해서는 수치심에 대한 연구에서 출발해야 한다고 볼 수 있다. 수치심은 선행연구를 통해 분노를 잘 예측한다고 밝혀졌으나, 상담 장면에서 성격적 특질로 자리 잡혀 있거나 외부로 잘 드러나지 않기 때문에 내면화된 수치심을 수정하는 것은 어려움이 따를 수 있다. 이를 위해 내면화된 수치심이 분노에 미치는 과정에서 변화 가능한 매개변인을

파악하여, 매개변인에 상당적인 개입이 이루어질 수 있도록 돕는 것이 필요하다(서영석, 2010). 이에 본 연구에서는 내면화된 수치심과 분노표현양식의 관계에서 정서적 대처능력과 관련 있는 고통감내력을 매개요인으로 가정하였고, 각 변인들 간의 관계를 살펴보고, 내면화된 수치심이 고통감내력을 거쳐 분노표현양식의 각 하위요인에 어떠한 영향을 미치는지 알아보려고 한다.

방 법

연구대상

본 연구는 J도에 소재한 대학의 1-4학년 남녀 대학생을 대상으로 실시하였다. 총 400명의 설문지가 배부되고 수거되었으나, 수집된 자료 중 불성실한 응답이나 무응답 자료를 제외한 남학생 165명(43%), 여학생 221명(57%) 총 386명의 자료만을 분석의 대상으로 하였다. 학년별 분포는 1학년 89명(23%), 2학년 62명(16%), 3학년 142명(37%), 4학년 93명(24%)이었으며, 평균연령은 22.34세(SD=3.05)이었다.

측정도구

내면화된 수치심 척도

본 연구에서 내면화된 수치심을 측정하기 위해 이인숙과 최혜림(2005)이 타당화한 척도를 사용하였다. 총 30문항의 자기보고식 설문지로, Rosenberg 자존감 척도(Rosenberg Self-Esteem Scale: RSS; Rosenberg, 1965) 6문항이 포함되어 있다. 이는 한 방향으로 대답하려는 경향을 방지하기 위해 추가하였으며 결과에서

는 제외한다. 원척도의 문항 형식은 5점 Likert 척도로 평정하도록 되어있으며, 점수가 높을수록 수치심의 정도가 심한 것을 의미한다. 원척도에서는 단일요인 구조로 보았으나 (Cook, 2001), 이인숙과 최해림(2005)이 요인 분석을 하여 부적절감, 공허, 자기처벌, 실수 불안의 4개 요인으로 구분하였으며, 내적일치도(Cronbach's α)는 .93이었으며, 하위요인별 내적일치도는 부적절감 .89, 공허 .86, 자기처벌 .78, 실수불안 .74였다. 본 연구에서의 전체 내적 일치도는 .94 이었으며, 하위요인별로는 부적절감 .91, 공허 .94, 자기처벌 .77, 실수불안 .74이었다.

고통감내력 척도

본 연구에서 고통감내력을 측정하기 위해 Simons와 Gaher(2005)가 부적 정서에 대한 감내력을 측정하기 위해 개발한 것을 박성아(2010)가 타당화한 것을 사용하였다. 총 15문항의 척도로 원척도의 문항 형식은 5점 Likert 척도로 평정하도록 되어 있으며, 점수가 높을수록 고통에 대한 감내력이 낮음을 의미한다. 박성아(2010)가 국내에서 요인분석을 하여 조절, 감내력과 몰두, 평가의 세 개 요인으로 구분하였다. 박성아의 연구에서 측정된 전체 내적 일치도는(Cronbach's α) .88이었으며 하위요인별로는 조절 .85, 감내력과 몰두 .75, 평가 .87이었다. 본 연구에서의 전체 내적 일치도는 .87 이었으며 하위요인별로는 조절 .68, 감내력과 몰두 .86, 평가 .73이었다.

상태-특성 분노표현 척도

본 연구에서 사용된 분노표현양식 척도는 대학생의 분노표현양식을 측정하기 위해 Spielberger, Krasner와 Solomon(1988)이 개발한 상

태-특성 분노표현척도(State-Trait Anger Expression Inventory: STAXI)를 전경구, 한덕웅, 이장호(1997)가 한국판(STAXI-Korean Version)으로 개발한 것을 사용하였다. 이 척도는 특성분노(Trait Anger: 평소 분노경험에 대한 개인의 기질적인 차이) 10문항, 상태분노(State Anger: 현재 경험하는 분노의 정도) 10문항, 분노 표출(Anger Out: 분노를 타인이나 외부 사물을 향해 표현하는 것) 8문항, 분노억제(Anger In: 분노를 경험하지만 억제하는 것) 8문항, 분노조절(Anger Control: 자신의 분노를 조절하기 위해 노력하는 것) 8문항으로, 총 54문항으로 구성되어 있다. 이 중 분노표현양식에 해당하는 24문항을 사용하였는데 세 가지 하위요인에 각 8문항씩 해당된다. 원척도의 문항 형식은 4점 Likert 척도를 사용하였으며 각각의 내적일치도는 분노조절 .66, 분노표출 .70, 분노억제 .79이었다. 본 연구에서의 하위요인별로 내적 일치도(Cronbach's α)는 분노 표출 .81, 분노 억제 .79, 분노 조절 .84이었다.

자료 분석

본 연구에서는 각 변인들 간의 일반적인 특성을 살펴보기 위해 평균과 표준편차를 산출하였고, 신뢰도 분석을 실시하였다. 그리고 변인들 간 관계를 알아보기 위해 상관분석을 실시하였으며, 본 연구에서 제안한 내면화된 수치심, 고통감내력, 분노표현양식의 관계에 대한 연구모형을 검증하기 위해 Anderson과 Gerbing(1988)이 제안한 2단계 방식을 사용하였다. 먼저 1단계에서는 척도별로 문항꾸러미를 구성하여 측정변수를 만들고, 이를 통해 측정모형을 검증하도록 하였다. Russell, Kahn, Spoth와 Altmaire(1998)의 권유에 따라 단일차원의

측정변수가 되는 분노표출, 분노억제, 분노조절을 2개의 문항꾸러미로 만들었는데, 각 문항꾸러미는 탐색적 요인분석을 통해 잠재변수가 동일한 요인부하량을 갖도록 문항을 배분하였다. 이후 2단계에서는 연구모형을 검증하였는데, 표본의 크기에 대한 민감성, 모형의 간명성, 해석가능성을 고려하기 위해 크기는 GFI, TLI, CFI, RMSEA를 사용하였다. 구조모형 검증은 연구모형인 부분매개모형과 경쟁모형인 완전매개모형을 도출하여 각 모형에 따른 적합도 비교와 차이검증을 실시해 최종모형을 채택하였고, 마지막으로 매개효과의 유의성을 확인하기 위해 부트스트랩(Bootstrap)절차를 실시하였다.

결 과

각 변인들의 기술통계치와 상관

모형 검증에 앞서 주요 변인들 간의 관련성을 알아보기 위해 Pearson적률 상관분석을 실시하였다. 그 결과 내면화된 수치심은 고통감내력과 정적상관($r=.63, p<.01$), 분노표출과 정적상관($r=.14, p<.01$), 분노억제와 정적상관($r=.48, p<.01$)을 보였으나 분노조절과는 유의미한 상관관계가 나타나지 않았다($r=-.06$). 고통감내력과 분노표출은 정적상관($r=.22, p<.01$), 분노억제와 정적상관($r=.37, p<.01$), 분노조절과는 부적상관($r=-.24, p<.01$)이 나타났다. 분노표출과 분노억제는 정적상관($r=.28, p<.01$), 분노조절과는 부적상관($r=-.37, p<.01$)이 나타났으나, 분노억제와 분노조절과는($r=-.02$) 유의미한 상관관계가 나타나지 않았다.

연구모형 검증

측정모형 검증

구조모형 검증에 앞서, Anderson과 Gerbing (1988)의 권유에 따라 측정변수가 잠재변인을 얼마나 잘 측정하고 있는지 알아보기 위해 측정모형을 검증하였다. 분노표출, 분노억제는 단일요인 척도여서 요인분석을 통한 문항합산을 실시하여 각각 2개의 측정변인을 생성하여 분석에 이용하였다. 즉, 측정모형 검증에는 분노표출을 측정하는 두 개의 측정변인(표출1, 표출2), 분노억제를 측정하는 두 개의 측정변인(억제1, 억제2), 분노조절을 측정하는 두 개의 측정변인(조절1, 조절2)이 사용되었다. 측정모형의 적합도를 검증한 결과를 표 2에, 잠재변인에 대한 측정변인의 모수 추정치를 그림 1, 그림 2, 그림 3에 제시하였다.

연구모형 검증

측정모형을 검증한 이후 내면화된 수치심이 고통감내력을 거쳐 분노표현에 이를 것이라고 가정한 구조모형을 검증하였다. 분노표현양식은 분노표출, 분노억제, 분노조절로 나누어 총 3개의 모형을 검증하였다. 각 변인들의 구조적 관계를 잘 설명해 주는 모형을 검증하기 위해 내면화된 수치심이 고통감내력을 거침과 동시에 분노표현양식에 직접적으로 영향을 미치는 부분매개 모형(연구모형)과 내면화된 수치심이 고통감내력을 거쳐 분노표현양식에 영향을 미치는 완전매개 모형(경쟁모형)의 적합도를 분석, 비교하여 경험 자료를 가장 잘 설명하면서도 간명한 최적의 모형을 탐색하였다. 경쟁모형과 연구모형에서 최종모형을 선택하기 위해서 두 모형간의 χ^2 차이검증을 통해 비교하였다. 완전매개모형의 경우 모형에 포함

표 1. 측정변인의 상관, 평균, 표준편차, 왜도, 첨도

측정변인	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
1.내면화된수치심	-																		
2.고통감내력	.628**	-																	
3.분노표출	.143**	.221**	-																
4.분노억제	.480**	.371**	.283**	-															
5.분노조절	-.061	-.238**	-.368**	-.020	-														
6.부적절감	.920**	.556**	.116*	.443**	-.068	-													
7.공허	.866**	.555**	.137**	.405**	-.018	.716**	-												
8.자기치별	.850**	.554**	.119*	.370**	-.029	.680**	.681**	-											
9.실수불안	.254**	.427**	.117*	.380**	-.090	.462**	.473**	.528**	-										
10.조절	.254**	.646**	.117*	.179**	-.092	.216**	.190**	.291**	.155**	-									
11.감내력과플두	.642**	.873**	.251**	.362**	-.236**	.570**	.572**	.560**	.434**	.336**	-								
12.평가	.571**	.917**	.162**	.337**	-.226**	.509**	.519**	.471**	.401**	.483**	.700**	-							
13.분노표출1	.047	.173**	.897**	.219**	-.496**	.128*	.151**	.127*	.175**	.122*	.181**	.128*	-						
14.분노표출2	.161**	.219**	.869**	.302**	-.437**	.129*	.135**	.142**	.153**	.170**	.269**	.166**	.148**	-					
15.분노억제1	.424**	.280**	.161**	.874**	.039	.398**	.365**	.326**	.308**	.097	.290**	.261**	.140**	.243**	-				
16.분노억제2	.415**	.368**	.334**	.873**	-.074	.377**	.342**	.320**	.355**	.216**	.343**	.328**	.525**	.381**	.682**	-			
17.분노조절1	.052	-.204**	-.376**	.027	.923**	-.071	.007	-.032	-.068	-.068	-.200**	-.201**	-.082	-.035**	-.475**	-.398**	-		
18.분노조절2	.060	-.237**	-.306**	-.062	.928**	-.056	-.039	-.021	-.098	-.101*	-.237**	-.270**	-.008	-.101*	-.444**	-.410**	.712**	-	
평균	57.23	36.72	15.71	16.85	22.08	20.47	11.97	11.39	13.34	7.46	12.25	17.10	7.22	7.75	8.30	8.44	11.12	10.95	
표준편차	17.07	9.92	3.46	4.50	4.50	8.06	4.16	4.23	3.07	2.63	4.50	4.67	2.22	2.40	2.58	2.57	2.39	2.41	
왜도	.76	.52	.65	.55	.20	.78	-.38	.79	.34	.31	.36	.18	.76	.61	.59	.34	-.40	.08	
첨도	.58	-.03	.45	.22	-.06	.30	-.59	.57	-.02	-.19	-.63	-.08	.58	.16	.13	-.68	.14	-.19	

주. * $p < .05$; ** $p < .01$

표 2. 측정모형의 적합도

모형	χ^2	df	GFI	TLI	CFI	RMSEA (L090, H190)
내면화된 수치심 → 고통감내력 → 분노표출	53.35	20	.967	.962	.979	.066(.045, .087)
내면화된 수치심 → 고통감내력 → 분노억제	46.44	20	.978	.979	.989	.049(.024, .073)
내면화된 수치심 → 고통감내력 → 분노조절	32.18	20	.980	.990	.994	.035(.000, .059)

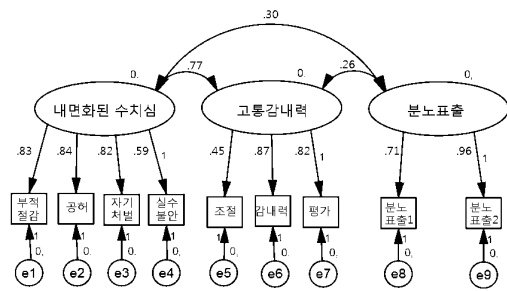


그림 1. 측정 모형(분노표출)

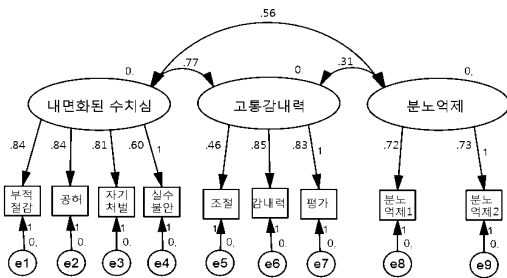


그림 2. 측정 모형(분노억제)

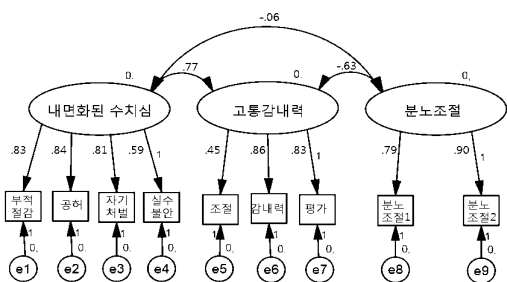


그림 3. 측정 모형(분노조절)

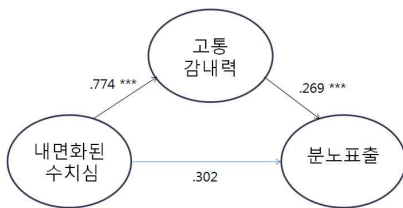
된 모형으로써 χ^2 차이검증을 통해 부분매개 모형과 비교가 된다(김계수, 2004). χ^2 차이검증을 통해 두 모형간의 결과가 유의 적합도가 적절하면 부분매개모형을 선택할 수 있고, 유의하지 않은 경우에는 완전매개모형을 선택하게 된다.

내면화된 수치심과 분노표출의 관계에서 고통감내력의 연구모형 검증. 표 3과 같이 연구모형과 경쟁모형을 비교하기 위해 적합도 지수를 구하였다. 적합도 지수 결과를 보면 두 모형의 차이 값은 .01, 자유도의 차이 값은 1로 $\alpha=.05$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이가 없었다. 연구모형과 경쟁 모형의 표준화 경로계수와 요인 부하량을 알아본 경로도는 그림 4, 그림 5와 같다. 우선 내면화된 수치심과 고통감내력($\beta=.774, p<.001$)의 경로계수가 정적으로 유의하여, 내면화된 수치심 수준이 높을수록 고통감내력 수준도 높은 것으로 나타났다. 다음으로 분노표출에 대한 고통감내력($\beta=.269, p<.001$) 경로계수가 정적으로 유의하여, 고통감내력 수준이 높을수록 분노표출의 수준이 높은 것으로 나타났다.

내면화된 수치심과 분노억제의 관계에서 고통감내력의 연구모형 검증. 적합도 지수 결과를 보면 두 모형의 차이 값은 5.32, 자유도

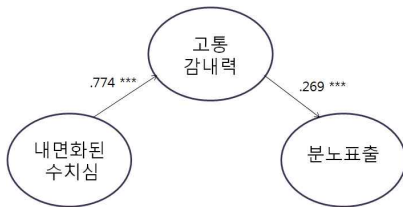
표 3. 연구모형 및 경쟁모형의 적합도 비교 <분노표출>

모형	χ^2	df	GFI	TLI	CFI	RMSEA (L090, H190)
연구모형	53.35	20	.967	.962	.979	.066(.044-.087)
경쟁모형	53.36	21	.967	.965	.979	.063(.042-.085)
χ^2 차이검증			$\Delta\chi^2 = .01$			



*** $p < .001$

그림 4. 연구모형의 표준화 경로계수 결과(분노표출)



*** $p < .001$

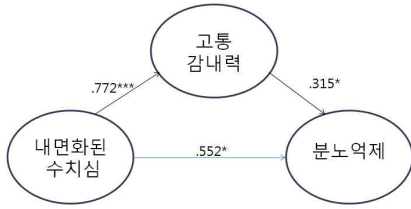
그림 5. 경쟁모형의 표준화 경로계수 결과(분노표출)

의 차이 값은 1로 $\alpha=.05$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 차이검증 결과가 통계적으로 유의미하면 부분 매개 모형을 채택하고, 유의미하지 않을 경우에는 완전 매개 모형을 채택하므로(홍세희, 2001), 본 연구에서는 부분매개 모형을 최종모형으로 선택하였다. 내면화된 수치심과 고통감내력($\beta=.772, p < .001$)의 경로계수가 정적으로 유의하여, 내면화된 수치심 수준이 높을수록 고통감내력 수준도 높은 것으로 나타났다. 다음으로 분노억제에 대한 고통감내력($\beta=.315, p < .05$)의 경로계수가 정적으로 유의하여, 고통감내력 수준이 높을수록 분노억제의 수준이 높은 것으로 나타났다.

내면화된 수치심과 분노조절의 관계에서 고통감내력의 연구모형 검증. 적합도 지수 결과를 보면 두 모형의 차이 값은 15.8, 자유도의 차이 값은 1로 $\alpha=.05$ 수준에서 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 차이검증 결과가 통계

표 4. 연구모형 및 경쟁모형의 적합도 비교<분노억제>

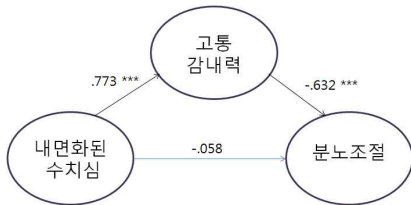
모형	χ^2	df	GFI	TLI	CFI	RMSEA (L090, H190)
연구모형	46.44	20	.978	.979	.989	.049(.024-.073)
경쟁모형	51.76	21	.974	.986	.053(.030-.076)	.063(.042-.085)
χ^2 차이검증			$\Delta\chi^2 = 5.32$			



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

그림 6. 연구모형의 표준화 경로계수 결과 (분노억제)

적으로 유의미하면 부분 매개 모형을 채택하고, 유의미하지 않을 경우에는 완전 매개 모형을 채택하므로(홍세희, 2001), 본 연구에서는 부분매개 모형을 최종모형으로 선택하였다. 내면화된 수치심과 고통감내력($\beta = .773, p < .001$)의 경로계수가 정적으로 유의하여, 내면화된 수치심 수준이 높을수록 고통감내력 수준도 높은 것으로 나타났다. 다음으로 분노조절에 대한 고통감내력($\beta = -.632, p < .001$)의 경로계수가 정적으로 유의하여, 고통감내력 수준



*** $p < .001$

그림 7. 연구모형의 표준화 경로계수 결과 (분노조절)

이 높을수록 분노조절의 수준이 높은 것으로 나타났다.

매개효과 검증

마지막으로 매개효과가 통계적으로 유의미한지를 검증하기 위해 부트스트랩 절차를 사용하였다. 부트스트랩은 원래 표본수로부터 많은 표본을 추출하여 통계치를 반복적인 절차를 통해 계산하여 분포도를 알아보는 것이다(Shrout & Bolger, 2002).

내면화된 수치심과 분노표출의 관계에서 고통감내력의 간접효과 부트스트래핑 결과

모형의 경로계수를 살펴보면, 내면화된 수치심이 고통감내력으로 가는 경로계수($\beta = .77, p < .001$)와 고통감내력이 분노표출로 가는 경로계수($\beta = .26, p < .001$)는 정적으로 유의하였다. 그리고 내면화된 수치심이 분노표출과의 관계에서 고통감내력의 매개효과($\beta = .30, p < .001$)가 유의한 것으로 나타났다. 이는 내면화된 수치심이 분노표출에 직접적인 영향을 주지 않고, 고통감내력을 통해 간접적으로만 영향을 준다는 것을 의미한다. 즉, 경쟁모형 내에서 고통감내력이 매개역할을 하게 되면, 내면화된 수치심이 분노표출에 미치는 직접적인 효과는 줄어들고, 간접적인 효과만 유의하게 존재한다는 것이다.

표 5. 연구모형 및 경쟁모형의 적합도 비교<분노조절>

모형	χ^2	df	GFI	TLI	CFI	RMSEA (L090, H190)
연구모형	32.18	20	.980	.990	.994	.035(.000-.059)
경쟁모형	47.97	21	.971	.984	.984	.053(.032-.074)
χ^2 차이검증	$\Delta\chi^2 = 15.79$					

표 6. 부트스트랩 절차를 통한 직접/간접효과 검증

경로	직접효과	간접효과 (95%신뢰구간)	총 효과
내면화된 수치심→ 고통감내력	.77***		.77***
고통감내력→분노표출	.26***		
내면화된 수치심→분노표출		.30***(.189-.431)	.30***

*** $p < .001$

표 7. 부트스트랩 절차를 통한 직접/간접효과 검증

경로	직접효과	간접효과 (95%신뢰구간)	총 효과
내면화된 수치심→ 고통감내력	.77***		.77***
고통감내력→분노억제	.32*		
내면화된 수치심→분노억제	.33(.03-.59)*	.24(.02-.47)*	.56*

*** $p < .001$

내면화된 수치심과 분노억제의 관계에서 고통감내력의 간접효과 부트스트래핑 결과. 모형의 경로계수를 살펴보면, 내면화된 수치심이 고통감내력으로 가는 경로계수($\beta = .77, p < .001$)와 고통감내력이 분노억제로 가는 경로계수($\beta = .32, p < .05$)는 정적으로 유의하였다. 그리고 내면화된 수치심이 분노억제와의 관계에서 고통감내력의 매개효과는 직접적으로 유의하고($\beta = .33, p < .05$), 간접적으로도 유의한 것으로 나타났다. 이는 내면화된 수치심이 분노억제에 직접적인 영향과 동시에 고통감내력을

통해 간접적으로도 영향을 준다는 것을 의미한다.

내면화된 수치심과 분노조절의 관계에서 고통감내력의 간접효과 부트스트래핑 결과. 모형의 경로계수를 살펴보면, 내면화된 수치심이 고통감내력으로 가는 경로계수($\beta = .77, p < .001$)와 고통감내력이 분노조절로 가는 경로계수($\beta = -.63, p < .001$)는 유의하였다. 그러나 내면화된 수치심이 분노조절로 가는 경로계수는 유의하게 나타나지 않았다($\beta = -.06$). 따라서 내

표 8. 부트스트랩 절차를 통한 직접/간접효과 검증

경로	직접효과	간접효과 (95%신뢰구간)	총 효과
내면화된 수치심→ 고통감내력	.77***		.77***
고통감내력→분노조절	-.63***		
내면화된 수치심→분노조절	.42	-.48(-.74 ~-.27)	-.06n.s

*** $p < .001$

면화된 수치심에서 분노조절에 이르는 고통감내력의 매개효과는 없는 것으로 나타났다.

논 의

본 연구는 내면화된 수치심과 분노표현양식의 관계에서 고통감내력의 매개효과를 검증해 보고자 하였다. 이를 위해 내면화된 수치심, 고통감내력, 분노표현양식의 관계에 대한 상관분석을 실시하였고, 구조방정식 모형을 사용하여 내면화된 수치심과 분노표현양식을 고통감내력이 매개하는지 확인하였다. 분노표현양식은 분노표출, 분노억제, 분노조절 세 가지로 나누어 각각의 모형에서 부분매개 모형과 완전매개 모형을 비교하였다. 본 연구에서 밝혀진 결과와 그에 따른 시사점을 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 주요 변인들 간의 관계를 파악하기 위해 상관분석을 실시한 결과 내면화된 수치심과 분노표현양식의 각 하위요인들은 분노조절을 제외하고 상관이 있는 것으로 나타났다. 내면화된 수치심과 분노표출, 분노억제는 정적상관을 보였고, 분노조절과는 유의한 상관을 보이지 않았다. 이는 기존의 여러 연구들(고운경, 2007; 남기숙, 2008; 최임정, 심혜숙, 2010)의 결과와 일치한다. 수치심은 분노와 상호 관련성을 가지고 있으며, 수치심을 느끼는 사람은 분노를 기능적으로 표현하기보다는 역기능적으로 표현한다고 볼 수 있다.

또한 내면화된 수치심과 고통감내력은 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 즉, 내면화된 수치심이 높을수록 고통감내력은 낮은 것이다. 두 변인간의 관계를 직접적으로 살펴본 선행 연구는 없었으나 기존의 연구에서 내면화된

수치심과 비슷한 특성을 공유하고 있는 경계선 성격장애의 취약성 요인으로 고통감내력을 보았다(박성아, 2010; Linehan, 1993). 이에 경계선 성격과 수치심/결함 도식간에 관련이 있다는 연구를 통해 내면화된 수치심과 고통감내력이 정적상관이 있을 것으로 보았는데, 연구 결과 내면화된 수치심이 높을수록 부정적 정서를 견디고 극복하기 어렵게 한다는 가설을 지지한다고 추측해볼 수 있다.

고통감내력과 분노표현양식의 각 하위요인과는 상관이 있는 것으로 나타났다. 고통감내력과 분노표출, 분노억제는 정적상관을 보였고, 분노조절과는 부적상관을 보였다. 이는 기존의 연구 결과와 일치한다(권희주, 2014). 고통감내력이 낮은 사람은 고통 경험에 매우 민감한 경향이 있으며 부정적 정서를 이겨내기 어렵기 때문에 고통스러운 상황에 대한 부적응 반응으로 이어지기 쉽다고 볼 수 있다(Hawkins et al., 2013). 따라서 고통감내력이 낮으면 분노를 경험할 때 이를 감내할 수 있는 내적 자원이 부족하여 분노감정에 주의를 더욱 기울이게 되고 역기능적 분노 반응을 강화하거나 지속시킨다고 볼 수 있다.

둘째, 내면화된 수치심이 고통감내력을 통해 분노표현양식에 어떠한 영향을 미치는지 확인하기 위해 구조방정식 모형을 분석한 결과, 내면화된 수치심과 고통감내력이 분노표현양식의 각 하위요인에 따라 영향력의 차이를 보였다. 먼저 내면화된 수치심과 분노표출의 관계에서 고통감내력이 완전매개 효과를 보이는 것으로 나타났다. 이는 내면화된 수치심이 직접적으로 분노표출에 영향을 미치기 보다는 고통감내력 통해 분노표출을 하는 것으로 볼 수 있겠다. 이는 수치심이 높은 개인은 부정적인 정서에 취약하며, 자신에게 향한

적대감을 외부로 돌리며 분노를 표출하게 된다는 연구와도 일치한다고 볼 수 있다(장진아, 2006). 따라서 수치심을 내면화하고 있는 경우 정서적으로 취약하기 때문에, 부정적인 정서를 견디지 못하고 정서에너지의 표현방식이 타인초점적이 되어 폭발적인 분노를 일으키며 격노하는 경향이 있다고 볼 수 있겠다.

다음으로, 내면화된 수치심과 분노억제의 관계에서 고통감내력은 부분매개효과가 있는 것으로 나타났다. 이는 내면화된 수치심이 분노억제에는 직접적으로 영향을 미치면서 고통감내력을 통해서도 분노억제에 영향을 미친다는 것을 의미한다고 볼 수 있다. 선행연구에서는 억압과 같은 심리적 기제의 작용은 두렵고, 부정적인 정서를 견디지 못하는 데에서 발생하며, 수치심과 같이 자신이 견디기 어렵고, 불쾌한 정서상태는 무의식화와 억압을 통해 잇는 것으로 보았다(남기숙, 2008). 즉, 수치심을 내면화하고 있는 사람들이 분노를 억제하면서 동시에 부정적인 정서를 견디기 어렵기 때문에 정서에너지의 표현방식이 자기초점적으로 되어 분노를 억제하는 것으로 볼 수 있다.

이상의 결과를 토대로 보면 분노표출과 분노억제가 역기능적인 분노표현이라 할지라도 정서에너지의 방향에 따라 분노가 표출되거나 억제된다고 볼 수 있다. 정서표현의 방향에 대해 살펴보자면 먼저 수치심을 강하게 느끼는 사람은 분노를 효과적으로 조절하지 못하고 억제하는 경향이 강하게 나타난다고 한다(서수균, 2004). 그러나 억압한 것이 누적되다 보면 어느 순간에 내재된 분노가 폭발적으로 드러날 수 있다(김미림, 홍혜영, 2013). 따라서 수치심을 내면화한 사람의 경우 분노를 억제하다가 자신의 한계에 다다르게 되면

이후에 부정적인 정서를 견디기 못하고 분노를 폭발적으로 표출할 가능성이 있을 것으로 보인다.

마지막으로, 내면화된 수치심과 분노조절의 관계에서 고통감내력은 매개효과가 없는 것으로 나타났다. 고통감내력이 분노 조절에 미치는 정적상관이 유의하게 나타난 것은 부정적인 정서를 견디는 수준이 낮은 사람은 분노 조절을 하는데 어려움을 겪을 수 있다고 볼 수 있으나, 내면화된 수치심과 분노조절 사이의 부적 상관이 유의하지 않다는 결과는 내면화된 수치심 수준이 높은 사람이라고 하더라도 반드시 분노를 조절하지 못하는 것만은 아니라는 것을 나타낸다고 볼 수 있다. 또한 추측해 볼 수 있는 것은 분노표현양식을 제작하는 척도의 특성 때문이다. 분노를 조절하는 것은 충동적인 분노표현을 조절하고 적절한 표현시기와 방법을 찾는 것을 의미한다. 그러나 분노표현양식 척도의 경우 분노조절 문항들에서 주로 측정하는 것이 인내하고 진정하는 측면이며, 감정을 적절하게 표현하는 것에 대한 내용은 다루어지지 않았다는 지적이 이루어진바 있다(김모아, 이영호, 2013).

이러한 연구결과를 고려해볼 때, 본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 내면화된 수치심과 고통감내력의 관계를 규명하려는 노력을 처음으로 시도한 것에 의의가 있다. 경계선 성격장애와 고통감내력이 관련이 있다는 선행연구가 있었으나(박성아, 2010), 내면화된 수치심과 고통감내력의 관계를 직접적으로 연구한 것은 없었다. 상담 장면에서는 경계선 성격장애 환자보다 수치심을 내면화한 사람들을 접하기 쉬우므로 내면화된 수치심과 고통감내력의 관계를 규명하는 것은 일반적인 상담 장면에서 활용

하는데 의의가 있다고 볼 수 있다.

둘째, 본 연구는 고통감내력을 매개변인으로 살펴봄으로써 상담장면에서 수치심이 분노 문제에 어떻게 영향을 미치는지 알아보았다. 수치심이 내면화되어 있는 사람은 누군가에게 의존할 자격이 없다고 여기며, 자신을 수치스러워 하기 때문에 진실한 교류를 맺는데 어려움을 느끼게 된다(Bradshaw, 2005). 더욱이 분노를 역기능적으로 표현하는 경향이 있게 되면 타인과의 관계에서 지배적이고 자기중심적으로 행동하고 사고하거나, 자기표현을 못하기 때문에 대인관계의 어려움을 가중시킬 수 있다(김모아, 이영호, 2013). 이러한 연구 결과들을 고려했을 때 분노를 적절하게 조절하고 표현하는 것이 개인의 건강한 삶과 대인관계에 상당한 관련이 있음을 시사하기에(최임정, 심혜숙, 2010; Jerome & Liss, 2005), 적절하게 표현할 수 있도록 돕는 중간 기제를 살펴보았다는 것에 의의가 있다고 볼 수 있다.

셋째, 내면화된 수치심과 분노 문제의 치료적 개입에 있어 고통감내력의 증진을 고려한 접근의 중요성을 확인하였으며, 향후 수치심 수준이 높은 내담자들에게 구체적인 개입을 기대해 볼 수 있다는 것에 의의가 있다. 상담 장면에서 수치심을 느끼게 되면 결함 있는 자신이 드러난다고 여기므로, 고통을 경감시키기 위해 방어하거나 직면하지 못하는 경우가 있다(이인숙, 최해림, 2005). 경험 있는 상담자들도 본인의 수치심을 직면하는 것이 어려운 과정이므로, 수치심을 상담 장면에서 다루기 어렵거나 인식하지 못하고 지나칠 수 있다. 그러나 수치심을 경험하지 않는 것은 현실적으로 어렵기 때문에 수치심이 내면화 되어 있는 사람이 부정적인 정서를 견뎌낼 수 있도록 고통감내력을 증진시키고, 분노를 역기능적으

로 표현하는 것을 조절하여 문제가 발생할 가능성을 낮춰주는 것이 필요하다. 정서조절은 주관적 안녕감이나, 삶의 질을 결정짓는 필수적 요인으로 제시되고 있고(Cicchetti, Ackerman, & Izard, 1995), 건강하게 살아가는데 있어 적절한 기능을 하기 위해서는 자신이 경험하고 있는 고통스러운 정서를 적응적으로 조절하는 것이 중요하다고 볼 수 있다(민정환, 김지현, 윤석빈, 장승민, 2000). 따라서 일시적으로 느껴지는 심리적 불편감을 감소시키는 능력과 견디기 힘든 정서를 피하지 않는 대처 방식은 적응적인 가치가 있다고 볼 수 있으며, 대처 능력을 통한 정서 경험은 적응적인 행동을 유발한다고 볼 수 있다. DBT에서 고통을 감내하는 것은 자신을 변화시키려는 시도의 하나로써 보며, 고통을 참아내지 못하게 되면 충동적인 행동이 일어날 수 있으므로 원하는 방향으로 스스로를 변화시킬 수 없다고 보았으며, 고통을 감내하는 능력이 건강한 마음상태를 유지하기 위해 중요하다고 하였다(Linehan, 1993). 이와 같이 고통 감내력은 정신병리의 중요한 소인이며, 이를 증진시키는 것은 인지행동치료에 핵심요소로 수용전념치료, DBT, 마음챙김에 기반한 인지치료 등에서 고통감내력을 중요한 요인으로 보고 치료에서 다루고 있는 실정이다(장하연, 조용래, 2012). 따라서 정서조절방법으로 사용되는 고통감내력을 증진시키는 것이 수치심이 내면화된 개인이 분노를 역기능적으로 표현하는 과정에서 정서조절상의 문제를 해결하는데 도움이 될 것으로 볼 수 있다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 특정지역의 대학생에 한해 표집이 이루어졌기 때문에 모든 지역과 대상

에게 일반화하여 해석하는데 한계가 있다. 따라서 추후 연구에서는 보다 광범위한 지역에서 자료를 수집하고 충분한 표본을 가지고 분석을 실시하여 본 연구와 유사한 결과가 나오는지 확인해볼 필요가 있겠다.

둘째, 본 연구에서 기능적인 분노표현을 나타내는 분노조절 척도가 정서를 적절하게 조절하는 것에 대한 내용을 포함하지 않아 실제 개인의 특성을 충분히 반영하는 것임을 보장하기가 어려웠다. 따라서 연구에서 본래 알아보고자 하는 내용을 담고 있다고 보기 어렵기 때문에, 분노를 기능적인 방식으로 조절하는 내용을 포함한 척도를 구성하고 개발하는 것이 후속연구에서 필요할 것으로 보인다.

이러한 제한점에도 불구하고, 내면화된 수치심이 분노표현에 미치는 과정에서 고통감내력의 매개효과를 검증함으로써 상담 장면에서의 치료적 함의를 밝힌 데에 본 연구의 의의를 찾을 수 있겠다.

참고문헌

- 고윤경 (2007). 분노표현태도와 대인관계문제: 분노표현방식의 매개효과. 전남대학교 석사학위논문.
- 권희주 (2014). 고통 감내력, 분노반추와 역기능적 분노의 관계: 청년과 성인 집단 비교. 서울여자대학교 석사학위논문.
- 김계수 (2004). AMOS 구조방정식 모형분석. 서울: SPSS 아카데미.
- 김모아, 이영호 (2013). 분노신념과 분노표현이 불안, 우울, 신체화, 정신병질, 자기에 미치는 영향. 인간이해, 34(2), 193-213.
- 김미림, 홍혜영 (2013). 중학생의 수치심 경향성과 역기능적 분노표현양식이 학교적응에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(1), 135-156.
- 남기숙 (2008). 수치심, 죄책감 경험과 대처가 심리 증상에 미치는 영향. 서울대학교 박사학위논문.
- 민경환, 김지현, 윤석빈, 장승민 (2000). 부정적 정서 조절 방략에 관한 연구: 정서 종류와 개인 변인에 따른 정서조절 양식의 차이. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 14(2), 1-16.
- 박성아 (2010). 경계선 성격장애 성향자의 정서에 대한 두려움과 고통감내력. 서울대학교 석사학위논문.
- 박지선 (2009). 경계선 성격장애 성향 청소년의 정서조절결함 모형에 관한 연구. 중앙대학교 박사학위논문.
- 박현 (2008). 서울시 지방공무원의 완벽주의 성향과 자아존중감, 분노 및 수치심과의 관계. 숙명여자대학교 석사학위논문.
- 서수균 (2004). 분노와 관련된 인지적 요인과 그 치료적 함의. 서울대학교 박사학위논문.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석시 고려 사항. 한국심리학회지: 상담 및 심리 치료, 22(4), 1147-1168.
- 서지영 (1996). 특성분노의 반응양식과 이에 영향을 주는 제 변인. 고려대학교 석사학위논문.
- 안봉화 (2011). 내현적 자기애와 내면화된 수치심이 대인관계문제에 미치는 영향. 한국외국어대학교 석사학위논문.
- 이승희, 권선중 (2014). 신경증적 경향성과 알코올 중독의 관계. 한국심리학회 학술대회 자료집, 2014(1), 424-424.

- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심척도 (ISS)의 타당화 연구-애착, 과민성 자기애, 외로움과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(3), 651-670.
- 장진아 (2006). 여성의 대상관계가 내면화된 수치심을 매개로 분노에 미치는 영향. 경북대학교 석사학위논문.
- 장하연, 조용래 (2012). 타인의 인정에 대한 과도한 요구 신념과 정서적 고통 감내력이 사회적 수행불안에 미치는 영향. *인지행동치료*, 12(3), 299-313.
- 정해숙, 정남운 (2011). 대학생의 완벽주의와 분노표현양식의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. *인간이해*, 32(2), 89-107.
- 전현숙, 손정락 (2011). 역기능적 분노표현 및 비합리적 신념과 마음챙김의 관계. *한국심리학회지: 일반*, 30(2), 377-396.
- 최은영 (2010). 여대생의 아동 청소년기 대인간 외상경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 최임정, 심혜숙 (2010). 대학생의 내면화된 수치심과 분노표현양식이 대인관계 문제에 미치는 영향. *한국심리학회지*, 22(2), 479-492.
- 한덕웅, 전경구, 이장호 (1997). 한국판 STAXI 척도 개발. *한국심리학회지: 건강*, 2(1), 60-78.
- 한혜림 (2004). 자기애가 사회 불안에 미치는 영향: 수치심 경향성을 매개 변인으로. 연세대학교 석사학위논문.
- 홍세희 (2001). 임상심리학 이론의 경험적 검증을 위한 최신 연구 방법론: 구조방정식 모형을 이용한 매개 모형과 잠재평균 모형의 분석. *한국심리학회 산하 한국임상심리학회 3월 workshop 자료집*.
- Anderson, J. C., & Gerbing, D. W. (1988). Structural equation modeling in practice: A review and recommended two-step approach. *Psychological Bulletin*, 103(3), 411-423.
- Anestis, M. D., Selby, E. A., Fink, E. L., & Joiner, T. E. (2007). The multifaceted role of distress tolerance in dysregulated eating behaviors. *International Journal of Eating Disorders*, 40(8), 718-726.
- Bradshaw, J. (2005). *Healing the Shame that Binds You*. Florida: Health Communications, Inc.
- Buckner, J. D., Keough, M. E., & Schmidt, N. B. (2007). Problematic alcohol and cannabis use among young adults: The roles of depression and discomfort and distress tolerance. *Addictive Behaviors*, 32(9), 1957-1963.
- Cicchetti, D., Ackerman, B. P., & Izard, C. E. (1995). Emotions and emotion regulation in developmental psychopathology. *Development and Psychopathology*, 7(01), 1-10.
- Cook, D. R. (2001). *Internalized shame scale*: Technical manual. New York: Multi Health System Inc.
- Ellard, K. K., Fairholme, C. P., Boisseau, C. L., Farchione, T. J., & Barlow, D. H. (2010). Unified protocol for the trans diagnostic treatment of emotional disorders: Protocol development and initial outcome data. *Cognitive and Behavioral Practice*, 17(1), 88-101.
- Hawkins, K. A., Macatee, R. J., Guthrie, W., & Cogle, J. R. (2013). Concurrent and prospective relations between distress tolerance, life stressors, and anger. *Cognitive Therapy and Research*, 37(3), 434-445.

- Jerome, E. M., & Liss, M. (2005). Relationships between sensory processing style, adult attachment, and coping. *Personality and Individual Differences, 38*(6), 1341-1352.
- Kaufman, G. (1989). *The Psychology of shame: Theory and Treatment of Shame-Based Syndromes*. New York: Springer
- Kernberg, O. F. (1975). *Borderline conditions and pathological narcissism*. New York: Jason Aronson.
- Lewis, H. B. (1990). *Repression and Dissociation: Implications for Personality Theory, Psychopathology and Health*. Chicago: The University of Chicago Press.
- Leyro, T. M., Zvolensky, M. J., & Bernstein, A. (2010). Distress tolerance and psychopathological symptoms and disorders: A review of the empirical literature among adults. *Psychological Bulletin, 136*(4), 576-600.
- Linehan, M. M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. New York: Guilford Press.
- McHugh, R. K., Daughters, S. B., Lejuez, C. W., Murray, H. W., Hearon, B. A., Gorka, S. M., & Otto, M. W. (2011). Shared variance among self-report and behavioral measures of distress intolerance. *Cognitive Therapy and Research, 35*(3), 266-275.
- Nock, M. K., & Mendes, W. B. (2008). Physiological arousal, distress tolerance, and social problem-solving deficits among adolescent self-injurers. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 76*(1), 28-38.
- Rosenberg, M. (1965). *Society and the adolescent self-image*. NJ: Princeton university press.
- Russell, D. W., Kahn, J. H., Spoth, R., & Altmaier, E. M. (1998). Analyzing data from experimental studies: A latent variable structural equation modeling approach. *Journal of Counseling Psychology, 45*(1), 18-29.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological Methods, 7*(4), 422-445.
- Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). The Distress Tolerance Scale: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and Emotion, 29*(2), 83-102.
- Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). *The experience, expression, and control of anger*. New York: Springer.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C., & Sydman, S. J. (1995). Measuring the experience, expression, and control of anger. *Issues in Comprehensive Pediatric Nursing, 18*(3), 207-232.
- Tangney, J. P., Burggraf, S. A., & Wagner, P. E. (1995). Shame-proneness, guilt-proneness, and psychological symptoms. *Behaviour Research and Therapy, 34*(9), 741-754.
- Tangney, J. P., Wagner, P., & Gramzow, R. (1992). Proneness to shame, proneness to guilt, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology, 101*(3), 469-478.
- Tangney, J. P., Wagner, P. E., Hill-Barlow, D., Marschall, D. E., & Gramzow, R. (1996). Relation of shame and guilt to constructive versus destructive responses to anger across the lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology, 70*(4), 797-809.
- Vujanovic, A. A., Hart, A. S., Poter, C. M., Berenz, E. C., Niles, B., & Bernstein, A.

(2013). Main and interactive effects of distress tolerance and negative affect intensity in relation to PTSD symptoms among-trauma-exposed adults. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 35(2), 235-243.

원 고 접 수 일 : 2016. 10. 04

수정원고접수일 : 2016. 12. 05

게 재 결 정 일 : 2017. 01. 08

Mediating Effects of Distress Tolerance in Relation to Internalized Shame and Anger Expression Style

Hye-Lyeong Lim

Young-Soon Lee

Chonbuk National university

This study examined the mediating effects of Distress Tolerance in relation to Internalized Shame and Anger Expression Style. Participants included 386 college students (165 males; 221 females). The Internalized Shame Scale, Distress Tolerance Scale, and State-Trait Anger Expression Inventory were used. After verifying the structural equation modeling and examining the mediating effects of Distress Tolerance in relation to Internalized Shame and Anger Expression style, correlation(s) between variables were analyzed. Results are as follows: Internalized Shame, Distress Tolerance, and the Anger In/Anger Out Expression style showed a positive correlation; Anger Control Expression style showed a negative correlation. A structural equation modeling measurement revealed that Distress Tolerance fully mediated the relationship between Internalized Shame and the Anger Out Expression Style. Distress Tolerance showed no mediating effects on the relationships between Internalized Shame and Anger In, and Internalized Shame and Anger Control. Significance, limitations and suggestions for future research are discussed.

Keywords : *internalized shame, distress tolerance, anger-out, anger-in, anger-control*