

## 수치심과 정서인식의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과\*

문 정 숙

한국상담대학원대학교 / 석사

최 해 연†

한국상담대학원대학교 / 부교수

수치심이 정서인식에 미치는 영향에서 자기개념명확성의 조절효과를 검증하였다. 총 300명의 20대 성인(남자 50%, 평균 연령 26.2세)을 대상으로 연구를 실시하였다. 수치심이 정서인식을 저하시킨다는 선행연구의 결과에 대해 수치심의 영향보다 취약한 자기개념의 영향이 혼입된 결과일 가능성을 제기하였다. 이에 수치심과 내면화된 수치심을 개념적으로 구분하고, 상황에 따른 수치심 척도를 이용하여 수치심을 측정하였다. 위계적 회귀분석을 실시한 결과, 수치심과 정서인식의 관계는 자기개념명확성에 의해 조절되었다. 자기개념명확성이 높은 집단에서는 수치심이 증가할 때 정서인식 역시 유의하게 증가하였다. 반면, 자기개념명확성이 낮은 집단에서는 수치심과 정서인식의 관계가 유의하지 않았다. 자기개념명확성이 낮은 집단은 높은 집단에 비해 수치심, 내면화된 수치심, 심리증상이 유의하게 높았다. 이는 취약한 자기개념의 영향을 배제하면 수치심이 정서인식 능력을 저해하지 않음을 확인하는 결과로 볼 수 있다. 따라서 본 연구는 선행연구에서 수치심이 병리적으로 과해석 되었을 가능성을 제시하고 기능적인 수치심과 내면화된 수치심을 구분하여 연구할 필요성을 논의하였다.

주요어 : 수치심, 내면화된 수치심, 정서인식, 자기개념명확성

\* 본 연구는 문정숙의 석사학위논문 ‘수치심과 정서인식명료성과의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과’ (2020)을 수정 및 재분석하여 작성하였음.

† 교신저자 : 최해연, 한국상담대학원대학교, (06722) 서울시 서초구 효령로 366

Tel : 02-584-6851, E-mail : chychy22@empas.com

최근 상담뿐 아니라 심리학 전반에서 정서는 가장 중요한 주제 중 하나이다. 인지 중심의 연구와 개입 관행에서 점차 정서의 중요성이 부각되고 있으며, 다양한 영역에서 정서를 중심으로 활발한 연구와 치료적 개입이 이루어지고 있다(Greenberg, 2002). 이 중 정서인식은 정서경험의 기반을 이룰 뿐 아니라 인간의 삶과 적응에 핵심적인 변인으로 이해되고 있다(Michelle, & James, 2015). 정서인식은 신체감각에 근거하여 자신의 복합적 감정을 인식하고 평가하는 것을 말한다(Salovey, Mayer, Goldman, Turney, & Palfai, 1995). 의미 있는 사건으로 인하여 유발된 생리적 각성의 정서적 의미를 처리하는 것은 정서처리 과정의 시작이며 정서의 조절, 활용, 표현과 소통 등 정서과정 전반의 기초가 되므로 매우 중요하다(최해연, 2013; Greenberg, 2002). 자신의 정서를 명료하게 인식하는 것은 자신의 감정에 적절히 반응하여 자신의 정서를 잘 표현하고 조절하며, 적절한 자아경계를 가지는 등 개인의 적응에 핵심적인 역할을 한다(이경희, 김봉환, 2010; 최해연, 민경환, 이동귀, 2008; Salovey, & Mayer, 1990). 정서인식이 명료할수록, 반추 경향이 감소하고, 건설적인 사고 및 행동이 증가하고, 자신의 정서를 적절하게 표현하고 조절하며 어려움에 적응적인 대처를 하는 것으로 나타났다(김혜율, 김영근, 2018). 또한 자기 파괴적 행동, 사회적 불안이나 신경증 등 심리증상이 적고 자존감과 삶의 만족도가 높아 심리적 안정과 관련된다고(김미경, 1998; 임전옥, 장성숙, 2003; 조소현, 2005; 최해연, 2013). 반면, 낮은 정서인식은 신경증, 스트레스에 대한 취약성, 정서 표현 억제와 같은 다양한 신체적, 심리적 문제들과 관련 있는 것으로 알려져 있다(Salovey et al., 1995). 이렇듯 자신의 정

서를 잘 인식하고 받아들이는 것이 정신건강에 핵심적인 기능을 한다는 보고들이 누적됨에 따라(Greenberg, & Johnson, 1988) 자신의 정서 경험을 알아차리고 수용하는 과정의 중요성은 인지치료의 제 3 동향을 비롯한 현대 심리치료이론에서 한층 부각되고 있다(문은주, 최해연, 2015).

정서인식이 정신건강에 갖는 함의가 분명해짐에 따라, 정서인식을 촉진하거나 방해하는 요소에 대한 관심 역시 증가하였고(Salovey et al., 1995; Swinkels, & Giuliano, 1995), 이와 의미 있게 관련된 변인 중 하나가 수치심이다. 선행연구 상당수는 수치심 수준이 낮은 사람보다 높은 사람이 자신의 정서를 인식하는 능력이 유의하게 낮다고 보고하고 있다(강미옥, 2018; 김민경, 현명호, 2013; 손민수, 2015; 원장연, 김정규, 2019; 이지연, 2008; Bradshaw, 1988). 수치심과 낮은 정서인식이 공변하는 이유에 대하여 연구자들은 다음과 같은 설명을 하였다. 첫째, 수치심이 다른 부정 정서와 함께 경험되면서 명확한 구분이 어렵다는 것이다. 수치심 자체가 혼란되고 모호한 상태로 경험되어 명료한 인식이 쉽지 않은 정서로 언급된다(Yontef, 1991). 둘째, 수치심이 다른 감정을 지배할 만큼 강렬하여 다른 정서를 느끼기 어렵게 할 수 있으며, 특히 감정분화의 발달을 저해할 수 있다는 것이다(Bradshaw, 1988). 예를 들어 화를 표현하는 것이 허락되지 않는 가정환경이면 화가 나거나 표현할 때 스스로 수치심을 느끼거나 억제를 하게 되고 그것이 내면화되어 자신의 감정에 무디게 된다. 어린 시절 부모와 부정적인 경험을 반복함으로써 내면화된 수치심이 형성되고 점차 개인의 정체성으로 자리 잡으며, 과거 부모와 소통했던 방식으로 자신을 대하게 됨으로서 사고와 감

정이 제한되는 것이다. 청소년이나 성인 모두에서 내면화한 수치심이 강할 때 정서인식은 낮게 나타났다(김민경, 현명호, 2013; 이지연, 2008). 셋째, 몇몇 이론가들은 수치심이 고통스럽기 때문에 사람들이 때때로 이를 의식하기 전에 방어한다고 보았다. 수치심은 가장 고통스러운 감정적 경험으로 꼽히며, 수치심의 고통을 겪지 않으려는 동기는 고통스러운 감정을 억누르고 부정하고 그것이 촉발되는 상황을 피하려는 동기를 촉발한다(Brian, Kostadin, Victoria, & Toni, 2014). 사람들은 수치심을 느끼지 않기 위해 공격, 합리화, 분노 및 자기정당화를 하고 수치심을 통제하거나 회피하기 위해서 철회, 회피, 공격과 같은 방어행동을 한다(Nathanson, 1992). 개인에 따라 수치심을 느낄 때 이를 분노나 우울과 같은 다른 정서로 대처하거나 정서를 억압, 억제하는 대처방식을 쓰기 때문에 정서인식을 저해할 수 있다(이지연, 2008; Lewis, 1971). 그렇게 되면 일시적으로 고통스러운 정서를 느끼지 않을 수는 있으나 만성화되었을 때는 정서의 적응적인 신호를 무시하고 정서를 유발한 상황에 대해 판단하기 어려워진다. 또한, 자기통합과 타인과의 상호작용이 저해될 수 있다(Hayes, 2013).

그러나 수치심이 방어성을 수반하고 정서인식을 감소시킨다는 주장에 대해서는 보다 깊은 논의가 필요하다. 수치심은 자기성찰과 사회적 자기(self) 발달에 중심적인 역할을 하므로 사회화를 통해 발달되는 정서이다(유경, 민경환, 2002). 기능주의적 관점에서 볼 때, 수치심은 자기평가를 통해 스스로 반성하고 행동을 조절하는 역할을 한다(Barrett, 1995). 수치심을 경험하는 과정에서 사회의 다양한 기준과 목표를 깨닫고 자신을 자각하고 통제하여

사회적으로 수용될 수 있게 한다(Ferguson, & Stegge, 1995). 수치심으로 인해 자기의 부족한 면을 돌아보고 자기에 대한 이해를 더 깊이 하며(Lansky, 1999) 수치심을 경험하거나 표현함으로써 원활한 사회적 상호작용을 하게 된다(Broucek, 1991). 이렇듯 인간의 사회화에 필수적인 수치심의 기능을 볼 때, 수치심이 그 자체로 인식되기가 어려우며 다른 정서의 인식까지 저해한다는 것은, 자연스러운 현상이 아니다. 그렇다면 수치심이 정서인식을 낮추는 것은, 수치심의 본래적 특성이기보다 역기능의 결과일 수 있다. 수치심 자체는 원래 병리적이지 않고 오히려 긍정적 변화의 동기가 됨에도(Epstein, & Falconier, 2011), 수치심의 개념이 모호하게 다루어지면서 수치심의 영향이 제대로 이해되지 못한 결과일 수 있다. 이에 본 연구에서는 수치심의 개념과 측정에 대한 검토를 바탕으로, 정서인식과의 관계를 재확인하고자 한다.

Lewis(1971)는 수치심을 상태 수치심과 특성 수치심으로 나누어 설명하였다. 상태 수치심은 흔히 당황스러운 상황에서 순간적인 부끄러움을 느끼는 것으로, 개인의 양심과 관련된 작용이며 시간이 지나면 사라진다. 한편, 특성 수치심은 한 개인의 내면에 자리 잡은 성격적 특성으로 자신이 저지른 행동이 아닌 자기 자체에 대해 수치심을 느끼는 것으로, 이를 내면화된 수치심(internalized shame)이라 칭하였다. 유사하게 Bradshaw(1988)는 수치심을 건강한 수치심과 해로운 수치심으로 나누어 정의하였다. 건강한 수치심은 실수를 수용하고, 자신의 한계를 깨닫게 하고 자신을 돌아보게 한다. 반면 해로운 수치심은 자기 자체를 부적절하고 결함 있고 무가치한 존재로 여기게 한다. 내면화된 수치심이 큰 사람은 행동이 잘못되

었다고 보기보다는 자기(self)가 잘못되었다고 생각하는 경향이 있어서 자신의 존재 전체를 문제 삼을 수 있다(Tangney, & Dearing, 2002). 수치심이 개인의 발달과정에서 내면화되면, 개인은 특정 상황에서 수치심을 더 느낄 뿐 아니라, 일반적인 상황에서도 부정적 자기평가를 하고 만성적으로 부적절감, 무가치감, 무능력감, 열등감을 느낄 수 있다. 또한 내면화된 수치심이 높은 사람은 자기 자신을 평가절하하고 타인에게 무가치함을 들이지 않기 위해 거짓 자아를 만들어 살아가며 자신에게서도 결국 멀어질 수 있다(박윤선, 2008; Bradshaw, 1988). 친밀함에 대한 욕구는 있지만 스스로 그럴 자격이 없다고 느끼어 유기에 대한 두려움도 함께 느끼게 된다(Nathanson, 1992). 수치심에 기초한 정체성을 가진 사람은 자신을 가치 없고, 부적절한 존재로 왜곡하여 인식하기 쉬우며, 자신의 부족한 모습이 타인에게 노출될까 두려워 숨거나 사라지려는 회피행동을 하는 경향이 있다(Tangney, 1996). 이러한 양상은 우울, 불안, 애착 및 대인관계 문제, 중독, 성격장애 등의 심리적 부적응과 연결된다(Cook, 2001; Lutwak, Panish, & Ferrari, 2003).

그런데 수치심과 정서인식의 관계를 다룬 다수 선행연구의 공통점은 내면화된 수치심을 주요 변인으로 사용하였다(강미옥, 2018; 김민경, 현명호, 2013; 손민수, 2015; 원강연, 김정규, 2019; 이지연, 2008)는 점이다. 국내 수치심 연구에 대한 메타분석 결과에서도 전체 61편의 논문 중 60%가 내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale)를 사용한 것으로 나타났다(홍지선, 김수임, 2017). 수치심 연구에서 내면화된 수치심 척도를 사용하는 관행은 수치심이 부정적이고 병리적으로 과해석 될 가

능성을 높인다. 수치심을 일반적인 수치심과 내면화된 수치심으로 구분할 때(Gilbert, Allan, & Goss, 1996), 그 기전과 기능이 상이할 수 있으므로(홍지선, 김수임, 2017) 일반적인 수치심과 내면화된 수치심이 정서인식과 어떤 관계를 갖는지 비교 검증할 필요가 있다.

관련하여, 수치심의 영향을 연구하는 데 있어 자기에 대한 인식, 즉 자기개념이 어떤 역할을 하는지도 확인할 필요가 있다. 수치심은 객관적 자기 인식 능력과 관련된 정서로(이지연, 2008) 자기개념과 깊이 관련된다. 수치심은 기본 정서(basic emotions)에 이어 발달하는 자의식적 정서(self-conscious emotions)로 일컬어진다(Michelle, & James, 2015). 자신을 타인이 관찰하는 대상으로 인식하는 것으로, 자신을 객체화하여 성찰의 대상으로 자신을 본다(Broucek, 1991). 수치심은 사회적 자기와 관련하여 부정적인 자기평가에 대한 정서적 반응이다. 사람들은 수치심을 느낄 때 흔히 행동 자체보다는 자기(self) 전체를 열등하고 부족하고 무가치하며 부적절한 존재로 여긴다(Kaufman, 1989). 특히 내면화된 수치심은 부정적 자기개념 형성에 영향을 미치는 정서로 설명되며(양윤경, 김정규, 2013) 나아가 내면화된 수치심은 수치심보다 낮은 자존감 개념에 더 가까운 개념으로 논의되기도 하며(Tangney, & Dearing, 2002), 실제로 자존감 척도들과 높은 부적 상관을 보인다(Andrews, 1998). 내면화된 수치심은 열등감과 유사하게 정의되며 만성적인 부적절감, 무능력감, 열등감, 부족감으로 측정된다(Kaufman, 1989). 그렇다면, 내면화된 수치심 개념을 사용하여 수치심과 정서인식 간의 관계를 보고한 연구들은 수치심 자체보다 취약한 자기개념의 영향이 혼입된 결과를 보고할 가능성이 있다. 이러한 이유로 강도

높은 수치심이 정서인식을 방해하는지 아니면, 수치심보다는 취약한 자기개념이 정서인식을 방해하는지를 확인할 필요가 있다. 이는 자기개념의 수준에 따라 수치심과 정서인식의 관계가 달라지는지 조절효과를 확인함으로써 검증할 수 있다.

본 연구에서는 자기개념을 자기개념명확성 수준으로 측정하고자 한다. 자기개념명확성은 자기개념을 명확하게 정의하며 이에 대해 내적으로 일관되고 안정적으로 느끼는지를 의미하는 자기개념의 구조적 측면이다(Campbell et al., 1996). 자기개념(self-concept)은 자신의 중요성, 유능성, 자신의 가치 등 자기 자신에 대한 주관적 지각, 인식, 평가를 반영하는 종합적인 인지에 가까우며, 외부 환경과 상호작용을 통해 형성된 자기에 대한 인식을 말한다(Rosenberg, 1979). 이러한 자기개념은 내용(content)과 구조(structure)로 구분될 수 있다. 자기개념의 내용적 차원은 자존감을 의미하고 구조적 차원에는 자기개념구획화 같은 다원성 측면과 자기개념명확성 같은 통합적 측면으로 구분되는데, 다원성보다는 통합성을 반영하는 구조 변인이 개인의 심리적 적응과 더 밀접한 관련이 있다고 제안되었다(고현석, 민경환, 김민희, 2012; Campbell, Assanand, & Paula, 2003). 자기개념명확성은 자기개념 간의 일치를 나타내며, 자신의 경험을 바탕으로 기억을 조직하고 정보와 정서를 조절한다(백수희, 2002; 차경립, 2002). 자기개념명확성은 문제해결능력과 심리적 안녕감, 긍정정서, 정서의 균형, 일관성 등과 정적 상관관계를 보였고, 자기개념이 명확한 경우에는 개방적이고 타인에게 협조적이며 자기초점주의 경향이 낮아 스트레스를 덜 받는 것으로 나타났다(Lee-Flynn, Pomaki, DeLongis, Biesanz, & Puterman, 2011). 한편 높

은 자기개념명확성은 경직되고 높은 자기 기준(Campbell, & Di paula, 2002), 부정적인 경험에 대해 방어적 태도와도 관련된다(문경하, 2007).

수치심을 느낄 때, 개인은 내면화된 기준에 의해 자기를 평가하는 주체인 동시에 대상이 된다(Tangney, 1996). 수치심은 자기에 대한 인식에서 출발하며 자기개념과 밀착되어 있다. 수치심에 수반하는 자기에 대한 부정적 평가와 경험이, 개인의 자기개념에 따라 서로 다른 영향을 받을 수 있다. 자기개념명확성이 낮은 경우 자기개념에 대한 일관성이 적어서 외부의 정보나 평가에 민감하며 이를 지나치게 의식하여 소외, 공포, 불안과 같은 부정정서를 더 많이 느낀다고 보고된 바 있다(정소라, 현명호, 2015; Van Dijk et al., 2014). 자기개념명확성이 높은 사람은 낮은 사람에 비해 자기 관련 외부 정보에 영향을 적게 받고(Guerrettaz, Chang, Hippel, Carroll, & Arkin, 2014) 불확실하거나 모호한 상황에서 혼란스럽기보다 상황을 있는 그대로 수용하는 경향이 있는 것으로 나타났다(조유경, 2012). 따라서 자기개념명확성 수준에 따라 타인의 부정적 평가에 보다 민감하게 반응을 하게 되고 이는 수치심의 경험 및 정서인식에도 영향을 미칠 수 있을 것이다. 자기개념명확성은 정서인식과 유의한 정적 상관을 보이는데(문경하, 2007; 백수희, 2002; 신수진, 홍혜영, 2014), 자기개념명확성이 높으면, 자신의 내면 정보에 집중할 수 있고 또한 상황을 있는 그대로 수용하는 성향으로 인해 자신의 정서를 더 명료하게 인식할 수 있을 것이다.

지금까지 수치심이 정서인식에 미치는 영향이 자기개념 특성에 따라 조절되는지는 충분히 이해되지 못하였다. 이에, 본 연구는 자기

개념명확성의 수준에 따라 수치심과 정서인식의 관계가 달라지는지 확인함과 함께, 자기개념명확성의 수준에 따라 수치심의 특성 및 심리적 적응에 집단 간 차이가 존재하는지 살펴볼 것이다. 이는 가외 변인의 영향을 배제하여 수치심과 정서인식의 관계, 그리고 수치심의 역할을 더욱 명확히 밝히는데 이바지할 것이다.

## 방 법

### 연구참가자

본 연구에서는 20대 성인남녀를 대상으로 연구 참가자를 모집하였다. 초기 성인기는 정체성의 확립과 친밀성이 요구되는 시기이며 (Erickson, 1968), 발달 과정에서의 경험이 성인기 자기개념이 공고해지도록 영향을 미치는 시기이다(Lopez, & Heffer, 1998). 또한 중년·노년기로의 매개 역할을 하는 중요한 생애전환 시기이다(이인정, 최해경, 2001). 온라인 설문 이 전화 설문보다 낮은 불성실 응답률과 더 높은 예측타당성 및 검사-재검사 신뢰도를 나타낸다는 결과에 따라(Krosnick, & Chang, 2001) 온라인 설문 조사를 활용하여 남자 150명, 여자 150명을 모집하였다. 전체 평균연령은 26.2세( $SD=2.35$ )이고 남자는 평균 26.3세( $SD=2.35$ ), 여자는 평균 26.0세( $SD=2.35$ )이다. 대학생이 전체 참여자의 80.3%로 가장 많았고 고졸 13.3%, 대학원 재학 이상은 6.3%였다.

### 측정도구

#### 수치심 상황 설문지(Shame-inducing

#### Situation scale)

이인숙(2018)이 수치심 상황에 따른 수치심을 측정하기 위해 개발 및 타당화한 척도를 사용하였다. 수치심을 특질화 된 성격특성으로서가 아닌 수치심이 일어나는 상황에서 겪는 정서경험으로 보고 21개 문항으로 구성하였다. 자기반성(예: 6. 맡은 일을 책임감 있게 마무리 하지 못했다), 무시모욕(예: 17. 가족들이 나를 무시했다), 비교열등(예: 15. 친구보다 내 능력이 부족하다는 것을 알게 되었다), 시선노출(예: 사람들 있는데서 방귀 등 생리현상을 조절하지 못했다) 상황 등 4개 하위요인으로 되어 있다. 5점(1=전혀 그렇지 않다~5=매우 그렇다) 리컬트 척도이고 점수가 높을수록 해당 요인이 나타내는 상황에서 수치심을 경험하는 빈도가 높은 것을 의미한다. 원척도는 0-4점 척도로 개발되었으나 본 연구에서는 연구에 포함된 다른 척도와 유사한 점수치 사용을 위해 1~5점 척도로 변경하였다. 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .86이고, 본 연구에서는 .91로 나타났다.

#### 정서인식명료성(Trait Meta-Mood Scale)

정서지능의 하위 요인으로 정서인식 수준을 측정하기 위해 Salovey 등(1995)이 개발한 정서인식척도(Trait Meta-Mood Scale)를 이수정과 이훈구(1997)가 번안하고 옥수정(2001)이 수정한 한국판 척도를 사용하였다. 지속적이고 안정적인 정서인식의 개인차를 측정하기 위한 척도이다. 개인이 자신의 기분에 주의를 기울이는 정도를 측정하는 주의 차원, 정서 인식명료성 차원, 정서 개선에 대한 믿음 차원 총 30 문항으로 구성된다. 5점 리컬트 척도로(1=전혀 동의하지 않는다~5=전적으로 동의한다) 평가하도록 되어있다. 본 연구에서는 '나는 내

가 어떤 느낌을 갖는지 혼란스러울 때가 거의 없다' '나는 대개 내 느낌을 명확하게 안다' 등의 정서인식명료성을 측정하는 11문항만을 분석하였다. 본 연구에서 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .77로 나타났다.

#### 자기개념명확성(Self-Concept Clarity Scale)

자기개념에 대해 지각된 내적일관성, 안정성들을 평가하기 위해 Campbell 등(1996)이 개발한 것으로 처음에는 20문항으로 구성되었으나, 요인분석 후 12문항으로 단축되었다(김혜경, 2010). 본 연구에서는 김대익(1998)이 번안한 문항을 사용하였으며, 6번과 11번 문항을 제외한 나머지 문항은 부정 문항으로 역채점되었다. 5점 리컬트 척도(1=전혀 아니다~5=매우 그렇다)로, 각 영역에서 점수가 높을수록 자기개념명확성이 높음을 의미한다. Campbell 등의 연구(1996)에서 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .86이었고, 본 연구에서는 .85이었다.

#### 내면화된 수치심(Internalized Shame Scale)

Cook이 개발해 1989년부터 사용하고 있는 내면화된 수치심(ISS)가운데 제5판의 원문(Cook, 2001)을, 이인숙과 최해림(2005)이 번안한 것을 사용하였다. 총 30문항으로 된 자기보고식 질문지로 내면화된 수치심을 측정하는 24문항과 6개의 자존감 척도로 구성돼 있다. 척도는 자존감 문항을 제외한 24문항의 합계로 측정하였고 5점 리컬트 척도(1=전혀 아니다~5=매우 그렇다)로 평가하였다. 점수가 높을수록 내면화된 수치심의 정도가 심한 것을 나타낸다. 이인숙과 최해림(2005)의 연구에서는 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )가 .93이었고, 본 연구에서는 .92의 신뢰도를 보였다.

#### 심리증상

간이증상검사(The Brief Symptom Inventory, Derogatis, & Melisaratos, 1983)를 사용하여 심리증상을 측정하였다. 이 도구는 간이정신진단 검사지(Symptom Checklist 90-Revision; SCL 90-R)의 단축형으로, 9개의 증상(신체화, 강박증, 대인예민성, 우울, 불안, 적대감, 공포, 편집증, 정신증) 및 전반적인 심리적 건강 수준(Global Severity Index: 이하 GSI)을 알 수 있다. 국내에서는 김광일, 김재환 및 원호택(1984)이 한국판 표준화 작업을 마쳤다. 총 9개의 심리증상 중 본 연구에서는 부정적 정서를 측정하기 위하여 신체화(예, 어지럽거나 현기증이 난다), 우울(예, 매사에 관심과 흥미가 없다), 불안(예, 안절부절 못해서 가만히 앉아있을 수가 없다) 총 3개의 하위척도를 사용하였다. 검사 당일 을 포함하여 지난 7일 동안 심리적 상태를 5점(1=전혀 이렇게 느끼지 않는다, 5=자주 이렇게 느낀다) 척도 상에 응답하게 된다. 본 연구에서 3개 증상으로 구성된 척도의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .96이었다.

#### 자료분석

본 연구에서는 SPSS 21을 사용하여 연구대상의 인구통계학적 특성과 변인들의 기술통계량, 그리고 연구에 사용된 측정도구의 신뢰도 검증을 위해 내적합치도 지수(Cronbach's  $\alpha$ )를 산출하였다. 수치심과 정서인식의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과를 검증하기 위해 위계적 회귀분석을 실시하였다. 다중공선성 문제를 줄이기 위해 독립변수와 조절변수는 표준화 변환을 하여 분석하였다. Aiken과 West(1991)가 제안한 방식대로 조절변인인 자기개념명확성의 평균을 중심으로  $\pm 1$  표준

편차로 자기개념명확성 고·저 집단으로 나누어 각 집단의 조절효과를 검증하고 단순 회귀선 기울기의 유의도 검증을 하였다. 추가적으로 내면화된 수치심과 정서인식의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과가 있는지 확인하였다.

## 결 과

### 기술통계 및 상관분석

변인 간의 상관관계를 살펴보았으며 그 결과를 표 1에 제시하였다. 수치심은 정서인식( $r=-.13, p<.05$ ) 및 자기개념명확성( $r=-.36, p<.001$ )과 유의한 부적상관을 나타냈고, 심리증상( $r=.19, p<.001$ )과도 유의한 정적 상관으로 나타났다. 자기개념명확성은 정서인식과 유의한 정적 상관( $r=.65, p<.001$ )을 나타냈다. 내면화된 수치심의 경우, 자기개념명확성( $r=-.76, p<.001$ ) 및 정서인식( $r=-.57, p<.001$ )과 유의한 부적 상관으로 나타났고 심리증상( $r=.67, p<.001$ )과의 유의한 정적 상관으로 나타났다. 수치심이 높아질수록 정서인식은 유의하게 낮아졌고, 내면화된 수치심의 경우 정서인식과 부

적 상관의 정도가 더 강하였다.

### 수치심과 정서인식의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과

수치심과 정서인식의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과가 있는지 확인하기 위해 Aiken과 West (1991)가 제안한 3단계 절차에 따라 위계적 회귀분석을 실시하였고 그 결과는 표 2에 제시하였다. 1단계에서는 독립변수인 수치심이 종속변수인 정서인식에 미치는 영향을 검증하였고, 2단계에서는 조절변수인 자기개념명확성을 투입하였고, 3단계에서는 독립변수와 조절변수 간 상호작용 변수를 투입하였다. 단계별 회귀모형은 1단계( $F=5.45, p<.05$ ), 2단계( $F=115.39, p<.001$ )에서 유의하게 나타났고 3단계 모형( $Y=3.15+0.02x$ 수치심 $+0.36x$ 자기개념 $+0.07x$ 상호작용항)에서도 유의하였다( $F=84.78, p<.001$ ).

회귀계수의 유의성 검증 결과, 1단계에서는 수치심과 정서인식 사이에 유의한 부적 관계가 있었다( $\beta=-.13, p<.05$ ). 즉 수치심이 높을수록 정서인식이 낮았다. 2단계에서는 자기개념명확성( $\beta=.69, p<.001$ )이 유의하여 자기개념명확성이 높을수록 정서인식이 높아지는 것을

표 1. 변인 간 상관관계 및 기술통계(N=300)

	1	2	3	4	M	SD	왜도	첨도
1. 수치심	-				3.42	.67	-.83	1.03
2. 자기개념명확성	-.36***	-			3.09	.65	.00	.15
3. 정서인식	-.13*	.65***	-		3.12	.53	.14	.81
4. 내면화된 수치심	.42***	-.76***	-.57***	-	2.70	.78	.24	-.18
5. 심리증상	.19***	-.58***	-.45***	.67***	2.19	.88	.58	-.75

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



표 2. 수치심과 정서인식의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과 (N=300)

단계	변수	B	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
1	(상수)	3.12					
	수치심(A)	-0.07	-.13	-2.33*	.01	.01	5.45*
2	(상수)	3.12					
	수치심(A)	0.06	.11	2.52*			
	자기개념명확성(B)	0.37	.69	14.87***	.43	.41	115.39***
3	(상수)	3.15					
	수치심(A)	0.02	.04	0.96			
	자기개념명확성(B)	0.36	.67	14.68***	.46	.02	84.78***
	상호작용항(AxB)	0.07	.17	3.70***			

주. \* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$

확인하였고 전체 설명력은 43%로 1단계에 비하여 41%의 설명력이 증가하였다. 3단계에서 수치심과 자기개념명확성의 상호작용항을 투입하였고 상호작용항이 유의하게 나타났다( $\beta = .17, p < .001$ ). 그 결과 설명력은 46%로 2단계와 비교하여 2%만큼 증가하였으며 증분설명력은 통계적으로 유의하였다( $\Delta R^2 = .02, p < .001$ ).

수치심이 정서인식에 미치는 영향이 자기개념명확성에 따라 달라질 수 있음을 확인하였다.

수치심과 정서인식의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과가 유의함을 확인 후, 조절변인인 자기개념명확성의 평균을 중심으로  $\pm 1$ 표준편차의 고·저 집단으로 나누었다. 수치심과 자기개념명확성의 상호작용은 그림 1에 제

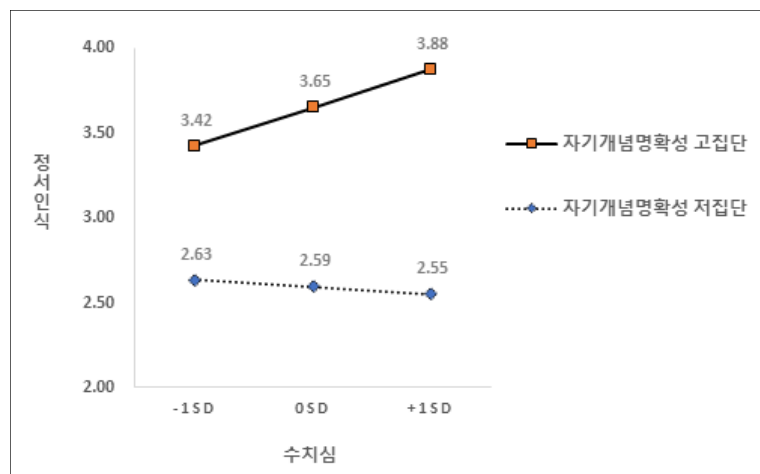


그림 1. 자기개념명확성 고·저 집단에 따른 수치심과 정서인식간의 관계

시하였다. 자기개념명확성이 높은 집단에서는 수치심이 증가할수록 정서인식이 정적으로 증가하는 반면, 자기개념명확성이 낮은 집단에서는 수치심이 증가하여도 정서인식은 의미 있는 변화를 보이지 않았다.

자기개념명확성 고·저 집단에서 각 회귀선 기울기의 유의도 검증(Aiken, & West, 1991)을 실시한 결과는 표 3에 제시하였다. 단순회귀선의 유의성 검증결과를 살펴보면, 자기개념명확성이 높은 집단( $\beta=.45, p<.001$ )과 낮은 집

단( $\beta=-.08$ )의 기울기 유의미성을 검증한 결과 높은 집단에서만 기울기가 유의미한 것으로 나타났다. 이러한 결과는 자기개념명확성 고 집단은 수치심이 1 표준편차 증가할 때마다 정서인식이 .45만큼 유의하게 증가하는데 반해, 자기개념명확성 저집단에서는 수치심 수준 변화에 따른 정서인식의 변화가 유의하지 않음을 의미한다.

자기개념명확성 수준에 따른 수치심과 정서인식 간의 관계를 보다 구체적으로 알아보

표 3. 단순 회귀선 기울기 분석 (N=300)

조절변수	B	$\beta$	t
자기개념명확성 고	.24	.45	3.75***
자기개념명확성 저	-.08	-.08	-0.59

주. \* $p<.05$ , \*\*\* $p<.001$ .

표 4. 자기개념명확성의 고·저 집단 차이 검증 (N=300)

	자기개념명확성 고집단	자기개념명확성 저집단	t
수치심	3.12±.93	3.81±.47	4.81***
내면화된 수치심	1.87±.51	3.58±.68	14.20***
심리증상	1.46±.43	2.91±.92	10.38***

주. \*\*\* $p<.001$ .

표 5. 내면화된 수치심과 정서인식의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과

(N=300)

단계	변수	B	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	$\Delta R^2$	F
1	내면화된 수치심	-.30	-.57	-12.01***	.32	.32	144.46***
2	내면화된 수치심	-.09	-.17	-2.50*	.43	.11	115.31***
	자기개념명확성	.27	.52	7.63***			
3	내면화된 수치심(A)	-.06	-.11	-0.67	.43	.00	76.68***
	자기개념명확성(B)	.29	.56	4.12***			
	A x B	-.01	-.03	-0.33			

주. \* $p<.05$ , \*\*\* $p<.001$ .

기 위해, 자기개념명확성 고·저 집단을 구분하여 수치심, 내면화된 수치심, 간이증상 수준의 집단 간 차이를 확인하였다. 그 결과는 표 4와 같다. 독립표본 집단 차 검정 결과 수치심( $t=4.81, p<.001$ ), 내면화된 수치심( $t=14.20, p<.001$ ), 심리증상( $t=10.38, p<.001$ ) 모두 집단 간의 차이가 유의하였다.

한편, 내면화된 수치심이 정서인식에 미치는 영향에서 자기개념명확성의 조절효과를 살펴보았을 때, 조절효과는 유의하지 않았다. 그 결과는 표 5에 제시하였다. 정서인식에 대해 내면화된 수치심과 자기개념명확성의 주효과는 모두 유의하였다. 즉 내면화된 수치심이 높을 때 정서인식이 낮고( $\beta=-.17, p<.05$ ), 자기개념명확성이 높을 때 정서인식( $\beta=.52, p<.001$ )은 높았다. 그러나 두 변인 간 상호작용 효과는 유의하지 않았다( $\beta=-.03, ns$ ). 즉 내면화된 수치심과 정서인식과 관계는 자기개념명확성 수준에 따른 차이가 없었다.

## 논 의

본 연구는 수치심이 정서인식을 저해한다는 선행연구의 결과가, 수치심의 측정 편향의 문제를 내포하고 있다는 문제의식에서 시작되었다. 이에 취약한 자기개념의 혼입을 최소화하기 위하여 내면화된 수치심 척도가 아닌 상황 수치심 척도를 사용하여 수치심을 측정하였고, 수치심이 정서인식에 미치는 영향에서 자기개념의 영향을 분리하여 살펴보기 위하여 자기개념명확성의 조절효과를 검증하였다.

상관관계 분석결과만 볼 때, 수치심이 강한 사람은 정서인식이 떨어지는 것으로 나타났다. 수치심이 클 때 내면화된 수치심도 크고 자기

개념명확성은 떨어지며 심리증상도 많았다. 이러한 결과는 수치심과 정서인식이 부적 상관을 가지며 개인의 적응에 부정적으로 작용한다는 선행연구들의 결과와 일치한다(강미옥, 2018; 손민수, 2015; 원강연, 김정규, 2019; 이지연, 2008; Bradshaw, 1988; Nathanson, 1992; Yontef, 2008). 그러나 이러한 수치심과 정서인식의 관계는 자기개념의 영향을 분리하면 다른 양상을 보였다.

수치심과 정서인식의 관계에서 자기개념명확성의 조절효과는 유의하였다. 자기개념명확성이 높은 집단에서는 수치심과 정서인식 사이에 유의한 정적 관계가 있는 반면, 자기개념명확성이 낮은 집단에서는 수치심과 정서인식의 관계가 유의하지 않았다. 흥미로운 결과는, 자기개념명확성이 높은 집단에서, 수치심을 많이 느낄 때 정서인식 수준 역시 높아졌다는 점이다. 이는 내면화된 수치심 척도를 사용한 연구들에서 수치심이 정서인식을 저해한다는 보고(손민수, 2014; 양윤경, 김정규, 2013; 원강연, 김정규, 2019; 이지연, 2008;)와 상반되는 결과이다. 그러나 수치심 역시 다양한 정서 중 하나임을 상기한다면 수치심의 인식과 정서 일반의 인식 사이에 정적인 상관관계가 존재한다는 것은 자연스럽게 이해되는 결과이다. 더구나 자기개념명확성과 정서인식의 높은 상관을 고려하면, 자기개념명확성이 높은 집단이 정서인식 능력이 높고, 수치심 역시 민감하게 인식할 것임을 가늠할 수 있다. 자기개념명확성과 정서인식 간의 관계에 대한 연구는 매우 적으나, 두 변인 사이에 높은 상관이나 나타나며 두 변인 모두 자신의 내부에서 일어나는 감정 및 사고를 지각하고 명료화하는 인지적인 능력을 공통점으로 한다(신수진, 홍혜영, 2014). 이는 자기개념명확성이 높은

집단이 외부에서 주어지는 점보다는 자신의 내부에 집중한다는 연구결과들(백수희, 2002; Campbell et al., 1996)과 같은 관점에서 해석할 수 있다. 자기개념명확성이 높은 사람들이 수치심이나 다른 정서를 느낄 때, 자신의 신체적 감각이나 그 심리적 의미와 같은 내적 경험에 주의를 기울인다면 결과적으로 정서를 명료하게 인식할 수 있다.

한편 자기개념명확성이 낮은 집단에서는 수치심을 강하게 느끼는 사람일수록 정서인식이 떨어지는 경향이 나타났으나 그 정도는 통계적으로 유의하지 않았다. 이는 내면화된 수치심 척도를 사용하여 정서인식과 관계를 검증한 선행연구 결과(강미옥, 2018; 손민수, 2014; 원강연, 김정규, 2019; 이지연, 2008; Bradshaw, 1988)와 부분적으로 일치한다. 다수 선행연구에서 보고된 수치심이 클 때 정서인식이 떨어진다는 주장이 본 연구에서 유의하지 않는 이유는 본 연구에서 내면화된 수치심이 아닌 상황별로 경험하는 수치심의 빈도로 상태적, 일반적 수치심을 측정하였기 때문으로 볼 수 있다. 상관관계 분석 결과, 정서인식은 내면화된 수치심과는 강한 부적 상관을 가지나 상황 수치심과는 약한 상관을 가진다. 또한 상황 수치심과 정서인식 간의 약한 상관관계는 자기개념명확성 수준에 따라 집단을 구분하면 그 양상이 현저히 달라진다. 자기개념명확성이 높은 집단에서는 수치심이 강할 때 정서인식 또한 더욱 명료하지만, 자기개념명확성이 낮은 집단에서는 두 변인 사이의 상관관계가 유의하지 않다. 이는 수치심이 정서인식을 낮춘다는 선행연구의 결과 상당수에 취약한 자기개념의 영향이 혼입되었을 가능성을 시사한다. 자기개념명확성이 낮은 사람의 경우에 특히 수치심이 방어를 야기하거나(Cook, 1987; Teyber, &

McClure, 2011) 고통으로 인하여(이지연, 2008; Brian et al., 2014) 정서인식을 저하시킬 가능성이 있다. 이는 수치심이 방어성을 수반하고 정서인식을 저해한다는 선행연구의 결과에 세심한 논의가 필요하며, 특히 내면화된 수치심 측정치가 사용될 때, 수치심이 정서인식 및 심리적응에 미치는 영향이 부정적으로 편향될 수 있음을 시사한다.

본 연구에서 자기개념명확성 수준에 따라 집단을 나누어 수치심과 내면화된 수치심 평균을 비교하였을 때 수치심의 집단차는 크지 않은 반면, 내면화된 수치심의 경우 자기개념명확성이 낮은 집단의 점수가 현저히 높았다. 이를 내면화된 수치심과 자기개념명확성 간 높은 상관과 함께 고려한다면 낮은 자기개념명확성과 내면화된 수치심이 공통성을 가짐을 추측할 수 있다. 즉, 자기개념명확성이 낮은 것과 내면화된 수치심이 높은 것이 취약한 자기개념이라는 특성을 공유하여, 이러한 취약한 자기개념이 정서인식을 저해한다고 추측할 수 있다. 그러나 자기 또는 자기개념의 취약성은 개념화가 어렵고 다양하게 해석될 수 있기에(Clair, 2015) 다양한 관점에서의 논의가 필요하다. 내면화된 수치심과 자기개념명확성이 정서를 비롯한 자기의 인식에 어떠한 영향을 미치며 어떠한 공통성이 있는지는 실증적인 연구와 지속적인 논의가 필요한 부분이다.

본 연구는 취약한 자기개념의 영향을 분리하여 수치심의 영향을 살펴보는 과정에서, 수치심을 어떻게 정의하고 측정하는가에 따라 정서인식 및 심리적 적응과의 함의가 상이할 수 있음을 확인하였다. 일반적인 수치심과 내면화된 수치심을 개념적으로 구분할 필요성을 제기하였고, 높은 자기개념명확성과 같이 자기개념의 발달이 견고한 경우, 수치심이 정서

인식 능력을 저해하지 않음을 확인하였다. 이는 지금까지 상담 및 심리치료 분야의 수치심 연구들이 내면화된 수치심의 개념을 사용하며, 수치심의 병리적 측면에 과도하게 초점을 맞추고 있을 가능성을 확인한 바이다. 본 연구는 상담과 심리치료 연구와 개입에서, 내면화된 수치심과 같은 역기능적 수치심을 일반적인 수치심과 구분하며, 수치심의 기능적 측면을 보다 민감하게 인식할 필요를 부각한다.

수치심은 손상된 자기 경험의 결과로(Lansky, 1999), 자기의 무가치함, 무력감, 실패감과 열등감의 평가를 수반하는 감정이다(Wilson, 2000). 그러나 이러한 부정성과 고통이 자신의 경험을 회피하고 방어하며, 성격적 특징으로 고정되는 경로로만 이어지는 것은 아니다. 수치심은 자기 변화에 대한 욕구를 자극하는 감정이다(Brian et al., 2014). 수치심의 고통은 적절한 수준으로 경험된다면, 인간의 사고, 기분, 행동, 성취, 사회적 적응을 동기화하며 인간의 적응에 중요한 역할을 한다(Fischer, & Tangney, 1995). 수치심은 사람들의 행동과 사회적 조화를 조절하는 기능적인 역할을 한다(Epstein, & Falconier, 2011). 수치심은 상호의존적 요구를 인식하게 하는 건전한 신호 기능을 한다. 수치심은 타인에 대한 민감성을 증가시키고, 자부심과 자존감을 느끼는 데 필요한 역량과 자기인식을 획득하도록 돕는다(차하나, 2018). 수치심은 부적응적 행동이나 패배감을 느꼈을 때 그 의미를 성찰하게 함으로써 보다 적응적 행동을 하고 손상된 자기를 회복하게 하는 동기이며(Williams, 1993) 자기완성을 추구하는 인간의 자긍심과 명예가 충족되지 못했을 때 그 결핍을 알리는 일종의 신호로서 작용한다(진은영, 2014). 수치심은 그 자체로 방어하고 싶은 고통으로만 머무는 것이 아니라, 수치심

의 경험 자체도 변화한다. 자기교정적 노력과 함께 수치심은 조절되고 경외감, 유대감, 성취감으로 변화할 수 있다. 이러한 관점에서 수치심은 환경과의 상호작용, 생존과 성장을 돕기 위해 인간이 장착하고 태어나는 고유 역량이다. 수치심이 긍정적인 변화를 가져오는 원동력이 된다면(Epstein, & Falconier, 2011) 수치심은 억압되거나 방어되기보다 개방적으로 처리될 것이다. 이러한 기능주의적 관점은 임상 장면과 정신분석적 전통에서 개념화된 내면화된 수치심 개념과는 구분된다. 자기에적 상처에서 비롯되어 파편화된 자기, 병리적 자기에 대한 정서적 반응으로서 수치심의 개념화나(Kohut, 1971), 생애 초기 부모와의 관계에서 생겨난 부정적인 정서가 고착되고 성격적 특징으로 고정되어, 수치심을 느낄 상황이 아니어도 자기에 대해 부적절감과 무가치감을 느끼게 하는 내면화된 수치심(Lewis, 1971; Kaufman, 1989)은 기능적 관점의 수치심과 정의와 측정에서 질적인 차이를 갖는다. 연구자들은 이러한 개념적 차이를 명확히 인식하고 측정도구를 면밀히 선택하여 사용할 필요가 있다. 또한 임상 장면에서 드러나는 수치심을 민감하게 인식하고 그 의미와 영향을 정확히 해석하며 치료적 개입을 할 필요가 있다.

## 참고문헌

- 강미옥 (2018). 대학생의 내면화된 수치심과 사회불안의 관계: 정서인식명확성과 정서표현양가성의 매개효과. 인제대학교 대학원 석사학위논문.
- 고현석, 민경환, 김민희 (2012). 자존감, 자존감 안정성, 자기개념 명료성과 심리적 적

- 응과의 관계 탐색. 한국심리학회지: 일반, 31(3), 73-88.
- 김광일, 김재환, 원호택 (1984). 간이정신 진단검사 실시요강(Korean Manual of Symptom Checklist-90-Reversion). 중앙적성연구소.
- 김대익 (1998). 한국인의 자아개념 명료성에 대한 연구: 성격, 자의식, 행동에 관계를 중심으로. 중앙대학교 대학원 석사학위논문.
- 김미경 (1998). 정서주의력, 정서인식의 명확성, 부정적 기분조절 기대치가 도움추구 행동에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 김민경, 현명호 (2013). 내면화된 수치심과 사회불안의 관계에서 자기제시동기, 자기제시기대 및 정서표현갈등의 매개효과. 한국심리학회지: 임상, 32(1), 161-176.
- 김혜경 (2010). 청소년의 자기에 성향 및 자기개념 명확성이 분노에 미치는 영향. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김혜울, 김영근 (2018). 정신화, 고통 감내력 및 경험회피의 관계: 정서인식 명확성의 매개된 조절효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 30(4), 1219-1238.
- 문경하 (2007). 자기개념명확성과 자의식이 주관적 안녕감 및 평가반응에 미치는 영향. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 문은주, 최혜연 (2015). 정서처리과정에서 자기자비의 역할: 정서인식명료성의 효과를 중심으로. 한국심리학회지: 건강, 20(1), 1-16.
- 박윤선 (2008). 부모의 양육태도가 청소년의 대인불안에 미치는 영향: 수치심경향성을 매개변인으로. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 백수희 (2002). 자기존중감, 자기명확성과 타인의 평가에 따른 정서적 반응. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 손민수 (2014). 불안정 성인애착과 사이버섹스 중독 경향성 간의 관계: 내면화된 수치심, 정서인식 명확성의 매개효과. 광운대학교 대학원 석사학위논문.
- 신수진, 홍혜영 (2014). 대학생의 불확실성에 대한 인내력 부족과 불안의 관계: 정서인식명료성과 자기개념명확성의 조절효과. 미래청소년학회지, 11(4), 95-116.
- 양윤경, 김정규 (2013). 수치심과 편집성향의 관계-자기개념의 매개효과. 인지행동치료, 13(1), 19-31.
- 옥수정 (2001). 억압적 성격성향자의 정서적 특성과 정서조절방략. 서울대학교 대학원 석사학위논문.
- 원강연, 김정규 (2019). 실제-이상 자기불일치와 수치심의 관계에서 정서인식 명확성의 조절효과. 정서행동장애연구, 35(2), 135-153.
- 유경, 민경환 (2002). 아동의 도덕적 정서의 발달: 수치심과 죄책감 Shame and Guilt. 심리과학, 11(1), 53-69. 서울대학교 사회과학대학 심리과학연구소.
- 이경희, 김봉환 (2010). 정서표현양가성과 정서조절이 대인관계에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 369-384.
- 이수정, 이훈구 (1997). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위요인에 대한 탐색. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 11(1), 95-117.
- 이인숙 (2018). 수치심 상황 질문지의 개발과 타당화 및 수치심 경험 하위유형에 대한 연구. 가톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심 척도

- (ISS)의 타당화 연구: 애착, 과민성 자기에, 외로움과의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(3), 51-670.
- 이인정, 최해경 (2001). *인간행동과 사회환경*. 서울: 나남출판.
- 이지연 (2008). 내면화된 수치심과 방어유형, 정서표현의 관계. *상담학연구*, 9(2), 353-373.
- 임전옥, 장성숙 (2003). 정서인식의 명확성, 정서조절양식과의 심리적 안녕의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15, 259-275.
- 정소라, 현명호 (2015). SNS 이용자의 상황비교 경험과 우울의 관계에서 열등감의 매개효과 및 자기개념 명확성의 중재효과. *한국심리학회지: 건강*, 20(4), 703-717.
- 조소현 (2005). 정서 강도와 정서 인식의 명확성이 자기 파괴적 충동 행동에 미치는 영향: 폭식 행동과 중독적 인터넷 사용을 중심으로. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 조유경 (2012). 초심상담자의 사적자의식, 자기개념 명확성, 불확실성에 대한 인내력 부족과 역전이 활용과의 관계. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 진은영 외 11인 (2014). *눈먼 자들의 국가*. 서울: 문학동네.
- 차경림 (2002). 자아개념과 자기효능감 및 정서지능 간의 관계. *홍익대학교 대학원 석사학위논문*.
- 차하나 (2018). 수치심이 자존감에 미치는 영향에 대한 철학상담적 연구: 유교사상의 인간이해를 중심으로. *한국상담대학원대학교 대학원 석사학위논문*.
- 최해연 (2013). 정서처리유형의 구분에 따른 정서경험과 대처방식 이해. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 27(1), 1-15.
- 최해연, 민경환, 이동귀 (2008). 정서표현신념과 심리적 증상의 관계에서 정서표현양상성의 역할. *상담학연구*, 9(3), 1063-1080.
- 홍지선, 김수임 (2017). 국내 수치심 연구 동향: 주요 상담학술지를 중심으로.” *상담학연구*, 18(6), 133-158.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interaction*. Newbury Park, CA: Sage.
- Andrews, B. (1998). Methodological and definitional issues in shame research. In P. Gilbert, & B. Andrews (Eds.), *Shame: Interpersonal behavior, psychopathology, and culture* (pp 39-54). New York: Oxford University Press.
- Barrett, K. C. (1995). A fundamentalist approach to shame and guilt.” In J. P. Tangney, & K. C. Fisher(Eds.), *Self-conscious Emotions, the psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp.25-63). New York: Guilford Press.
- Bradshaw, J. (2002). 수치심의 치유 [*Healing the shame that binds you*]. (고영주, 김홍찬 역). 서울: 한국기독교상담연구원 (원전은 1988에 출간).
- Brian L., Kostadin K., & Victoria S., Toni S. (2014). Shame and the Motivation to Change the Self Emotion. *American Psychological Association*, 14(6), 1049-1061.
- Broucek, F. J. (1991). *Shame and the Self*. New York: The Guilford Press.
- Campbell, J. D., Assanand, S., & Di Paula, A. (2003). The structure of the self-concept and its relation to psychological adjustment. *Journal of Personality*, 71(1), 115-140.
- Campbell, J. D., & Di Paula, A. (2002).

- Perfectionistic self-beliefs: Their relation to personality and goal pursuit. In G. L. Gordon, & P. L. Hewitt (Eds.), *Perfectionism: Theory, research, and treatment* (pp. 181-198). Washington, DC: American Psychological Association.
- Campbell, J. D., Trapnell, P. D., Heine, S. J., Katz, L. M., Lavalle, L. F., & Lehman, D. R. (1996). Self-concept clarity: Measurement, personality correlates, and cultural boundaries. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(1), 141-156.
- Clair, M. S. (2015). 대상관계이론과 자기심리학. [*Object Relations and Self Psychology: An Introduction*]. (안석모 역). Seoul: Cengage Learning. (원전은 2003에 출판).
- Cook, D. R. (1987). Measuring shame: The Internalized Shame Scale. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 4(2), 197-215.
- Cook, D. R. (2001). *Internalized shame scale: Technical manual*. New York: Multi Health System.
- Derogatis, L. R., & Melisaratos, N. (1983). The brief symptom inventory: An introductory report. *Psychological medicine*, 13(3), 595-605.
- Epstein, N., & Falconier, M. (2011). Shame in couple therapy: Helping to heal the intimacy bond." In J. P. Tangney, & R. L. Dearing (Eds.), *Shame in the therapy hour* (pp. 167-193). Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Erickson, E. H. (1968). *Identity: Youth and Crisis*. New York: W. W. Norton, p. 168.
- Ferguson, T. J., & Stegge, H. (1995). Emotional states and traits in children: The case of guilt and shame. In J. P. Tangney, & K. Fischer(Eds.), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment and pride* (pp. 174-197). New York: Guilford Press.
- Fischer, K. W., & Tangney, J. P. (1995). Self-conscious emotions and the affect revolution: Framework and overview." In J. P. Tangney, & K. W. Fischer (Eds), *Self-conscious emotions: The psychology of shame, guilt, embarrassment, and pride* (pp. 3-24). New York: Guilford.
- Gilbert, P., Allan, S., & Goss, K. (1996). Parental representations, shame, interpersonal problems, and vulnerability to psychopathology. *Clinical Psychology, & Psychotherapy*, 3(1), 23-34.
- Greenberg, L. S. (2002). Emotion-Focused therapy: Coaching clients to work through feelings. Washington, DC: *American Psychology*, 49(1), 49-59.
- Greenberg, L. S., & Johnson, S. M. (1988). *Emotionally focused therapy for couples*. New York: Guilford Press.
- Guerrettaz, J., Chang, L., von Hippel, W., Carroll, P. J., & Arkin, R. M. (2014). Self-Concept Clarity: Buffering the Impact of Self-Evaluative Information. *Individual Differences Research*, 12(4), 180-190.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach*. New York: Guilford Press.
- Kaufman, G. (1989). *The Psychology of shame: Theory and treatment of shame-based syndromes*. New York: Springer Publishing Company.
- Kohut, H. (1971). *Analysis of the self: systematic*



- approach to treatment of narcissistic personality disorders*. Madison: International Universities Press.
- Krosnick, J., & A. Chang, L. (2001). The representativeness of national samples: comparisons of an RDD telephone survey with matched Internet surveys by Harris Interactive and Knowledge Networks. Paper presented at the Conference of the American Association for Public Opinion Research. Available at: <http://www.psy.ohio-state.edu/social/krosnick.htm>.
- Lansky, M. R. (1999). Shame and the idea of a central affect. *Psychoanalytic Inquiry*, 19, 347-361.
- Lee-Flynn, S. C., Pomaki, G., DeLongis, A., Biesanz, J. C., & Puterman, E. (2011). Daily Cognitive Appraisals, Daily Affect, and Long-Term Depressive Symptoms: The Role of Self-Esteem and Self-Concept Clarity in the Stress Process. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 37(2), 255-268.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. New York: International Universities Press.
- Lopez, M. A., & Heffer, R. W. (1998). Self-concept and social competence of university student victims of childhood physical abuse. *Child Abuse, & Neglect*, 22(3), 183-195.
- Lutwak, N., Panish, J., & Ferrari, J. (2003). Shame and guilt: characterological vs. behavioral self-blame and their relationship to fear of intimacy. *Personality and Individual Differences*, 35(4), 909-916.
- Michelle N. S., & James W. K. (2015). 정서심리학 2판 [*Emotion (2th)*]. (민경환, 이옥경, 이주일, 김민희, 장승민, 김명철 역). 서울: Cengage Learning. (원전은 2005년에 출판)
- Nathanson, D. L. (1992). *Shame and pride: Affect, sex, and the birth of the self*. New York: Norton.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- 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. P. (1995). *Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale*.
- Swinkels, A., & Giuliano, T. A. (1995). The measurement and conceptualization of mood awareness: Monitoring and labeling one's mood states. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21(9), 934-949.
- Tangney, J. P. (1996). Conceptual and methodological issues in the assessment of shame and guilt. *Behavioral Research and Therapy*, 34, 741-754.
- Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. New York: The Guilford Press.
- Teyber, E., & McClure, F. H. (2011). 상담 및 심리치료: 대인과정접근 6판. [*Interpersonal process in therapy: an integrative model (6th)*]. (장미경, 김동민, 김인규, 유정이, 장춘미 역). 서울: Cengage Learning. (원전은 2010에 출판).
- Van Dijk, M. P., Branje, S., Keijsers, L., Hawk, S. T., Hale, W. W., & Meeus, W. (2014). Self-concept clarity across adolescence: Longitudinal associations with open communication with parents and internalizing

- symptoms. *Journal of Youth and Adolescence*, 43(11), 1861-1876.
- Williams, B. (1993). *Shame and Necessity*. University of California Press.
- Wilson, M. (2000). Creativity and shame reduction in sex addiction treatment. *Sexual Addiction, & Compulsivity*, 7, 229-248.
- Yontef, G. M. (1991). Recent trends in Gestalt therapy in the United States and what we need to learn from them. *British Gestalt Journal* 1(1), 5-20.
- Yontef, G. (2008). *알아차림, 대화 그리고 과정 [Awareness, Dialogue and Process: Essays on Gestalt Therapy]*. (김정규, 김영주, 심정아 역). 서울: 학지사 (원전은 1993에 출판).

원고접수일 : 2020. 05. 18

수정원고접수일 : 2020. 07. 22

게재결정일 : 2020. 08. 05

## **The Moderating Effects of Self-Concept Clarity on the Relation between Shame and Emotional Clarity**

**Jeong-Suk Moon**

Korea Counseling Graduate University  
Master's degree

**Hae-Youn Choi**

Korea Counseling Graduate University  
Assistant Professor

This study examined the possibility that the influence of vulnerable self-concept was compounded with the results of previous studies that shame lowered emotional awareness. Shame was conceptually distinguished from internalized shame, and measured with shame-inducing situation scale. A total of 300 adults (50% men, average age 26.2 years) participated. The moderating effects of self-concept clarity (SCC) on the relation between shame and emotional clarity were verified. While shame was significantly correlated with emotional clarity in the high SCC group, the relationship between shame and emotional clarity was not significant in the low SCC group. The group with low SCC had significantly higher shame, internalized shame, and psychological symptoms than the high SCC group. This results confirms that shame does not impede the ability to recognize emotions if the influence of vulnerable self-concept is excluded. The authors discuss the possibility that shame has been interpreted as overly pathological in previous studies, and the need to distinguish functional shame from internalized shame.

*Key words* : Shame, Internalized Shame, Emotional Clarity, Self-Concept Clarity