

## 대학생의 거부민감성과 연애관계 만족도와의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵의 이중매개효과\*

이 민 선

광주광역시청소년상담복지센터

노 안 영†

전남대학교

본 연구의 목적은 대학생의 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵의 이중매개효과를 검증하는 데 있다. 본 연구는 온라인 설문을 실시하였고 남, 여 대학생 총 440명 중 과거 연애 경험이 없는 참가자(93명)를 제외한 347명의 자료를 기반으로 분석하였다. 주요 변인들의 관련성을 보기 위해 상관분석을 실시하였고, 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵의 매개효과를 검증하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 매개효과를 보였으나, 적응적 인지적 정서조절은 매개효과를 보이지 않았다. 둘째, 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 이중매개효과를 보였다. 본 연구는 거부민감성을 가진 개인의 인지적 특징과 행동적 특징이 연애관계 만족도에 영향을 미치는 과정을 검증하여, 거부민감성과 연애관계 만족도 관련 연구를 확장하였다. 또한 본 연구의 결과를 통해 상담 및 심리치료 장면에서 거절에 민감한 내담자의 연애관계 만족도에 개입하는데 유용한 자료를 제공하였다. 본 연구의 함의와 제한점 및 추후 연구를 위한 제언을 논의하였다.

주요어 : 거부민감성, 인지적 정서조절, 자기침묵, 연애관계 만족도

\* 본 연구는 이민선(2017)의 전남대학교 석사학위논문 ‘대학생의 거부민감성과 연애관계 만족도와의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵의 이중매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 노안영, 전남대학교 심리학과, 광주광역시 북구 용봉로 77 사회과학대학 438호

Tel : 062-530-2656, E-mail : aynoh@chonnam.ac.kr

연애관계란 어린 시절 부모에게 갖는 애착이 연인에게로 옮겨지는 과정으로서 부모와의 관계 이후 가장 친밀하고 밀착된 관계이다(Furman & Shaffer, 2003). 타인과의 친밀감 획득은 초기 성인기에 이뤄야 할 주요 발달과업이므로(Erikson, 1959), 개인에게 있어 만족스러운 연애관계를 갖는 것은 중요하다. 특히 이 시기의 연애관계 과정과 특징은 후기 성인기의 연애관계로 지속되거나 옮겨지므로, 자신의 배우자 선택에 영향을 미친다(Uoyd & Cate, 1985).

넓은 의미에서 대학생의 연애관계는 사회관계 및 대인관계의 한 유형이며, 이는 자신이 지닌 연애에 대한 흥미를 충족하고 사랑의 본질을 터득하며 대인관계의 기본 기술을 배우는 등의 다양한 기회를 제공한다(지은선, 2014; 김언희, 2004). 한 조사에서 한국 대학생을 대상으로 '누구로부터 자신이 영향을 가장 많이 받고 있는가'라는 질문에 대해 부모에게 34.6%, 친구에게 33.3%, 이성 친구에게 16.8%라고 응답했다. 특히 현재 이성교제를 하고 있는 대학생의 경우에는 이성 친구가 미치는 영향이 39.8%로 응답해 이성교제가 대학생활에 미치는 영향력이 적지 않음을 알 수 있다(김나리, 2002). 이에 따라 상담에서는 연애관계에서 발생할 수 있는 불안과 갈등을 다루어 만족스러운 연애관계를 경험할 수 있도록 도움을 주어야 한다는 점을 시사하고 있다.

초기 성인기에 연인과의 친밀한 관계를 형성하는 것은 미래를 위한 준비, 다양한 인생 경험과 대학생활 전반에 미치는 영향이 크다(강영희 2013). 또한 성인기 초기의 만족스러운 연애관계는 개인의 심리적 적응 및 건강과도 직결된다(Collins, 2003). 하지만 불만족스러운 연애관계는 심리적·정서적 문제와 직접적

인 관련이 있어 연애관계에서 큰 갈등요인이 된다(강영희, 2013). 낮은 연애관계 만족도는 우울(Fincham, Beach, Harold, & Osborne, 1997), 알코올 남용(Jacob & Krahn, 1998), 공격성(Capaldi & Crosby, 1997)과 같이 부정적 정서 및 행동과 높은 상관을 보인다. 연애관계의 심각한 불만족은 우울이나 그 밖의 정신적 건강을 위협한다는 점(Whitton & Whisman, 2010)으로 미루어볼 때 성인기 초기의 연애관계 만족은 상담 실제에서만뿐만 아니라 개인의 건강한 삶에서도 중요한 위치를 차지한다(지은선, 2014).

거부민감성이란 대인관계에서 자신이 거부당할 것이라는 불안을 가지고 있으며, 항상 거부를 인식하고, 거부당하는 것에 대해 과민하게 반응하는 역동적인 인지-정서적 과정이다(Feldman & Downey, 1994). 인지-정서적 과정이란 어떤 상황에서 개인이 지닌 기대와 신념, 지향성 그리고 유능성과 같은 다양한 정신적 표상들이 개인의 사고와 감정에 영향을 미쳐, 특정행동을 하도록 만든다는 것을 의미한다(Ayduk et al., 2000). 거부민감성이 높은 사람들이 거부를 예측하는 것과 거부 신호에 대해 민감하게 반응하는 것, 또한 거부에 대해 과잉 경계하는 경향성은 사회적 관계에서 활성화되므로 대인관계의 질적인 부분에 큰 영향을 미친다(이희경, 김경희 & 이홍권 2014)

거부민감성이 높은 사람은 자신의 연애관계 만족도를 낮게 생각했을 뿐만 아니라 상대연인의 관계만족도에도 부정적인 영향을 미쳤다(Downey & Feldman, 1996). 즉 거절에 민감한 개인은 연애관계에서의 상호작용을 더 부정적인 방식으로 해석해 연애관계의 질을 낮추는 행동을 보이고, 이는 관계에 악영향을 미쳐 상대방과의 친밀감 형성에 부정적 영향을

주고 자신과 상대연인의 불만족을 높였다 (Downey, Freitas, Michaelis & Khouri, 1998). 높은 거부민감성은 상대방의 거부민감성, 관계 만족도, 헌신적 요인을 통제한 후에도 남성과 여성 모두에게서 더 많은 이별을 예측했다 (Downey & Feldman, 1996). 그리고 거부민감성이 높은 사람은 이성 관계에서 상대방과 친밀해지는 과정 중 자신의 취약한 부분을 드러낼 때, 상대방의 반응을 왜곡하여 모호한 상황에서 거부를 민감하게 지각함으로써 친밀감을 형성하는 과정을 불안하게 느낀다(성정아, 홍혜영, 2014). 또한 종단연구의 결과에서 높은 거부민감성을 지닌 청소년이 6년 후 성인기 연애관계에서 불안, 회피, 부적응적 상호작용을 보임을 통해(Hafen, Spilker, Chango, Marston & Allen, 2014) 개인이 지닌 거부민감성 패턴이 안정적임을 알 수 있다.

거부민감성이 거부당하는 것에 과민 반응하는 인지-정서적 과정이라고 본다면(Feldman & Downey, 1994), 개인이 상황적 특징을 처리할 때 인지-정서 단위들이 상호작용하여 특정한 인지, 정서, 행동을 활성화시키는 것이라고 볼 수 있다. 인지적 정서조절은 정서적으로 각성된 정보를 인지적으로 다루는 것을 의미하며 (Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2001), 이는 우리가 정서 혹은 느낌을 조절하고 다루는 것에 영향을 미친다. 적응적 인지적 정서조절 전략을 더 많이 사용할수록 불안 및 우울이 더 낮게 나타났고, 부적응적 인지적 정서조절 전략을 더 많이 사용할수록 불안 및 우울이 더 높게 나타났다(Garnefski et al., 2001). 이설아, 박기환(2013)의 연구에서는 적응적 인지적 정서조절전략을 많이 사용할수록 연애관계 만족도가 높아지고, 이는 안정적인 애정관계 지속에 정적인 영향을 미치게 된다. 반면에 부적응적

인지적 정서조절전략을 많이 사용할수록 연애관계 만족도 낮아져, 이는 원만한 연애관계 지속에 부정적인 영향을 미칠 수 있다고 했다. 이와 같은 맥락으로 황여주(2013)의 연구에서 적응적 인지적 정서조절전략을 사용할수록 연애관계 만족도가 높아진다는 연구결과는 적응적 인지적 정서조절전략이 긍정 정서를 높이고 부정 정서를 낮춰 연애관계 만족도를 향상시킬 수 있는 것으로 보았다.

반면 거부민감성이 높은 개인이 거절의 위협을 느끼면, 부정적인 각성 상태에서 주의초점이 좁혀지면서 즉각적으로 거절에 대한 신호를 탐지한다. Mor와 Inbar(2009)는 거부민감성 도식과 관련된 편향적인 정보처리에 대한 연구를 통해, 거절을 두려워하는 사람들은 거절과 관련된 정보에 쉽게 주의를 기울여, 그것을 자기와 관련지어 해석하는 경향성이 높음을 밝혀냈다. 그들은 또한 자동적으로 위협과 관련된 신호에 대해 강렬한 반응을 할 준비를 한다. 즉 거절을 지각했을 때, 성찰 및 합리적인 문제해결로 이어지는 복합적 인지처리 과정의 매개 없이 즉각적인 반응을 일으키는 것이다.

거부민감성이 높은 개인이 거부 경험에 대처하는 방법은 거부를 지각했을 때 불안을 느끼는지, 분노를 느끼는지에 따라 다르다 (Ayduk, May, Downey & Higgins, 2003). 거부당할 것에 대해 불안을 느끼는 것은 상대방에게 호감을 주려는 행동과 관련이 있고, 거부당할 것에 대해 분노를 느끼는 것은 적대감과 관련이 있다. 거부민감성이 내부 작동 모델이라는 인지-정서 접근의 연구에서 보면(Downey & Feldman, 1996; Feldman & Downey, 1994) 거부민감성이 높은 사람들이 느끼는 불안은 사회적 회피, 애정의 철수, 자기침묵과 같은 수

동적인 적대감으로 나타나며, 분노를 느끼는 사람들은 언어적, 비언어적, 신체적 공격성을 드러냄으로써 거부민감성에 대처하는 것으로 보인다(Ayduk, Downey, Testa, Yen & Shoda, 1999; Downey et al., 1998; Downey & Feldman, 1996; Downey, Feldman, & Ayduk, 2000).

본 연구에서는 거부민감성이 높은 사람들이 보이는 대처전략 중 거부 단서를 지각했을 때 불안을 느끼는 사람들이 보이는, 수동적이고 간접적이며 회피하는 대처전략인 자기침묵을 연구변인으로 선택하였다. 거부민감성이 높은 사람은 자신이 정서표현 했을 때 타인이 자신을 부정적으로 볼 것이라 생각하여 정서표현에 대한 양가성을 지니게 되고 자신의 정서를 표현하지 못하게 됨으로써 대인관계 문제를 겪을 가능성이 높아진다(안선경, 정여주, 2016). 또한 김보람(2014)의 연구에서 거부민감성이 높을수록 과도한 재확인 추구와 자기침묵을 많이 하여 우울이 높아진다는 연구결과가 있다. 연애관계에 적용해 생각해 보면, 거부민감성이 높은 사람이 보이는 과도한 재확인과 자기침묵은 자신과 상대방의 연애관계 만족도를 낮출 것으로 예상된다. 또한 연애관계 만족도가 정신 병리의 취약 요인임을 볼 때 연애관계 만족도가 낮을수록 우울이 높아짐을 예상할 수 있다.

Jack과 Dill(1992)이 정의한 자기침묵은 외부 기준에 맞춰 자신을 평가 및 판단하며, 자신보다 상대방의 요구를 먼저 생각하고, 관계에서 갈등과 상실을 막고자 자신의 생각과 행동을 자제하지만 내적으로는 분노를 느끼는 것이다. 이는 갈등 회피를 위해 자신의 정서나 행동을 검열 및 억제하는 것이며, 이로 인해 자기침묵이라는 병적인 인지도식이 야기된다. 자기침묵은 더 긍정적인 관계를 얻고자 하

는 노력으로 보이지만, 이는 관계의 질을 높이는 건설적인 방법이 아니다(Page, Stevens, & Galvin, 1996).

앞서 봤듯이 거부민감성이 높은 사람들은 대인관계 속에서 쉽게 거절 단서를 지각하여 이에 대한 인지-정서적 반응을 보이고 행동반응을 보인다. 즉 거부민감성이 높은 사람이 거절의 위협을 느끼게 되면 부적응적 인지적 정서조절 전략을 사용해 자신이 거부당했다는 단서를 찾게 되고, 이 과정을 통해 거부당할 것에 대한 불안을 더 크게 느끼게 된다. 이는 연애관계에서 갈등 상황 시 자신의 감정이나 의견을 말하지 않고 자기침묵을 많이 하도록 영향을 미쳐, 갈등을 원만하게 해결하지 못하게 만들어 연애관계 만족도를 낮추게 된다. 이와 반대로 거부민감성이 낮은 사람들은 적응적 인지적 정서조절 전략을 더 많이 사용하고 이는 연애관계에서 갈등 상황 시 자신의 감정이나 의견을 많이 표현하도록 영향을 미쳐 연애관계 만족도를 높일 것으로 예상된다. 이와 같은 결과들을 종합하여 본 연구에서는 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개할 것이라고 가정하였다.

연구가설은 다음과 같다. 가설 1 거부민감성은 연애관계 만족도에 부적 영향을 미칠 것이다. 가설 2 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 인지적 정서조절이 매개할 것이다. 가설 2-a 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 적응적 인지적 정서조절이 매개할 것이다. 가설 2-b 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절이 매개할 것이다. 가설 3 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 자기침묵이 매개할 것이다. 가설 4 거부민감성과 연애관계 만족도

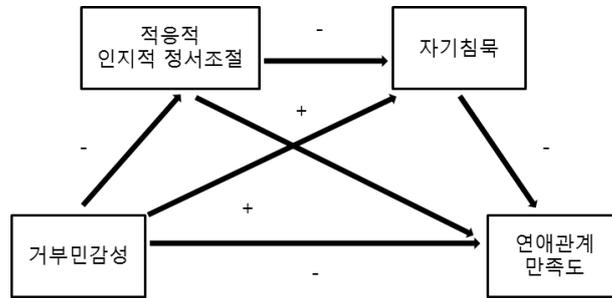


그림 1. 연구모형 1

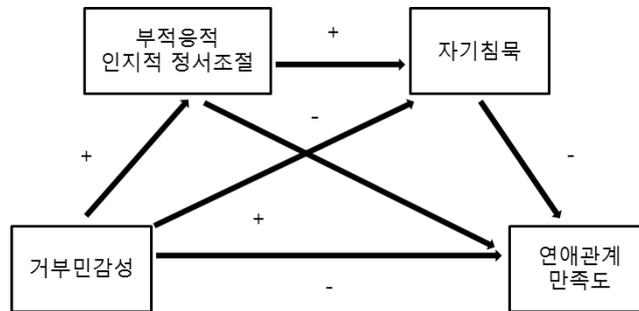


그림 2. 연구모형 2

의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개할 것이다. 가설 4-a 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 적응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개할 것이다. 가설 4-b 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개할 것이다.

연구모형 1은 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 적응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개함을 나타내는 연구모형이고(그림 1), 연구모형 2는 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개함을 나타내는 연구모형(그림 2)이다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구를 실시하기에 앞서 생명윤리심의위원회(institutional review board; IRB)의 승인을 받았다(1040198-160913-HR-082-02). 본 연구는 전남대학교 심리학과에서 실시하고 있는 research participant pool(RPP)을 통해 심리학 교양 수업을 듣는 학생들을 대상으로 연구의 내용, 목적 등을 사전 공지하고 희망자들을 대상으로 온라인 설문을 실시하였다. 총 설문 440명 중 과거 연애 경험이 없는 참가자(93부)를 제외한 347명의 자료를 기반으로 최종 분석을 하였다. 응답자의 연령분포는 성별은 남 156명(45%), 여 191명(55%)이며, 평균연령은 남 22.29세

( $SD = 2.33$ ), 여 20.98세( $SD=1.66$ ), 전체 21.57세( $SD = 2.09$ )였다.

#### 측정도구

##### 거부민감성 척도(Rejection sensitivity

##### Questionnaire; RSQ)

거부민감성을 측정하기 위해서 Downey와 Feldman(1996)이 개발한 Rejection Sensitivity Questionnaire(RSQ)를 이복동(2000)이 한국판으로 번안하고 타당화한 척도를 사용했다. 이 척도는 초기 성인기에 일상생활에서 부모, 교수, 친구, 연인 등 타인에게 자신이 요구해야 하는 18개 상황을 제시하여, 각각의 상황에서 자신이 요구한 후 타인이 보이는 반응에 대한 불안의 여부와 그 요구를 상대방이 받아들일 것이라고 예상하는지의 여부를 각각 6점 Likert 척도로 응답하게 돼 있다. 문항의 예는 ‘남자(여자)친구와 심하게 다투고 난 후, 먼저 전화해서 만나고 싶다고 말한다’는 상황에서 ‘그 친구가 만남을 거절할지 걱정되거나 불안하다’와 ‘그 친구가 만나자는 제의를 받아들일 것이라 예상된다’와 같다. 또 다른 예는 ‘부모님께 내가 참여하는 중요한 행사에 참석해 달라고 요청한다’는 상황에서 ‘부모님이 그 부탁을 들어줄지 걱정되거나 불안하다’와 ‘부모님이 그 부탁을 들어줄 것이라 예상된다’와 같다. 거부민감성의 점수는 각 상황에서 거부 불안 점수와 예상 기대 점수(역 채점)를 곱한 값을 합하여 18로 나눈 값이다. 본 연구에서 내적 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .92이었다.

##### 인지적 정서조절 척도 (Cognitive Emotion Regulation Questionnaire; CERQ)

본 연구에서는 인지적 정서조절을 측정하기

위해 고등학생을 대상으로 Garnefski 등(2001)이 개발한 인지적 정서조절 전략 질문지를 대학생 대상으로 김소희(2004)가 번안 및 수정하여, 안현의, 이나빈, 주혜선(2013)이 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 자신이 부정적인 일이나 불쾌한 일을 경험할 때 일반적으로 떠오르는 생각을 알아보기 위한 것으로 수용, 다시 계획 생각하기, 긍정적 초점변경, 긍정적 재평가, 조망확대 5가지의 적응적 전략과 자기 비난, 타인비난, 반추, 파괴화 4가지의 부적응적 전략으로 구성돼 있다. 총 35문항으로 구성되었고 5점 Likert 척도로 응답하게 돼 있다.

적응적 전략의 하위요인인 ‘수용’의 예는 ‘나는 그 일을 안고 살아가는 법을 배워야 한다고 생각한다’와 같다. 하위요인인 ‘다시 계획 생각하기’의 예는 ‘그 상황에 대처할 수 있는 최선의 방법을 생각한다’와 같다. 하위요인인 ‘긍정적 초점변경’의 예는 ‘내게 일어날 일 대신 다른 즐거운 일을 생각해본다’와 같다. 하위요인인 ‘긍정적 재평가’의 예는 ‘그 문제의 긍정적인 측면을 찾아본다’와 같다. 하위요인인 ‘조망확대’의 예는 ‘나는 그 일이 그만하길 다행이라고 생각한다’와 같다. 부적응적 전략의 하위요인인 ‘자기비난’의 예는 ‘그 일이 내 잘못이라고 생각한다’와 같다. 하위요인인 ‘타인비난’의 예는 ‘그 일이 일어난 것은 다른 사람의 책임이라고 생각한다’와 같다. 하위요인인 ‘반추’의 예는 ‘그 상황에서 일어났던 나의 감정을 되짚어 생각한다’와 같다. 하위요인인 ‘파괴화’의 예는 ‘내가 겪은 일이 얼마나 끔찍한지에 대해 계속 생각한다’와 같다. ‘본 연구에서 내적 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 적응적 인지적 정서조절 .86, 부적응적 인지적 정서조절 .74이었다. 본 연구에서는 박영은(2017)의 연구를 참고하여 적응적 인지적 정서조절과 부적

응적 인지적 정서조절 각각 하위요인을 통합하여 사용하였다.

#### 자기침묵 척도(Silencing The Self Scale; STSS)

본 연구에서 성인여성을 대상으로 Jack과 Dill(1992)이 개발하고 양지윤(2006)이 번안한 자기침묵 척도(Silencing The Self Scale: STSS)를 사용했고, 척도의 구성개념 타당도를 확인하기 위해 탐색적 요인분석을 실시하였다. 분석결과, 표본의 적합성을 알아보는 KMO(Kaiser-Meyer-Olkin) 적합성 지수는 .876로 문항 간 상관이 양호하였고, Bartlett  $\chi^2(351, N=347)=2785.436, p<.001$ 로 요인분석을 하기에 적합한 것으로 나타났다(양병화, 1998). 적절한 요인 수를 알아보기 위해 주성분 요인분석(principal component factor analysis)을 실시하고, 회전방식은 베리맥스(varimax) 방식을 사용하였다. 먼저 요인분석에 앞서 문항 31개에 대해 신뢰도 분석을 실시하여 문항 제거 시 신뢰도 수준이 올라가는 문항 1, 11번을 제외하였고, 탐색적 요인분석을 실시하여 요인구조와 전체설명량을 확인하였다. 이때 두 개 이상의 요인에 이중부하된 문항 23, 28번을 제외하였다. 이러한 분석과정을 거듭하여 최종적으로 4개 요인의 28문항으로 구성된 척도가 제작되었다. 각 요인에 대한 요인부하량은 .316~.752의 범위를 보였고, 전체설명변량은 44.53%이었다.

총 28문항으로 구성된 이 척도는 4개의 하위척도, 즉 ‘외적인 자기 지각’ 4문항, ‘자기희생을 통한 돌봄’ 7문항, ‘자기침묵’ 9문항, ‘분열된 자기’ 7문항으로 이뤄져 있다. 각 문항은 Likert 5점 척도로 평정되며, 점수가 높을수록 자기침묵 수준이 높다는 것을 의미한다. 첫째 하위요인인 ‘외적인 자기지각(externalizing self-perception)’의 예는 ‘다른 사람들이 나를 어떻게

생각하는지에 따라 나 자신을 평가하는 경향이 있다’와 같고, 두 번째 하위요인인 ‘자기희생을 통한 돌봄(care as self-sacrifice)’의 예는 ‘배려란 나와 상대가 원하는 것이 다를 때 상대가 원하는 것을 선택하는 것이다’와 같다. 세 번째 하위요인인 ‘자기침묵(silencing the self)’의 예는 ‘나는 친밀한 관계에 있는 어떤 사람과 다툼을 일으킬만한 나의 감정들에 대해서는 말하지 않는다’와 같고, 마지막 하위요인인 ‘분열된 자기(divided self)’의 예는 ‘겉으로는 충분히 행복해 보이지만 속으로는 화가 나고 반항하고 싶은 기분이 들 때가 종종 있다’와 같다. 본 연구에서 내적 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .88이었다.

#### 연애관계 만족도 척도

본 연구에서는 연애관계 만족도를 측정하기 위해 Snyder(1997)이 개발한 결혼만족도검사(Marital Satisfaction Inventory, MSI)를 권정혜, 채규만(1999)이 한국 실정에 맞춰 타당화한 한국판 결혼만족도검사(Marital Satisfaction Inventory, K-MSI)를 유소영(2000), 이복동(2000)이 연애관계 만족도로 수정한 척도를 사용하였다. 본 연구에서는 최경숙(2014)의 연구에서 Likert 5점으로 수정한 척도를 역 채점하여 사용하였다. 이 질문지는 총 41문항으로 구성되었고, 최경숙(2014)연구에서 사용한 척도는 점수가 높을수록 연애관계 만족도가 낮음을 의미하지만, 본 연구에서는 역 채점하여 사용하였으므로 점수가 높을수록 연애관계 만족도가 높음을 의미한다. 연애관계 만족도 요인은 미혼의 남, 여에게 적합하다고 여겨지는 전반적 불만족, 정서적 의사소통 문제, 문제해결 의사소통, 공유시간 갈등의 4가지 하위요인으로 구성되어 있으며 전반적 불만족 16문항, 정서적 의사

소통 문제 불만족 7문항, 문제해결 의사소통 불만족 12문항, 공유시간 갈등 6문항의 총 41 문항으로 구성되어 있다.

첫 번째 하위요인인 ‘전반적 불만족’의 예는 ‘내 파트너는 때때로 내가 어떻게 느끼는지 이해하지 못한다’와 같다. 두 번째 하위요인인 ‘정서적 의사소통 문제 불만족’의 예는 ‘만일 우리가 사귀지 않았다면 더 행복하게 느낄 것이다’와 같다. 세 번째 하위요인인 ‘문제해결 의사소통 불만족’의 예는 ‘때때로 나는 파트너에게 속마음을 털어놓지 못해 친구에게 대신 이야기한다’와 같다. 네 번째 하위요인인 ‘공유시간 갈등’의 예는 ‘우리는 우리의 차이점을 해결하는 방법을 개선할 필요가 있다’와 같다. 본 연구에서는 척도를 역 채점하여 사용하였기 때문에 하위요인 또한 ‘전반적 만족, 정서적 의사소통 문제 만족, 문제해결 의사소통 만족, 공유시간 만족’으로 명칭 하였다. 본 연구에서 내적 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .93이었다.

연구 절차

본 연구는 분석을 위해 SPSS 21.0 프로그램을 사용하였다. 분석 절차는 첫째, SPSS 21.0을 이용해 연구 대상자들의 인구통계학적인 특성을 분석하고, 역 채점 문항을 계산한 후 결측

값(0.2%)은 계열평균값으로 대체하였다. 각 측정 도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 Cronbach's  $\alpha$ 를 산출하였다. 또한 변인들 간의 관련성을 알아보기 위해 Pearson's 상관계수를 사용하여 상관분석을 실시하였다.

둘째, 거부민감성이 연애관계 만족도에 미치는 영향과 거부민감성이 적응적 인지적 정서조절, 부적응적 인지적 정서조절, 그리고 자기침묵을 매개로 연애관계 만족도에 영향을 주는지 알아보기 위해, Hayes(2012)가 제안한 분석 절차에 따라 SPSS PROCESS model 6을 활용하였다. 본 연구에서 부트스트래핑 표집은 5,000번으로 설정하여 95%의 신뢰구간을 이용해 분석하였다. PROCESS가 최종적으로 제공하는 것은 부트스트랩 결과이고, 이는 sobel 검정의 가정인 정규분포를 가정하지 않고 자료에 집중해서 간접효과와 직접효과 값을 제시해주므로 편향이 적다는 장점을 지닌다(Preacher & Hayes, 2008).

결 과

주요변인들의 기술통계

본 연구 참여자 총 347명의 연구 참여자 중

표 1. 주요 변인들의 기술 통계치

측정변인	평균	표준편차	
거부민감성	8.17	3.63	
인지적 정서조절	적응적 인지적 정서조절	68.21	9.51
	부적응적 인지적 정서조절	47.69	7.24
자기침묵	79.66	16.00	
연애관계 만족도	137.29	22.11	

연애 상태에 대해 현재 교체중인 응답자가 149명(42.9%), 현재 교체중이지 않은 응답자가 198명(57.1%)이었다. 본격적인 가설검증에 앞서 자료의 경향성을 확인하기 위해 기술통계분석을 실시하였다. 기술통계 결과는 표 1과 같다.

거부민감성, 인지적 정서조절, 자기침묵, 연애관계 만족도간 상관관계

변인 간의 상관관계를 살펴보면 거부민감성은 적응적 인지적 정서조절과 부적상관을 보였고,  $r = -.208, p < .01$ , 부적응적 인지적 정서조절과 정적상관을 보였고,  $r = .301, p < .01$ , 자기침묵과 정적상관을 보였으며,  $r = .439, p < .01$ . 연애관계 만족도와 부적상관을 보였다,  $r = -.321, p < .01$ . 반면, 적응적 인지적 정서조절은 거부민감성과 부적상관을 보였지만,  $r = -.208, p < .01$ , 나머지 변인들과는 유의한 상관관계를 보이지 않았다. 부적응적 인지적 정서조절은 자기침묵과 정적상관을 보였고,  $r = .442, p < .01$ , 연애관계 만족도와 부적상관을 보였다,  $r = -.284, p < .01$ . 자기침묵은 연애관계 만족도와 부적상관을 보였다,  $r = -.402, p < .01$ .

변인 간 상관계수는 표 2와 같다. 상관관계 결과 적응적 인지적 정서조절이 거부민감성 외에 다른 변인과 유의미한 상관관계를 보이지 않았으므로, 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 적응적 인지적 정서조절의 매개효과를 검증하지 않았다. 따라서 이후 분석은 인지적 정서조절 중 부적응적 인지적 정서조절에 초점을 맞춰 진행했다.

거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵의 매개효과

거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵의 매개효과를 알아보기 위해 실시한 SPSS PROCESS 분석결과는 표 3과 같다.

거부민감성과 연애관계 만족도에 미치는 영향

분석결과, 거부민감성이 연애관계 만족도를 통계적으로 유의하게 설명했다,  $B = -1.009, p < .01$ . 이를 통해 거부민감성이 연애관계 만족도에 미치는 직접효과를 확인하였다.

표 2. 주요 변인의 기술통계 값 및 변인 간 상관계수

		1	2	3	4	5
1	거부민감성	-				
2	적응적 인지적 정서조절	-.208**	-			
3	부적응적 인지적 정서조절	.301**	-.078	-		
4	자기침묵	.439**	-.075	.442**	-	
5	연애관계 만족도	-.321**	-.014	-.284**	-.402**	-

주. N=347, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ .

표 3. SPSS PROCESS 분석 결과

경로	B	$\beta$	SE <sub>B</sub>	95% 신뢰구간	
				하한	상한
거부민감성→부적응적 인지적 정서조절	0.6000	0.3010***	0.1023	0.3989	0.8011
거부민감성→자기침묵	1.3521	0.3370***	0.1902	0.9780	1.7261
부적응적 인지적 정서조절→자기침묵	0.6865	0.3410***	0.0955	0.4987	0.8743
거부민감성→연애관계 만족도	-1.0009	-0.1650**	0.3306	-1.6511	-0.3506
부적응적 인지적 정서조절→연애관계 만족도	-0.3384	-0.1110*	0.1662	-0.6653	-0.0114
자기침묵→연애관계 만족도	-0.4250	-0.2810***	0.0875	-0.5972	-0.2529
거부민감성→부적응적 인지적 정서조절→연애관계 만족도	-0.2030	-0.0334	0.0992	-0.4100	-0.0195
거부민감성→자기침묵→연애관계 만족도	-0.5747	-0.0947	0.1467	-0.9093	-0.3191
거부민감성→부적응적 인지적 정서조절→자기침묵→연애관계 만족도	-0.1751	-0.0288	0.0571	-0.3258	-0.0915

주. N=347, \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과

분석결과, 거부민감성이 부적응적 인지적 정서조절을 통계적으로 유의하게 설명하였고,  $B=0.6000, p < .001$ , 부적응적 인지적 정서조절이 연애관계 만족도를 유의하게 설명하였다,  $B=-0.3384, p < .05$ . 또한 거부민감성→부적응적 인지적 정서조절→연애관계 만족도 경로의 95% 신뢰구간이 영을 포함하지 않았다, 95% CI[-0.4100, -0.0195]. 이를 통해 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절의 매개효과를 확인하였다.

거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 자기침묵의 매개효과

분석결과, 거부민감성이 자기침묵을 통계적

으로 유의하게 설명하였고,  $B=1.3521, p < .001$ , 자기침묵이 연애관계 만족도를 유의하게 설명하였다,  $B=-0.4250, p < .001$ . 또한 거부민감성→자기침묵→연애관계 만족도 경로의 95% 신뢰구간이 영을 포함하지 않았다, 95% CI[-0.9093, -0.3191]. 이를 통해 거부민감성과 연애관계만족도의 관계에서 자기침묵의 매개효과를 확인하였다.

거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵의 이중매개효과

분석결과, 부적응적 인지적 정서조절이 자기침묵을 통계적으로 유의하게 설명하였고,  $B=0.6865, p < .001$ , 거부민감성→부적응적 인지적 정서조절→자기침묵→연애관계 만족도 경로의 95% 신뢰구간이 영을 포함하지 않았다,

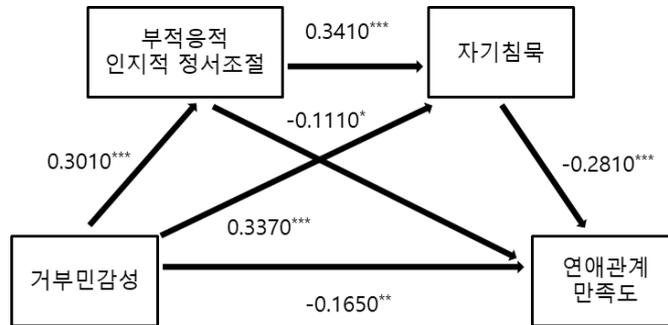


그림 3. 최종모형 및 표준화 계수. \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

95% CI[-0.3258, -0.0915]. 따라서 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부정응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개효과를 보임을 확인하였다. 위와 같은 연구결과를 종합한 본 연구의 최종모형 및 표준화 계수는 그림 3과 같다.

### 논 의

본 연구에서는 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계를 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개하는지 검증하였다. 본 연구의 주요 결과를 논의하면 다음과 같다.

첫째, 거부민감성은 연애관계 만족도를 유의하게 예언했다. 이는 거부민감성이 높은 사람의 연애관계 만족도가 낮았다(Downey & Feldman, 1996; Downey et al., 1998)는 선행연구와 일치한다.

둘째, 인지적 정서조절 중 부정응적 인지적 정서조절은 거부민감성, 자기침묵, 연애관계 만족도와 유의한 정적상관을 나타냈지만, 적응적 인지적 정서조절은 거부민감성과만 유의한 부적상관을 보였다. 이는 거부민감성이 높은 사람은 거절에 대해 더 주의초점이 맞춰지

므로 긍정 단서를 통한 주의 변화를 하지 못한다는 것을 시사한다(Downey, Mougios, Ayduk, London & Shoda, 2004). 하지만 본 연구결과 적응적 인지적 정서조절이 자기침묵, 연애관계 만족도와 유의미한 상관관계를 보이지 않은 것은 박나현(2016)과 박영은(2017)의 연구에서 적응적 인지적 정서조절과 이성 관계 만족도가 유의미한 부적상관관계를 나타낸 것과는 상이하며, 박재연(2017)의 연구에서 적응적 인지적 정서조절과 침묵행동 간의 유의미한 부적상관관계를 나타낸 것과는 상이하다. 본 연구자 또한 적응적 인지적 정서조절이 자기침묵, 연애관계 만족도와 부적상관을 보일 것이라 예상하였으므로 후속 연구를 통해 다시 한번 변인 간의 관계를 살펴보는 것이 필요할 것이라 생각한다.

셋째, 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부정응적 인지적 정서조절의 매개효과를 확인하였다. 이는 거부민감성이 높은 사람이 거절의 상황에 대해 인지적 과정(반추, 타인 비난, 자기비난, 과국화)을 함으로써 연애관계 만족도가 낮아지는 것을 보여준다. 이는 거부민감성이 높은 사람은 거절의 위협을 느끼면 부정적인 각성 상태에서 주의초점이 좁혀지면서 즉각적으로 거절 신호를 탐지한다

(Mor & Inbar, 2009)는 선행연구와 일치하며, 인지적 정서조절과 연애관계 만족도에 대한 선행연구에서, 정서적으로 불안정하고 충동적인 사람들은 정서조절을 적절히 못하게 되어 연애관계에서 행복한 관계를 맺지 못한다 (Fitness, 2001)는 결과와 일치한다. 또한 국내 선행연구에서 거부민감성이 높을수록 부적응적 인지적 정서조절 전략을 많이 사용하여 연애관계 만족도가 낮아진다(박영은, 2017)는 결과와 일치한다. 이와 같은 결과로 추론해볼 때, 상담 장면에서 거부민감성이 높은 내담자를 치료할 때, 연애관계에 있어 부적응적 인지적 정서조절 전략을 사용하기 전에 상황을 전체적인 맥락 안에서 볼 수 있도록 한다면, 높은 거부민감성으로 인해 낮아진 연애관계 만족도를 높이는 데 도움을 줄 수 있을 것이다.

넷째, 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 자기침묵의 매개효과를 확인하였다. 이는 거부민감성이 높은 사람들이 거부당할 것이라는 불안을 느끼면 내현적 방식 즉 자기침묵, 사회적 회피, 애정의 철회 같은 수동적인 적대감을 드러낸다(Ayduk et al., 1999; Downey et al., 1998; Downey & Feldman, 1996; Downey et al., 2000)는 선행연구 결과와 일치한다. 또한 거부민감성이 높은 사람들은 관계에 있어 부정적인 대처전략을 많이 사용해 결국 그들이 지닌 중요한 관계에서 악영향을 미치고 그들의 정신 건강도 해치게 된다(Ayduk, Downey & Kim, 2001; Downey et al., 1998). 이를 통해 추론해볼 때, 거부민감성이 높은 사람은 연애관계에서 자신이 거부당할 것에 불안함을 느끼기 때문에 상대방에게 호감을 주려는 행동을 하게 되고, 갈등 상황에 있어 자기침묵 하게 됨으로써 연애관계의 만족을 낮

추게 된다. 이는 상담 장면에서 높은 거부민감성을 지닌 개인이 자기침묵 하는 것에 개입하여, 연애관계에서 갈등 상황 시 자신의 의사를 적절하게 표현하도록 한다면 개인의 연애관계 만족도를 높일 수 있음을 말해준다.

다섯째, 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개효과를 보임을 확인하였다. 이와 같은 결과는 거절민감성이 발달하면 이후 사회적인 특정 상황에서 거절에 대한 기대를 더 쉽게 갖고, 사회적 상황에서 자극을 처리할 때 거절 자극을 편향되게 인식 및 부호화하여, 거절에 대한 방어적 반응을 신속하게 준비함을 뜻한다(Pietrzak, Downey & Ayduk, 2005). 거절민감성이 높은 개인은 타인의 행동을 거절 행동으로 부호화하는 인지-정서적 정보처리지각(cognitive-affective information processing perspective)의 단계를 거쳐 적대감, 분노, 질투, 지지의 철회 등의 정서적·행동적 과잉반응이 유발되는데, 이는 대인관계 문제를 일으킨다. 이를 통해 거부민감성이 높은 사람이 가진 부적응적인 인지적 정서조절은 연인과의 갈등 상황에서 자신의 의견을 침묵하게 만들어 연애관계 만족도를 낮추게 함을 추론해볼 수 있다.

이러한 결과를 바탕으로 본 연구의 함의는 다음과 같다. 첫째, 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계를 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 어떻게 관여하고 있는지에 대한 모형을 제시하여 경험적으로 검증했다. 이는 상담 장면에서 거부민감성이 높은 개인이 보이는 인지적 특성과 행동적 특성을 탐색해 이를 수정하도록 돕는다면, 높은 거부민감성이 연애관계 만족도에 미치는 영향에 개입할 수 있음을 시사한다.

둘째, 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 부적응적 인지적 정서조절과 자기침묵이 순차적으로 매개함을 확인하였다. 이는 거부민감성이 높은 개인이 관계에 있어 거부당할 것이라는 불안을 느끼게 되어 거부에 대한 단서들을 부적응적으로 인지-정서적 처리함으로써 내현적 방식의 대처행동을 보이고, 이는 관계에 있어서의 만족도를 낮추게 됨을 시사한다(Ayduk et al., 2003). 이를 바탕으로 상담 장면에서의 실용적 함의는 다음과 같다. 거부민감성이 높은 사람들은 거부에 대한 단서를 지각했을 때 다른 맥락적인 해석을 하기 어려우므로, 상담 장면에서 내담자가 지각하는 거부당한 상황에 대해 전체적인 맥락을 점검함으로써 내담자가 상황을 좀 더 객관적으로 보고, 타인의 행동에 대한 다른 대안적인 해석이 가능하도록 도울 수 있을 것이다. 부적응적 인지적 정서조절 전략에 개입하기 위해 적응적 인지적 정서조절 전략을 가르치는 것이 유용할 것이다. 또한 거부민감성이 높은 개인은 연애관계에서 자신이 거부당할 것이라는 불안과 기대가 높기 때문에 상대방과의 친밀감 형성이 어려울 수 있다(Downey et al., 1998). 그러므로 상담자와의 관계를 통해 지지와 공감을 경험하는 것은 매우 중요할 것이다. 이러한 지지적인 상담관계를 통해 미래에 자신이 거부당할 것이라는 인지적 왜곡을 수정하고, 개인이 경험하고 인식하는 감정을 자신의 내면상태와 외부 상황에 맞도록 건강하게 표현하는 연습을 한다면, 거부민감성이 높은 개인이 지닌 연애관계에서 친밀감 형성에 도움이 될 것이고 이는 개인의 심리적 건강에도 좋은 영향을 미칠 것으로 예상된다(Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995).

본 연구의 제한점 및 향후 연구에 대한 제

언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 광주 지역의 대학생 남녀를 대상으로 실시됐으므로, 연구 결과를 다양한 지역과 연령층에서 일반화하기에 제한적이다. 후속 연구에서는 일반화의 문제를 좀 더 고려해 다양한 표집을 대상으로 연구가 돼야 할 것이다.

둘째, 본 연구는 자기가 직접 보고한 척도만을 사용했기 때문에 동일방법편의(common method variance)가 발생할 수 있다. 이는 자기보고식 설문지와 같이 동일한 방법만을 사용해 변량을 측정한다면, 변량이 실제보다 과장되게 나올 수 있다는 문제이다(Spector, 2006). 이를 보완하기 위해 향후 연구에서는 질적 연구를 수행함으로써 연애관계에서 경험할 수 있는 다양한 요인에 대해 구체적으로 알아보는 것이 필요하다.

셋째, 본 연구는 횡단적인 관찰 연구로서 연구변인 간 인과관계를 설명하는 것에 한계가 있다. 따라서 본 연구모형의 인과관계를 더 명확히 설명하기 위해 평생을 걸친 발달 추세를 연구하는 종단연구를 진행할 필요가 있다.

넷째, 본 연구에서 적응적 인지적 정서조절 전략은 다른 변인들과 상관관계가 유의하지 않아, 거부민감성과 연애관계 만족도와의 관계에서 적응적 인지적 정서조절의 매개효과를 검증하지 않았다. 따라서 이에 대한 후속 연구가 필요할 것으로 보인다.

다섯째, 거부민감성이 높은 개인이 보이는 외현적 행동에 대한 연구가 필요하다. 본 연구에서는 거부민감성이 높은 개인이 보이는 내현적 행동 중 자기침묵을 연구 변인으로 선택하였지만, 후속 연구에서는 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 인지적 정서조절 전략과 외현적 행동의 매개효과를 검증할 필

요가 있다.

종합적으로 위와 같은 제한점에도 불구하고, 본 연구는 거부민감성이 연애관계에 관련된 변인임을 착안하여 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 인지-정서적 과정과 행동양상을 함께 보았다는 것에 학문적 함의를 갖는다. 이 결과는 높은 거부민감성을 지닌 개인이 보이는 인지적 특성에 초점을 두어 이를 좀 더 적응적인 방식으로 전환하고 기능적인 갈등 대처전략을 습득한다면, 높은 거부민감성으로 인해 갈등 상황에서 자기표현하지 않고 침묵하는 대학생들을 좀 더 건강하고 적응적인 방식으로 갈등을 해결하도록 도와 연애관계에 있어 만족감을 얻는 데에 도움을 줄 수 있을 것이라 생각한다.

### 참고문헌

강영희 (2013). 대학생의 자아존중감이 이성 관계 만족에 미치는 영향: 거부민감성의 매개 효과. 경상대학교 대학원 석사학위논문.

권정혜, 채규만 (1999). 한국판 결혼 만족도 검사의 표준화 및 타당화 연구. 한국심리학회지: 임상, 18(1), 123-139.

김나리 (2002). 대학생의 이성 관계에서 애착이 갈등해결전략에 미치는 영향: 부정적 기분 조절 기대치를 매개변인으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.

김보람 (2014). 거절민감성이 우울 증상에 미치는 영향: 과도한 재확인 추구하고 자기침묵의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.

김소희 (2004). 스트레스 사건, 인지적 정서조절 전략과 심리적 안녕감 간의 관계. 가톨릭대학교 석사학위논문.

김언희 (2004). 기독교대학생의 이성관계 증진을 위한 집단상담 프로그램의 효과. 계명대학교 석사학위논문.

박나현 (2016). 미혼 성인남녀의 성인애착과 이성관계 만족도의 관계: 인지적 정서조절전략과 사회적지지 추구의 매개효과. 영남대학교 대학원 석사학위논문.

박영은 (2017). 거부민감성과 이성관계 만족의 관계에서 자기자비와 인지적 정서조절전략의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

박재연 (2017). 직장인의 적응적 인지적 정서조절전략과 침묵행동간의 관계: 정서인식명확성의 매개효과. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.

성정아, 홍혜영 (2014). 대학생의 이성관계에서 불안정 성인애착이 친밀감 두려움에 미치는 영향: 거부민감성과 자기노출의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(2), 387-412

안선경, 정여주 (2016). 대학생의 거부민감성이 대인관계문제에 미치는 영향: 정서표현양가성의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(3), 719-741.

안현의, 이나빈, 주혜선 (2013). 한국판 인지적 정서조절전략 척도(K-CERQ)의 타당화. 한국상담학회지: 상담학연구, 14(3), 1773-1794.

양병화 (1998). 다변량 자료분석의 이해와 활용. 서울: 학지사.

양지윤 (2006). 애착 유형, 자존감, 자기 침묵이 관계만족에 미치는 영향: 성인 여성 표본을 대상으로. 이화여자대학교 석사학위논문.

유소영 (2000). 사랑요소의 지각된 불일치와 책임귀인양식에 따른 이성관계 만족도. 가톨릭대학교 석사학위논문.

- 이복동 (2000). 성인 애착과 이성관계 만족: 거부민감성과 귀인 양식의 매개효과를 중심으로. 고려대학교 석사학위논문.
- 이철아, 박기환 (2013). 유기 도식과 이성관계 만족도의 관계에서 인지적 정서 조절 전략의 매개효과. *인지행동치료*, 13(1), 1-17.
- 이희경, 김경희, 이홍권 (2014). 거부민감성이 공격성에 미치는 영향: 긍정정서를 통한 파국적 사고의 매개된 조절효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(1), 97-121.
- 지은선 (2014). 거부민감성과 연애관계 만족도의 관계에서 책임귀인의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최경숙 (2014). 성인애착과 자기효능감이 대학생의 이성관계 만족도에 미치는 영향. 한국외국어대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 황여주 (2013). 미혼 남녀의 정서조절과 이성관계 만족도 관계에서 갈등대처방략의 매개효과와 갈등빈도의 조절효과. 이화여자대학교 석사학위논문.
- Ayduk, O., Downey, G., & Kim, M. (2001). Rejection sensitivity and depressive symptoms in women. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(7), 868-877.
- Ayduk, O., Downey, G., Testa, A., Yen, Y., & Shoda, Y. (1999). Does rejection elicit hostility in rejection sensitive women. *Social Cognition*, 17(2), 245.
- Ayduk, O., May, D., Downey, G., & Higgins, E. T. (2003). Tactical differences in coping with rejection sensitivity: The role of prevention pride. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(4), 435-448.
- 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.
- Capaldi, D. M., & Crosby, L. (1997). Observed and reported psychological and physical aggression in young, at-risk couples. *Social Development*, 6(2), 184-206.
- Collins, W. A. (2003). More than myth: The developmental significance of romantic relationships during adolescence. *Journal of Research on Adolescence*, 13(1), 1-24.
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327.
- Downey, G., Feldman, S., & Ayduk, O. (2000). Rejection sensitivity and male violence in romantic relationships. *Personal Relationships*, 7(1), 45-61.
- Downey, G., Freitas, A. L., Michaelis, B., & Khouri, H. (1998). The self-fulfilling prophecy in close relationships: rejection sensitivity and rejection by romantic partners. *Journal of Personality and Social Psychology*, 75(2), 545.
- Downey, G., Mougios, V., Ayduk, O., London, B. E., & Shoda, Y. (2004). Rejection sensitivity and the defensive motivational system: Insights from the startle response to rejection cues. *Psychological Science*, 15(10), 668-673.
- Erikson, E. H. (1959). Identity and the life cycle. *Psychological Issues*, 1(1).
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult

- attachment behavior. *Development and Psychopathology*, 6(1), 231-247.
- Fincham, F. D., Beach, S. R., Harold, G. D., & Osborne, L. N. (1997). Marital satisfaction and depression: Different causal relationships for men and woman. *Psychological Science*, 8, 351-357.
- Fitness, J. (2001). Emotional intelligence and intimate relationships. *Emotional Intelligence in Everyday Life*, 98-112.
- Furman, W., & Shaffer, L. (2003). The role of romantic relationships in adolescent development. Psychology Press.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Hafen, C. A., Spilker, A., Chango, J., Marston, E. S., & Allen, J. P. (2014). To accept or reject? The impact of adolescent rejection sensitivity on early adult romantic relationships. *Journal of Research on Adolescence*, 24(1), 55-64.
- Hayes, A. F. (2012). PROCESS: A versatile computational tool for observed variable mediation, moderation, and conditional process modeling [White paper]. <http://www.afhayes.com/public/process2012.pdf> 에서 검색.
- Jack, D. C., & Dill, D. (1992). The silencing the self scale: Schemas of intimacy associated with depression in women. *Psychology of Women Quarterly*, 16(1), 97-106.
- Jacob, T., & Krahn, G. L. (1998). Marital interactions of alcoholic couples: Comparison with depressed and nondistressed couples. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56, 73-79.
- Mor, N., & Inbar, M. (2009). Rejection sensitivity and schema-congruent information processing biases. *Journal of Research in Personality*, 43(3), 392-398.
- Page, J. R., Stevens, H. B., & Galvin, S. L. (1996). Relationships between depression, self-esteem, and self-silencing behavior. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 15(4), 381.
- Pietrzak, J., Downey, G., & Ayduk, O. (2005). Rejection sensitivity as an interpersonal vulnerability. *Interpersonal Cognition*, 1, 62-84.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior research methods*, 40(3), 879-891.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (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: APA Books.
- Snyder, D. K. (1997). *Marital satisfaction inventory, revised(MSI-R)*. Los Angeles: Western Psychological Services.
- Spector, P. E. (2006). Method variance in organizational research truth or urban legend? *Organizational Research Methods*, 9(2), 221-232.
- Uoyd, S. A., & Cate, R. M. (1985). The developmental course of conflict in dissolution of premarital relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 2(2), 179-194.
- Whitton S. W., & Whisman M. A. (2010).

이민선 · 노인영 / 대학생의 거부민감성과 연애관계 만족도와의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵의 이중매개효과

Relationship satisfaction instability and depression.  
*Journal of Family Psychology*, 24(6), 791-794.

원 고 접 수 일 : 2018. 02. 01

수정원고접수일 : 2018. 06. 05

게 재 결 정 일 : 2018. 08. 28

## **The Dual Mediation Effects of Cognitive Emotion Regulation and Self-Silencing on The Relationship between Rejection Sensitivity and Romantic Relationship Satisfaction of College Students**

**Min Seon Lee**

Gwangju Metropolitan City Youth  
Counseling & Welfare Center

**Ann-Young Noh**

Chonnam National University

The purpose of this study was to examine the dual mediating effects of cognitive emotional regulation and self-silencing on the relationship between rejection sensitivity and romantic relationship satisfaction in college students. This study conducted an online questionnaire survey with 440 and analyzed data from 347 college students, after excluding 93 participants who have never been in a relationship. Analysis showed a mediating effect of maladaptive cognitive emotional regulation and self-silencing on the relationship between rejection sensitivity and romantic relationship satisfaction, whereas adaptive cognitive emotional control showed no mediating effect. In addition, the relationship between rejection sensitivity and romantic relationship satisfaction showed dual mediation effects of maladaptive cognitive emotion regulation and self-silencing. This study expanded existing research on rejection sensitivity and romantic relationship satisfaction by demonstrating evidence for the process in which the cognitive and behavioral characteristics of individuals with rejection sensitivity affects romantic relationship satisfaction.

*Key words* : rejection sensitivity, cognitive emotion regulation, self-silencing, romantic relationship satisfaction.