

## 문화적 자기관에 따라 스트레스 대처방식이 행복 및 대인관계 만족도에 미치는 영향

류 승 아  
경남대학교

김 경 미<sup>†</sup>  
동명대학교

한 민  
우송대학교

스트레스에 대한 대처방식의 차이는 개인의 심리적 안정에 영향을 미친다. 또한 개인의 특성에 따라 대처방식이 심리적 안정에 미치는 영향력은 달라질 수 있다. 그러나 개인이 가지는 특성 중 문화적 자기에 따라 스트레스 대처방식과 행복의 관계가 달라지는 지에 대하여는 확인된 바 없다. 기존의 문화적 자기관으로 대표되는 개인주의-집단주의 또는 상호독립적-상호협조적 자기는 한국인의 특성을 설명하는 데 한계를 보여왔다. 따라서, 본 연구는 한국 문화를 설명할 수 있는 새로운 문화적 자기관인 주체성-대상성 자기를 기준으로 그 관계를 알아보고자 하였다. 분석에 사용된 설문은 총 283부이며, 참여자의 평균 나이는 21.66세( $SD = 1.46$ )이며, 남자는 125명(44%), 여자는 158명(55.8%)이었다. 설문은 행복, 대인관계 만족도, 주체성-대상성 자기, 그리고 스트레스 대처방식(문제해결, 조력추구, 소망적사고, 부인) 등으로 구성되었다. 분석 결과, 주체성 자기가 대상성 자기보다 우세한 집단이 문제해결, 조력추구를 많이 사용하였고, 부인은 적게 사용하였다. 다음으로, 주체성 자기가 대상성 자기보다 강할수록 행복과 대인관계 만족도는 높았다. 마지막으로, 대상성 자기 우세 집단이 주체성 자기 우세 집단보다 문제해결과 조력추구의 대처방식에 있어서 행복과 대인관계 만족도에 미치는 영향력이 유의미하게 높았다. 이러한 연구 결과를 바탕으로 새로운 문화적 자기관의 한국 문화의 이론적 적용과 실제적 활용을 논의하였다.

주요어 : 주체성 자기, 대상성 자기, 스트레스 대처방식, 행복, 대인관계 만족도

<sup>†</sup> 교신저자 : 김경미, 동명대학교 상담심리학과, (608-711) 부산시 남구 신선로 428  
Tel : 051-629-2663, E-mail : kmkim@tu.ac.kr

사람들은 일상에서 일어나는 다양한 생활 사건들이 개인이 다룰 수 있는 능력을 넘어서게 되면 스트레스를 받게 되고, 이로 인한 내부 불균형을 다루기 위해 인지적, 정서적 및 행동적인 측면에서 다양한 대처방식을 사용한다(Lazarus & Folkman, 1984). 이때 자신에게 적절한 스트레스 대처행동을 선택하는 것은 심리적인 안정 및 안녕을 위하여 중요하다(Carver, Scheier, & Segerstrom, 2010). Lazarus와 Folkman(1984)은 스트레스 대처방식을 크게 적극적 문제중심 대처와 소극적 정서중심 대처방식으로 분류하였으며, 많은 스트레스 대처방식의 연구들은 소극적인 정서중심 대처방식보다는 적극적 문제중심 대처방식이 심리적 안정과 생활 적응력을 높인다고 주장하였다(강혜자, 2012; 유성경, 2000; 이동귀, 김혜영, 최해연, 2008; 정규석, 2011; Compass, Malcarne, & Fondacaro, 1998; Mastern, 2001). 하지만, 모든 사람들에게 적극적인 문제중심 대처방식이 효과적인 선택은 아닐 수 있다. Aldwin과 Revenson(1987)은 문제중심 대처가 상황에 따라 적응적인 대처가 아닐 수 있으며, 개인의 특성이나 상황에 따라 적응적인 대처 유형이 달라질 수 있다고 하였다. 다시 말해서 스트레스 대처방식이 개인의 안녕에 도움이 되는지의 여부는 대처방식 그 자체 보다는 대처방식을 사용하는 개인의 특성이나 환경적 특성에 따라 달라질 수 있다(이자영, 서미, 2012). 그러한 개인의 특성 중 긍정적 환상, 자기유능감 및 자기 수용 등은 스트레스 대처방식과 밀접한 관련이 있음을 기존의 연구들은 밝혀주었다(김광웅, 2007; 김승윤, 2011; 이소진, 송미경, 2013; 조한익, 2000; Carver et al., 2010; Solberg Nes & Segerstrom, 2006). 한편, 긍정적 환상, 자기유능감 및 자기 수용 등은 문

화적 자기관(self-construal)과 연결되어 있다(정옥, 한규석, 2005; 조금호, 2002; 한민, 이누미야, 김소혜, 장웨이, 2009). 하지만, 스트레스 대처방식이 개인의 안녕에 미치는 영향에서 문화적 자기관과 관련하여 직접적으로 살펴본 연구는 없다.

본 연구는 스트레스 대처방식이 개인의 상세한 문화적 자기관에 따라 차이가 있을 것인지의 의문에서 출발하였다. 또한 문화적 자기관이 개인의 행복이나 대인관계 만족도에 영향을 줄 것인지 살펴보고자 한다. 이에 더 나아가 스트레스 대처방식과 심리적 안녕(본 연구에서는 행복 및 대인관계 만족도)의 관계가 문화적 자기관에 따라 달라질 수 있는지도 알아보고자 한다. 따라서 본 연구는 한국인의 자기를 잘 설명할 수 있는 새로운 문화적 자기관의 개념인 주체성-대상성 자기를 사용하여, 문화적 자기관과 스트레스 대처 유형, 행복 및 대인관계 만족도와의 관계를 규명하고자 한다.

#### 문화적 자기관과 주체성-대상성 자기 이론

문화적 자기관(self-construal)은 문화적 다양성을 보이는 심리적 과정과 사회적 행동을 설명하는 틀로서 비교문화심리학에서 중요한 비중으로 다루어져 왔다. 대표적으로 Markus와 Kitayama(1991)는 해당 문화 속의 구성원이 갖는 자기개념(self)에 초점을 맞추어 문화와 심리적 과정의 관계를 연구하는 틀을 제시하였다. 즉, 독립된 존재로서 인간을 바라보는 개인주의 문화에서 개인은 독립적 자기관을 발달시키고, 집단 내 다른 구성원들과의 관계를 중시하는 집단주의 문화에서 개인은 상호협조적 자기관을 발달시켰다는 것이다. 이후,

이 이론은 수많은 연구들에서 개인주의 문화와 집단주의 문화, 특히 서양문화와 동양문화에서의 인간 행동을 비교하기 위해 적용되어 왔다.

한국은 집합주의/상호협조적 자기가 우세한 문화에 속한다고 연구되어 왔으나(한규석, 2002; Markus & Kitayama, 1991), 최근 많은 연구에서 다른 결과들이 도출되거나, 집합주의/상호협조적 자기로는 한국 사회의 현상을 정확히 설명할 수 없는 결과가 제시되고 있다(류승아, 2009, 2010; 박현경, 이영희, 2004; 이누미야, 최일호, 윤덕환, 서동효, 한성열, 1999; 임희섭, 1994; 정옥, 한규석, 2005; 조궁호, 2002; 조궁호, 명정완, 2001; 한규석, 신수진, 1999). 한국의 경우 외에도 상호독립적-상호협조적 자기관 개념이 실제로 서양인과 동양인들의 자기관을 반영하지 못한다는 증거들이 축적되고 있다.

선행연구를 통해 축적된 증거들은 다음과 같다. 첫째, 상호독립적-상호협조적 자기관 척도들을 사용한 그 동안의 연구들을 메타 분석한 연구에서는 서양인과 동양인 간의 자기관 차이가 비일관적이거나 아예 없는 것으로 드러났다(Levine, Bresnahan, Park, Lapinski, Wittenbaum, Shearman, et al., 2003). 둘째, 집단주의 문화권 내에 자기존중감 수준의 차이가 나타난다는 점이다. 서양과 동양, 즉 개인주의 문화와 집단주의 문화의 자기존중감을 비교하는 많은 연구들은 개인주의 문화의 자기존중감이 집단주의 문화보다 높게 나타난다(Baumeister, Tice, & Hutton, 1989; Kwan, Rond, & Singelis, 1997). Heine, Kitayama, Lehman, Takata, Ide, Leung 및 Masmoto(2001)의 연구에서도 캐나다인의 자기존중감 점수는 매우 높게 나타났으며, 심지어 응답자 중 자기존중감

이 낮다고 분류되는 사람들마저도 이론적인 중간점수를 넘는 것으로 나타났다. 한편, 집단주의 문화권으로 분류되는 일본인들의 경우에는 자기존중감 점수가 이론적 중간 점수를 중심으로 정규 분포하는 것으로 나타났다. 따라서 일본과 같이 집단주의 문화로 분류되는 한국에서도 이와 동일한 결과가 기대할 수 있지만 한국인을 대상으로 한 연구에서는 이와는 다른 양상의 결과들이 보고된다. 예를 들어 한국 대학생( $M=5.27, SD=.97$ )들의 자기존중감은 일본 대학생( $M=4.29, SD=.98$ )보다 훨씬 높았다(조선영, 이누미야, 김재신, 최일호, 2005). 마지막으로, 집단주의 문화 내의 비일관적 현상은 긍정적 환상에 대한 연구들에서 보다 명확하게 드러난다. 일본과 캐나다 대학생을 대상으로 실시한 Heine와 Lehman(1997)의 연구 결과, 일본 대학생에게는 비현실적 비관성이 발견된 반면 캐나다 대학생에게서는 비현실적 낙관성이 발견되었다. 이는 기존의 상호독립적 자기-상호협조적 자기 이론의 가정에 부합하는 경향성이다. 그러나 한국 대학생들을 대상으로 한 연구에서는 이와 상반되는 결과가 도출되었다. 조궁호(2002), 조궁호와 명정완(2001), 정옥과 한규석(2005) 등의 긍정적 환상에 대한 비교연구에서 한국 대학생들은 개인주의 문화권에 속하는 미국이나 캐나다 학생들과 유사한 수준의 강한 긍정적 환상을 보고하였다. 이누미야 등(1999)의 연구에서도 한국 대학생들에게는 같은 집단주의 문화권인 일본과는 달리 캐나다 대학생과 같은 수준의 비현실적 낙관성이 나타났으며, 특히 부정적인 사건들에 대한 통제감은 캐나다 학생들보다도 높게 나타났다.

따라서 같은 집단주의 문화권으로 분류되며 동일하게 상호협조적 자기관을 가졌을 것으로

예상되는 한국과 일본의 이러한 차이는 개인주의-집단주의라는 기존의 문화 분류와 이에 기반을 둔 문화적 자기 이론의 전제에 적지 않은 허점이 있음을 추측케 한다. 이러한 문제는 상호독립적-상호협조적 자기관 개념 자체, 그중에서도 특히 상호협조적 자기관 개념이 지나치게 단순하고 애매하기 때문인 것으로 여겨진다. 즉, 각 문화권에서의 상호협조적 자기가 의미하는 바는 해당 문화의 맥락에 따라 달라질 수 있다. Cross, Bacon 및 Morris (2000)는 서유럽 및 북미 일부 지역 사람들이 갖는 상호협조적 자기관은 개인적으로 형성한 친밀한 대인관계에서 기인한 관계지향적 상호협조적 자기관(relational-interdependent self-construal)이며, 소속집단과 집단 구성원 사이의 관계에서 비롯되는 동양 집단주의 문화에서의 상호협조적 자기와는 다를 가능성이 있음을 지적하였다. 이에 착안하여 이누미야(2004)는 같은 집단주의 문화권에 속하는 한국인과 일본인은 양쪽 다 상호협조적 자기관이 우세하지만, 양국 사람들이 사회적 관계에 임하는 태도에는 대조적인 차이가 있다고 주장하며 주체성-대상성 자기 이론을 제안하였다.

주체성-대상성 자기 이론은 집합주의 문화 내에서 문화적 다양성을 보이는 심리적 과정과 사회적 행동을 보다 정확하게 설명하고 예측할 수 있는 틀로서, 대인관계의 분리-연결 차원뿐만 아니라 대인관계에서의 영향력의 방향성 차원을 추가한 새로운 문화적 자기관 모델이다(이누미야, 김윤주, 2006). 이 이론은 기본적으로 사회적 맥락에 대해 설정한 심리적 거리감을 기준으로 자기관은 크게 두 가지로 분류할 수 있다고 가정한다. 하나는 사회적 맥락과 분리된 존재로서 자기를 인식하는 경우이며 또 하나는 사회적 맥락과 연결

된 존재로서 인식하는 경우이다. 이는 Markus와 Kitayama(1991)의 독립적 자기(independent self)와 상호협조적 자기(interdependent self)에 해당된다. 그 다음에 작용하는 차원은 대인관계에서 작용하는 영향력의 방향성 차원이다. 이누미야(2004)는 사회적 맥락과 연결된 존재로서 자기를 인식하는 경우(즉, 상호협조적 자기)도 대인관계에서 작용하는 영향력의 방향성이라는 관점에서 다시 두 가지로 분류하였다. 즉, 자신을 사회적 영향력을 발휘하는 중심적 존재로 보는 경우와 스스로를 사회적 영향력을 수용하는 주변적 존재로 보는 경우이다. 전자의 자기개념은 주체성 자기(subjective self)로, 후자의 자기개념은 대상성 자기(objective self)로 명칭하며(이누미야, 김윤주, 2006), 주체성 자기와 대상성 자기의 성격은 다음과 같이 요약할 수 있다.

주체성 자기를 갖고 있는 사람은 자신의 지향성을 중시하며, 내부기원의 준거틀(소원, 이상, 비전 등)에 초점을 맞춰 자기인식을 한다. 이러한 점은 개인주의 문화의 독립적 자기와 유사하지만, 타인과의 관계에서 ‘가르치고 싶다’, ‘주관하고 싶다’, ‘선도하고 싶다’, ‘주도하고 싶다’, ‘지배하고 싶다’ 등 자신의 영향력을 행사하려는 동기가 강하며, 관계에 있어서 ‘형, 오빠, 언니, 누나, 부모, 선배, 리더’와 같은 역할을 선호한다. 또한 자신의 가치와 능력 및 장래성을 타인보다 높게 평가하는 경향이 있고, 남들에게 자신을 드러내려는 자기 현시적 행동양상을 보이며, 자기 자신보다는 외부에 대한 통제력을 가지려 노력한다. 주체성 자기는 상호독립적 자기의 자기주도성(self-directedness 또는 self-initiative)과 유사한 성격을 갖는다. 자기주도성(self-directedness)이 높은 사람들은 책임감이 강하고 목적의식이 있

으며, 내적자원이 풍부하고 자기수용적인 특징을 지니고(Cloninger, Przybeck, & Svrackic, 1994), 자신이 수행해야 할 목표를 실행하기 위해 스스로 통제력을 행사하려는 경향이 강하다(Garrison, 1997). 이들은 모두 개인주의 문화에서 바람직한 개인의 특질로 여겨지는 것으로, 집단 내의 조화 등을 중시하는 집단주의 문화의 개인에게는 그다지 기대되지 않는 특성이다. 그러나 주체성 자기의 경우에는 사회적 맥락에서 자신의 영향력을 발휘하는 방편으로 주도적인 행동을 할 가능성이 매우 크다. 한편, 대상성 자기를 갖고 있는 사람은 자신보다 상대의 지향성을 존중하며, 외부기원의 준거틀(규범, 의무, 기대 등)에 초점을 맞춰 자기인식을 한다. 관계성 욕구 중에서는 ‘배우고 싶다’, ‘모시고 싶다’, ‘따라가고 싶다’, ‘보좌하고 싶다’, ‘의존하고 싶다’와 같이 타인의 영향력을 수용하는 측면이 강하며, ‘동생, 자녀, 후배, 부하’와 같은 역할을 선호한다. 상대의 가치와 능력 및 잠재성을 상대적으로 높게 평가하는 경향이 있고, 자신을 잘 드러내지 않는 자기억제적 행동특성을 보이며, 남들에게 영향력을 미치기보다는 자기내부를 향한 통제성을 주로 발휘하려 한다(이누미야, 2004; 이누미야, 김윤주, 2006).

이누미야와 김윤주(2006)는 한국과 일본 문화에 대한 심층적인 이해를 바탕으로 양국의 사회적 현상, 대표정서, 언어습관, 양육방식 등에 대한 풍부한 자료를 근거로 한국인들은 자신을 사회적 영향력을 발휘하는 중심적 존재로 보는 주체성 자기가 우세하고, 일본인들은 스스로를 사회적 영향력을 수용하는 주변적 존재로 보는 대상성 자기가 우세하다고 주장한다<sup>1)</sup>. 주체성-대상성 자기는 이누미야, 한

민, 이주희, 이다인 및 김소혜(2007)에 의해 척도로 만들어져 한국, 중국, 일본 등 집단주의 문화권 사람들을 대상으로 자기존중감, 긍정적 환상 등의 개념과 함께 연구되었다.

그간 실시된 실증연구들에 따르면 한국인들은 주체성 자기가 우세하며 일본인들은 대상성 자기가 우세하다는 것이 반복적으로 보고된다(이누미야, 2009; 이누미야 외, 2007; 한민 외, 2009). 본 연구에서는 한국인들에게 주체성 자기가 우세하다는 것을 전제로 각 개인이 가지는 우세한 문화적 자기관, 즉 주체성 자기와 대상성 자기의 정도에 따라 스트레스 대처방식과 행복 및 대인관계 만족도 등과 어떤 관련성을 보이는 지에 대하여 살펴보고자 한다.

#### 스트레스 대처방식과 주체성-대상성 자기와의 관계

스트레스 대처방식은 크게 적극적인 문제중심적 대처와 소극적인 정서중심적 대처방식으로 분류된다(Folkman, 1984). 김정희(1987)는 Lazarus와 Launier(1978)의 스트레스 대처방식을 재분류하여, 문제중심적 대처의 하위요인으로 사건과 그 상황을 적극적으로 해결하고자 하는 문제해결 대처와 타인의 도움을 요청하는 조력추구(사회적 지지 추구)대처로 나누었다. 소극적 정서중심적 대처방식에는 스트레스 유발 상황이나 사건과 거리를 두고 바람직한 상황을 생각하거나 상상하는 방식의 소망적사고 대처, 그 사건을 계속해서 피하는 회피 대처, 그리고 그 사건자체를 숨기려고 하는 부인대처 등의 하위요인이 포함되었다. 이

본의 문화 양상에 대해서는 이누미야와 김윤주(2006)의 연구에서 자세히 언급되어 있다.

1) 주체성 자기와 대상성 자기가 반영된 한국과 일

러한 각각의 스트레스 대처방식은 행복 및 적응과 상이한 관계가 있었다. 예를 들어, 이하나와 동료들(2006)의 연구는 문제중심 대처방식인 문제해결이나 사회적 지지추구는 행복과 정적인 관계가 있었지만 소극적 대처는 행복과 부적인 관련성을 보여주었다. 또한 문제해결 대처방식을 선호하는 아동들은 정서 및 행동장애의 경험이 적었고, 반대로 정서중심 대처방식을 많이 사용하는 아동들은 이러한 장애의 경험이 많았다(Compass et al., 1998).

한편, 주체성-대상성 자기는 긍정적 환상<sup>2)</sup>, 자존감, 사회비교 등과 관계가 있는 것으로 나타났다(이누미야, 2009; 한민, 류승아, 김경미, 2013). 이누미야(2009)는 주체성-대상성과 긍정적 환상의 상관관계를 보여주었는데, 주체성 자기가 강할수록 자기고양 편향, 지각된 통제감, 그리고 비현실적 낙관주의가 높았고, 반대로 대상성 자기가 강할수록 긍정적 환상이 낮은 것으로 나타났다. 주체성-대상성 자기와 스트레스 대처방식의 직접적인 관련성을 살펴본 연구는 아직 없다. 그러므로 주체성-대상성 자기와 관련이 있는 것으로 나타난 긍정적 환상, 자기유능감, 자기 수용/억제 등과 스트레스 대처방식의 관계를 살펴봄으로서 간접적으로 그 관련성을 추론해 보고자 한다. 스트레스 대처방식과 긍정적 환상의 관련성에 관한 최근의 국내 연구들을 보면, 자기긍정 편향이 높은 청소년일수록 적극적 문제중심의

스트레스 대처방식을 사용하고, 학교 적응력이 높았다(김승윤, 2011). 이소진과 송미경(2013)의 연구에서는 긍정적 환상이 높을수록 스트레스 대처방식 중 문제해결, 사회적 지지추구, 소망적 사고를 많이 하고, 정서를 완화하려는 회피나 부인의 대처방식을 적게 하는 것으로 나타났다. 이러한 이유는 긍정적 환상으로 유발되는 자신에 대한 믿음이나 지각된 통제능력이 자아개념에 영향을 주게 되어 스트레스 상황에서 더 바람직한 대처행동을 하도록 돕기 때문이라고 여겨진다(이소진, 송미경, 2013). 또한 긍정적 환상이 높은 사람들은 스트레스 상황을 자신이 불리하거나 위협받는 부정적인 상태로 인식하기보다는 도전이나 기회로 인식하기 때문에 보다 적극적인 대처방식을 사용하게 된다(Carver et al., 2010; Solberg Nes & Segerstrom, 2006). 그리고 스트레스 대처방식은 자기유능감 및 자아강도와도 관계가 있었다. 즉, 자기자신을 유능하다고 생각하는 사람일수록 적극적 문제중심 대처방식을 많이 사용하지만, 자아강도가 낮은 사람들은 높은 집단에 비해 소극적 정서중심대처를 많이 사용하였다(조한익, 2000). 뿐만 아니라 자신의 부정적인 기분을 바꿀 수 있다고 생각하는 사람들이 문제해결이나 조력추구의 적극적인 대처방식을 더 많이 사용하였고(한정아, 심홍섭, 2005), 어려운 과제를 풀 수 있는 기대가 낮은 경우에는 회피의 소극적 스트레스 대처방식을 사용하였다(김나리, 2002). 자기 수용과 관련하여서는 자기수용이 높은 사람들은 문제 중심의 적극적 대처방식을, 반대로 낮은 사람들은 소극적이거나 정서완화적인 방식을 주로 사용하였다(김광웅, 2007; 박수길, 1994; 조성희, 2004). 최미경(1999)은 자기억제가 강한 대학생일수록 스트레스에 대한 대처방법이 비효과적

2) 긍정적 환상은 자신에 대한 긍정적인 관점을 일컫는 것으로 자기고양 편향(자기 자신을 타인보다 더 나은 사람으로 지각하는 편향), 과장된 통제감(주위에서 일어나는 긍정적 혹은 부정적 사건을 스스로 통제할 수 있다는 믿음), 및 비현실적 낙관주의(타인의 미래보다 자신의 그것을 더욱 낙관적으로 예견하는 경향성) 등으로 구성되어 있다(Taylor & Brown, 1988).

인 경향이 있다고 하였다.

이상에서 살펴본 바와 같이, 스트레스 대처 방식과 관련이 있는 긍정적 환상, 자기유능감 및 자기 수용/억제 등의 개념이 그대로 주체성-대상성 자기의 개념과도 관련이 있기 때문에, 이러한 경험적 근거들을 통해 스트레스 대처방식과 주체성-대상성 자기의 관련성을 짐작케 한다. 따라서 본 연구에서는 사람들과의 관계에서 영향을 받는 쪽인지, 아니면 영향을 주는 쪽인지의 영향력의 방향성에 따라, 즉 주체성-대상성의 문화적 자기관의 성향에 따라 스트레스 대처양식의 선택에 차이가 있는지 살펴보고자 한다.

#### 주체성-대상성 자기와 행복 및 대인관계 만족도의 관계

최근에 한민 등(2013)의 연구 결과를 보면, 주체성 자기가 대상성 자기보다 우세할수록 주관적 안녕감(Diener, Emmons, Larsen, & Griffin, 1985; Watson, Clark, & Tellegen, 1988)과 심리적 안녕감(Ryff, 1989)이 모두 높았다. 하지만 주체성-대상성 자기에 관한 연구가 아직 초기 단계이기 때문에 이 연구를 제외하면 아직은 전무한 실정이다. 주체성-대상성 자기와 행복 및 대인관계 만족도의 관련성은 주체성-대상성 자기를 잘 설명해 주는 긍정적 환상과 정신건강과의 관계를 살펴본 연구들을 통해 간접적으로 추론해 볼 수 있다. 긍정적 환상이 높은 사람은 낮은 우울(Keeton, Perry-Jenkins, & Sayer, 2008), 동기부여와 과업 지속성(Weinstein, 2000), 학교적응(이정화, 유순화, 윤경미, 2008), 낮은 스트레스 및 높은 자존감(김정호, 2007; Carver et al., 2010), 외상 스트레스에 대한 치료 효과(Helgeson & Taylor,

1993) 등을 보였다. 이러한 현상은 긍정적 환상이 높은 상태에서는 자신의 좋은 면과 미래에 대한 긍정적인 측면에 초점을 맞추게 되고, 이로 인해 현재의 스트레스가 감소될 뿐만 아니라 주관적인 행복이 높아지기 때문이라고 볼 수 있다. 그렇기 때문에 긍정적 환상과 높은 관련성이 있는 주체성-대상성 자기 또한 행복 등의 심리적 기제에 영향을 미칠 것으로 추론 가능하다. 긍정적 환상이 높은 사람들의 정신건강이 안정적인 것으로 밝혀진 대부분의 연구결과들을 토대로 추론해 보면, 대상성 자기보다 주체성 자기가 높을수록 그들이 느끼는 행복감 또한 높을 것으로 가정할 수 있다.

나(주체)와 타자(대상)의 관계에서 상호작용이 기본이 되는 문화인 한국문화에서 대인관계 만족도와 문화적 자기관의 관계를 살펴보는 데 의미가 있다. 왜냐하면, 대부분의 사람들은 인간관계를 유지하기 위해서 노력을 하고, 이로 인한 스트레스를 많이 경험하기 때문이다(Lumsden, 1984). 또한 235명의 한국 성인을 대상으로 가장 많이 경험하는 스트레스가 무엇인지 조사한 김의철과 박영신(1997)의 연구에서도 한국인은 인간관계와 관련된 스트레스가 가장 높다고 보고하였다. 즉 한국 사회에서 대인관계에서 원만하지 못한 것은 무엇보다 큰 스트레스원(stressor)이 될 수밖에 없다. 그러므로 주체성-대상성 자기의 성향에 따라 인간관계 만족도가 달라지는 지에 대하여 살펴보는 것은 의미가 있을 것이다. 한국인의 정(情)과 생활만족도의 관계를 살펴본 연구(최연제, 최상진, 2002)를 통해 주체성-대상성 자기와 대인관계 만족도의 관련성을 추론해 보면, 대상성 자기의 개념과 비슷한 특성을 보이는 정(情)의 하위유형인 인간적 연약성(예, 남의 부탁을 거절하지 못함, 마음이 약함, 상

대방의 입장 때문에 합리적 의사결정이 어려움 등)은 높은 스트레스와 낮은 생활만족도와 관련이 있었다. 반대로, 타인배려성(예, 주변 사람의 일에 대하여 관심이 많음, 다른 사람의 일에 걱정을 많이 함 등)은 낮은 스트레스와 높은 생활만족도를 보여주었다. 이러한 결과로 미루어 보면, 주체성 자기는 인간관계 만족도에 정적인 영향을, 반대로 대상성 자기가 부적인 영향을 미칠 수도 있음을 가정할 수 있다.

스트레스 대처방식이 행복 및 대인관계 만족도에 미치는 영향에서 문화적 자기관의 역할

스트레스 대처방식의 많은 연구들은 적극적인 문제 중심 대처방식이 소극적인 정서중심 대처방식보다는 우리의 삶에 더 유리하게 작용한다는 결과들을 보여준다(강혜자, 2012; 유성경, 2000; 이동귀 외, 2008; 정규석, 2011; Compass et al., 1998; Mastern, 2001). 이하나 등(2006)의 연구는 문제중심 대처방식인 문제해결이나 사회적 지지추구는 행복과 정적인 관계가 있었지만 소극적 대처는 행복과 부적인 관련성을 보여주었다. 또한 문제해결 대처방식을 선호하는 아동들은 정서 및 행동장애의 경험이 적었고, 반대로 정서중심 대처방식을 많이 사용하는 아동들은 이러한 장애를 많이 경험하였다(Compass et al., 1998). 하지만, 모든 사람들에게 같은 결과가 나타나는 것은 아니다. 비록 문제중심 대처방식이 더 적응적이라고 알려져 왔으나, 개인의 특성이나 상황에 따라서는 더 쉽게 접근할 수 있거나 노력을 덜 기울여도 적용할 수 있는 정서중심 대처방식이 정신건강에 더 효과적일 수 있다. 스트레스의 원인을 제거할 직접적인 방법이 없는

경우에는 정서중심 대처방식이 더 효과적이고(Lazarus, 1999), 배우자의 죽음이나 해결되지 못하는 극도의 스트레스 상황에서는 억제적인 스트레스 대처방식이 더 도움이 된다(Coifman, Bonanno, Ray, & Gross, 2007). 또한 정서중심 대처방식이 우울/불안을 직접적으로 감소시키지는 않으나, 스트레스와 우울/불안과의 관계를 매개하여 긍정적인 결과를 가져오기도 한다(Pruchno & Resch, 1989). 이러한 결과들은 대처방식을 쓰는 개인의 특성 및 상황이 큰 변수가 될 수 있음을 보여주고 있다. 예를 들면, Toussaint, Williams, Musick 및 Everson(2001)의 연구에서 용서의 대처방식은 청년기와 중년기에는 건강증상과 관련성이 없었고, 노년기에만 건강증상과 상관이 있었다. 이는 용서라는 스트레스 대처방식이 건강에 미치는 영향력은 용서 자체의 문제가 아니라 용서하는 사람이 가지는 특징이나 용서를 해야 하는 상황 등에 따라 달라질 수 있음을 보여주는 것이다(Worthington & Scherer, 2004). 그러므로 어떤 스트레스 방식이 개인의 안녕에 도움이 되는지의 여부는 대처방식 그 자체 보다는 대처방식을 사용하는 개인의 특성이나 환경적 특성이 영향을 미친다는 것을 고려해야 한다.

김의철과 박영신(1997)은 “스트레스 경험은 각 사회의 환경적인 특성과 사회 구성원들의 독특한 가치체계에 따라 달라진다(p.97)”고 주장하면서 스트레스와 관련한 연구에 토착심리학적 접근의 필요성을 강조하였다. 본 연구의 목적은 문화적 자기관인 주체성-대상성 자기의 성향에 따라 스트레스 대처방식이 행복 및 대인관계 만족도에 주는 영향력이 다른지 확인하는 것이다. 다시 말하면, 개인이 어떤 문화적 자기관이 우세한가에 따라 행복 및 대인관계 만족도에 영향을 주는 스트레스 대처방



식은 차이를 보일 수 있다는 것이다. 개인이 가지는 문화적 자기관은 개인의 행복이나 삶의 질과 직접적인 관련성이 있음에도 불구하고, 이에 대한 실증적인 연구들은 매우 부족하다. 이하나 등(2006)은 스트레스 대처방식과 행복과의 관계를 결과에 대해 논의하면서 긍정적 편향의 존재유무의 잠재적 가능성을 고려해 볼 것을 제안하였다. 즉, 긍정적 편향의 존재 유무에 따라 스트레스 대처방식이 행복에 미치는 영향은 달라질 수 있음을 추후 연구로 제기한 것이다. 그러므로 이러한 긍정적 편향과 관계가 깊은 주체성-대상성 자기의 변인들을 새로이 탐색해 보는 것은 한국인들이 보이는 스트레스 대처와 심리적 적응의 결과들을 보다 잘 설명할 수 있을 것이다.

본 연구는 스트레스 대처방식이 개인의 우세한 문화적 자기관에 따라 차이가 있을 것인지의 의문에서 출발하였다. 또한 개인의 행복이나 대인관계 만족도도 문화적 자기관이 영향을 줄 것인지 살펴보고자 한다. 이에 더 나아가 스트레스 대처방식과 심리적 안녕(본 연구에서는 행복 및 대인관계 만족도)의 관계가 문화적 자기관에 따라 달라질 수 있는지도 알아보고자 한다. 따라서, 본 연구는 한국인의 자기를 잘 설명할 수 있는 새로운 문화적 자기관의 개념인 주체성-대상성 자기를 사용하여, 문화적 자기관이 스트레스 대처 유형, 행복 및 대인관계 만족도와와의 관계를 규명해보고자 한다. 따라서 본 연구에서는 다음과 같은 가설을 제기한다.

**가설 1.** 주체성-대상성 자기는 스트레스 대처방식(문제해결, 조력추구, 소망적사고, 부인)에 차이를 보일 것이다.

1.1. 주체성 자기의 성향이 높은 사람은 대

상성 자기의 성향이 높은 사람보다 적극적 문제중심 방식인 문제해결, 조력추구를 더 많이 사용할 것이다.

1.2. 주체성 자기의 성향이 높은 사람은 대상성 자기의 성향이 높은 사람보다 소극적 정서중심 방식인 소망적사고, 부인을 더 적게 사용할 것이다.

**가설 2.** 주체성-대상성 자기는 행복 및 대인관계 만족도가 달라질 것이다.

2.1 주체성 자기의 성향이 높은 사람은 대상성 자기의 성향이 높은 사람보다 주관적 행복이 높을 것이다.

2.2. 주체성 자기의 성향이 높은 사람은 대상성 자기의 성향이 높은 사람보다 대인관계 만족도가 높을 것이다.

**가설 3.** 주체성-대상성 자기의 성향(주체성이 우세한 경우, 대상성이 우세한 경우)에 따라 스트레스 대처방식(문제해결, 조력추구, 소망적사고, 부인)이 행복 및 대인관계 만족도에 미치는 영향이 달라질 것이다. 즉, 주체성-대상성 자기의 조절효과가 나타날 것이다.

## 연구 방법

### 연구 대상

경남과 충청도 지역에서 심리학 관련 수업을 수강중인 대학생 302명을 대상으로 설문지를 배포하였으며, 회수한 설문지 중 불성실하게 응답한 19부를 제외한 283부를 분석에 사용하였다. 참여자의 평균나이는 21.66세( $SD=1.46$ )이었으며, 남자는 125명(44.2%), 여자는

158명(55.8%)이었다.

#### 측정도구

##### 주체성-대상성 자기

주체성-대상성 자기는 이누미야 등(2007)이 개발한 주체성-대상성 자기척도를 사용하였다. 주체성과 대상성 자기의 문항은 각 6문항의 총 12문항이며, 참여자들은 각 문항의 질문에 7점 척도(1점: 전혀 동의하지 않는다, 7점: 전적으로 동의한다)로 응답하였다. 구체적인 주체성 자기의 예로는 “나는 다른 사람들을 내 뜻에 따르게 할 수 있다”이며, 대상성 자기의 예로는 “나는 다른 사람들보다 두드러질 때, 불편해진다” 등이다. 각 하위 영역의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 주체성이 .84, 대상성이 .84이었다. 주체성-대상성 자기는 주체성 자기 점수에서 대상성 자기 점수를 뺀 값으로 측정되었고, 각 개인의 주체성 자기와 대상성 자기의 우세 정도에 따라 주체성 자기가 우세한 그룹과 대상성 자기가 우세한 그룹으로 분류하였다. 분류 결과, 주체성 자기가 더 우세한 그룹이 114명(40.3%)이었고, 대상성 자기가 더 우세한 그룹은 169명(59.7%)로 나타났다.

##### 스트레스 대처방식

스트레스 대처방식을 측정하기 위해서 Folkman과 Lazarus(1985)가 개발한 68개의 문항을 박애선과 이영희(1992)가 우리 실정에 맞는 진술문으로 번안한 척도를 사용하였다. 이 척도는 총 39문항으로 되어 있으며 5점 척도(1점: 전혀 아니다, 5점: 매우 그렇다)로 평정되었다. 본 연구에서는 39문항의 스트레스 대처방식의 척도에 대한 요인분석을 실시하였는데,

요인분석의 추출방법은 주요인분석으로, 회전방법은 사각회전법(promax)을 사용하였다. 분석결과를 바탕으로 공통성(communality) .30 이거나 가장 큰 요인부하량/loading)이 .30 이하면 문항은 제외하여 더 이상 문제가 되는 문항이 나타나지 않을 때까지 요인분석을 실시하였다. 그 결과 4개 요인 21문항에서 전체 변량 56.73%를 설명하고 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 문제해결 대처방식은 10문항으로 목표를 명확히 알고, 그 문제가 잘 풀리도록 노력하는 방식으로 구성되었으며, 문항의 예는 ‘그 문제에서 무엇인가 바람직한 것을 얻으려고 노력한다’ 등이다. 다음으로 조력추구 대처방식은 4문항으로 문제를 풀기 위해 누군가와 의논하는 것 등의 내용이 해당되며, 그 예는 ‘그 문제에 대해 누군가와 의논을 한다’ 등이다. 소망적 사고는 5문항으로, 스트레스가 없어지거나 끝나기를 바라는 방식이며, 문항의 예는 ‘그 문제가 어떻게 되었으면 좋겠다는 생각이나 공상을 한다’ 등이다. 마지막으로 부인 대처방식은 문제를 잊어버리려고 노력하는 방식으로 이루어져 있으며, ‘내 감정을 아무에게도 알리지 않으려고 한다’ 등의 문항으로 구성되었다. 각 하위 영역의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 문제해결이 .83, 조력추구가 .78, 소망적 사고가 .71, 그리고 부인이 .66이었다.

##### 주관적 행복

본 연구에서는 행복을 측정하기 위하여 Lyubomirsky와 Lepper(1999)가 개발한 주관적 행복(Subjective Happiness Scale: SHS)을 사용하였다. 이 척도는 총 4문항으로 구성되어 있으며 7점 척도로 평정되었다. 이 척도는 자신이 행복한 사람인지 불행한 사람인지를 묻는 문항들로

구성되어 있으며 높은 점수일수록 본인이 더 행복한 사람인 것으로 인식함을 뜻한다. 구체적인 예로는 “일반적으로 나는 내가 매우 행복한 사람이라고 생각한다”, “다른 친구들과 비교해봤을 때, 나는 다른 사람들에 비해 더 행복하다” 등이 있다. 본 연구에서의 신뢰도 (Cronbach's  $\alpha$ )는 .83이었다.

### 대인관계 만족도

대인관계 만족도는 ‘전반적으로 본인의 대인관계에 대해서 얼마나 만족하십니까?’의 단일 문항으로 질문하였다. 참가자들은 ‘전혀 만족하지 못함(1점)’부터 ‘매우 만족함(7점)’까지의 7점 척도로 응답하였다.

### 자료 분석

수집된 자료는 Predictive Analytics Soft Ware (PASW: 이전 SPSS Statistics) 18.0으로 분석되었다. 기본적인 상관분석을 실시한 후에, 주체성이 우세한 집단과 대상성이 우세한 집단 간에 스트레스 대처방식이 차이가 있는지를 알아보기 위하여 t-test를 실시하였다. 다음으로, 주체성-대상성 자기가 행복과 대인관계에 미치는 영향을 알아보기 위하여 인구통계학적 변인을 통제하는 위계적 회귀분석을 실시하였다. 이후 스트레스 대처방식이 행복 및 대인관계 만족도에 미치는 영향에서 주체성-대상성 자기의 조절효과를 보기 위하여 주체성-대상성 자기와 각 스트레스 하위요인의 상호작용항을 투입하는 위계적 회귀분석을 실시하였다.

## 결 과

### 주체성-대상성 자기와 스트레스 대처방식의 차이 검증

주체성-대상성 자기와 스트레스 대처방식, 행복 및 대인관계 만족도간의 상관관계와 각 변인의 평균 및 표준편차는 표 1에 제시되었다.

주체성-대상성 자기는 문제해결 대처방식( $r=.28, p<.001$ ), 조력추구 대처방식( $r=.16, p<.001$ )과 정적 상관을 나타낸 반면, 부인 대처방식( $r=-.13, p<.05$ )과는 부적 상관을 보였다. 이에 대한 해석은 표 2의 차이검증과 함께 아래에서 구체적으로 설명하였다. 스트레스 대처방식에서 문제해결은 주관적 행복( $r=.36, p<.001$ )과 대인관계 만족도( $r=.31, p<.001$ ) 각각에서 유의미한 정적상관을 가졌으며, 조력추구 대처방식 역시 주관적 행복( $r=.21, p<.001$ )과 대인관계 만족도( $r=.21, p<.001$ ) 각각에서 유의미한 정적상관이 있었다. 그러나 소망적 사고와 부인의 대처방식은 주관적 행복과 대인관계 만족도와 상관이 없었다. 이는 스트레스 상황에서 문제해결 대처방식을 많이 사용할수록 그리고 다른 사람의 조언이나 도움을 추구하는 조력추구 대처방식을 사용할수록 행복이 높고, 대인관계 만족도 역시 높음을 의미한다. 더불어, 성별은 문제해결 대처방식( $r=-.12, p<.08$ ), 부인 대처방식( $r=-.13, p<.05$ )과 부적상관을, 소망적 사고 대처방식( $r=.16, p<.01$ )과 정적상관을 나타냈다. 이는 남자가 여자에 비해서 문제해결 대처방식과 부인대처방식을 더 많이 사용하며, 소망적 사고 대처방식을 덜 사용함을 의미한다.

본 연구의 첫 번째 가설인 주체성이 우세한 집단과 대상성이 우세한 집단 간에 스트레스 대처방식의 차이가 있는지를 살펴본 결과는

표 1. 각 변인의 평균, 표준편차, 및 상관관계

변인	평균	표준편차	2	3	4	5	6	7	8	9
1. 주체성-대상성 자기	1.60	.49	.28***	.16***	.03	-.13*	.28***	.27***	-.07	.07
2. 스트레스대처방식_문제해결	3.51	.55		.29***	.22***	.16**	.36***	.31***	-.12+	.09
3. 스트레스대처방식_조력추구	3.60	.74			.38***	-.27***	.21***	.21***	.05	.04
4. 스트레스대처방식_소망적사고	3.63	.63				.05	.08	.02	.16**	-.08
5. 스트레스대처방식_부인	3.02	.94					.08-	.02-	-.13*	.08
6. 주관적 행복	4.87	1.07						.63***	-.03	-.00
7. 대인관계 만족도	5.04	1.34							-.00	-.02
8. 성별	1.58	.50								-.01
9. 나이	21.66	1.45								

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함. 구체적인 빈도 결과는 연구 방법에 기술하였음.  
 주체성-대상성 자기는 1=대상성, 2=주체성으로 dummy 변인으로 분석함.  
 + $p < .08$ , \* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

표 2. 주체성 자기 우세 집단과 대상성 자기 우세 집단 간의 스트레스 대처방식 하위요인 차이 검증

스트레스 대처방식		주체성	대상성	t-test
		자기 우세 집단	자기 우세 집단	
		M (SD)	M (SD)	
적극적 문제해결방식	문제해결	3.63(.53)	3.33(.54)	-4.81***
	조력추구	3.71(.76)	3.45(.69)	-2.98**
소극적 정서중심방식	소망적사고	3.65(.65)	3.60(.61)	-.57
	부인	2.93(.98)	3.17(.87)	2.14*

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$

표 2에 제시되었다.

먼저 적극적 문제대처 방식에서는 주체성 자기가 우세한 집단은 대상성 자기가 우세한 집단에 비하여 문제해결( $t = -4.81, p < .001$ )과 조력추구( $t = -2.98, p < .01$ ) 모두에서 유의미하게 점수가 높았다. 즉, 주체성 자기의 성향이 높은 사람들이 대상성 자기의 성향이 높은 사람들보다 적극적인 스트레스 대처방식을 더 많이 사용할 것이라는 가설 1.1은 지지되었다. 소

극적 정서중심 방식에서는 대상성 성향이 강한 집단이 주체성 자기 우세 집단보다 부인( $t = 2.14, p < .05$ )의 점수가 유의미하게 더 높았으며, 소망적 사고( $t = -.57, ns$ )의 대처방식은 두 집단간 유의미한 차이가 없었다. 이는 대상성 자기의 성향이 강한 사람들은 주체성 자기의 성향이 강한 사람들보다 스트레스 대처방식 중 부인의 방법은 많이 사용하지만, 소망적 사고의 경우에는 별 차이가 없음을 보여준다.

그러므로 가설 1.2의 경우에는 부분적으로 지지되었다. 이러한 차이 검증의 결과는 표 1의 상관분석에서 나타난 결과와 동일하며, 주체성 자기의 성향이 대상성 자기의 성향보다 우세할 경우 스트레스 상황에서 문제해결 대처방식, 조력추구 대처방식을 많이 사용하며, 본인의 대처방식은 덜 사용함을 나타낸다.

**주체성-대상성 자기가 행복 및 대인관계 만족도에 미치는 영향**

주체성-대상성 자기가 행복 및 대인관계 만족도에 영향을 미치는지 알아보기 위하여 인구통계학적 변인인 성별과 나이를 통제한 후 주체성-대상성 자기를 다음 단계에 투입하는 위계적 회귀분석을 실시하였다(표 3).

그 결과, 주체성-대상성 자기는 주관적 행복( $\beta=.28, p<.001$ )과 대인관계 만족도( $\beta=.28, p<.001$ )에 모두 긍정적 영향을 미쳤다. 즉 주체

성 자기의 성향이 강한 사람들이 대상성 자기의 성향이 강한 사람들에 비하여 주관적 행복이 높고, 대인관계 만족도 역시 높음을 의미한다. 그러므로 가설 2가 지지되었다.

**스트레스 대처방식이 행복 및 대인관계 만족도에 미치는 영향에서 주체성-대상성 자기의 조절효과**

주체성-대상성 자기의 성향이 스트레스 대처방식이 행복 및 대인관계 만족도에 미치는 영향에서 주체성-대상성 자기의 조절효과를 보기 위하여 위계적 회귀 분석을 실시하였다(표 4).

스트레스 대처방식의 각 하위요인과 주체성-대상성 자기의 조절 변인을 만드는 과정에서 발생하는 다중공선성을 피하기 위하여 스트레스 대처방식의 각 하위요인들은 평균중심화(mean-centering)과정을 거쳐 분석하였다(Aiken &

표 3. 주체성-대상성 자기가 주관적 행복과 대인관계 만족도에 미치는 영향에 대한 위계적 회귀분석

변인	주관적 행복			대인관계 만족도		
	B	S.E.	$\beta$	B	S.E.	$\beta$
성별	-.02	.12	-.01	.12	.14	.05
나이	-.01	.04	-.01	-.06	.05	-.07
주체성-대상성 자기	.61	.13	.28***	.70	.14	.28***
F		7.80***			8.12***	
R <sup>2</sup>		.08			.08	
Adj. R <sup>2</sup>		.07			.07	
$\Delta R^2$		.07***			.07***	

회귀분석 결과 중 step 1의 결과는 유의미한 변인이 없었기에 step 2에 해당하는 수치만 제시하였음.

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함.

주체성-대상성 자기는 1=대상성, 2=주체성으로 dummy 변인으로 분석함.

\*\*\* $p<.001$ .

표 4. 스트레스 대처방식이 주관적 행복에 미치는 영향에서 주체성-대상성 자기의 조절효과에 대한 위계적 회귀분석

변인	B	S.E.	β	모형요약
성별	.05	.12	.03	
나이	-.02	.04	-.03	F= 13.56***
문제해결	1.61	.37	.83***	R <sup>2</sup> = .20
주체성-대상성 자기	.39	.12	.18**	Adj.R <sup>2</sup> = .18
문제해결 x 주체성-대상성 자기	-.62	.22	-.52**	ΔR <sup>2</sup> = .02**
성별	-.05	.12	-.03	
나이	-.00	.04	-.01	F= 6.88***
조력추구	.73	.27	.51**	R <sup>2</sup> = .11
주체성-대상성 자기	.39	.13	.18**	Adj.R <sup>2</sup> = .10
조력추구 x 주체성-대상성 자기	-.31	.17	-.34+	ΔR <sup>2</sup> = .01+
성별	-.05	.13	-.02	
나이	-.00	.04	-.00	F= 5.37***
소망적 사고	.52	.35	.31	R <sup>2</sup> = .09
주체성-대상성 자기	.61	.13	.28***	Adj.R <sup>2</sup> = .07
소망적 사고 x 주체성-대상성 자기	-.23	.20	-.23	ΔR <sup>2</sup> = .00
성별	-.03	.13	-.02	
나이	-.01	.04	-.01	F= 4.91***
부인	.11	.24	.10	R <sup>2</sup> = .08
주체성-대상성 자기	.60	.13	.28***	Adj.R <sup>2</sup> = .07
부인 x 주체성-대상성 자기	-.10	.14	-.15	ΔR <sup>2</sup> = .00

조절변인의 효과성을 보기 위한 것이므로 위계적 조절 회귀분석 결과 중 step 3의 결과만 제시하였음.

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함.

주체성-대상성 자기는 1=대상성, 2=주체성으로 dummy 변인으로 분석함.

스트레스 하위요인(문제해결, 조력추구, 소망적사고, 부인)은 평균중심화를 한 수치를 사용함.

+*p*<.08, \*\**p*<.01, \*\*\**p*<.001.

West, 1991). 위계적 회귀분석의 1단계에서는 성별과 나이를 투입하였고, 2단계에서는 스트레스 대처방식의 하위요인 중 한 변인과 주체성-대상성 자기의 더미 변인을 투입하였다. 마

지막으로 조절효과를 알아보기 위해 조절변인을 3단계에 투입하였다. 표 4는 주체성-대상성 자기와 스트레스 대처방식의 각 하위요인의 상호작용이 주관적 행복에 미치는 영향력을

보여주고 있다.

위계적 회귀분석 결과 스트레스 대처방식의 하위 요인 중에서 문제해결에서 주체성-대상성 자기는 유의미한 조절효과가 있는 것으로 나타났다,  $\beta = -.52, p < .01$ . 즉, 주체성 자기의 성향이 강한지 또는 대상성 자기의 성향이 강한 지에 따라 문제해결 대처방식이 행복에 미치는 영향이 유의미하게 다르게 나타났다. 이러한 결과를 보다 구체적으로 살펴보기 위하여 주체성과 대상성 집단 각각의 문제해결 대처방식이 행복에 미치는 영향력을 살펴보았다 (표 5, 그림 1).

각각의 집단에서 주체성 자기 상위집단 ( $\beta = .20, p < .05$ )과 대상성 자기 상위집단 ( $\beta = .51, p < .001$ ) 모두 문제해결 방식을 사용할수록 주

관적 행복감은 높아지는 결과를 보여주었지만, 회귀계수 차이검증 결과 대상성이 높은 집단에서 문제해결의 효과는 더 큰 것으로 나타났다,  $Z = -2.68, p < .01$ . 이러한 결과는 대상성 자기의 성향이 높은 사람들은 문제해결 방식을 많이 사용할수록 주관적 행복감을 더 높일 수 있음을 의미한다. 조력추구의 경우에도 주체성-대상성 자기의 조절효과가 나타났는데, 문화적 자기관의 차이에 따라 조력추구 대처방식이 심리적 행복감에 미치는 영향이 유의미하게 다르게 나타났다,  $\beta = -.34, p < .08$ .

구체적인 회귀계수 차이검증과 비교는 표 5와 그림 1에서 볼 수 있는데, 대상성이 우세한 사람들은 조력추구가 주관적 행복에 유의미한 긍정적 영향을 미쳤지만 ( $\beta = .28, p < .001$ ),

표 5. 주체성-대상성 자기 성향에 따른 스트레스 대처방식이 주관적 행복에 미치는 영향의 차이 분석

스트레스 대처방식	집단	변인	B	S.E.	$\beta$	주체성과 대상성의 회귀계수 차이검증(Z)
문제 해결	주체성 자기 상위집단	성별	.16	.20	-.14	-2.68**
		나이	-.01	.05	-.02	
		문제해결	.39	.15	.20*	
	대상성 자기 상위집단	성별	-.12	.18	-.06	
		나이	-.04	.06	-.05	
		문제해결	.98	.16	.51***	
조력 추구	주체성 자기 상위집단	성별	.12	.18	.06	-1.90#
		나이	.00	.06	.00	
		조력추구	.11	.12	.08	
	대상성 자기 상위집단	성별	-.22	.17	-.10	
		나이	-.01	.06	-.01	
		조력추구	.43	.12	.28***	

조절회귀 분석 결과 조절효과가 나타난 변인만 분석함.

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함.

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

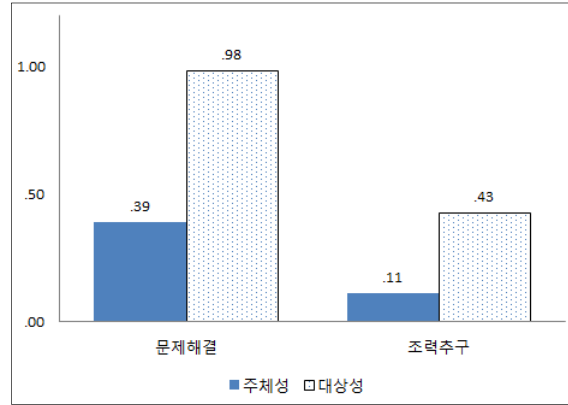


그림 1. 주체성 우위 그룹과 대상성 우위 그룹에서 스트레스 대처방식이 행복 미치는 영향력(B) 차이

주체성 자기가 우세한 사람들의 경우에는 조력추구 대처방식이 주관적 행복에 미치는 영향력은 나타나지 않았고( $\beta = .08, m$ ), 회귀 계수 차이검증 결과 두 집단 간에는 유의미한 차이가 나타났다,  $Z = -1.90, p < .08$ . 소망적 사고( $\beta = -.23, m$ )와 부인( $\beta = -.15, m$ )의 대처방식은 주관적 행복에 미치는 주체성-대상성 자기의

조절효과가 나타나지 않았다.

다음으로 주체성-대상성 자기와 스트레스 대처방식의 각 하위요인의 상호작용이 대인관계 만족도에 미치는 영향의 결과는 표 6에 나타나 있다. 분석 결과, 스트레스 대처방식의 하위 요인 중에서 문제해결( $\beta = -.77, p < .001$ ), 조력추구( $\beta = -.45, p < .05$ ), 그리고 부인( $\beta = -.53,$

표 6. 스트레스 대처방식이 대인관계 만족도에 미치는 영향에서 주체성-대상성 자기의 조절 효과에 대한 위계적 회귀분석

변인	B	S.E.	$\beta$	모형 요약
성별	.19	.13	.08	
나이	-.08	.05	-.09	$F = 13.46^{***}$
문제해결	2.24	.42	1.02**	$R^2 = .20$
주체성-대상성 자기	.26	.14	.19***	Adj. $R^2 = .18$
문제해결 x 주체성-대상성 자기	-1.04	.25	-.77***	$\Delta R^2 = .05^{***}$
성별	.09	.14	.04	
나이	-.06	.05	-.07	$F = 8.37^{***}$
조력추구	1.02	.33	.63**	$R^2 = .13$
주체성-대상성 자기	.59	.14	.24***	Adj. $R^2 = .12$
조력추구 x 주체성-대상성 자기	-.43	.20	-.45*	$\Delta R^2 = .02^*$



(계속)

변인	B	S.E.	β	모형요약
성별	.12	.14	.05	
나이	-.06	.05	-.07	F= 5.13***
소망적 사고	.46	.39	.24	R <sup>2</sup> = .09
주체성-대상성 자기	.69	.14	.28***	Adj.R <sup>2</sup> = .07
소망적 사고 x 주체성-대상성 자기	-.26	.23	-.23	ΔR <sup>2</sup> = .00
성별	.13	.14	.05	
나이	-.07	.05	-.08	F= 5.31***
부인	.70	.27	.55**	R <sup>2</sup> = .10
주체성-대상성 자기	.73	.14	.30***	Adj.R <sup>2</sup> = .09
부인 x 주체성-대상성 자기	-.39	.16	-.53*	ΔR <sup>2</sup> = .02*

조절변인의 효과성을 보기 위한 것이므로 위계적 조절 회귀분석 결과 중 step 3의 결과만 제시하였음.

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함.

주체성-대상성 자기는 1=대상성, 2=주체성으로 dummy 변인으로 분석함.

스트레스 하위요인(문제해결, 조력추구, 소망적사고, 부인)은 평균중심화를 한 수치를 사용함

\* $p < .05$ , \*\* $p < .01$ , \*\*\* $p < .001$ .

$p < .05$ 의 대처방식에서 주체성-대상성 자기는 유의미한 조절효과가 있었다. 구체적으로 살펴보기 위하여 주체성과 대상성 집단 각각의 문제해결 대처방식이 대인관계 만족도에 미치는 영향력을 살펴보았다(표 7, 그림 2).

문제해결 방식의 경우 회귀 계수 차이검증 결과 유의미한 차이가 나타났다( $Z = -3.92$ ,  $p < .001$ ). 즉 대상성이 우세한 사람들은 문제해결 대처방식이 대인관계 만족도에 유의미한 영향력을 미쳤지만( $\beta = .52$ ,  $p < .001$ ), 주체성 자

표 7. 주체성-대상성 자기 성향에 따른 스트레스 대처방식이 대인관계 만족도에 미치는 영향의 차이 분석

스트레스 대처방식	집단	변인	B	S.E.	β	주체성과 대상성의 회귀계수 차이검증(Z)
문제 해결	주체성 자기 우위집단	성별	.26	.17	.12	-3.92***
		나이	-.12	.06	-.16	
		문제해결	.19	.17	.09	
	대상성 자기 우위집단	성별	.09	.21	.03	
		나이	.01	.07	.01	
		문제해결	1.18	.19	.52***	

(계속)

스트레스 대처방식	집단	변인	B	S.E.	$\beta$	주체성과 대상성의 회기계수 차이검증(Z)
조력 추구	주체성 자기 우위집단	성별	.22	.17	.10	-2.26*
		나이	-.12	.06	-.15*	
		조력추구	.16	.11	.11	
	대상성 자기 우위집단	성별	-.13	.23	-.05	
		나이	.04	.08	.05	
		조력추구	.61	.16	.34***	
부인	주체성 자기 우위집단	성별	.21	.17	.10	-2.19*
		나이	-.11	.06	-.15+	
		부인	-.08	.09	-.07	
	대상성 자기 우위집단	성별	-.01	.24	-.00	
		나이	.01	.09	.01	
		부인	.27	.14	.20*	

조절회귀 분석 결과 조절효과가 나타난 변인만 분석함.

성별은 1=남자, 2=여자로 dummy변인으로 분석함.

+ $p < .08$ , \* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$ .

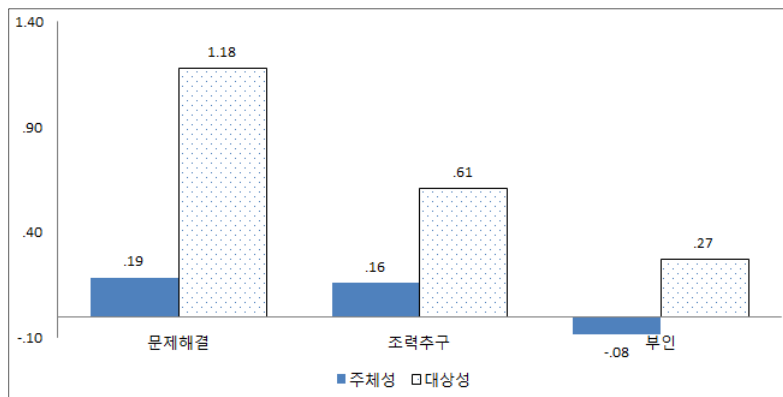


그림 2. 주체성 우위 그룹과 대상성 우위 그룹에서 스트레스 대처방식이 대인관계 만족도에 미치는 영향력(B) 차이

기가 우세한 사람들의 경우에는 문제해결 대처방식의 영향력은 나타나지 않았다( $\beta=.09$ ,  $ns$ ). 조력추구의 방식 역시 문제 해결과 유사한 결과를 보여주었다. 대상성이 우세한 사람들은 조력추구가 대인관계 만족도에 유의미한 긍정적 영향을 미쳤지만( $\beta=.34$ ,  $p<.001$ ), 주체성 자기가 우세한 사람들의 경우에는 조력추구 대처방식이 주관적 행복에 미치는 영향력은 나타나지 않았고( $\beta=.11$ ,  $ns$ ), 회귀 계수 차이검증 결과 두 집단 간에는 유의미한 차이가 나타났고,  $Z=-2.26$ ,  $p<.05$ . 부인의 방식에서도 주체성 우세 집단과 대상성 우세 집단에서 영향력의 차이가 나타났는데( $Z=-2.19$ ,  $p<.05$ ), 대상성이 우세한 사람들은 부인의 대처방식이 대인관계 만족도에 유의미한 정적인 영향력을 미쳤지만( $\beta=.20$ ,  $p<.05$ ), 주체성 자기가 우세한 사람들은 부인의 대처방식의 영향력이 없었다,  $\beta=-.07$ ,  $ns$ . 소망적 사고( $\beta=-.23$ ,  $ns$ )의 대처방식은 주관적 행복에 미치는 주체성-대상성 자기의 조절효과가 나타나지 않았다.

## 논 의

스트레스에 대한 대처방식은 개인의 특성 및 환경적 특성에 따라 각 개인에게 미치는 효과가 달라질 수 있다. 이러한 영향 변인 중 개인과 환경의 상호작용에 의해 발달한 자아개념인 문화적 자기관을 중심으로, 스트레스 대처방식이 심리적 안녕에 미치는 효과에 어떤 역할을 하는지를 살펴보는 것은 학문적 그리고 실증적 의의가 있을 것이다. 이에 본 연구에서는 주체성-대상성 자기가 스트레스 대처방식, 주관적 행복 및 대인관계 만족도와 어떤 관련이 있는지를 살펴보았고, 나아가 스

트레스 대처방식이 행복 및 대인관계 만족도에 미치는 영향에서 주체성-대상성 자기가 어떤 역할을 하는지를 알아보았다. 결과에 대한 구체적인 논의는 다음과 같다.

첫째, 주체성 자기가 대상성 자기보다 우세한 집단이 스트레스 대처방식 중 문제해결, 조력추구를 더 많이 사용하였고, 부인의 대처방식은 적게 사용하였다. 먼저, 주체성 자기가 높은 사람들이 적극적 문제중심 방식인 문제해결과 조력추구를 많이 하는 것은 자기평가 차원과 자기통제 차원의 결과일 수 있다. 주체성 자기가 우세한 사람의 자기평가는 자신의 가치와 능력 및 잠재성을 높게 평가하는 경향이 있고, 자신의 외부에 대한 통제성 경향이 있다(이누미야 외, 2007). 이러한 자신에 대한 믿음이나 통제능력이 자아개념에 영향을 주게 되어 스트레스 상황에서 더 적극적인 대처행동을 선택하는데 작용할 수 있다. 또한 높은 주체성 자기의 성향은 스트레스 상황을 자신에게 위협적인 상태로 인식하기보다는 도전이나 기회 등의 상황으로 인식하는 긍정적 환상을 가짐으로써(한민 외, 2009), 보다 적극적인 대처방식을 선택할 수 있다. 따라서 주체성 자기가 높은 사람들은 스트레스 상황에서 적극적인 문제 해결을 위해 필요한 정보를 탐색하고, 자신에게 불리한 결과를 가져오는 부정적인 단서는 무시하는 노력을 할 것이다. 또한 힘의 방향을 자신의 내부에서 외부대상으로 향하는 것처럼, 자신에게 닥친 문제에 대하여 스스로 영향력을 행사할 수 있다는 믿음이 크기 때문에(이누미야, 2009) 스트레스 대처방식인 적극적인 문제해결 방식을 더 선호할 가능성이 높다. 반대로, 대상성 자기가 높은 사람이 적극적 대처방식은 덜 사용하고, 소극적 대처방식을 더 많이 사용하는 것은 타

인의 기준을 자신의 기준으로 내면화하는 성향인 자기억제의 개념과 관련이 있는 것으로 여겨진다. 자기억제가 높은 사람들의 특징은 주변 사람들의 마음에 들도록 자신을 억제하고 그들의 기대에 어긋나지 않도록 노력하는 행동을 보이는데, 이는 대상성 자기가 높은 사람들과 유사한 부분이 있다. 그러므로 대상성 자기가 높은 사람들은 자기억제가 높은 사람들과 같이 적극적 문제중심의 대처방식의 사용은 낮고, 소극적인 정서중심 대처방식을 더 많이 사용하는 것이 아닌지 추론해 볼 수 있다.

첫 번째 가설에서 문제해결, 조력추구, 부인의 경우에는 본 연구의 가설이 지지되었지만, 정서중심대처인 소망적사고는 주체성 자기가 더 높을수록 덜 선호할 것이라는 가설은 두 집단 간 유의미한 차이가 나타나지 않아서 지지되지 않았다. 비록 유의미한 차이는 나타나지 않았지만, 주체성 자기의 성향을 가진 사람들이( $M=3.65$ ) 대상성 자기의 집단( $M=3.60$ )보다 높은 점수를 보여주었는데 이러한 이유에 대해서는 주체성 자기가 긍정적 환상이 높은 특성을 가지는 것에서 추론해 볼 수 있다. 긍정적 환상이 높은 사람들의 특징은 자신에게 이익이 되고 유쾌한 정보에 더 많은 주의를 집중하는 경향이 있는데, 이러한 경향성 때문에 문제를 심각하게 바라보기 보다는 비현실적으로 잘 해결되기를 바라거나 좋은 면에만 집중하려는 특성을 보일 수 있다(Tugade & Fredrickson, 2004). 그러므로 비록 소망적사고의 대처방식은 소극적 정서중심 스트레스 대처이지만, 긍정적 환상의 특성을 가진 주체성 자기가 높은 사람들 역시 자주 사용하는 대처방식이 될 수도 있다. 하지만, 이러한 결과에 대하여 보다 정확한 기제를 밝히기 위해

서는 추가적인 연구가 필요하다.

둘째, 주체성 자기가 대상성 자기보다 높을수록 행복 및 대인관계 만족도가 높아지는 결과를 보여주었다. 이러한 결과는 최근에 주체성-대상성의 척도를 사용한 한민 등(2013)의 연구에서도 나타나는 현상으로, 한국 대학생들은 주체성 자기가 우세할수록 주관적 안녕감과 심리적 안녕감이 더 높았다. 이러한 현상에서 개인의 자아개념이 본인이 속한 문화의 자기관과 일치하는지에 주의를 기울일 필요가 있다. 전반적으로 한국은 주체성 자기가 강한 문화로 나타나고 있고(이누미야, 2009; 이누미야, 김윤주, 2006), 본 연구에서도 보여지듯이 주체성 자기가 높은 개인들이 더 바람직하고 안정적인 심리적 지표가 나타났다. 그러므로 모든 문화에서 주체성 자기가 우세할 때 심리적 지표가 더 바람직하게 나오는지, 아니면 개인이 속한 문화적 자기관과 일치할 때 더 안정적으로 나오는지에 대한 후속 연구가 필요하다. 또한, 본 연구의 응답 대상이 대학생들이었음을 감안하면, 다른 세대에서도 같은 결과가 나오는 지에 대한 추후 연구도 이루어져야 한다.

셋째, 주체성 자기가 높은 집단과 대상성 자기가 높은 집단 간에 스트레스 대처방식이 행복 및 대인관계 만족도에 미치는 영향력의 차이가 나타났다. 먼저, 문제해결 방식은 주관적 행복에 미치는 영향력은 두 집단에서 유의미한 차이가 있었다. 즉, 문제해결 방식은 대상성 집단에서 더 큰 영향력을 발휘하였다. 하지만, 각 집단 간 회귀분석 결과는 문제해결 대처방식은 두 집단 모두에서 행복감을 높이는 데 효과적인 대처방식임을 확인할 수 있었다. 비록, 첫 번째 연구결과에서 나타난 것처럼 대상성 자기가 높은 사람들이 문제해결

대처방식을 덜 사용한다 할지라도, 문제해결 대처방식의 사용은 주관적 행복감을 느낄 수 있는 효과적인 대처방식임을 보여준 것이다. 하지만, 대인관계 만족도의 경우에는 대상성 자기가 우세한 집단에서만 유의미하게 나타났다. 또 다른 적극적 문제중심 대처유형인 조력추구의 경우에도 행복 및 대인관계 만족도 모두에서 주체성 우위집단은 유의미한 영향력을 미치지 못하고, 대상성 우위집단에서만 그 영향력이 나타났다.

주체성 우위집단에서 적극적인 대처방식의 사용빈도는 높으나 효과적이지 않은 것에 대한 이유를 제안해 보면 다음과 같다. Kim, Won, Liu, Liu 및 Kitanishi(1997)의 연구에서도 한국 대학생들이 중국 및 일본 학생에 비하여 적극적인 스트레스 대처방식을 가장 많이 사용하였으나, 스트레스로 인한 신체증상이 가장 심한 것으로 나타났다. 즉 한국인이 주로 사용하는 대처방식이 중국이나 일본 대학생에 비하여 효과적이지 못할 수 있다고 평가되었다. 조력추구 역시 효과가 없었는데, 이러한 결과는 자기수용이 사회적 지지추구에 영향을 미치지 않은 김광웅(2007)의 연구와 유사성을 찾아볼 수 있다. 김광웅(2007)은 자기 수용이 강할 경우 다른 사람의 평가나 기준보다 자신의 내적 기준에 영향을 받아 생각이나 행동을 실현시키기 때문에 타인으로부터 받는 지지를 통한 스트레스 대처방식이 효과가 적을 수 있다고 주장하였다. 본 연구의 결과도 이와 비슷한 작용을 추론해 볼 수 있는데, 주체성이 높은 사람들은 타인의 지지를 많이 추구하고 있지만 이러한 잦은 빈도가 그들의 행복이나 대인관계 만족도에 직접적인 영향력을 행사하는 것은 아님을 시사한다. 대상성 자기가 높은 집단에서 나타나는 조력추구의 유의미한

영향력은 대상성 자기의 특성에서 그 이유를 찾을 수 있다. 대상성 자기가 우세한 사람들은 공적 인간관계를 찾아내는 것이 그들의 정체성을 유지하는 것과 관련이 있기 때문에, 다른 사람들이 가지고 있는 암묵적 기대와 드러난 규범에 따르려는 특성을 가진다(이누미야, 2004). 이러한 대상성 자기의 특징 때문에 대상성 자기가 높은 사람들은 타인의 지지에 따라 심리적 안녕이 달라지는 것으로 짐작된다. 비록 대상성 자기가 높은 사람들이 적극적 문제해결이나 조력추구를 주체성 자기가 높은 사람들에 비해 덜 사용할지라도, 그 영향력은 더 크게 작용하리라고 추론해 볼 수 있다.

다음으로, 대상성 자기가 높은 사람들은 부인의 대처방식을 사용하는 것이 대인관계 만족도를 높이는 데 영향을 주었다. 이러한 결과는 소극적 정서중심 대처가 개인의 특성에 따라 효과적일 수 있다는 연구들(Aldwin & Revenson, 1987; Coifman et al., 2007; Lazarus, 1999; Pruchno & Resch, 1989; Toussaint et al., 2001)과 맥락을 같이 하며, 그러한 특성이나 상황 변인으로 주체성-대상성 자기 또한 영향력 있는 역할을 한다는 것을 보여주었다. 부인과 같은 대처방식이 대상성 자기가 높은 사람들에게 효과적인 결과를 보여주었지만, 장기적으로 계속 사용할 경우 다른 문제는 없는지의 효과여부는 아직 불확실하다. 따라서 궁극적으로 보다 건강하고 효과적인 스트레스 대처유형이 무엇인지 알아보는 것이 필요하다.

본 연구의 가장 중요한 의의는 기존의 문화적 자기관으로 사용되었던 개인주의/집합주의 또는 상호독립적/상호협조적 척도가 아닌 주체성-대상성 자기라는 새로운 대안을 사용했다는 것이다(이누미야 외, 2007). 비록 주체성-대상성 척도와 관련된 연구가 아직 초기이기

는 하지만, 문화적 자아개념과 관련이 있는 연구 분야에서 좋은 지표가 되리라 생각한다. 또한 개인의 문화적 자기관에 따라 스트레스 대처방식에 미치는 영향력이 다르다는 것을 보여준 것도 의미가 크다고 할 수 있다. 그동안 진행된 스트레스 대처방식에 관한 연구들 중 문화적 자기관과 관련된 연구는 거의 없다. 개인이 속해있는 문화의 속성은 개인의 행복이나 삶의 질과 매우 직접적인 관련이 있음에도 불구하고 이에 대한 실증적인 연구들이 부족했다. 그런 의미에서 본 연구의 결과는 시사하는 바가 클 것이다.

한편, 본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 먼저, 본 연구에서는 주체성-대상성 자기를 한 문화내에서 개인의 성향으로 분류하여 연구하였다. 하지만 주체성-대상성은 기존의 집합주의/상호협조적 자기를 대체하여 사용한 문화적 자기관의 개념이므로(이누미야, 김윤주, 2006), 이를 개인 내 변인으로 보아도 무리가 없는가에 대한 것이다. 하지만, 개인주의-집합주의 개념 역시 다른 문화적 배경을 가진 집단 또는 국가 수준의 비교 뿐만 아니라 개인 수준의 성향 비교를 위해서도 유용한 개념으로 연구되어 지고 있다(Triandis, Leung, Villareal, & Clark, 1985). 한민 등(2009)의 연구에서도 한국에서는 주체성-대상성의 비율은 약 80:20, 일본에서는 35:65로 다른 문화적 자기관을 가진 사람들이 존재하였다. 한민 등(2013)도 주체성-대상성 척도에 대하여 “문화를 구분하기 위한 변인으로 고안되었지만 자신이 발휘하거나 수용하는 사회적 영향력에 대한 개인적 성향으로도 이해할 수 있다(p.544)”고 설명하였다. 하지만, 본 연구의 결과는 대상성 자기가 우세한 문화, 또는 개인주의/상호독립적 자기가 높은 문화에서는

다른 방향으로 나타날 수 있으므로, 후속 연구들에서 구체적으로 다루어 보아야 할 것이다. 둘째, 본 연구에서는 스트레스 자체의 구분은 따로 하지 않았다. 하지만, 스트레스원의 성격에 주체성 자기성향과 대상성 자기성향이 다르게 작동할 수 있다. 이누미야(2004)는 주체성 자기 성향은 개인적 상황에서보다 사회적 상황에서 더 커지고, 대상성 자기 성향은 익명으로 하는 과제평가에서는 나타나지 않는다고 하였다. 그렇다면 스트레스에 대한 상황이 타인에게 공개되지 않을 때와 다른 사람들이 다 알고 있는 공개될 때에 주체성 자기와 대상성 자기는 다르게 작동할 가능성이 있을 것이다. 스트레스원의 성격에 따라 문화적 자기관이 어떻게 영향을 미치는 지에 관한 후속 연구는 한국인의 스트레스에 대한 반응과 그 방어행동을 설명하는 데 도움이 될 것이다. 마지막으로, 지금까지 이루어진 주체성-대상성 자기의 결과들을 한국 문화 또는 한국인의 전반적인 특징임을 보여주기 위해서는 연구 대상을 전 연령으로 확대하여 실시해 보아야 할 것이다.

## 참고문헌

- 강혜자 (2012). 대학생의 지연행동 및 스트레스 대처방식과 주관적 안녕감-자아존중감의 매개효과. 한국사회역사학회: 담론 201, 15(1), 67-92.
- 김광웅 (2007). 자아존중감 및 자기수용과 스트레스 대처행동과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 19(4), 983-999.
- 김나리 (2002). 대학생의 이성관계에서 애착이 갈등해결전략에 미치는 영향. 연세대학교 대학

- 원 석사학위 청구논문.
- 김승윤 (2011). 청소년의 자기긍정편향 및 스트레스 대처방식이 학교적응에 미치는 영향. 연세대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 김의철, 박영신 (1997). 스트레스 경험, 대처와 적응 결과: 토착심리학적 접근. 한국심리학회지: 건강, 2(1), 96-126.
- 김정호 (2007). 삶의 만족 및 삶의 기대와 스트레스 및 웰빙의 관계: 동기상태이론의 적용. 한국심리학회지: 건강, 12(2), 325-325.
- 김정희 (1987). 지각된 스트레스, 인지세트 및 대처방식의 우울에 대한 작용: 대학 신입생의 스트레스 경험을 중심으로. 서울대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 류승아 (2009). 정신장애인의 경쟁고용에 대한 대학생들의 태도: 한국과 미국의 비교연구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 23(4), 1-25.
- 류승아 (2010). 자아존중감과 문화적 성향과의 관계 연구. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 24(2), 169-183.
- 박수길 (1994). 자아정체성에 따른 진로의사결정 유형과 스트레스 대처 방식에 관한 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 박애선, 이영희 (1992). 기혼여성의 성역할 특성과 스트레스 지각이 스트레스 대처방식에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담과 심리치료, 4, 69-80.
- 박현경, 이영희 (2004). 집단상담 참가자의 개인주의-집단주의 성향, 상담자 역할기대 및 치료적 요인 연구. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 16(4), 571-596.
- 유성경 (2000). 청소년 탈비행과 위험요소 및 보호요소에 관한 탐색적 연구. 교육학 연구, 38, 81-106.
- 이누미야 요시유키 (2004). 한일 비교 성격론. 인본연구, 11, 102-124.
- 이누미야 요시유키 (2009). 주체성-대상성 자기와 긍정적 환상의 관계에 관한 한일비교 연구. 한국심리학회지: 일반, 28(1), 115-146.
- 이누미야 요시유키, 김윤주 (2006). 긍정적 환상의 한일 비교: 주체성 자기와 대상성 자기에 의한 설명. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 20(4), 19-34.
- 이누미야 요시유키, 최일호, 윤덕환, 서동효, 한성열 (1999). 비현실적 낙관성(unrealistic optimism) 경향에 있어서의 비교 문화 연구: 상호독립적-상호협조적 자기관과의 관계를 중심으로. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 13(1), 183-201.
- 이누미야 요시유키, 한민, 이다인, 이주희, 김소혜 (2007). 주체성-대상성-자율성 자기척도의 개발. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 21(2), 17-34.
- 이동귀, 김혜영, 최혜연 (2008). 정서인식 및 표현양식에 따른 하위집단과 심리적 건강. 한국심리학회지: 사회 및 성격, 22(1), 1-15.
- 이소진, 송미경 (2013). 대학생의 긍정적 착각, 방어기제 및 스트렛 대처방식의 관계. 한국심리학회지: 일반, 32(1), 177-194.
- 이자영, 서 미 (2012). 위협과 행복감의 관계: 스트레스 대처방식과 이점발견의 역할. 학교사회복지, 23, 229-255.
- 이정화, 유순화, 윤경미 (2008). 중학생의 긍정적 착각과 학교 적응과의 관계. 상담학연구, 9(4), 1785-1800.
- 이하나, 정현주, 이기학, 이학주 (2006). 대학생의 자아탄력성, 행복감과 스트레스 지각 및 대처와의 관계. 상담학연구, 7(3), 701-713.

- 임희섭 (1994). 한국사회의 변동과 가치관. 서울: 나남.
- 정규석 (2011). 청소년의 적응유연성과 안녕감 간의 관계. *학교사회복지*, 20, 103-121.
- 정 욱, 한규석 (2005). 자기고양 현상에 대한 조절변인으로서 자존감. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 19(1), 199-216.
- 조궁호 (2002). 문화성향과 허구적 독특성 지각 경향. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 16(1), 91-111.
- 조궁호, 명정완 (2001). 문화성향과 자의식의 유형. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 15(2), 111-139.
- 조선영, 이누미야 요시유키, 김재신, 최일호 (2005). 한국과 일본에서 상호독립적-상호협조적 자기관이 대인 불안에 미치는 영향: 자아존중감과 공적자기의식의 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 19(4), 49-60.
- 조성희 (2004). 청소년의 자아정체감과 스트레스와의 관계에 관한 연구. *경원대학교 교육대학원 석사학위 청구논문*.
- 조한익 (2000). 스트레스 대처방식을 매개로 한 비합리적 신념이 정서적 적응에 미치는 영향. *교육논총*, 16(1), 129-151.
- 최미경 (1999). 대학생의 행동특성과 스트레스 대처행동과의 관련 연구: 자기다음의 행동특성과 관련하여. *정신간호학회지*, 8(2), 424-433.
- 최연제, 최상진 (2002). 한국인의 문화 심리적 특성이 문제대응방식, 스트레스, 생활만족도에 미치는 영향: 정(情), 우리성을 중심으로. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 14(1), 655-671.
- 한규석 (2002). 사회심리학의 이해. 서울: 학지사.
- 한규석, 신수진 (1999). 한국인의 선호가치 변화 - 수직적 집단주의에서 수평적 개인주의로. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 13(2), 293-310.
- 한 민, 류승아, 김경미 (2013). 사회비교와 행복의 관계에서 문화적 자기관의 역할. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 19(4), 529-549.
- 한 민, 이누미야, 김소혜, 장웨이 (2009). 새로운 문화-자기관 이론의 국가 간 비교연구: 한국, 중국, 일본 대학생들의 자기관. *한국심리학회지: 일반*, 28(1), 49-66.
- 한정아, 심홍섭 (2005). 대학생의 자아분화, 부정적 기분 조절 기대치 및 스트레스 대처방식. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 17(4), 965-981.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Thousand Oaks, CA: sage Publications.
- Aldwin, C., & Revenson, T. A. (1987). Does coping help? A reexamination of the relation between coping and mental health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 337-348.
- Baumeister, R. F., Tice, D. M., & Hutton, D. G. (1989). Cognitive processes during deliberate self-presentation: How self-presenters alter and misinterpret the behavior of their interaction partners. *Journal of Experimental Social Psychology*, 25(1), 59-78.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., & Segerstrom, S. C. (2010). Optimism. *Clinical Psychology Review*, 30, 879-889.
- Cloninger, C. R., Przybeck, T., & Svrackic, D. (1994). *The temperament and Character Inventory (TCI): a guide to its development and use*.



- Washington Univ., ST Luis; Missouri: Center for psychobiology of personality.
- Coifman, K. G., Bonanno, G. A., Ray, R. D., & Gross, J. J. (2007). Does repressive coping promote resilience? Affective-autonomic response discrepancy during bereavement. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*, 745-758.
- Compass, B. F., Malcarne, V. I., & Fondacaro, K. M. (1988). Coping with stressful events in older children and adolescent. *Journal of Counseling and Clinical Psychology, 56*, 405-411.
- Cross, S. E., Bacon, P. L., & Morris, M. L. (2000). The relational-interdependent self-construal and relationships. *Journal of Personality and Social Psychology, 78*(4), 791-808.
- Diener, E., Emmons, R. A., Larsen, R. J., & Griffin, S. (1985). The Satisfaction With Life Scale. *Journal of Personality Assessment, 49*, 71-75.
- Folkman, S., & Lazarus, R. S. (1985). *Way of coping questionnaire*. Palo Alto: Consulting Psychologists Press.
- Garrison, D. R. (1997). Self-directed learning: Toward a comprehensive model. *Adult Education Quarterly, 48*(1), 18-33.
- Heine, S. J., Kitayama, S., Lehman, D. R., Takata, T., Ide, E., Leung, C., & Matsumoto, H. (2001). Divergent consequences of success and failure in Japan and North America. An investigation of self-improving motivations and malleable selves. *Journal of Personality and Social Psychology, 81*, 599-615.
- Heine, S. J., & Lehman, D. R. (1997). The cultural construction of self-enhancement: An examination of group-serving biases. *Journal of Personality & Social Psychology, 72*(6), 1268-1283.
- Helgeson, V. S., & Taylor, S. E. (1993). Social comparisons and adjustment among cardiac patients. *Journal of Applied Social Psychology, 23*, 1171-1195.
- Keeton, C. P., Perry-Jenkins, M., & Sayer, A. G. (2008). Sense of control predicts depressive and anxious symptoms across the transition to parenthood. *Journal of Family Psychology, 22*, 212-221.
- Kwan, V. S. Y., Bond, M. H., & Singelis, T. M. (1997). Pancultural explanations for life satisfaction: Adding relationship harmony to self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 73*, 1038-1051.
- Kim, K. I., Won, H., Liu, X., Liu, P., & Kitanishi, K. (1997). Students' stress in China, Japan, and Korea: A transcultural study. *International Journal of Social Psychiatry, 43*, 87-94.
- Lazarus, R. S. (1999). *Stress and emotion: A new synthesis*. New York: Springer Publishing Company.
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. New York: Springer Publishing Company.
- Lazarus, R. S., & Launier, F. (1978). Stress-related transactions between person and environment. In I. A. Pervin, & M. Lewis (Eds.), *Perspective in interactional psychology* (pp.287-327). New York: Plenum.
- Levine, T. R., Bresnahan, M. J., Park, H. S., Lapinski, M. K., Wittenbaum, G. M., Shearman, S. M., Lee, S. Y., Chung, D., &

- Ohashi, R. (2003). Self-construal scale lack validity. *Human Communication Research*, 29, 210-252.
- Lumsden, D. P. (1984). On assessing and ameliorating the "cost" of social life. In D. P. Lumsden, Canadian Mental Health Association, & Canadian Public Health Association (Eds.), *Community mental health in action: Primary prevention programming in Canada*. Ottawa, Ont: Canadian Public Health Association.
- Lyubomirsky, S., & Lepper, H. S. (1999). A measure of subjective happiness: Primary reliability and construct validation. *Social Indicators Research*, 46, 137-155.
- Markus, H., & Kitayama, S. (1991). Culture and self: Implications for cognition, emotion, and motivation. *Psychological Review*, 98, 224-253.
- Mastern, A. S. (2001). Ordinary magic: Resilience process in development. *American Psychologist*, 56, 227-238.
- Pruchno, R. A., & Resch, N. N. (1989). Mental health of care giving spouses: Coping as mediator, moderator, main effect. *Psychology and Aging*, 4, 454-463.
- Ryff, C. D. (1989). Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069-1081.
- Solberg Nes, L., & Segerstrom, S. C. (2006). Dispositional optimism and coping: A meta-analytic review. *Personality and Social Psychology Review*, 10, 235-251.
- Taylor, S. E., & Brown, J. D. (1988). Illusion and well-being: A social psychological perspective on mental health. *Psychological Bulletin*, 103, 193-210.
- Toussaint, L. L., Williams, D. R., Musick, M. A., & Everson, S. A. (2001). Forgiveness and health: Age differences in a U. S. probability sample. *Journal of Adult Development*, 8, 249-257.
- Triandis, H. C., Leung, K., Villareal, M. J., & Clark, F. L. (1985). Allocentric versus idiocentric tendencies: Convergent and discriminant validation. *Journal of Research in Personality*, 19, 395-415.
- Tugade, M. M., & Fredrickson, B. I. (2004). Resilient individuals use positive emotions to bounce back from negative emotional experience. *Journal of Personality and Social Psychology*, 86, 320-333.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: The PANAS scales. *Journal of Personality and Social Psychology*, 54, 1063-1070.
- Weinstein, N. D. (2000). Perceived probability, perceived severity, and health-protective behavior. *Health Psychology*, 19, 65-74.
- Worthington, E. L., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology and Health*, 19, 385-405.

논문 투고일 : 2014. 02. 22  
1 차 심사일 : 2014. 05. 15  
게재 확정일 : 2014. 07. 28

## The Role of Cultural Self-construal on Stress Coping and Psychological Wellbeing

**Seungah Ryu**

Kyung Nam University

**Kyoungmi Kim**

Tong Myung University

**Min Han**

Woosong University

It is well known that personality and situation which person possess have an impact on the relationships between stress coping and psychological wellbeing. Although most of studies on cultural self-construal have used the concept of individual/collectivism (independent/interdependent) scale, a part of research showed that it was not similar results when the concepts were used with Korean samples. We applied new scale, subjective-objective self, to our study. Two hundred eighty three participants ( $M = 21.66$ ) participated in the present research. We found that persons with higher subjective self used more problem solving and seeking help, and less denial coping methods. Next, the higher subjective self influenced happiness and interpersonal relationship satisfaction. Finally, the coping methods of problem solving and seeking help influenced more happiness and interpersonal relationship satisfaction among people with higher objective self than did among people with higher subjective self. The implication for study were discussed.

*Key words : subjective self, objective self, stress coping, happiness, interpersonal relationship satisfaction*