

어머니 양육 행동이 대학생의 외로움에 미치는 영향: 거부민감성과 분노억제의 매개효과*

이 보 미

가톨릭대학교 / 학생

정 남 운[†]

가톨릭대학교 / 교수

본 연구는 어머니 양육 행동과 외로움의 관계에서 거부민감성과 분노억제의 매개효과를 확인하는 데 목적이 있다. 연구는 경기도 소재의 대학교에 재학 중인 만 19세에서 24세의 남녀 후기청소년 443명을 대상으로 설문을 실시하고 분석하였다. 분석 결과, 어머니의 양육 행동이 외로움에 미치는 영향에서 거부민감성과 분노억제가 매개효과를 나타냈다. 구체적으로, 어머니의 돌봄적 양육 행동은 거부민감성과 분노억제를 통해 외로움에 간접적 영향을 미치는 것으로 드러났으며, 어머니의 과보호적 양육 행동은 외로움에 직접적인 영향을 미칠 뿐 아니라 거부민감성과 분노억제를 통해서 간접적으로도 외로움에 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 바탕으로 하여 연구의 의의 및 상담 실제에서 연구 결과의 활용과 후속 연구의 방향성 등에 대해 논의하였다.

주요어 : 어머니 양육 행동, 외로움, 거부민감성, 분노억제

* 본 연구는 이보미(2018)의 가톨릭대학교 석사학위논문 ‘어머니 양육 행동이 대학생의 외로움에 미치는 영향: 거부민감성과 분노억제의 매개효과’ 중 일부를 발췌, 수정한 내용임.

† 교신저자 : 정남운, 가톨릭대학교 심리학과 교수, 경기도 부천시 지봉로 43 가톨릭대학교 성심교정

Tel : 02-2164-4469, E-mail : woon@catholic.ac.kr

외로움은 최근 늘어나는 초기 성인의 사회적 문제와 밀접한 연관이 있는 변인으로 주목받고 있다. 외로움은 음주, 흡연, 성중독, 약물중독 등에 대해 다룬 여러 연구에서 관련 변인으로 지목되었으며(김옥수, 1999; 송원영, 2012), 특히 최근 스마트폰 및 SNS 중독과 관련한 선행 요인으로 주목받고 있다(고은영, 최윤영, 최민영, 박성화, 2014; 김효정, 김은하, 2016; 여종일, 2014; 이영미, 2011a). 외로움은 모든 인간이 가질 수 있는 보편적 정서이지만, 소속감을 느끼지 못하고 단절되어 있다는 감정으로 인한 자기비하와 상실감(Rubenstein & Shaver, 1982), 절망을 느끼게 하여 우울, 불안 등 병리적 정서와 사회 부적응을 야기하기 쉬우며(Asher & Paquette, 2003), 피로, 두통, 면역기능의 저하, 심혈관 기능 저하로 인한 질병을 초래하기도 한다(Heinrich & Gullone, 2006). 또한, 강도 높고 지속적인 외로움의 경험은 낮은 자아존중감, 사회적 고립감, 우울, 불안, 수면장애, 거식증, 자살사고 등의 원인이 될 수 있다(김미리혜, 김정호, 조인성, 2014; 손지혜, 2001; 이영미, 2011b; 이영선, 2014; 전지환, 2001; Mahon, 1994; Peplau, Miceli & Morasch, 1982).

특히 외로움이 일반적인 문제로 지적되고 있는 시기 중 하나는 대학생 시기이다(Rubenstein & Shaver, 1982). 대학생들은 많은 자유가 주어지는 만큼 대인관계를 위해 적극적인 노력을 해야 하는 상황에 놓이며, 활발한 대인관계 활동을 하며 많은 갈등을 경험한다. 대학생 시기에 형성되는 정체감과 친밀성, 사회성과 같은 발달 과업 양식은 이후 성인기 생활에 적응하는 데 있어 개인의 대응 체계의 기본이 되는데(진수경, 1995), 이 시기에 집단에 소속되지 못하거나 주변인과의 친밀감을

느끼지 못할 경우 더욱 외로움을 느낄 수 있다(박선영, 도현심, 1998). 또한 앞서 언급한 것처럼 최근 사회적 문제로 떠오르고 있는 대학생들의 음란물, 도박, 섭식장애, SNS 중독 문제에 대해 다루기 위해서는 중독 이면의 대학생들이 느끼는 외로움에 주목하여 연구할 필요가 있다.

외로움에 대한 정의를 살펴보면, 초기에는 인간이 가지고 있는 사회적 접촉 및 타인과의 상호작용 욕구가 좌절될 때 경험되는 정서라고 정의되었다(Sullivan, 1953). 이후 외로움에 대하여 사회 관계적 결핍 혹은 주관적 지각 등의 맥락적 부분에서의 이해가 시도되었다. Pelau와 Perlman(1982)은 외로움에 대해 귀인 이론을 바탕으로 설명하면서, 주변의 사회적 관계 부재에 대해 개인이 내적으로 평가하고 주관적으로 귀인함으로써 느끼는 만족감과 관련된 정서라고 정의하며 외로움을 정서-인지적 요소로 개념화하였다.

외로움에 대해서는 현재 다양한 관점이 존재하지만, 다음과 같은 공통적 관점이 유지되고 있다. 첫째, 외로움은 대개 불유쾌하고 고통스러운 정서적 경험으로, 다른 부정적 정서 경험과 마찬가지로 특성을 가지고 있다. 둘째, 외로움은 고독 및 사회적 고립과는 다르게 주관적인 지각을 포함하는 개념이다. 따라서 개인 주변에 실제로 사람이 존재하는지의 여부와는 상관이 없을 수 있다. 셋째, 외로움은 그가 기대하는 것보다 사회적인 관계가 부족할 경우 발생하며, 이는 양적인 측면 및 질적인 측면을 모두 포함한다.

지금까지 외로움에 대해 다룬 선행 연구들은 신체 및 정서와 관련된 요인을 예측할 때 외로움을 예측변인 혹은 매개변인 역할로서 살펴본 경우가 많았던 반면(이영미, 2011a; 이

영미, 2011b; 이인숙, 2005), 외로움의 예측 변인에 대해서는 최근에 연구되기 시작하였다. 외로움은 돌봄, 애착, 가치 인정, 신뢰 동맹, 사회적 통합과 같은 내재적 욕구가 개인 주변의 사회적 관계의 부재로 인해 채워지지 않을 때 발생하는 감정으로 정의되어 왔다(Bowlby, 1969; Weiss, 1987). 또한, 위에서 설명한 바와 같이 외로움은 심리사회적 관점에서 정서 및 인지 발달과 밀접한 관련이 있는 개념으로 정의될 수 있다. 이를 종합해볼 때, 외로움의 예측변인으로 주 양육자와의 상호작용을 들 수 있다. 애착이론 및 대상관계 이론에서는 생애 초기 주 양육자와의 경험이 내재화되어 자녀의 성격 형성 및 인지·정서·사회 발달을 비롯해, 이후 타인과의 관계 형성, 관계에 대한 만족감에 영향을 준다고 설명한다. 대학생의 대인관계와 관련 정서를 연구한 논문들에서는 부모와의 안정된 애착과 분리개별화를 통한 자율성과 책임감의 획득이 사회적 적응 및 정서적 안정의 선행 요인이 된다고 보고 있다(이희영, 최태진, 2004; 진수경, 1995). 최근의 연구들 중에도 외로움의 형성 과정을 부모-자녀 관계에서 파생된 애착 및 성인애착을 통해 밝힌 논문들이 있다(배성희, 양난미, 2016; 윤석은, 김명주, 강민준, 박재현, 하창순, 2016). 생애 초기 유아는 자신의 욕구를 스스로 충족하며 생존할 수 없기 때문에 주 양육자에 절대적으로 의존한다. 따라서 이러한 양육 과정에서 나타나는 주 양육자의 양육 행동 및 태도는 자녀의 성격형성 및 전반적인 발달에 관여하고, 성격의 틀을 형성하는 데 중요한 작용을 한다(Kohut, 1977).

양육 행동은 주 양육자가 유아를 양육할 때 보편적으로 나타내는 태도 및 행동, 또는 주 양육자가 유아의 성장발달을 위해 기르고 가

르치는 태도 및 행동의 반응양식이나 경향성으로 정의된다(Baumrind, 1991; Fishbein, Ajzen, 1975). 양육 행동은 자녀의 정서, 인지, 행동의 발달뿐 아니라 신경증 및 정신증의 발병에도 중요한 역할을 하는 것으로 밝혀져 왔다(김경연, 1993; 박영애, 최영희, 박인전, 김향은, 2002; 이정미, 이양희, 2007; 이혜원, 박혜경, 이옥경, 2015; Kolb & Brodie, 1982).

본 논문에서는 주 양육자의 양육 행동은 어머니의 양육 행동으로 대표된다고 가정하였다. 어머니와의 관계는 유아가 타인과 경험하는 최초의 관계라는 점에서 중요한 의미를 갖는다. 어머니는 출생 이전부터 태아의 태내 환경이 되어주는 방식으로 자녀와 관계를 맺기 시작하며, 이후 유아에게 영양을 공급하고 안전 기지가 되어 주는 역할을 한다. 또한, 대부분의 경우 아버지는 어머니보다 경제 활동 수준이 활발하기 때문에 상대적으로 자녀는 어머니와 보내는 시간이 많고, 어머니와 더욱 친밀한 관계를 맺게 된다(Nock & Kingston, 1988). 일반적으로 어머니와 자녀의 상호작용은 아버지에 비해 더 빈번하며, 집중적이고, 지속적이다(김현철 외, 2007). 따라서 어머니와의 관계는 자녀가 이후 경험하게 될 많은 대인관계의 모태가 된다(Winnicott, 1965). 어머니와의 관계는 또래, 아버지 등 여타 다른 애착 대상과의 관계보다 더 큰 심리적 영향력을 가진 변인으로 연구되어 왔다(김수희, 박성연, 2009; 윤성연, 정경미, 2014; 장휘숙, 2001). 이러한 맥락에서, 선행 연구들에서는 주 양육자와의 양육 경험을 다룰 때 어머니와의 상호작용을 주로 다루어 왔으며(정미라, 권정운, 박수경, 2011; 박지숙, 임승현, 박성연, 2009; 유고은, 방희정, 2011), 어머니의 양육 행동이 이후 타인과 상호작용을 통해 관계를 형성하고,

대인관계에 대해 주관적으로 평가하고 기대하며 정서를 경험하는 과정에 많은 영향을 줄 수 있음이 반복적으로 밝혀져 왔다(도현심, 최미경, 1998; 장재숙, 백경임, 2002; 허지은, 장현아, 2016).

양육 행동을 나누는 하위 범주는 이를 연구한 학자마다 조금씩 차이가 있다. 하위 범주의 분류는 주로 대극적 축을 제시하는 방향으로 제시되었다. Baumrind(1966)는 양육태도를 수용(warmth)과 통제(control)가 높고 낮음에 따라 민주형, 허용형, 권위형, 방임형으로 나누었다. 이 중 수용 및 통제의 태도가 모두 높은 양육 태도를 민주형 양육 태도라 보고 자녀를 양육할 때 가장 바람직한 태도라고 규정하였다. Schaefer(1965)는 애정과 적대, 자율과 통제의 대극적 축을 통해 양육 행동을 구분할 수 있다고 설명하였으며, Baldwin(1965)은 부모 양육 행동은 권위와 통제, 적대와 거부의 대극적 축 2개와 함께 민주적인 태도를 더해 3개 차원으로 구분할 수 있다고 보았다. Rosen(1972)은 관심과 무관심, 지배와 복종, 민주와 독재, 수용과 거부의 4개의 대극적 축을 통해 부모의 양육 행동을 나누어 볼 수 있다고 설명하였다. Parker, Tuppling과 Brown(1979)은 요인분석을 활용하여 부모 양육 행동을 돌봄(care), 과보호(overprotection)의 두 가지 차원으로 나눈 부모 유대 측정 도구(Parental Bonding Instrument)를 개발하였다.

이와 같이 양육 행동은 학자마다 사용된 용어에 조금씩 차이가 있으나, 영역별 관련성을 살펴보면 공통적인 특성에 따라 두 개의 축으로 나눌 수 있다. Schaefer(1965)의 애정, Baumrind(1966)와 Parker 등(1979)의 돌봄, Rosen(1972)의 수용 차원의 내용을 살펴보면 부모의 따뜻한 관심 및 애정, 정서적인 친밀

감, 수용적 공감 및 지지를 포함하고 있다. 한편, Baumrind(1966), Schaefer(1965), Baldwin(1965)의 통제, Parker 등(1979)의 과보호는 부모가 자녀에 대해 지나친 보호와 간섭, 통제, 독립적 행동 및 자율성의 발달을 방해하는 과도한 접촉을 시도하였음을 포함한다.

먼저 외로움과 부모 양육 행동 간의 관계를 살펴본 선행 연구를 보면, 아버지와 어머니 각각의 양육 행동을 구분하여 외로움에 대한 영향력을 살펴 본 경우가 대부분이다. 청소년을 대상으로 한 연구에서는 부모가 자녀를 긍정적으로 양육할 때, 청소년은 대인관계에서 더욱 만족감을 느끼며 외로움을 덜 느끼는 것으로 드러났다(김주연, 도현심, 김민정, 신나나, 2012; 송민선, 박희현, 2012). 성인을 대상으로 한 연구에서는 초기 성인의 안정적인 애착은 사회적 유능성을 증가시켜 외로움을 덜 느끼도록 하는 것으로 드러났다(Ditomaso, Brannen, Ross, Burgess, 2003). 주 양육자인 어머니의 양육 행동에 주목하여 외로움과의 관계를 살펴본 논문들도 많다. 청소년을 대상으로 한 연구에서 어머니의 양육 행동은 외로움에 영향을 미치고, 이는 청소년의 자기상에 영향을 준다고 하였다(김선희, 박희현, 2013). 또한, 어머니의 심리적인 통제가 청소년의 외로움을 증가시켜, 우울감에 영향을 준다는 연구 결과도 있었다(안명희, 2014). 대체적으로 적절한 정도의 애정과 통제를 받으며 자란 자녀는 건강한 자이를 발달시킬 수 있고, 이는 사회 적응, 대인관계 만족감 및 외로움에 영향을 미친다는 내용이 주를 이루고 있다(이지향, 김광웅, 2005).

지금까지 양육 행동과 외로움에 관련된 선행 연구들을 살펴본 결과 애정적 양육 행동은 받은 자녀가 긍정적인 자기개념을 형성하여

실질적으로 만족스러운 관계를 유지하고 외로움을 덜 느낄 수 있음을 알 수 있었다. 그러나 이러한 결과를 통해 어린 시절 경험한 어머니의 양육 행동과 외로움의 관계를 이해하고 외로움을 느끼는 대학생들에게 적절한 상담적 개입을 하기에는 구체성이 부족하다. 현재까지 외로움에 대한 선행 연구들에서는 외로움을 주로 예측 변인이나 매개변인의 역할로서 살펴 본 연구들이 주를 이루었고, 외로움에 선행하는 요인들에 대한 연구는 현저히 부족한 실정이다. 따라서 본 연구에서는 어머니의 양육 행동과 외로움 사이를 매개하는 변인을 밝히고자 한다. 다시 말해, 어린 시절 경험한 양육 행동이 어떠한 경로를 거쳐 외로움에 영향을 미치는지 과정적 설명을 구체화하여 외로움을 느끼는 초기 성인들에 대한 상담적 개입을 돕고자 한다.

이를 위해 본 논문에서는 어머니의 양육 행동과 자기상 간의 관계를 설명하는 이론 중 하나인 대상관계이론적 관점을 취하고자 한다. 대상관계이론에 따르면, 유아는 자라나는 과정에서 주 양육자와 어떠한 관계를 맺었느냐에 따라 자신에 대한 상(image), 즉 자신에 대한 생각, 감각, 느낌, 의미, 기억 등을 형성하게 된다(Klein, 1934; Kohut, 1977). 주 양육자에 해당하는 어머니와의 관계는 아동이 가장 먼저 경험하는 사회적 관계가 되며, 시간이 지남에 따라 아동의 접촉 대상의 범위는 부모에서 또래로 넓어지게 되고, 이 때 내면화된 대상 및 자기에 대한 상의 개념과 함께 자신과 타인에 대한 생각과 감정을 조절하는 내적 작동 모델(internal working model)이 활성화된다. 이에 따라 개인은 대인관계 경험 시 낮은 상황에서 어떠한 단서들을 접했을 때 선택적으로 해석을 하는 자기 예언적 혹

은 자기 충족적(selffulfilling) 성향을 갖게 된다(Shaver & Mikulincer, 2010).

내적 작동 모델 중에서도 타인이 자신을 수용할 것인지 거부할 것인지에 대한 신념 및 기대인 거부민감성은 개인이 대인관계를 맺고 유지해 나가는 과정에서 많은 영향을 미치는 요인으로 연구되고 있다. 타인에게 수용 받고, 소속감을 느끼려는 욕구는 인간의 매우 기본적인 중요한 욕구이지만, 이러한 욕구가 좌절되면 개인의 인지적, 정서적, 행동적 반응과 함께 정서적 불편감이 야기될 수 있다(Baumeister & Leary, 1995). 그러나 사람은 살아가면서 어떤 이유로든 한 번쯤은 거절을 당하는 상황을 겪게 된다. 이때 어떤 이는 평정을 유지하고 침착하려고 하지만, 어떤 이는 낙담하거나 화를 내고, 혹은 사회적 관계를 회피하는 식으로 반응하여 자신의 안녕과 주변의 인간관계를 위태롭게 하기도 한다(Ethan, Tobias, Kevin, Joy & Geraldine, 2007). 거부민감성은 다른 사람과의 의사소통 과정에서 타인의 확실하지 않은 신호를 거절로 지각하고 거절에 대해서 과잉반응을 하는 성격적 경향성이다(Downey & Feldman, 1996).

거부민감성은 두 가지 특징을 가지는데, 자신에게 의미 있는 타인으로부터 거부 받을 것에 대해 미리 불안을 느끼는 것, 거절을 예측할 수 있는 단서들을 인지하거나 실제 거절을 경험했을 때 지나친 정서 반응 및 높은 스트레스를 보이며 민감하게 반응하는 것이다. 거부민감성이 높은 사람들은 거부 받을 것에 대해 방어적으로 거절 단서를 과도하게 찾아내고 경계하며, 거절 관련한 잠재적 신호를 감지하는 데 많은 노력과 주의를 기울인다. 그 결과 중립적인 단서나 상대방의 모호한 반응을 쉽게 거절 신호로 지각하고, 실제 거절 상

황에서도 상대방의 의도를 부정적으로 왜곡하여 평가함으로써 불안, 분노 등의 감정을 경험하게 된다.

거부민감성은 사회적 위협에 빠르게 반응할 수 있게 도와주는 신경 방어체계가기도 하지만(Geraldine, Vivian, Ozlem, Bonita, & Yuichi, 2004), 실제 거부 상황이 아닌 경우에도 무분별하게 작동되어, 거부를 막아보려는 개인의 반응 및 대처가 개인의 다른 목표를 희생하도록 할 때에는 부적응적으로 작용할 수 있다(류혜라, 박기환, 2014). 거부민감성이 높은 사람들은 불안(김나영, 2009), 우울(박민숙, 2014; 홍상황, 2014), 수치심(전혜련, 이지연, 2014), 분노(서수균, 2009) 등의 부정적인 감정을 쉽게 느끼고 분노를 과도하게 표출하거나 공격성을 보이는 행동을 하거나, 다른 사람들을 비난하고 상대방에게 복수하고 싶다는 생각을 하기도 한다(Ayduk, Gyurak & Luerssen, 2008). 혹은 거부를 관계에서의 상실로 지각해 우울의 정서를 경험하고 지지 철회, 의기소침, 질투, 타인 통제 등의 부적절한 시도를 하거나(Downey & Feldman, 1996), 사회적 관계를 맺는 것을 회피할 수 있다(박혜정, 홍상황, 2014).

거부민감성과 어머니 양육 행동 간의 관계를 살펴본 선행 논문들은 아동을 대상으로 한 연구가 주를 이루는데, 부모가 아동의 요구를 거부하는 경향이 있는 경우 아동이 거부에 민감해질 수 있으며(남가희, 홍상황, 2015; 박우람, 홍상황, 2014; Bowlby, 1980), 그 중에서도 모와의 반복적인 상호작용 시 거부민감성이 발달될 수 있다는 연구 결과가 있다(유고은, 방희정, 2011). 즉, 어머니로부터 자주 냉담한 태도를 경험하거나 거부당한다는 느낌을 받게 되면, 유아는 자신에 대해 거부당하는 사람이라는 느낌을 갖거나, 거부당할 것이라는 기대

를 갖게 될 수 있다는 것이다.

한편 거부민감성과 외로움은 인지-정서적 과정이 개입된다는 점에서 개념적 공통성을 가지고 있다. 인지적 정서조절은 정서적으로 각성된 정보를 인지적으로 다루는 것을 의미한다(Garnefski, Kraaij & Spinhoven, 2001). 거부민감성은 모호한 단서에서 거부적인 의미를 갖는 면에 선택적 주의를 기울이게 만들고, 모호한 단서를 거절의 뜻으로 지각하게 한다. 따라서 거부민감성이 높은 사람들은 자신이 거절당할 것이라는 신념을 가지게 되며 각 상황에서 거부에 대한 기대를 가지게 된다(Ayduk, Downey, Testa, Yen & Shoda, 1999). 거부민감성은 상황적 특징을 처리할 때 인지-정서 단위들이 상호작용하여 특정한 인지, 정서, 행동을 활성화시키는 것이라 볼 수 있으며, 이는 우리의 정서와 느낌을 조절하는 것에 영향을 미친다(이민선, 노안영, 2018). 따라서 거부민감성 또한 외로움과 마찬가지로 인지-정서적 처리과정의 맥락에서 작용하는 개념으로 볼 수 있다(Feldman & Downey, 1994). 사람은 사회적 장면 안에서 경험하는 수용 혹은 거부의 상황을 자신의 인지적 틀 안에서 해석하는 경향이 있다. 어떤 사람이 부정적인 내적 틀을 형성하고 있을 때, 그가 마주하고 있는 개별적 상황 뿐 아니라 관계 전반에 대해서도 부정적인 것으로 인식되기 쉬우며 이는 곧 주관적 불만족감 및 외로움으로 연결될 수 있다.

거부민감성과 외로움의 관계를 조명한 선행 연구들을 살펴보면, 아동을 대상으로 한 연구에서 타인의 수용과 거부에 대하여 지나치게 민감하게 반응할 때 외로움을 더 많이 경험하는 것으로 드러났다(박소연, 진미경, 2013). 거부민감성이 높은 사람은 인간관계에서 보다 부적응적인 반응 행동을 선택하여 사회 관계

를 부정적인 것으로 경험할 가능성이 크며, 그 결과 외로움을 경험하기 쉽다(손은경, 민하영, 2011). 또한 거부민감성이 높은 사람들은 거부가 지각되었을 때 상처받거나 분노하여 자신이나 타인을 속으로 비난하게 되고, 관계에서 철수하는 반응을 보이게 된다고 하였다(박희경, 2011).

한편, 거부민감성이 높은 사람들이 거절을 반복적으로 지각할 때 느끼는 부정적 정서 중 선행 연구에서 반복적으로 언급되는 것이 거절에 대한 분노이다. 거부민감성이 높은 사람들의 경우 거부를 예상하거나 지각했을 때, 거부에 대한 예기불안과 함께 자동적으로 분노사고를 보일 가능성이 높다(손은경, 민하영, 2011). 이러한 분노사고는 일차적 분노사고와 이차적 분노사고로 구분되며, 일차적 분노사고는 현 상황에 대한 부정적 평가나 해석, 의미부여 등이다. 일차적 분노사고 후에는 이차적 분노사고가 진행된다. 이차적 분노사고는 해석 혹은 의미부여를 반영하여 일어나는 행동 및 표현 방식으로 이루어진다. 본 논문에서는 거부민감성으로 인한 이차적 분노사고, 즉 분노의 행동 및 표현 방식에 주목하였다.

분노를 표현하는 방식은 개인이 분노를 느끼는 강도나 혹은 분노를 표현하는 목적에 따라 다르게 나타난다(Domagalski & Steelman, 2005). 기능적인 분노표현은 사회적 지위를 내세우거나(Sloan, 2004), 불공정성을 바로잡거나(Averill, 1983), 타인의 보복성 언행을 방지하고 원만한 대인관계를 유지하기 위해 이루어진다(Fiebig & Kramer, 1998). 그러나 어떠한 인지적 평가 및 해석이 선행되었는지에 따라 동일한 사건에 대해서도 분노표현 방식은 달라질 수 있다. Spielberger(1983)는 분노표현 방식을 분노조절(anger-control), 분노표출(anger-out), 분노억

제(anger-in)의 세 가지 하위 유형으로 나눌 수 있다고 하였다. 분노조절이란 분노를 느끼는 상태를 지각하고 자신의 감정을 조절하여 문제를 해결하려는 방식으로, 위에서 언급한 분노표현의 목적을 달성하는 데 도움이 된다. 그러나 부정적인 인지적 평가가 선행될 때, 분노는 역기능적으로 표현될 수 있다. 역기능적 분노표현에는 분노표출과 분노억제가 있다(전현숙, 손정락, 2011). 분노표출은 자신의 분노경험을 제한 없이 직접적으로 터뜨리는 것을 의미한다. 분노억제는 분노를 경험하지만 이를 경험하지 않으려 억압하거나 부정하고, 과거에 경험한 정서를 재경험하지 않으려 의식적으로 억제하는 것을 말한다. 거부민감성이 높은 사람은 거부를 지각했을 때 불안과 분노의 감정을 느끼게 된다(Ayduk, May, Downey & Higgins, 2003). 이때 분노를 크게 느끼는 사람의 경우 상대방에 대해 적대감을 가지고 분노를 표출하며 공격성을 드러내는 방식으로 반응하는 반면, 분노와 불안을 함께 느끼는 사람의 경우 분노를 억제하려 시도하며 사회적 회피, 애정의 철수, 자기침묵과 같은 수동적이고 간접적이며 회피적인 대처 방식을 사용한다(Ayduk et al., 1999; Downey & Feldman, 1996).

본 연구에서는 거부민감성과 관련한 역기능적 분노표현 방식 중 분노억제의 하위변인을 선택하였다. 정서조절 과정의 맥락에서 부정적 정서의 경험을 의식하지 않으려 노력하거나 억누르려는 시도는 일시적으로 분노라는 불쾌한 정서 경험을 감소시킬 수 있다(Wegner, 1994). 거부민감성이 높은 사람들의 경우 거절을 반복적으로 경험해 왔기 때문에, 일차적으로 불유쾌한 경험을 피하기 위해 역기능적 감정을 억누르고 부정하려는 시도를 하기 쉽

다. 그러나 의식적으로 억제하려는 시도를 할 때 반동효과(post suppression rebound effect)를 통해 억누르려 했던 감정은 더욱 자주 떠오르게 된다(Wegner, 1994). 원치 않는 거절감과 분노를 경험하지 않기 위해 억제의 기제를 작동시키지만, 시간이 지날수록 거절과 관련한 사건, 기억, 정서들은 오히려 반동효과를 일으켜 점점 부정적정서가 증가되는 결과가 초래된다(이경순, 2012; Gross & John, 2003). 단기적 관점에서는 자신의 분노를 억제할수록 사회적 장면에서 대인관계 갈등이 유발될 계기를 차단하여 대인관계 유지에 기여하는 것처럼 보일 수 있으나, 장기적 관점에서는 낮은 자존감, 우울, 삶의 만족도 저하, 신체화 증상 등을 경험하게 된다(강지숙, 신미경, 2011; 김남연, 양난미, 2012; 박상혁, 노윤경, 조은혜, 이동귀, 2011; 박영주 외, 2010; 장혜주, 2012; 최성일, 김중술, 신민섭, 조맹제, 2001; 최임정, 심혜숙, 2010; Cha & Sok, 2014).

거부민감성과 분노억제를 다룬 선행 연구를 살펴 보면, 거부민감성이 높은 사람들은 거부에 대해 불안 및 분노 감정을 경험하지만, 오히려 순종적 혹은 회피적 행동을 하는 것이 주변 타인과의 관계 유지를 위한 대처 행동이라고 여긴다고 하였다(Downey & Purdie, 2000). 따라서 자신의 분노 감정을 더 많이 억제함으로써 대인관계에서 갈등을 일으키지 않으려는 시도를 하게 되는데, 오히려 그럴수록 분노 감정을 마음 속에 축적하고 속으로 앙심을 품거나 복수를 다짐하는 등 강렬한 분노를 느끼게 된다(백승혜, 2008; 서수균, 권석만, 2005; 황엘라, 2017).

분노억제는 외로움과도 관련이 있는 것으로 파악된다. 분노억제와 외로움을 연구한 선행 논문을 살펴보면 분노억제는 외로움에 영향을

미칠 것이라는 가설을 도출할 수 있다. 내면에 쌓인 분노감은 대인관계 유능성을 감소시키고 적절한 대처 행동을 하기 어려워지고, 대인관계에 직접적인 손상을 입힐 수 있다. 분노억제가 높은 사람은 자기 내부에 쌓인 분노 감정이 밖으로 표현되는 것을 통제하는 데 집중하느라 막대한 에너지를 쓰고, 이렇게 내적인 긴장 상태가 지속될 경우 주변 환경으로부터의 지지 및 수용을 충분히 받을 수 있는 대처 반응을 하는 데 필요한 에너지가 부족해질 수 있다(Riley, Treiber & Woods, 1989). 따라서 분노억제와 같은 역기능적인 분노표현 방식을 지속적으로 유지할 경우, 대인관계 갈등을 회복시킬 수 있는 적응적 대처 방식을 찾기 어려워진다. 계속해서 내면에 축적된 분노는 의도치 않은 방식으로 표현되거나, 때로는 폭발되기도 한다(현성민, 2016). 분노로 인한 불쾌감을 폭발시키는 행동은 개인의 다양한 기능 및 대인관계를 손상시키고 외로움을 불러일으킬 수 있다(최임정, 심혜숙, 2010; 박상혁 외, 2011). 또한, 표현되지 않은 분노는 공허함과 회의감을 불러일으킬 수 있다. 정서적 경험인 분노를 의식적으로 억누르면서 화가 나지 않은 것처럼 행동할 경우 주변 사람들은 그의 감정에 대해 깨닫지 못하게 되고, 결국 타인에게 진정한 자신의 모습을 이해받지 못한다는 느낌은 외로움으로 이어질 수 있다.

지금까지의 연구 결과들을 종합하여 볼 때, 어머니의 양육 행동으로 인해 형성된 거부민감성은 역기능적 분노표현 방식인 분노억제를 통해 외로움에 영향을 미칠 것으로 보인다. 그럼에도 지금까지의 선행 연구들에서 이 내면인의 관계를 경험적으로 검증한 연구는 찾아보기 어렵다. 앞서 언급했듯, 선행 연구에서는 외로움에 대해 주로 예측변인 혹은 매개변

인의 역할로서 다룬 반면, 외로움을 예측하는 변인에 대해서는 연구된 바가 드물다. 또한 어머니 양육 행동과 거부민감성에 대한 연구는 아동을 대상으로 한 논문이 주를 이루었다. 외로움과 관련한 문제 행동을 경험하기 쉬운 대학생들을 대상으로 한 연구는 그 중요성에도 불구하고 찾아보기 힘들다. 따라서 본 논문에서는 어머니의 양육 행동이 자신과 타인에 대한 특정한 기대 및 일관적인 인지·해석을 하게 만든다는 대상관계이론을 바탕으로, 생애 초기 주 양육자인 어머니와의 경험이 성인기 대인관계에서의 정서 경험인 외로움과 밀접한 관련이 있을 것으로 가정하고, 이러한 심리적 경로를 구조방정식 모형을 통하여 살펴보고자 한다.

본 연구의 목적은 생애 초기 경험한 어머니의 양육 행동이 대학생의 외로움에 미치는 세부 기제를 밝히는 것이다. 구체적으로는 어머니의 양육 행동과 외로움 간의 관계에서 거부민감성과 역기능적 분노표현 방식인 분노억제가 매개할 것이라 가정하고, 이들 변인 간의 관계를 밝히고자 한다. 대학생이 삶의 초기에 경험한 어머니의 양육 행동이 냉담하고 통제적일수록 거부에 민감하게 반응하여 거부에 대한 분노를 부인하고 회피하는 역기능적 대처 방식을 사용하게 되고, 결과적으로 이는 대학생들을 외롭게 만들 것이다.

이를 위해 본 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 어머니의 양육 행동, 거부민감성, 분노억제, 외로움은 유의미한 관계가 있는가? 둘째, 어머니의 양육 행동이 외로움에 미치는 영향에서 거부민감성과 분노억제가 매개하는가?

방 법

연구 절차

본 연구는 생명윤리심의위원회(institutional review board: IRB)에서 연구 윤리를 위한 심사를 승인을 받고 실시하였다(1040395-201802-13). 설문조사는 경기도 소재의 4년제 대학교에 재학 중인 만 19~24세의 후기청소년에 해당하는 남녀 대학생 443명을 대상으로, 2018년 3월 한달 간 실시하였다. 설문은 전공과목 및 교양과목을 수강하는 인원을 대상으로 수업 전후 단체로 실시하고, 자발적 참여 및 응답 철회, 설문 자료 보관 등에 대한 설명을 설문지 표지에 안내한 후 설문 실시 전 다시 한번 구두 설명하였다. 설문 작성에는 평균 약 15~20분이 소요되었으며, 총 462부의 설문지가 수거되었다. 그 중 설문에 결측치가 있거나 불성실하게 응답한 경우를 제외한 총 443명의 설문을 최종 분석 자료로 사용하였다. 최종적으로 분석에 사용된 자료에 응답한 연구대상자는 전체 중 남학생이 147명(33.2%), 여학생이 296명(66.8%)를 차지했으며, 학년 별 비율은 1학년 142명(32.1%), 2학년 92명(20.8%), 3학년 145명(32.7%), 4학년 64명(14.4%)로 구성되어 있었고 평균 연령은 21.04세($SD=7.94$)였다.

측정 도구

부모 자녀 유대검사(The Parental Bonding Instrument: PBI) 개정판

대학생의 모 양육 행동을 측정하기 위해 Parker 등(1979)이 개발하고 이후 Gamsa(1987)가 문항을 개정한 부모 자녀 유대검사(The

Parental Bonding Instrument: PBI)를 송지영(1992)이 번안 및 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 응답자가 16세가 되기 이전까지 자신의 부모 양육 행동을 회상적으로 보고하게 되어 있으며, 돌봄과 과보호 두 가지의 하위차원으로 구성되어 있다. 돌봄은 어머니의 양육 행동이 온정적이고 다정했는지 반대로 냉담했는지 애정적 차원을 측정하는 하위차원으로, 12개의 문항으로 구성되어 있다. '나에게 따뜻하고 다정하게 말해 주었다.'와 같은 문항이 포함되며, 점수가 높을수록 애정적인 양육경험을 회상하였다는 것을 의미한다. 과보호는 자녀의 선택에 있어서 자율성을 인정해 주었는지 반대로 무엇이든 자녀가 하는 것에 간섭하고 통제하려 했는지 자율적 차원을 측정하는 하위차원으로, 13개의 문항으로 구성되어 있다. '내가 하고 싶었던 일을 하도록 해 주었다.'와 같은 문항이 포함되며, 점수가 높을수록 자유로운 양육경험을 회상하였다는 것을 의미한다. 각 문항의 응답은 Likert식 5점 척도로 평정된다. 송지영(1992)의 연구에서는 내적 합치도(Cronbach's α) 값이 모 돌봄 .87, 모 과보호 .87로 나타났으며, 본 연구에서의 전체 내적 합치도(Cronbach's α)는 모 돌봄 .90, 모 과보호 .87로 나타났다.

거부민감성 척도(The Rejection Sensitivity Questionnaire: RSQ)

거부민감성의 측정을 위해 Downey와 Feldman(1996)이 개발한 거부민감성 척도(The Rejection Sensitivity Questionnaire: RSQ)를 이복동(2000)이 번안하고 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 '부모님께 용돈을 더 달라고 부탁한다.'와 같이 성인 초기 대학생들이 일상생활에서 중요한 타인에게 무엇인가를 요구하는

18가지 상황을 제시하고, 각 상황에 대해 거부에 대한 불안, 거부에 대한 예상의 두 가지 하위 문항에 대해 답하도록 구성되어 있다. 각 문항의 응답은 Likert식 6점 척도로 평정된다. 이복동(2000)의 연구에서는 내적 합치도 .87로 나타났으며, 본 연구에서의 전체 내적 합치도(Cronbach's α)는 .94로 나타났다.

한국판 상태-특성 분노표현 척도(State-Anger Expression Inventory-Korean Version: STAXI-K)

분노억제를 평정하기 위한 질문은 한국판 상태-특성 분노표현 척도(State-Anger Expression Inventory-Korean Version: STAXI-K)를 사용하였다. 상태-특성 분노표현 척도는 Spielberger, Krasner & Solomon(1988)이 개발하였으며, 한덕웅, 이장호, 전경구(1996)가 번안하여 타당화하였다. 이 척도는 상태분노(10문항), 특성분노(10문항), 세 가지 분노표현 척도인 분노억제(8문항), 분노표출(8문항), 분노통제(8문항) 총 44 문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 이중 분노억제 하위척도만을 사용하였다. 분노억제 하위척도에서는 분노를 적극적으로 표현하거나 조절하지 않고 회피하며 안으로 쌓아두는 정도를 묻으며, '화가 나거나 분노를 느낄 때 나는 똥해지거나 토라진다'와 같은 문항이 포함된다. 각 문항의 응답은 Likert식 4점 척도로 평정된다. 한덕웅, 이장호, 전경구(1996)의 연구에서 분노억제의 내적 합치도 계수는 .81로 나타났으며, 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .81로 나타났다.

한국판 UCLA 외로움 척도

대학생이 경험하는 주관적 외로움의 정도를 측정하기 위하여 한국판 UCLA 외로움 척도(김교헌, 김지환, 1989)를 사용하였다. 한국판

UCLA 외로움 척도는 총 20문항으로 구성되어 있고, 외로움을 타인들과 원하는 수준의 친밀한 대인관계를 맺지 못할 때 경험되는 불쾌한 정서적 반응으로 정의하며 이를 얼마나 자주 느끼는지를 측정한다. 문항의 예시로는 ‘나는 버려진 듯한 느낌이다.’와 같은 내용을 들 수 있으며, 각 문항의 응답은 Likert식 4점 척도로 평정된다. 내적 합치도는 김교헌과 김지환(1989)의 연구에서 .84로 나타났으며, 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's α)는 .94로 나타났다.

자료 분석

수집된 자료는 SPSS 21.0과 AMOS 21.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 먼저, 연구대상자의 인구통계학적 특성을 확인하고, 측정도구의 신뢰도를 검증하였다. 또한 주요 측정변인의 평균 및 표준편차, 왜도 및 첨도 값을 확인하였다. 다음으로 각 변인 간 상관관계를 알아보기 위해 Pearson 상관계수를 산출하였다. 또한, 각 변인의 측정을 위해 사용된 지표들이 각각의 구성개념들을 적절히 반영하는지 검토하기 위해 확인적 요인분석을 실시한 후, 측정 모형의 적합도를 검증하였다. 연구모형의 자료 반영도가 얼마나 적절하고, 자료를 얼마나 예측하는지 살펴보기 위해 적합도 지수(fit index)로 χ^2 과 함께 NFI, CFI, RMSEA, TLI 수치를 기준으로 확인하여 모형의 적합성을 검토하였다. 이어서 모 양육 행동, 거부민감성, 분노억제, 외로움 간의 구조적 관계를 확인하기 위해 구조방정식 모형을 분석하였다. 본 연구에서 가정된 구조모형의 적합성을 검증하기 위해 연구모형 및 대안모형에 대한 검증이 이루어졌다. 연구모형과 비교 가능한 대안모

형을 설정하여 비교검증할 경우 연구자가 자신의 연구모형에 대해 갖는 확증 편향을 줄일 수 있으며(Martens, 2005), 연구모형과 대안모형이 동일한 수의 잠재변수를 가지고 있으면서 변인간 관계를 바꾼 내재된 모형(nested model)인 경우, 두 모형을 비교함으로써 보다 적합한 모형을 선택할 수 있다(배병렬, 2014). 연구모형과 대안모형을 비교 검증하기 위해 적합도 지수를 비교하여 최종모형을 설정하였고, 최대우도추정법(Maximum Likelihood: ML)을 적용하여 최종 채택된 모형의 모수를 추정하고 통계적 유의성을 검증하였다. 마지막으로, 최종적으로 채택된 모형의 간접효과의 유의성 및 크기를 확인하기 위해 Bootstrapping을 실시하였다.

결 과

기술통계 및 상관분석

본 연구에서는 변인의 특성을 알아본 후 변인 간 관련성을 확인하고, 각 변인들의 평균 및 표준편차, 왜도 및 첨도, 변수 간 Pearson 상관계수를 살펴봄으로써 수집된 자료가 정규분포의 가정을 따르는지 검증하였다. 주요 변인의 기초통계량 및 상관분석 결과는 표 1과 같다. 변인 간의 상관을 살펴보면, 모 양육 행동, 거부민감성, 분노억제, 외로움은 모두 정적상관을 보였다($p < .01$). 이러한 결과가 의미하는 바는 다음과 같다. 먼저, 모의 양육 행동은 애정적일수록 동시에 자율적이다. 또한, 모의 양육 행동이 애정적일수록 거부민감성, 분노억제, 외로움 수준이 낮고, 모의 양육 행동이 과보호적일수록 거부민감성, 분노억제, 외

표 1. 주요 변인의 기초통계량 및 상관분석 결과 (n=443)

	1-1	1-2	2	3	4
1-1 모 돌봄	1				
1-2 모 과보호	.519**	1			
2 거부민감성	-.360**	-.347**	1		
3 분노억제	-.237**	-.237**	.514**	1	
4 외로움	-.419**	-.446**	.595**	.526**	1
평균	3.19	3.06	8.66	2.20	1.74
표준편차	0.501	0.495	4.14	0.605	0.535
왜도	-0.745	-0.560	1.306	0.358	0.789
첨도	0.917	0.361	3.711	-0.298	0.185

주. **p<.01

로움 수준이 높다. 다음으로 거부민감성 수준이 높을수록 분노억제와 외로움 수준이 높다. 마지막으로 분노억제 수준이 높을수록 외로움 수준은 높다. 다음으로 측정 변인들의 왜도와 첨도를 살펴 보았을 때, 왜도의 절대값은 2 미만이고, 첨도의 절대값은 7 미만에 해당하여 정규분포성의 가정을 충족하는 것으로 나타났다(Finch & West, 1997).

측정모형 검증

어머니 양육 행동, 거부민감성, 분노억제, 외로움에 대한 측정변인들이 해당 잠재변인을 적절히 구인하는지 확인하기 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 이 때, 항목 묶음(item parceling)을 활용하면 변수가 단일요인으로 구

성되어 있을 때 모수를 너무 많이 추정해야 하는 부담이 줄어들고, 다요인으로 구성되어 있을 때에도 자료의 비정규성이 감소하며 모형 적합도가 향상되어 더욱 안정된 추정치 및 적합도 지수가 산출된다(Bagozzi, 1988). 항목 묶음은 3-4요인으로 묶었을 때 가장 안정적이라는 연구에 기초하여(Russell, Kahn, Spoth & Altmaire, 1998), 항목 묶음을 활용하여 잠재변인들을 각각 어머니 돌봄 3요인, 어머니 과보호 3요인, 거부민감성 3요인, 분노억제 4요인, 외로움 4요인으로 묶음을 실시하였다.

확인적 요인분석 결과의 해석이 가능하기 위해서는 먼저 확인적 요인분석 모형이 자료에 통계적으로 부합하는지를 판단하기 위해 적합도 지수 평가가 수행되어야 한다. 본 연구의 확인적 요인분석 결과는 표 2와 같이

표 2. 확인적 요인분석 모형의 적합도 지수 (n= 443)

χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
434.71	109	.906	.933	.079

표 3. 측정모형의 확인적 요인분석 결과

잠재변인	측정변인	B	β	S.E.	t
어머니 돌봄	어머니 돌봄1	0.78	.82	.03	23.68***
	어머니 돌봄2	0.98	.90	.36	27.32***
	어머니 돌봄3	1.00	.90		
어머니 과보호	어머니 과보호1	1.00	.82	.03	21.56***
	어머니 과보호2	1.37	.88	.04	23.27***
	어머니 과보호3	1.35	.86		
거부민감성	거부민감성1	1.20	.92	.04	29.12***
	거부민감성2	1.22	.93	.04	29.85***
	거부민감성3	1.00	.88		
분노억제	분노억제1	0.90	.73	.08	14.24***
	분노억제2	0.96	.78	.08	14.96***
	분노억제3	1.00	.80	.09	15.14***
	분노억제4	0.77	.70		
외로움	외로움1	0.53	.46	.06	8.46***
	외로움2	0.68	.52	.07	9.50***
	외로움3	0.83	.70	.07	11.68***
	외로움4	1.00	.75		

주. *** $p < .001$

Comparative Fit Index(CFI) > .90, Tucker-Lewis Index(TLI) > .90, RMSEA < .1의 기준을 모두 충족하여 측정모형은 자료에 적합한 것으로 판단할 수 있다. 표 3에 제시된 바와 같이 측정모형의 확인적 요인분석 결과를 분석하였는데, 잠재변인에 대한 측정변인의 요인부하량은 모두 $p < .001$ 수준에서 유의하였다. 어머니 돌봄적 양육 행동은 .82~.90, 어머니 과보호적 양육 행동은 .82~.86의 요인부하량을 보였으며, 분노억제는 .70~.80, 외로움은 .46~.75의 요인부하량을 보였다. 따라서 측정변인들이 해당 잠재변인을 구인하는 것은 타당한 것으로 확인되었다.

구조모형 검증

각 변인들의 구조적 관계를 설명해 주는 최적의 모형을 검증하기 위해, 본 연구에서 설정한 가설은 어머니의 양육 행동(돌봄적 양육 행동, 과보호적 양육 행동)이 외로움에 영향을 주는 경로에서 거부민감성과 분노억제가 부분 매개하는 모형이다. 연구 모형의 적합성을 검증하기 위해 최대우도법을 사용하여 구조모형을 검증한 결과, $\chi^2 = 199.718$ (df = 111, $p = .000$), TLI = .981, CFI = .984, RMSEA = .043 (90% 신뢰구간 = .033~.052). 연구모형의 모든 경로계수는 통계적으로 .01~.001 수준에서 유의하였다. 한편 각 변인의 매개경로를 설정하는 데 있어

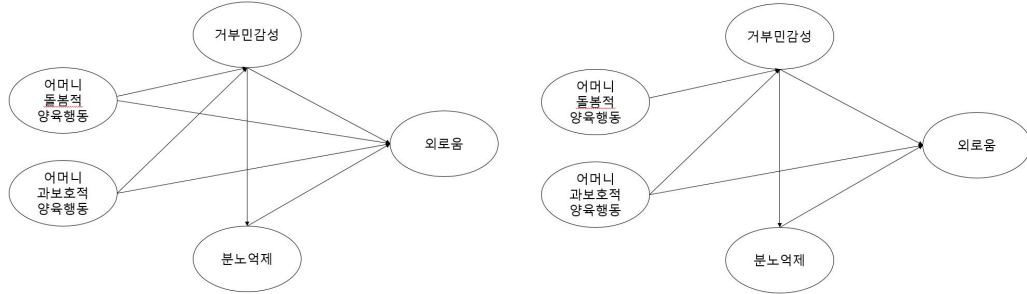


그림 1. 연구모형(좌측)과 경쟁모형(우측)

표 4. 연구모형과 경쟁모형의 적합도 지수 (n= 443)

	χ^2	df	TLI	CFI	RMSEA
연구모형	199.718	111	.981	.984	.043
경쟁모형	206.249	112	.980	.980	.044

어머니 양육 행동이 외로움에 주는 영향을 거부민감성과 분노억제가 매개하는 구체적인 과정에 대한 실증적인 선행 연구가 미흡한 상황이기 때문에, 경쟁모형을 설정하여 비교하였다. 비교 대상이 되는 경쟁모형으로는 어머니 돌봄적 양육 행동과 외로움 간의 직접 경로를 삭제한 경쟁모형 1, 어머니 과보호적 양육 행동과 외로움 간의 직접 경로를 삭제한 경쟁모형 2를 설정하였다. 이들 모형 중 경쟁모형 2는 어머니 돌봄적 양육 행동과 외로움 간의 경로($\beta=-.122, p>.01$)가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 한편 경쟁모형 1은 $\chi^2= 206.249(df= 112, p=.000)$, $TLI=.980$, $CFI=.980$, $RMSEA=.044(90\% \text{ 신뢰구간}=.034\sim.053)$ 으로 연구모형과 같이 자료에 적합한 것으로 나타나 경쟁모형 1을 최종 경쟁모형으로 설정하였다. 연구모형과 최종 경쟁모형의 형태는 각각 그림 1에 제시되어 있으며 적합도 지수는 표 4에 제시되어 있다.

연구 모형과 경쟁모형은 내포모형(nested model)이기 때문에 χ^2 차이검증 후 적합도를 비교하여 최종 모델을 선정하였다. 유의도 수준 $\alpha=.05$ 에서 연구모형과 경쟁모형은 차이를 보이지 않는다는 영가설을 기각하기 위해서는 자유도 차이가 1일 때 χ^2 값의 차이가 3.84 이상인 것으로 드러나야 한다. 연구모형과 경쟁모형의 χ^2 을 비교한 결과 차이값이 6.53으로 유의하게 나타났기 때문에 모형 적합도가 가장 양호한 경쟁모형 1을 최종모형으로 채택하였다.

최종모형을 살펴보면, 어머니의 돌봄적 양육 행동은 거부민감성에 유의한 정적 경로($\beta=-.27, p<.001$)를 보였는데, 이는 어머니가 따뜻하고 애정적으로 양육했을수록 거부민감성이 낮아진다는 것을 뜻한다. 또한 어머니의 과보호적 양육 행동은 거부민감성 및 외로움에 유의한 정적 경로(거부민감성: $\beta=-.22, p<.001$, 외로움: $\beta=-.27, p<.001$)를 보였는데,

이는 어머니가 자녀의 독립심과 자율성을 존중하는 방식으로 양육을 했을수록 거부민감성과 외로움이 낮아진다는 것을 뜻한다. 거부민감성은 분노억제와 외로움에 유의한 정적 경로(분노억제: $\beta=.59, p<.001$, 외로움: $\beta=.34, p<.001$)를 보였는데, 이는 거부민감성이 높을수록 분노억제와 외로움이 높아진다는 것을 나타낸다. 마지막으로 분노억제는 외로움에 유의한 정적 경로($\beta=.33, p<.001$)를 보였는데, 이는 분노억제가 높을수록 외로움이 높아진다는 것을 나타낸다.

거부민감성과 분노억제를 매개로 외로움에 영향을 미치는 간접효과는 -.21로 95% 신뢰구간(CI=-.29~-0.15)에서 0을 포함하지 않기 때문에 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 어머니의 과보호적 양육 행동이 거부민감성과 분노억제를 매개로 외로움에 영향을 미치는 간접효과는 -.21로 95% 신뢰구간(CI=-.27~-0.15)에서 0을 포함하지 않아 매개효과가 유의한 것으로 나타났다.

논 의

간접효과 검증

어머니의 돌봄적 양육 행동 및 과보호적 양육 행동이 거부민감성과 분노억제를 매개로 외로움에 미치는 영향이 유의한 효과를 지니는지를 살펴보기 위해 Shrout와 Bolger(2002)가 제안한 부트스트랩(Bootstrapping) 검증방법을 실시하였다. 본 연구에서는 5000회 반복 추출하여 생성된 부트스트랩 표본을 사용해 매개효과를 검증하였다. 최종모형의 매개효과 검증 결과는 표 5와 같다.

검증 결과, 어머니의 돌봄적 양육 행동이

본 연구는 성인으로서의 적응기에 속하는 대학 초년생을 대상으로 어머니의 양육 행동이 거부민감성과 분노억제를 매개로 하여 외로움에 영향을 미치는 심리적 과정을 조사하였다. 이를 위해 구조방정식 모델링으로 어머니의 양육 행동, 거부민감성, 분노억제, 외로움 간의 구조적 관계를 살펴보았다. 본 연구의 최종모형 경로를 중심으로 연구 결과를 논의하자면 다음과 같다.

첫째, 어머니의 돌봄적 양육 행동과 외로움 사이에는 부적 상관이 나타났고, 어머니의 과

표 5. 최종모형의 구조경로분석 결과

경로	B	β	S.E.	t
어머니 돌봄적 양육 행동 → 거부민감성	-1.80	-.27	.41	-4.36***
어머니 과보호적 양육 행동 → 거부민감성	-1.50	-.22	.42	-3.60***
거부민감성 → 분노억제	.076	.59	.01	10.41***
분노억제 → 외로움	.39	.33	.06	6.07***
거부민감성 → 외로움	.05	.34	.01	6.40***
어머니 과보호적 양육 행동 → 외로움	-.28	-.27	.04	-6.37***

주. *** $p<.001$

보호적 양육 행동과 외로움 사이에도 부적 상관이 나타났다. 이러한 결과는 어머니의 양육 행동이 애정적이고 자율적일수록 자녀가 외로움을 덜 느낀다는 여러 선행연구(김주연 외, 2012; 최보배, 2017) 결과와 일치한다. 이는 성장 과정에서 어머니의 돌봄적 양육 행동을 받았던 대학생일수록, 그리고 어머니의 자율적인 양육 행동을 받았던 대학생일수록 외로움을 덜 느낀다는 것을 의미한다.

둘째, 어머니의 돌봄적 양육 행동 및 과보호적 양육 행동은 거부민감성과 부적 상관이 나타났다. 이는 어머니와의 양육 경험을 돌봄적이고 자율적인 것으로 회상하는 대학생일수록 거부민감성이 낮다는 것을 의미하며, 어머니의 양육 행동이 애정적이고 자율적일수록 거부에 대해 덜 민감하게 반응한다는 선행연구와 일치한다(남가희, 홍상황, 2015; 박우람, 홍상황, 2014; 구세정, 송미경, 2018). 본 연구의 이러한 결과는 양육 과정에서 따뜻한 돌봄을 받고 하나의 인격체로서 자율적인 대우를 받은 자녀는 자신 및 타인에 대한 긍정적인 지각과 기대를 갖게 되고, 이는 그의 이후 생애에서의 사회적 관계 및 친밀감 형성과 유지에 영향을 준다는 점을 시사한다.

셋째, 거부민감성과 분노억제는 순차적 매개 과정을 거쳐 외로움에 유의한 영향을 미치는 것으로 드러났다. 이는 독립적 상황을 거부로 인식하고 더 많은 거부를 예상할수록 분노를 억누르는 방식으로 행동하며, 그 결과 외로움을 더욱 크게 느낄 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 거절에 민감한 사람들은 거절로 인한 불안감과 분노감을 경험하지 않기 위해 억압하거나 부정한다는 선행연구(백승혜, 2008; 서수균, 권석만, 2005; 황엘라, 2017), 거부민감성이 높은 사람은 인간관계에서 보다

부적응적인 반응 행동을 선택하여 사회 관계를 부정적으로 지각하고 외로움을 경험하기 쉽다는 선행연구(박소연, 진미경, 2013; 손은경, 민하영, 2011)의 결과와 일치한다. 또한, 분노를 의식적으로 억제하는 사람들은 친밀감 욕구의 좌절을 경험할 수 있으며(김남연, 양난미, 2012; 박상혁 외, 2011; 백승혜, 2008; 심혜숙, 최임정, 2010; 현성민, 2016), 이러한 친밀감 욕구의 좌절로 인해 외로움을 경험할 수 있다는 선행연구(현성민, 2016)의 결과와도 맥락을 같이 한다. 이에 대해서는 다음과 같은 해석이 가능하다. 독립적인 상황에서도 거부 단서에 주의를 기울이며 거부에 대해 과대지각하는 사람들은 그로 인한 불안감 및 분노감을 재경험하지 않기 위해 불안 및 분노의 정서 경험을 회피하거나 부정하는 방식으로 행동한다. 이는 일시적으로는 정서적 안정감을 느끼고, 대인관계에서 순종적·회피적 대처를 하도록 하여 타인과의 갈등을 줄이는 데 도움이 될지 모르나, 이러한 과정이 반복될 경우 억압한 분노감은 점차 내면에 쌓여 타인에게 앙심을 품거나 복수를 다짐하는 등의 양상으로 이어지기 쉽다. 이때 내면에 축적된 분노가 에너지를 소모하게 만들고 긴장 상태를 유발하여 공허감과 회의감을 유발함과 동시에 주변으로부터 수용 및 지지를 받을만한 대처를 불가하도록 만들기 때문에 외로움으로 이어질 것이라는 설명이 가능하다. 다만, 본 연구에서는 분노억제 수준과 외로움 수준만을 측정하였기 때문에 분노억제가 외로움을 초래하는 과정이 위에서 설명한 것과 같이 구체화되지는 않았음에 주의하여 해석할 필요가 있다. 즉 분노억제가 공허감이나 회의감 등의 감정을 유발하여 외로움을 느끼게 하는 한편으로, 사회적 장면에서 부적절한 대처를 유발하여

지지자원 또는 실제적인 대인관계의 질을 저하시킴으로써 외로움을 느끼게 만들 것이라는 해석을 해 볼 수 있으나, 본 연구에서 실제로 공허감이나 회의감 등의 부정적인 감정 수준, 사회적 장면에서의 부적절한 대처 수준을 측정하지는 않았으므로 이는 경험적으로 검증된 바는 아니다. 따라서 추후 경험적 연구에서 이 과정을 검증하는 것이 의미 있을 수 있다.

넷째, 본 연구에서는 어머니 돌봄적 양육 행동 혹은 과보호적 양육 행동에서 거부민감성, 분노억제를 거쳐 외로움에 이르는 이중매개 경로모형을 설정하였다. 그 결과, 어머니 돌봄적 양육 행동 및 과보호적 양육 행동이 거부민감성과 분노억제를 순차적으로 경유하여 외로움으로 이어지는 경로가 유의미하게 나타났다. 이러한 연구 결과는 두 가지를 의미한다. 첫째, 어머니의 과거 양육을 따뜻하고 애정 어린 것으로 회상하는 대학생일수록 거부적 상황에 대해 덜 민감해지고, 자신의 분노를 억제하는 일이 줄어들면서 외로움을 덜 느끼는 것을 의미한다. 어머니의 따뜻한 애정을 받으며 자란 자녀는 스스로를 애정을 받을 자격이 있는 가치로운 사람으로 인식하게 된다. 이 결과 긍정적인 자기감과 함께 세상에 대한 신뢰를 형성하고, 타인과의 상호작용에서 편견을 갖지 않고 행동하는 긍정적인 상호작용을 통하여 대인관계에서 솔직한 감정을 표현할 수 있게 된다. 결과적으로 외로움을 덜 느끼게 된다. 둘째, 어머니의 과거 양육을 자율적인 것으로 회상하는 대학생일수록 거부적 상황에 대해 덜 민감하게 반응하고, 자신의 분노를 억제하는 일이 줄어들면서 외로움을 덜 느끼는 것을 의미한다. 자율적으로 자란 자녀는 자신의 행동을 스스로 선택하고,

이에 대한 책임을 질 수 있는 기회를 얻게 된다. 또한 어머니가 자녀에게 자유를 주었다는 것은 자녀를 신뢰함을 의미한다. 이로써 자녀는 스스로에 대한 긍정적인 자기감이 형성되어 통제감 및 자기효능감이 상승하고, 타인과의 상호작용에서 편견을 갖지 않고 행동할 수 있는 긍정적 상호작용을 통하여 대인관계에서 솔직한 감정을 표현할 수 있게 된다. 따라서, 이러한 자녀는 외로움을 덜 느끼게 된다. 순차적 매개 경로에서 어머니의 돌봄적 양육 행동이 거부민감성 및 분노억제를 통한 간접적 영향 외에 외로움에 직접적인 영향도 미칠 것이라 가정하였으나, 결과적으로는 어머니의 돌봄적 양육 행동은 거부민감성 및 분노억제를 통하여서만 외로움에 영향을 미치는 것으로 밝혀졌다. 이는 외로움이라는 변인에 대해 거부민감성 및 분노억제의 영향이 많은 부분을 차지하기 때문으로 해석해 볼 수 있고, 어머니의 돌봄적 양육 행동이 외로움에 영향을 미칠 때에도 다른 과정들보다 거부민감성 및 분노억제의 경로가 상당 부분의 설명력을 차지할 것으로 예상할 수 있는 경험적 증거가 되었음을 알 수 있다.

본 연구의 결과는 대학생들의 외로움을 완화시키기 위한 상담 및 심리치료 장면에서 몇 가지 유용한 정보를 제공할 것으로 보인다. 첫째, 대학생들의 외로움은 그가 경험한 부모의 양육 행동과 관련이 있다. 애정적이고 따뜻하면서 동시에 하나의 인격체로서 존중받고 자율성이 보장된 양육 환경의 경험이 중요하다. 부모 대상의 상담 및 교육 장면에서 자녀 양육 시 양육 태도 및 행동에 대해 그 중요성을 강조하고, 이에 대한 상담 및 교육 프로그램을 마련하는 것이 도움이 될 것으로 보인다.

둘째, 강도 높은 외로움을 자주 느끼는 대학생들의 상담 장면에서 외로움에 대한 개입으로 인지-정서적 개념인 거부민감성을 활용하여, 상황적 요소를 어떻게 귀인하고 해석하는지에 대해 함께 탐색해 보고 이에 개입할 수 있을 것이다. 예를 들어 거부로 지각했던 여러 상황을 떠올려 보고 각각 외부 귀인, 내부 귀인 등 어떠한 요소로 귀인했는지를 탐색한 후 이러한 귀인이 논리적 개연성이 있는 것인지, 또 이러한 귀인으로 인해 어떠한 마음이 유발되었는지를 탐색하고 그 원인에 대해 과거 비슷한 경험을 탐색해 감으로써 자신이 외로움을 느끼는 이유에 대한 자기 탐색을 촉진하는 방향으로 접근할 수 있다. 이 과정에서 상황 및 태도에 개입하기 어렵다고 판단되는 경우에는 자신의 분노를 억제하지 않고 적절한 강도로 적응적으로 표현하는 방법을 함께 연습해 보며 주변인들과의 관계 개선, 친밀감 및 소속감의 향상을 통해 외로움을 완화시킬 수 있을 것으로 보인다.

본 연구는 다음의 제한점을 지닌다. 첫째, 본 연구는 경기도 소재의 4년제 대학에 재학 중인 후기 청소년(만 19~24세에 해당하는 대학생)을 대상으로 진행되었기 때문에 연구 결과를 전 연령대, 전 지역으로 일반화하여 적용하는 데 어려움이 따른다. 본 연구의 결과를 일반화하기 위한 추후 연구가 진행될 필요가 있다.

둘째, 본 연구에서 사용된 척도는 모두 자기보고식이기 때문에 연구 참가자들이 사회적 바람직성에 따라 솔직하게 응답하지 않았을 가능성을 고려해야 한다. 후속 연구에서 척도의 타당도를 재확인하고 응답 편향성을 확인하는 등의 노력을 통하여 자료의 신뢰성을 높일 수 있다.

셋째, 본 연구에서는 어머니의 양육 행동에 대해 과거 경험을 회상하는 방식으로 측정하였는데, 부모-자녀의 실제적인 상호작용을 객관적으로 측정하기보다 자녀의 주관적 회상에 기초하여 어머니의 양육 행동을 측정하였다는 한계가 있다. 하지만 이는 부모 자녀의 실제 상호작용이 어떠한지보다 자녀가 이를 어떻게 지각하고 개념화하였는지가 발달과 정서에 더 중요한 영향을 미친다는 관점에서 의미가 있으며, 대상관계이론에서 설명하는 타인 표상을 더 잘 확인할 수 있도록 하는 역할을 하리라 본다. 추후 연구에서는 실제 부모-자녀 양육 경험을 중단적으로 연구함을 통해서 영유아기부터 청소년기까지 경험한 양육 행동이 대학생의 외로움에 미치는 영향을 조사하여 본 연구 결과의 타당성을 높이면 도움이 될 것이다.

넷째, 본 연구에서는 대학생의 외로움과 관련된 선행 요인 중, 자녀의 모체에 해당하며 주 양육자로서의 대표성을 가지는 어머니의 양육 행동에 주목하였다. 그러나 이는 대학생의 외로움과 관련된 다른 변인들의 영향을 부정하거나, 대학생의 외로움의 원인으로 과거 경험만을 강조하고자 함이 아니다. 따라서 본 연구 결과를 해석할 시 대학생의 외로움 문제가 전적으로 어머니로 인한 것이라는 등의 편파적인 태도, 외로움은 과거 양육 경험으로 인해 형성되기 때문에 극복하기 어려울 것이라는 등의 회의적인 태도는 지양하여야 한다. 본 연구의 결과를 바탕으로 하여, 앞으로의 연구에서는 대학생들의 외로움과 관련하여 성장 과정에서 또 다른 주요 애착 대상인 아버지나 또래와의 관계가 미치는 영향을 살펴보는 등, 그 과정에서 다른 인지적 매개변인을 연구하는 등 선행 요인들을 다각도로 살펴보

는 것이 외로움의 형성 과정에 대한 이해를 확장하고 상담적 개입 방법을 찾는 데 도움이 될 수 있을 것이라 본다.

참고문헌

- 강지숙, 신미경 (2011). 질병의 수, 특성분노 및 분노표현 양식이 노인의 신체화 증상에 미치는 영향. *스트레스연구*, 19(4), 343-350.
- 고은영, 최윤영, 최민영, 박성화 (2014). 외로움, 대인 민감 및 페이스북 중독 간의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(3), 713-738.
- 구세정, 송미경 (2018). 대학생이 지각한 부모 양육태도가 대인불안에 미치는 영향: 거부민감성, 자기제시동기의 매개효과. *정서·행동장애연구*, 34(1), 1-21.
- 김경연 (1993). 어머니 관련 변인 및 어머니의 양육 행동과 아동의 자아존중감: 종단적 자료의 인과적 분석. *한국심리학회지: 발달*, 6(1), 37-50.
- 김교현, 김지환 (1989). 한국판 UCLA 척도. *학생생활연구*, 16, 13-30.
- 김나영 (2009). 대학생의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대한 자기개념의 매개효과. *인간발달연구*, 16(3) 149-162.
- 김남연, 양난미 (2012). 부모애착, 내면화된 수치심, 분노억제가 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향. *한국상담학회: 상담학연구*, 13(5) 2309-2328.
- 김미리혜, 김정호, 조인성 (2014). 구두발표. 제 3,8분과 산업 및 조직, 건강: 사회불안과 외로움의 관계에서 자기효능감의 매개효과. *한국심리학회 연차 학술발표초록집*, 231, 8월 30일. 서울: 이화여자대학교 이화캠퍼스복합단지.
- 김선희, 박희현 (2013). 중학생이 지각한 어머니 양육행동이 자기상에 미치는 영향: 외로움의 매개효과. *놀이치료연구-한국놀이치료학회*, 16(4) 365-379.
- 김수희, 박성연 (2009). 청소년의 성에 따른 부모의 양육행동, 청소년의 부모애착 및 또래애착과 자아존중감 간의 관계. *한국가정관리학회지*, 27(5) 101-113.
- 김옥수 (1999). 일부 대학생들의 외로움이 음주 흡연, 건강지각에 미치는 영향. *대한간호학회지*, 29(1) 107-116.
- 김주연, 도현심, 김민정, 신나나 (2012). 부모의 양육 행동과 청소년의 외로움. *아동학회지*, 33(1), 111-131.
- 김효정, 김은하 (2016). 불안애착이 스마트폰 중독에 미치는 영향: 외로움과 대학생활 적응의 매개효과. *상담학연구*, 17(2) 157-179.
- 남가희, 홍상황 (2015). 부정적 양육 행동과 우울과의 관계에서 또래괴롭힘 피해와 거부민감성의 매개효과. *한국심리학회지: 학교*, 12(2), 111-134.
- 김현철, 김은정, 최연혁, 윤인진, 이선이 (2007). 변화하는 가족과 청소년기 사회화과정. *한국청소년정책연구원*.
- 도현심, 최미경 (1998). 어머니의 양육행동 및 또래 경험과 아동의 자아존중감 간의 관계. *한국아동학회*, 19(2), 19-33.
- 류혜라, 박기환 (2014). 대학생의 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절의 중재효과. *한국심리학회지: 건강*, 19(1) 203-218.

- 박민숙 (2014). 여자 대학생의 거부민감성과 우울의 관계: 주의조절의 매개효과. *인간 이해*, 35(1) 35-52.
- 박상혁, 노윤경, 조은혜, 이동귀 (2011). 분노표현양식에 따른 하위집단 간 대인관계문제 및 행복의 차이. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 25(3), 77-92.
- 박선영, 도현심 (1998). 가족기능 및 자아존감과 청소년의 외로움간의 관계. *한국아동학회지*, 19(1) 229-244.
- 박소연, 진미경 (2013). 아동의 부모애착과 외로움의 관계에서 거부민감성의 매개효과. *한국놀이치료학회지*, 16(4) 381-395.
- 박우람, 홍상황 (2014). 부모의 부정적 양육태도와 내현적 자기애와의 중단적 인과관계에서 거부민감성의 매개효과. *한국심리학회지: 학교*, 11(3), 455-477.
- 박영애, 최영희, 박인전, 김향은 (2002). 아동이 지각한 어머니의 양육 행동과 아동의 자아존중감간의 관계: 아동의 성에 따른 분석을 중심으로. *한국심리학회지: 발달*, 15(4), 43-60.
- 박영주, 한금선, 신나미, 강현철, 천숙희, 윤지원, 신현정 (2010). 청소년의 분노, 분노표현 유형과 정신, 신체, 사회적 건강. *정신간호학회지*, 19(1), 106-116.
- 박지숙, 임승현, 박성연 (2009). 아동의 성, 기질, 어머니 양육행동과 아동의 정서조절 능력이 사회적 위축 및 공격성에 미치는 영향. *아동학회지*, 30(3), 85-98.
- 박혜정, 홍상황 (2014). 아동의 거부민감성과 또래괴롭힘 피해의 관계에서 자아존중감, 사회적 위축 및 억제의 매개효과. *서울교육대학교 한국초등교육*, 25(3) 1-18.
- 박희경 (2011). 성인애착과 갈등해결전략의 관계: 거부민감성의 매개효과. *이화여자대학교 대학원 석사학위논문*.
- 배병렬 (2014). Amos 21 구조방정식모델링: 원리와 실제. 서울: 청람.
- 배성희, 양난미 (2016). 대학생의 불안정과 외로움과의 관계: 거절민감성과 적극적인 스트레스 대처의 매개효과. *상담학연구* 17(3), 355-375.
- 백승혜 (2008). 내현적, 외현적 자기애성향자의 적대감, 분노경험수준 및 분노표현방식. *한국심리학회지: 임상*, 27(4), 1001-1017.
- 서수균, 권석만 (2005). 분노사고 척도 개발과 타당화 연구: 일차적 분노사고와 이차적 분노사고. *한국심리학회지: 임상*, 24(1), 187-206.
- 서수균 (2009). 비합리적 신념과 공격성 사이에서 일차적/이차적 분노 사고의 매개역할. *한국심리학회지: 임상*, 28(3) 695-708.
- 손은경, 민하영 (2011). 어머니 애착과 거절민감성이 학령기 아동의 외로움에 미치는 영향. *한국보육지원학회지*, 7(2) 1-17.
- 손지혜 (2001). 사회적 스트레스, 역기능적 신념 및 부정적인 자동적 사고가 사회불안에 미치는 영향. *가톨릭대학교 대학원 석사학위논문*.
- 송민선, 박희현 (2012). 여고생이 지각한 부모 양육 행동이 외로움과 역량지각에 미치는 영향. *아동학회지*, 33(2) 37-53.
- 송원영 (2012). 가족응집력이 성범죄 청소년의 성중독에 미치는 영향: 외로움의 매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 17(1) 217-227.
- 송지영 (1992). 한국판 부모-자녀 결합 형태 검사(Parental Bonding Instrument): 신뢰도 및 타당도 검증. *신경정신의학*, 31(5) 979-992.
- 심혜숙, 최임정 (2010). 대학생의 내면화된 수

- 치심과 분노표현양식이 대인관계 문제에 미치는 영향. 한국심리학회: 상담, 22(2) 479-492.
- 안명희 (2014). 모의 심리적 통제와 청소년 우울: 모-자녀 관계만족도, 분노, 외로움의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 26(3) 737-758.
- 여종일 (2014). 외로움, 가족응집성, 가족갈등, 부모-자녀 의사소통이 청소년의 스마트폰 과몰입증상에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 19(3) 175-192.
- 유고은, 방희정 (2011). 지각된 모의 양육 행동과 자기개념 명확성의 관계. 한국심리학회지: 발달, 24(2), 103-122.
- 윤석은, 김명주, 강민준, 박재현, 하창순 (2016). 대학신입생의 성인애착과 외로움의 관계에서 거절민감성과 자존감의 매개효과. 상담학연구, 17(1), 345-367.
- 윤성연, 정경미 (2014). 대학생 자녀가 지각한 부모의 과보호 양육수준과 자녀의 도덕성 간 관계. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 20(4) 307-328.
- 이경순 (2012). 분노의 억제와 인지해석이 상태 분노에 미치는 영향. 성균관대학교 박사학위논문.
- 이민선, 노안영 (2018). 대학생의 거부민감성과 연애관계 만족도와외의 관계에서 인지적 정서조절과 자기침묵의 이중 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 30(4), 1175-1192.
- 이복동 (2000). 성인애착과 이성 관계 만족: 거부민감성과 귀인양식의 매개효과를 중심으로. 고려대학교 석사학위논문.
- 이영미 (2011a). 대학생의 스트레스, 외로움 및 자기통제력이 휴대폰 중독적 사용에 미치는 영향. 동서간호학연구지, 17(2), 156-163.
- 이영미 (2011b). 대학생의 자기통제력, 스트레스, 외로움 및 자살시도의 상관관계. 한국산학기술학회, 12(12), 5541-5549.
- 이영선 (2014). 우울증과 자아정체감이 군인의 자살생각에 미치는 영향 - 군인 교육생 대상으로. 교육연구, 22, 57-80.
- 이인숙 (2005). 내면화된 수치심 척도(ISS)의 타당화 연구-애착, 과민성자기애, 외로움과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료 17(3), 651-670.
- 이정미, 이양희 (2007). 아동이 지각하는 부모간의 갈등, 어머니의 양육 행동, 사회적 지지 및 안녕감 간의 구조적 관계분석. 한국심리학회지: 발달, 20(4), 33-58.
- 이지향, 김광웅 (2005). 인터넷 사용량이 인터넷 중독 성향에 미치는 영향에 대한 중재변인 탐색. 청소년상담연구, 13(2), 15-32.
- 이혜원, 박혜경, 이옥경 (2015). 유아의 통제노력과 어머니의 정서관련 양육행동이 유아의 정서조절에 미치는 영향. 한국심리학회지: 발달, 28(3), 141-169.
- 이희영, 최태진 (2004). 애착유형이 대학생활적응에 미치는 영향: 개인주의-집단주의 성향과 성별에 따른 차이. 상담학연구, 5(1), 79-94.
- 장재숙, 백경임 (2002). 어머니 양육태도, 아동의 자아개념이 아동의 친구 및 교사와의 대인 관계에 미치는 영향. 대한가정학회, 40(8), 1-11.
- 장혜주 (2012). 청소년의 진로스트레스, 분노표현방식 및 삶의 만족도 간의 관계. 부모교육연구, 9(1), 75-93.
- 장휘숙 (2001). 애착과 다섯가지(Big Five) 성격

- 특성들의 관계. 한국심리학회지: 발달, 14 (2), 105-119.
- 전지환 (2001). 스트레스 사건, 부적응적 도식, 자동적 사고와 우울 및 사회불안의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 전현숙, 손정락 (2011). 역기능적 분노표현 및 비합리적 신념과 마음챙김의 관계. 한국심리학회지: 일반, 30(2) 377-396.
- 전혜련, 이지연 (2014). 어머니의 심리적 통제가 아동의 또래관계에 미치는 영향 -거부민감성과 내면화된 수치심의 매개 효과-. 청소년시설환경, 12(2) 5-18.
- 정미라, 권정윤, 박수경 (2011). 애착안정성과 어머니 양육행동의 민감성이 12개월 영아의 발달에 미치는 영향. 유아교육학논집, 15(6), 335-352.
- 진수경 (1995). 애착, 심리적 독립성 및 성별에 따른 대학생활적응과의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 최보배 (2017). 대학생이 지각한 부모양육 행동과 외로움의 관계에서 사회적 지지의 매개 효과. 전주대학교 대학원 석사학위논문.
- 최성일, 김중술, 신민섭, 조맹제 (2001). 분노표현양식과 우울 및 신체화 증상과의 관계. 신경정신의학, 40(3), 425-433.
- 최임정, 심혜숙 (2010). 대학생의 내면화된 수치심과 분노표현양식이 대인 관계 문제에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 479-492.
- 한덕웅, 이장호, 전경구 (1996). Spielberger의 상태-특성 불안검사 Y형의 개발. 한국심리학회지: 건강, 1(1) 1-14.
- 허지은, 장현아 (2016). 자녀의 부정적 정서에 대한 어머니 반응이 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향: 내면화된 수치심의 매개효과. 인지행동치료, 16(1) 1-21.
- 현성민 (2016). 내현적 자기애 성향과 외로움의 관계: 적대감과 분노표현방식의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍상황 (2014). 교육학 이론 및 실제: 아동의 또래 거부민감성과 또래관계문제의 관계에서 우울의 매개효과. 한국초등교육, 25 (1) 55-75.
- 황엘라 (2017). 거부민감성과 전위공격성의 관계: 정서표현양가성과 분노역제의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 논문.
- Ayduk, O., Downey, G., Testa, A., Yen, Y., & Shoda, Y. (1999). Does rejection elicit hostility in refection sensitive women. *Social Cognition*, 17(2), 245-271.
- Ayduk, O., May, D., Downey, G., & Higgins, E. T. (2003). Tactical differences in coping with refection sensitivity: The role of prevention pride. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(4), 435-448.
- Ayduk, O., Gyurak, A., & Luerssen, A.(2008). Individual differences in the refection - aggression link in the hot sauce paradigm: The case of refection sensitivity. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44(3), 775-782.
- Asher, S. R., & Paquette, J. A. (2003). Loneliness and peer relations in childhood. *Current Directions in Psychological Science*, 12(3), 75-78.
- Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: Implications for theories of emotion. *American Psychologist*. 38(11), 1145-1160.
- Bagozzi, R. R. (1988). On the evaluation of structural equation models. *Journal of Academy of Marketing Science*, 16(1), 74-94.

- Baldwin, J. (1965). *Parents of parent behavior*. Psychological Monograph.
- Baumrind, D. (1966). Effects of Authoritative Parental Control on Child Behavior. *Child Development*, 37(4), 887-907.
- Baumrind, D. (1991). Effective parenting during the early adolescent transition. In P. A. Cowan & E. M. Hetherington (Eds.) *Advances in family research* (Vol. 2). Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum.
- Baumeister, R. F., & Leary, M. R. (1995). The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497-529.
- Bowlby J. (1969). *Attachment. Attachment and loss: Vol. 1. Loss*. New York: Basic Books.
- Bowlby, J. (1980). *Attachment. Attachment and loss: Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books.
- Cha, N. H., & Sok, S. R. (2014). Depression, self esteem and anger expression patterns of Korean nursing students. *International nursing review*, 61(1), 109-115.
- Domagalski, T., & Steelman, L. A. (2005). The impact of work events and disposition on the experience and expression of employee anger. *Organizational Analysis*, 13(1), 31-52.
- Ditomaso, Brannen-McNulty, C., Ross, L., & Burgess, M. (2003). Attachment styles, social skills and loneliness in young adults. *Personality and Individual Differences*, 35(2), 303-312.
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343.
- Downey, G., Purdie, V. (2000). Rejection sensitivity and adolescent girls' vulnerability to relationship-centered difficulties. *Child Maltreatment Child Maltreat*, 5(4), 338-349.
- Ethan, K., Tonia, E., Kevin, O., Joy, H., & Geraldine, D. (2007). Neural dynamics of rejection sensitivity. *Journal of Cognitive Neuroscience*, 19(6), 143-149.
- 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.
- Fiebig, G. V., & Kramer, M. W. (1998). A framework for the study of emotions in organizational contexts. *Management Communication Quarterly*, 11(4), 536-572.
- Finch, J. F., West, S. G. (1997). The investigation of personality structure: Statistical models. *Journal of Research and Personality*, 31(4), 439-485.
- Fishbein, M., & Ajzen, I. (1975). *Belief, Attitude, Intention, and Behavior: An Introduction to Theory and Research*. Reading, MA: Addison-Wesley.
- Garnefski, N., Kraaij, V., & Spinhoven, P. (2001). Negative life events, cognitive emotion regulation and emotional problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
- Gamsa A. (1987). A note on a modification of the parental bonding instrument. *Br J Med Psychol*, 61(2), 291-294.
- Geraldine, D., Vivian, M., Ozlem, A., Bonita E. London, Yuichi, S. (2004). Rejection sensitivity and the defensive motivational system: Insights from the startle Response to rejection cues,

- Psychological Science*, 15(10), 668-673.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationship, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Heinrich, B., & Berndt, L. R. (2002). *Why We Run: A Natural History*. Indiana: Ecco Press.
- Klein, M. (1934). *Die Psychoanalyse des Kindes*. Stuttgart-Bad Cannstatt: Friedrich Frommann Verlag Gunther.
- Kohut, H. (1977). *The restoration of the self*. New York: International University Press.
- Kolb, L. C., & Brodie, H. K. (1982). *Modern clinical psychiatry*. Philadelphia: W. B. Saunders Company.
- Martens, M. (2005). The use of structural equation modeling in counseling psychology research. *The Counseling Psychologist*, 33(3), 269-298.
- Mahon, N. E. (1994). Loneliness and sleep during adolescence. *Perceptual and Motor Skills*, 78(1), 227-231.
- Nock, S. L., & Kingston, P. W. (1988). Time with children: The impact of couples' work-time commitments. *Social Forces*, 67, 59-85.
- Parker, G., Tupling, H., & Brown, L. B. (1979). A parental bonding instrument. *British Journal of Medical Psychology*, 52(1), 1-10.
- Peplau, L. A., Miceli, M., & Morasch, B. (1982). Loneliness and self evaluation. In L. A. Peplau & Perlman, D. (Eds.) *Loneliness: A source book of current theory, research and therapy*. New York: Wiley, 135-151.
- Riley, W. T., Treiber, F. A., & Woods, M. G. (1989). Anger and hostility in depression. *The Journal of nervous and mental disease*, 177(11), 668-674.
- Rosen, R. E. (1972). *Abnormal psychology*. Philadelphia: W. B. Saunders Co.
- Rubenstein, C., & Shaver, P. (1982). *In search of intimacy*. New York: Delacorte 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.
- Schaefer, E. S. (1965). A configurational analysis of children's reports of parent behavior. *Journal of Consulting Psychology*, 29(6), 552-557.
- Shaver, P., & Mikulincer, M. (2010). New directions in attachment theory and research. *Journal of Social and Personal Relationships*, 27(2), 163-172.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. *Psychological methods*, 7(4), 422.
- Sloan, M. M. (2004). The effects of occupational characteristics on the experience and expression of anger in the workplace. *Work and Occupations*, 31(1), 38-74.
- Spielberger, C. D. (1983). *Manual for the State-Trait Anxiety Inventory: STAI (Form Y)*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists Press.
- Spielberger, C. D., Krasner, E. C., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression and control of anger. In M. P. Janisse (eds.), *Health and psychology: Individual difference, stress,*

- health and psychology*. New York: Springer-Verlag, 89-1087
- Sullivan, H. S. (1953). *The interpersonal Theory of Psychiatry*. New York: Norton.
- Wegner, D. M. (1994). *White Bears and Other Unwanted Thoughts: Suppression, Obsession, and the Psychology of Mental Control*, New York: Guilford Press.
- Weiss, R. S. (1987). Reflections on the present state of loneliness research. *Journal of Social Behavior and Personality*, 2(2), 1-16.
- Winnicott, D. W. (1965). *The maturational process and the facilitating environment*. New York; International Univ. Press.
- 원 고 접 수 일 : 2020. 06. 30
수정원고접수일 : 2020. 09. 03
계 재 결 정 일 : 2020. 11. 01

The Influence of Maternal Child Rearing Behavior on Loneliness in College Students: The Mediating Effects of Rejection Sensitivity and Anger-In

Bomi Lee

Catholic University / student

Nam-woon Chung

Catholic University / professor

The purpose of this study was to investigate the mediating effects of rejection sensitivity and anger-in on the relationship between maternal child rearing behavior and loneliness. The participants were 443 college students in Gyeonggi province between 19 and 24 years of age. The results indicated that rejection sensitivity and anger-in have mediating effects on the effect of maternal child rearing behavior on loneliness. More specifically, the results showed that mothers' care has indirect effects on loneliness through rejection sensitivity and anger suppression. Additionally, mothers' overprotection not only directly influences loneliness, but also indirectly influences loneliness through rejection sensitivity and anger-in. Based on these results, implications for counseling practice and future research are discussed.

Key words : maternal child rearing behavior, loneliness, rejection sensitivity, anger-in