

자기침묵이 대인관계에 미치는 영향: 우울의 매개효과 검증

김 명 화

홍 혜 영[†]

명지대학교

본 연구는 대학생의 자기침묵수준과 대인관계의 질, 우울간의 관계를 알아보고, 자기침묵과 대인관계의 관계에서 우울의 매개효과를 살펴보고자 하였다. 이를 위해 서울, 경기, 인천 지역의 대학생 513명(남 258명, 여 255명)을 대상으로 자기침묵척도, 우울척도, 대인관계척도를 사용하였다. 자료분석을 위하여 기술통계분석, 상관분석, 중다회귀분석을 실시하였다. 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 대인관계에서 남녀간 유의한 차이가 있었다. 즉, 남학생이 대인관계의 질을 더 높게 인식하는 것으로 나타났다. 그러나 자기침묵과 우울은 남녀간 유의한 차이가 없었다. 둘째, 자기침묵과 우울, 대인관계에 대한 상관분석을 한 결과 남녀 모두 자기침묵은 우울과 정적 상관이 있었으며, 우울과 대인관계는 부적상관, 자기침묵과 대인관계 또한 부적 상관이 있었다. 셋째, 자기침묵이 대인관계에 미치는 영향을 검증한 결과 여학생보다 남학생의 자기침묵이 대인관계에 더 중요한 변인으로 나타났다. 넷째, 여학생보다 남학생의 우울이 대인관계에 더 많은 영향을 끼치는 것으로 나타났다. 다섯째, 자기침묵과 대인관계의 관계에서 우울의 매개효과를 검증한 결과, 자기침묵이 대인관계에 영향을 미칠 때 우울이 완전매개 하는 것으로 나타났다. 즉 자기침묵을 많이 할수록 더 우울해지고 우울할수록 대인관계의 질을 낮춘다는 것을 의미한다. 이러한 연구 결과는 대인관계의 어려움을 느끼는 학생을 위한 개입에 있어서의 자기침묵과 우울의 중요성을 시사했다는데 의의가 있다.

주요어 : 자기침묵, 대인관계, 우울

[†] 교신저자: 홍혜영, 명지대학교 사회교육대학원 상담심리학과 교수, 서울시 서대문구 남가좌동 50-1
Tel: 02-300-0899, E-mail: hyhong@mju.ac.kr

우리나라의 청소년들은 중, 고등학교 시기의 통제되고 수동적인 입시위주의 교육으로 인하여 청소년기 발달과업인 정체성 확립을 지체시켜 오다가 대학생살을 시작하면서 독립적, 능동적인 생활환경으로의 대전환 및 적응 문제에 직면하게 되고 그동안 지체된 발달과업을 성취해야 되는 압력을 경험하게 된다(이은희, 2004). 특히 대학생살은 가족이나 또래 중심의 제한적 관계에서 벗어나 확장된 대인 관계를 경험하게 되면서 다른 어느 시기보다 건강한 대인관계를 형성하는 것이 중요한 발달과제이다(권석만, 1995; 권진희, 2007; 박장희, 조운주, 2006; 이수진, 2009).

Tice와 Baumeister(2001)에 따르면, 인간은 소속의 욕구를 가지고 있으며, 대인관계는 자기(self)의 가장 강력하고 기본적인 동기라고 지적하였다.

주어지는 대인관계가 아니라 찾아 나서는 능동적이고 적극적인 대인관계가 요구되지만(권경미, 2009; 권석만, 1995), 급격히 증가하는 대인관계의 상황에 적응적이지 못함으로써 정서적으로 많은 어려움을 호소하게 된다(김형진, 한종철, 2004; 남상철, 유영달, 2007; 한금선의 2007). 4년제 대학의 신입생 실태조사에 따르면 대학생살에서 가장 하고 싶은 것은 폭넓은 대인관계라는 응답이 있다. 그들은 상담을 받고 싶은 문제로 진로와 학업을 꼽았으며 성격 및 대인관계가 그 뒤를 이었다(고려대학교 학생생활 상담 센터, 2005; 김나영, 2009; 안희애, 2006). 대학생을 대상으로 실시한 설문조사(김영화, 이근, 김나영, 2005)에서도 대학생살에서 가장 하고 싶은 일로 32.1%의 학생들이 "폭넓은 대인관계"를 선택하였다(권진희, 2007).

한 개인이 발달하고 성장하는 근원이 대인

관계이며, 이러한 대인관계를 통해 개인은 만족감과 안정감을 찾아가게 되므로 원만한 대인관계가 매우 중요한데 대인관계를 어떠한 관점으로 보는가는 동양과 서양의 차이가 있다. 개인중심적인 서구와 달리 한국문화에서는 집합주의를 중요시하며 이러한 문화에서는 가족을 포함한 다른 사람들과의 관계가 중요하다(장성숙, 2004; 한나리, 2009). 그리고 원활한 인간관계를 맺고 유지하며 대인관계에서 만족감을 느끼는 것이 삶의 중요한 요소이며 능력으로 인식되어 왔다(박영호, 2006; 신지은, 방희정, 윤진영, 2009). 특히 타인과 맞서고 갈등을 만들면서까지 개인의 자율성과 만족을 추구하는 것 보다는 원만한 대인관계를 형성하고 이를 유지하는 것을 더 가치 있게 생각하는 경향이 있으므로(한나리, 2009), 원만한 대인관계를 형성하기 위해 자기침묵을 할 가능성이 높으며 자기침묵이 대인관계에도 영향을 미칠 것이라는 예상을 할 수 있다.

개인의 발달과 삶에서 매우 중요한 대인관계는 애착과 부모의 양육태도, 정서인식, 의사소통, 불안, 자아존중감 등에 의해 영향을 받는데, 최근에는 대인관계에 영향을 주는 요인으로 자기침묵이 주목을 받고 있다.

자기침묵(silencing the self)이란 1991년 Jack이 우울증 여성의 면담을 바탕으로 이론화한 개념으로 중요한 관계 내에서 여성들의 인위적인 행위로부터 우울한 결과가 나타난다는 여성 우울증의 이론이다. 자기침묵은 관계에서의 원활한 상호작용과 유지를 위해 자신의 감정이나 생각을 제한하는 행동으로 애착이론과 관계속 자기(self-in-relation)이론에 근거한다(Jack, 1991). 자기침묵은 특정한 성격과 생활의 질에 영향 받지 않으나 예로부터 유래된 문화 속에서, 여자들은 자신의 행동을 억제하고 자기 침

묵을 지키는 것이 명백한 여자의 도리는 아니지만 피할 수 없는 사실이라고 생각했다. 그 이유는 여성들은 대인관계를 원만하게 양성하고 유지시키는 것이 자기 자신의 행동에 달렸다고 생각했기 때문이다. 여성들은 자신이 원하는 것보다 타인이 원하는 것을 해 주어야 하는데 그것은 위엄 있는 행동이고 그렇게 하지 않으면 자신은 이기적인 것이라고 생각했다(Thompson, Whiffen, & Aube, 2001). 여성들의 관점에서 “일관된 순종(compliant connectedness)”은 사회적으로 승인되며 이것들은 강박적으로 다른 사람들을 돌보고, 다른 것에 기뻐하며, 자기표현을 억제하는 특징을 가진다(Thompson, Whiffen, & Aube, 2001). 사회문화적으로 요구되어지는 성역할에 의해 여성들은 진정한 자기가 되기보다는 자신의 내면의 목소리를 감추고 관계유지를 추구하는 자기침묵(silencing the self)을 보이게 되는데, 이 과정에서 여성이 형성하게 되는 인지 도식과 행동 유형, 이로 인한 정서적인 반응들을 복합적으로 포함한다. 여성들은 사회적, 문화적 기대들을 통해 성유형화된 방식으로 행동하도록 강요받고, 자신보다는 타인의 욕구를 먼저 생각하는 행동을 학습함으로써(신영숙, 2008; Jack, 1991; Lemkau, & Lauda, 1986), 자기침묵이 매우 높게 나타난다. 여성들은 자신의 욕구대로 행동하거나 자신이 안 좋게 생각하거나 마음에 담고 있는 분노 등을 표출하면 타인의 관계에서 고립된다고 생각하므로 여러 상황과 관계에 있어서 주도권과 표현의 자유에 제한을 받게 되고(Jack, 1991), 이러한 행동들은 친밀감을 유지시키려는 것이지만 결국 관계에 있어 손실을 가져오게 된다(Vazquez, 1998).

Thompson(2001)등은 대인관계 행동을 위한 성적 기준이 결합된 여성 자신의 감정에 대한

관계 중심성은 여성에게 대인관계 행동과 신뢰 발전에 대한 위협으로 작용하여 우울증의 취약성을 증가시킬 수 있다고 가정하였다(Thompson, Whiffen, & Aube, 2001). 관련연구를 살펴보면, 가까운 대인관계는 여성들이 자기 인지를 하는데 있어서 심사숙고 하며, 여성들이 대인관계 속에서의 고요함과 차분함을 유지하기 위해서 해야 할 행동들 때문에 우울증 지수가 높아진다고 하였다(Josephs, Markus, Tafarodi, 1992; Whiffen, Foot, Thompson, 2007).

Arieti와 Bemporad(1980)은 대인 관계적 입장에서 우울을 자신에게 보상을 주는 사람에게 지나치게 의존하는 타인 지배적(dominant other) 우울과, 높은 목표 달성에 의존하는 목표 지배적(dominant goal) 우울로 구분하였다(박영주, 이영호, 2006).

우울증에 대한 대인 관계 이론에 의하면, 우울한 사람들은 다른 사람들과 상호작용하거나, 사회적 강화와 지지를 얻는데 어려움을 느끼며, 이것이 우울한 증상을 더 악화시키는 요인이라고 보고 있다(윤현수, 오경자, 2004; Coyne, 1976; Lewinsohn, 1974). 우울한 사람들은 타인과 친밀한 관계를 유지하는 기술이 부족하기 때문에 타인으로부터 지지나 사회적 강화를 받는 것이 힘들어 우울증상이 유지되거나 악화가 된다(정연옥, 이민규, 2005; Carnelley, Pietromonaco, & Jaffe, 1994).

다른 연구들에서도 우울한 사람들이 타인에게 부정적 영향을 준다고 보고하고 있다(Coyne, 1976a, Sacco, Milana & Dunn, 1985; Youngren & Lewinsohn, 1980). 이 연구들에 따르면 우울한 사람들은 상대에게 부정적 정서를 일으키고 도움을 거절하게 만들어 우울한 사람과 만나고 싶지 않은 바람을 갖도록 한다. 또한 비교집단에 비해 사회화 행동, 주장행동

및 친밀한 관계형성에서도 더 많은 어려움을 나타낸다고 하였다(송소원, 2008; Brokaw & Mcemore, 1991). 윤현수(2004)는 우울한 사람들이 우울하지 않은 사람들보다 더 많은 대인관계 문제를 경험한다고 하였고(윤현수, 오경자, 2004), 손보영과 정남운(2006)은 자기 비판적 우울과 의존적 우울에서 나타나는 자기반응이 대인관계에 부정적인 영향을 미친다고 하였다. 자기표현과 우울에 관한 연구에서 두 변인간에 부적인 상관관계가 있음을 보고하였으며(송소원, 2008; 송은일, 1995; Cioqueta & Stiles, 2005; Doering, Erhan & Yegul, 2006, Hersen et al., 1995), 김은정(1998)은 우울에 취약한 성격적인 특성 때문에 대인관계에 문제가 발생한다고 보았다(김은정, 권정혜, 1998; 오현주, 1998, 윤현수, 2001).

자기침묵과 우울에 대한 선행 연구를 살펴보면, 자기침묵이 자존감을 낮추고 친밀감을 감소시키며, 우울증에 대한 취약성을 증가시키는 원인이 된다고 하였다(Jack, 1991; Jack, & Dill, 1992).

대학생을 대상으로 한 Gratch의 연구에서 모든 인종과 성별에서 자기침묵과 우울증 사이에는 정적 상관관계가 나타났다(Gratch, Bessett, 1995). Thompson(1995)의 연구에서도 자기침묵은 우울과 정적 상관이 유의하게 높았으며 이외에도 여러 연구에서 자기침묵은 우울을 유의하게 예측하는 변인인 것으로 확인되었다(김미진, 2009; Carr & Gilroy, 1996; Cramer, 2005; Flett, 2007; Jack & Dill, 1992). 자기침묵은 낮은 자기 존중감과 쉽게 상처받고 연약한 감정으로 인해 우울해 지는 증상이 고조 되며, 김미진(2009)의 연구에서 자기침묵 수준이 높을수록 우울이 높게 나타났으며, 여러 선행연구에서도 자기침묵은 우울을 유의하게 예측하

는 변인인 것으로 확인되었다(김미진 2009; Besser, Flett, Davis, 2003; Carr, Gilroy, & Sherman 1996; Cramer, Gallant, Langlois, 2005; Flett, Besser, Hewitt, & Davis, 2007; Gratch, Bassett, & Attra, 1995; Jack, & Dill, 1992).

정서표현에 대한 양가성(Ambivalenceover Emotional Expressiveness)은 자신의 감정을 표현하고 싶은 욕구가 있으나 이를 억제하며 갈등하는 것을 말한다(King & Emmons, 1990). 사람들은 대부분 자신의 정서표현이 관계를 손상시키지 않도록 내면화된 표현규칙에 따라 정서 표현을 조절하거나 억제하며, 때때로 정서 표현에 대한 양가적인 상태를 경험한다. 그러나 이런 억압적 양식이 범상황적이고 경직된 특질적인 형태로 나타난다면 이는 개인의 적응을 저해할 수 있다. 이러한 정서표현에 양가적인 사람들은 심리적 안정감과 결혼 만족도가 낮고(King, 1993) 반추사고와 우울증을 많이 보였다는 결과가 있다(최해연, 민경환, 2007; Katz & Campbell, 1994; Mongrain & Zuroff, 1994). 여성을 대상으로 한 박 경(2003)의 연구에서는 우울한 사람들은 자기희생과 비주장성의 성격적 특성을 공통적으로 가지고 있다고 하였다(안정현, 2008).

자기침묵과 대인관계에 대한 선행연구를 살펴보면, 여자의 자기침묵은 자기 자신과 배우자와의 만족한 관계형성에 관해서 부정적인 영향을 끼치고(Thompson, 1995), 자기침묵이 대인관계의 만족감과 친밀감을 감소시킨다고 하였다(Hart, & Thompson, 1996). 자기침묵의 수준이 높을수록 관계만족 수준이 낮다는 것은 이전의 선행연구에서도 밝혀졌으며(양지윤, 2006; Austin, 2001; Jack, 1991) 남녀 대학생의 자기침묵은 관계만족과 부적 상관이 있다고 연구되었다(김미영, 2008; Remen, 2000).

애착과 성별에 따른 대인관계 양상을 보면 여성이 남성에 비해 관계 속에서 긍정적인 경험을 더 많이 하는 반면, 남자들은 대인관계에서 여자들보다 도구적인 관계의 특성을 더 많이 보였는데(노경란외 2007), 여성들은 타인을 보살피고 배려하면서 관계적 욕구와 정서적 욕구를 충족시키는 가운데 긍정경험을 남성보다 더 많이 할 가능성이 있다고 보였다. 김지경(2003)의 연구에서는 남성의 경우 도구성이, 여성의 경우에는 표현성이 더 중요하다고 보고하였다(김지경, 김명소, 2003).

우울을 매개로 하여 대인관계에 미치는 영향에 대한 선행연구를 보면 완벽주의 성향이 우울취약성을 매개로 하여 대인관계 문제에 영향을 미치는 것으로 나타났다(이지영, 2007). 완벽주의 중에서 사회적으로 부과된 완벽주의는 의존적 우울취약성이나 자기 비판적 우울취약성을 매개로 하여 대인관계문제를 심화시킨다. 사회적으로 부과된 완벽주의를 추구하는 사람들은 의미 있는 타인으로부터 사랑과 인정을 받고 싶은 욕구가 강하기 때문에 자기 자신보다는 타인의 기준에 도달하고자 하고, 이는 스스로가 통제할 수 없고 결과의 확인도 가능하지 않기 때문에 불안이나 우울, 좌절감 같은 부정적인 정서를 느끼고 삶의 불만족을 경험하여 급기야 대인관계 문제로 까지 이어지는 것으로 해석할 수 있다(이지영, 2007). 대학생들을 대상으로 한 박영주(2010)의 연구에서도 애착경험이 대인관계 문제에 영향을 미치는 과정에서 우울경험양식이 중요한 매개 역할을 하는 것으로 나타났다. 불안애착의 수준이 높은 개인은 자기주장을 하지 않고 감춤으로써 거부당할 위협으로부터 안전을 유지하고, 회피애착의 수준이 높은 개인은 자기주장을 거의 하지 않음으로써 평가와 비난으로부터

자신을 보호하려 하므로 대인관계 문제를 보인다고 하였다(박영주, 이영호, 2010). 김현진(2004)은 대학생들을 대상으로 우울 취약성과 자의식이 대인관계에 미치는 영향에 대해 연구하였다. 그 결과 우울취약성의 하위요인인 의존성은 비주장성, 과배려성의 문제에 대하여 유의미한 영향력을 갖는 것으로 나타났다. 즉 의존성은 관계(relatedness)에 치중하며 다른 사람의 관심과 애정을 얻기 위해 자신의 요구나 주장을 관철하기 보다는 타인의 욕구에 맞추고자 하는 비주장성의 문제와, 자신을 희생하면서까지 타인에게 지나치게 우호적이고 관대한 배려성의 문제를 나타나게 된다는 것이다(김현진, 한종철, 2004).

외국의 경우에는 자기침묵과 더불어 섭식장애(Eating disorder)나 결혼생활의 기능, 우울(Depression), 완벽주의(Perfectionism), 분노표현(Anger Expression), 관계(Relationships), 성(Gender) 등 많은 분야에 걸쳐 연구가 이루어져 있다. 섭식장애를 가진 여학생에서 높은 자기침묵 점수와 분노억제가 나타났다(Zaitsoff, Geller, Sriameswaran, 2002), 사회적으로 부과된 완벽주의와 자기침묵이 우울증과 중요한 관계에 있으며(Flett, Besser, Hewitt, & Davis, 2007), 여대생의 자기침묵 행동과 식이행동의 관계에서 자기침묵이 높은 수준에 있는 사람이 무질서한 식이행동을 보인다고 보고하고 있다(Shouse, 2009).

자기침묵 학설은 여자들의 우울증을 설명하기 위해 만들어졌지만 자기침묵에 관한 연구들은 성별차이에 대하여 증명하지 못하였다(Coyne, Downey, 1991; Jack, 1991, 1999; McGrath, Keita, Strickland, & Russo, 1990; Nolen-Hoeksema, 1990). 따라서 남성과 여성 모두 우울 증상, 관계의 어려움과 관련이 있음

을 밝혀 자기 침묵 이론의 경험적 증거 수정이 필요하다는 의견이 있다(Jack, & Dill, 1992; Spratt, Sherman, & Gloy, 1998; Thompson, Whiffen, & Aube, 2001). Jack 또한 자기침묵과 우울증은 여성들에게 많이 나타난다고 알려져 있지만, 남자들을 정확하게 조사한 바가 없기 때문에 확신할 수 없고, 남자들의 자기 침묵 지수가 여자들보다 높을 수 있다고 지적하며, 연구의 필요성을 제시하였다(Jack, & Dill, 1992).

문화성향에 따라 인지, 정서, 동기 체계가 달라지는 관계중심적 인간관을 가진 집단주의에서는 관계속 조화의 추구가 사회행위의 근본적인 목표라는 입장을 가진다. 문화마다 다른 정서표현은 사회화 과정을 통해 어린 시절부터 자연스럽게 학습되는데(이은경, 서은국 2009; Adams, & Markus, 2004; Knowles, Morris, Chiu, & Hong, 2001), 집단주의 사회에서는 대인관계 자체가 목적이며 공동체적 관계(communal relationship)이고, 타인에의 배려와 관계의 조화 달성에 도움이 되는 정서가 사회적으로 높은 평가를 받는다(원은정, 2005). 전반적으로 집단주의 문화권의 속성을 가진(Hofstede, 1991) 한국사회에서의 문화는 유교적 집단주의를 근간으로 타인에 대한 배려는 중요한 덕목이며 이에 바탕이 되는 것이 자신의 욕구에 대한 억제이다. 체면과 공손함을 중시하며, 강한 정서의 외적 표현은 매우 억제하는 특성을 가지고 있다(최상진, 1997; 최해연, 민경환, 2007). 또한 개인의 내적인 감정과 생각의 표현이 특별히 강조되지 않을 뿐만 아니라, 중요하게 여겨지지 않고 오히려 관계의 조화와 집단의 유지를 위해 강한 정서표현을 자제하고 이것이 바람직하다는 전통적 경향이 있다(이은경, 서은국 2009; 최상진, 정태연,

2001; Markus & Kitayama, 1991; Oyserman, 2002; Tsai & Levenson, 1997).

이렇듯 자기침묵이 여성뿐 아니라 남성에게도 중요한 의미를 갖고 있지만 국내 자기침묵의 연구는 거의 여성을 대상으로 하고 있고 남성을 연구한 것은 김진선(2009)의 연구만 있으며, 한국사회에서는 타문화권(개인주의)보다 일상생활에서 정서표현을 더 많이 억제하므로 자기침묵이 높을 것으로 예상할 수 있다.

가부장적인 문화의 우리나라 남자들의 경우 무의식중에 지나칠 정도로 강한 책임감을 기본으로 하는 “남자란 모름지기...”, “장남된 도리로...”, “가장 체면에...”, “감정을 절제해야 남자답다.”, “남자란 죽을 때 까지 주위 사람들에 대한 책임을 져야 한다.”는 등의 강력한 사회적 역할기대를 요구받게 되므로(김신애, 정남운, 2008), 자신의 감정을 통제 하도록 교육받은 남자들 또한 자기침묵과 우울이 높을 것으로 예상할 수 있다.

자기침묵과 유사한 심경원(2007)과 김나영(2009)의 연구에서 남자 대학생의 정서표현과 거부 민감성이 높았고, 정서표현에 대한 갈등과 관련하여 남자가 여자보다 정서표현에 대한 억제를 더 많이 한다는 연구결과가 있다(장정주, 김정모, 2008; Cross, & John, 2003). 국내에서 자기침묵에 대한 남녀 차이의 연구보고는 미흡한 실정이므로, 남자 대학생과 여자 대학생의 자기침묵의 수준을 알아보는 것이 필요하다고 보인다.

본 연구에서 관심을 가지는 것은 자기침묵이며, 남녀의 자기침묵이 우울을 통해 대인관계에 영향을 줄 것이라는 가설을 세운다. 따라서 본 연구는, 앞서 연구된 선행연구들을 바탕으로 성별에 따라 자기침묵과 우울이 대인관계에 미치는 영향을 알아보고, 자기침묵

과 대인관계와의 관계에서 우울이 매개효과를 갖는지 알아보고자 한다. 이러한 연구를 통하여 대학생의 상담 장면에서 심리적 건강에 영향을 미치는 자기침묵의 변인을 폭넓게 이해하고 상담을 통해 활용할 수 있는 방안을 모색하도록 해 줄 것으로 기대한다.

연구 문제

1. 자기침묵과 대인관계, 우울은 남학생과 여학생간에 유의한 차이가 있는가?
2. 남학생과 여학생의 자기침묵과 대인관계, 우울은 상관관계가 있는가?
3. 남학생과 여학생의 자기침묵은 대인관계에 영향을 미치는가?
4. 남학생과 여학생의 우울은 대인관계에 영향을 미치는가?
5. 남학생과 여학생의 자기침묵이 대인관계에 미치는 영향에서 우울이 매개를 하는가?

방 법

연구 대상

본 연구는 서울, 경기, 인천의 대학교 총 8 곳에서 남녀 대학생을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 설문지는 610부를 배부하여 583(95.57%)부가 회수 되었다. 설문에 응답한 583명 중 4~5개 이상의 무응답이나 불성실한 70개를 제외하고 최종적으로 결과 분석에 사용된 사례수는 총 513명 이었다.

설문에 소요된 시간은 15~20분 정도였으며, 설문 조사기간은 2010년 3월 16일부터 2010년 3월 30까지였다. 대상자는 남학생 258명

(50.3%), 여학생 255명(49.7%) 이었다. 지역별로 살펴보면 서울은 남학생 45명(39.8%), 여학생 68명(60.2%), 인천은 남학생 11명(44%), 여학생 14명(56%), 경기도는 남학생 202명(53.9%), 여학생 173명(46.1%)으로 남녀의 비율이 비슷하였다. 학년별로 살펴보면 1학년 208명(40.5%), 2학년 221명(43.1%), 3학년 37명 (7.2%), 4학년 47명(9.2%)이었다.

측정도구

자기침묵 척도(STSS)

Jack과 Dill이 1992년에 개발한 자기침묵 척도(Silencing The Self Scale: STSS)를 김미진(2009)이 번안한 6점 척도를 사용하였다.

STSS는 자기침묵(silencing the self)적 인지도식의 정도를 평가하기 위한 31문항의 자기보고식 척도로 4가지 하위 요인으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 높은 자기침묵을 나타내는 것으로 평가된다. 자기침묵의 각 하위유형은 다음과 같다. “외적인 자기지각(externalized self-perception)”은 외적 기준에 의해 자신을 엄격하게 판단하는 경향을 측정하고, “자기희생을 통한 돌봄(care as self sacrifice)”은 안정적인 애착을 유지하기 위해 자기 자신보다 타인의 욕구를 우선시 하는 정도를 측정한다. “자기침묵(하위유형)”은 조화로운 관계의 중요성을 위해 자기 표현을 억제하는 경향을 측정하고, “분리된 자기(divided self)”는 분노의 감정도 불구하고 표면적으로는 순응하거나, 회피 거부적인 관계로부터 자신의 견해를 숨기게 필요하다고 믿는 신념에 대한 경향을 측정한다. 각 문항은 1점에서 6점까지(1=전혀 그렇지 않다, 6=매우 그렇다)의 6점 Likert 척도로 1, 8, 11, 15, 21 문항은 역채점하여 분석

해야 한다. 원척도 개발자인 Jack과 Dill(1992)은 선행연구에서 1번과 11번 문항의 문항-총점 간 상관이 0이거나 부적 상관이 있는 것으로 나타났기 때문에 척도사용시 두 문항의 문항을 확인하고 보고할 것을 당부하였는데 본 연구에서도 1번과 11번 문항의 문항-총점 간 상관은 각각 -.178과 -.107로 나타났기에 분석에서 제외하는 것이 타당하다고 판단되었다. Jack과 Dill(1994)의 연구에서 Cronbach's α 는 .94였으며, 본 연구에서는 Cronbach's α 는 .87로 나타났다.

자기침묵의 하위요인 신뢰도는 외적인 자기지각 .72, 자기희생을 통한 돌봄은 .64, 자기침묵(하)은 .75, 분리된 자기는 .68이었다.

대인관계척도(Relationship Change Scale)

Schlin과 Guerney(1975)의 자기보고형척도(Relationship Change Scale)를 한국 실정에 맞게 이형득과 문선모(1980)가 번안한 것을 김흥기(2006)가 재구성하여 사용한 것으로 5점 척도를 가졌으며, 총 25개의 문항으로 구성되어있다.

친구와 바라던 관계가 이루어져 흐뭇하게 여기는 “만족감”과, 마음먹은 바를 능동적으로 전하고 수용하는 능력인 “의사소통”, 친구를 믿는 “신뢰감”, 친밀감을 나타내는 “친근감”과 날카롭고 예민한 “민감성”, 솔직히 드러낼 수 있는 “개방성”, 사리를 분별하는 “이해성”으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 대인관계가 좋음을 의미한다. 김흥기(2006)의 연구에서 Cronbach's α .90 김주원(2009)의 연구에 Cronbach's α .92 로 나타났으며, 본 연구에서도 Cronbach's α .92 로 나타났다.

대인관계의 하위요인 신뢰도는 만족감 .75, 의사소통 .75, 신뢰감 .53, 친근감 .63, 민감성

.70, 개방성 .76, 이해성 .72 로 나타났다.

우울척도(Beck Depression Inventory: BDI)

우울 척도는 이영호와 송중용(1991)이 번안한 Beck의 우울척도를 사용하였다.

한국판 Beck의 우울 척도는 자기보고식 검사로 4점 척도를 가진 총 21개의 문항으로 구성되어있고, 점수가 높을수록 우울함을 나타낸다. 이영호와 송중용(1991)의 연구에서 일반인의 경우, Cronbach's α 계수 및 검사-재검사 신뢰도는 각각 .78, .75였으며, 우울 임상집단의 경우 Cronbach's α 는 .85였다. 본 연구에서 나타난 우울 척도의 신뢰도 Cronbach's α 는 .90이었다.

절차

수집된 자료는 SPSS 17.0 프로그램에 의해서 처리되었다. 연구대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위해 빈도와 백분율을 산출했으며 자기침묵, 대인관계, 우울의 상관관계를 살펴 보았다. 그리고 자기침묵에 대한 대인관계 하위유형의 회귀분석을 실시하였고, 자기침묵과 대인관계의 관계에서 우울의 매개효과를 검증하기 위하여 Baron과 Kenny(1986)의 절차에 따라 중다회귀분석을 실시하였다. 마지막으로 Aroian 검증을 실시하였다.

결 과

자기침묵, 대인관계, 우울의 남녀 차이검증

주요 변인인 자기침묵과 우울, 대인관계에서 남녀간 차이검증을 위해 t-test를 실시한

결과, 남학생의 전체 자기침묵 평균은 3.50 (SD=.63), 여학생들의 전체 자기침묵 평균은 3.39 (SD=.56)로 남여간에 유의한 차이가 없었다($t=2.19, p>.05$). 그러나 하위요인 중에서 자기희생을 통한 돌봄(남자평균 3.66, SD=.79, 여자평균 3.52, SD=.66, $t=2.11, p<.05$)과 분리된 자기(남자 평균 3.15, SD=.79, 여자평균 3.11, SD=.71, $t=.69, p<.05$)에서 남여간에 유의한 차이가 있었다.

대인관계에 따른 남여의 평균과 표준편차를 살펴본 결과, 남학생의 평균은 3.60(SD=.55), 여학생의 평균은 3.52(SD=.44)이고 $t=1.83$ ($p<.01$)로 통계적으로 유의한 차이가 있었다. 하위요인 중에서도 만족감(남자평균 3.65, SD=

.68, 여자평균 3.49, SD=.55, $t=2.94, p<.01$)과 친근감(남자평균 3.73, SD=.67, 여자평균 3.64, SD=.57, $t=1.56, p<.01$), 개방성(남자평균 3.45, SD=.74, 여자평균 3.37, SD=.62, $t=1.31, p<.01$)은 남여간 유의한 차이가 있었다.

마지막으로, 우울은 남학생의 평균이 .36(SD=.35), 여학생의 평균이 .45(SD=.36)로 여학생이 남학생보다 우울의 점수는 높지만 통계적으로 유의하지 않았다($t=-2.77, p>.05$).

자기침묵, 우울, 대인관계간의 상관분석

남학생의 주요 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과, 자기침묵 전체와 우울과는 ($r=.35$

표 1. 남학생의 자기침묵, 우울, 대인관계간의 상관관계 (N=258)

	1	1-1	1-2	1-3	1-4	2	3	3-1	3-2	3-3	3-4	3-5	3-6	3-7
1 자기침묵	-													
1-1 외적인지각	.85**	-												
1-2 자기희생을 통한 돌봄	.77**	.58**	-											
1-3 자기침묵(하)	.82**	.57**	.51**	-										
1-4 분리된자기	.78**	.62**	.41**	.49**	-									
2 우울	.35**	.35**	.17**	.27**	.36**	-								
3 대인관계	-.15*	-.13*	.08	-.20**	-.21**	-.46**	-							
3-1 만족감	-.12*	-.15*	.10	-.08	-.27**	-.52**	.74**	-						
3-2 의사소통	-.19**	-.19**	-.00	-.22**	-.20**	-.44**	.89**	.56**	-					
3-3 신뢰감	.01	.03	.11	-.03	-.07	-.26**	.68**	.51**	.53**	-				
3-4 친근감	-.05	-.02	.07	-.05	-.18**	-.36**	.83**	.60**	.72**	.63**	-			
3-5 민감성	-.08	-.04	.08	-.17**	-.12*	-.13*	.67**	.32**	.56**	.23**	.47**	-		
3-6 개방성	-.14*	-.11	.06	-.25**	-.12	-.38**	.87**	.53**	.79**	.51**	.63**	.56**	-	
3-7 이해성	-.17**	-.16*	.05	-.21**	-.22**	-.32**	.80**	.48**	.67**	.39**	.59**	.73**	.61**	-
평균	3.50	3.60	3.66	3.58	3.15	.36	3.60	3.65	3.60	3.60	3.73	3.64	3.45	3.64
표준편차	.63	.87	.79	.72	.79	.35	.55	.68	.68	.69	.67	.75	.74	.65

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

$p < .01$ 유의한 정적 상관을, 대인관계 전체와는 ($r = -.15$ $p < .05$) 유의한 부적 상관을 나타냈다. 자기침묵 전체와 대인관계 전체와는 유의한 상관을 보였는데 자기침묵의 하위요인들 중에서 외적인 자기지각($r = -.13$ $p < .05$), 자기침묵(하)($r = -.20$ $p < .01$), 분리된 자기($r = -.21$ $p < .01$)와는 부적 상관이 있었으며, 자기희생을 통한 돌봄($r = .08$ $p > .05$)은 유의한 상관을 보이지 않았다.

우울과 대인관계 전체를 살펴보면, 우울과 대인관계 전체는($r = -.46$ $p < .01$)으로 통계적으로 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났으며, 만족감($r = -.52$ $p < .01$), 의사소통($r = -.44$ $p < .01$),

개방성($r = -.38$ $p < .01$), 친근감($r = -.36$ $p < .01$), 이해성($r = -.32$ $p < .01$), 신뢰감($r = -.26$ $p < .01$), 민감성 ($r = -.13$ $p < .05$)의 순서로 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 남학생의 자기침묵과 우울, 대인관계의 상관관계는 표 1에 제시하였다.

여학생의 주요 변인들 간의 상관관계를 분석한 결과 자기침묵 전체는($r = .40$ $p < .01$)으로 우울과는 유의한 정적 상관을 나타냈으며, 대인관계 전체와는($r = -.12$ $p < .05$)로 유의한 부적 상관을 나타냈다. 자기침묵 전체와 대인관계 전체와는 유의한 상관을 보였는데 자기침묵(하)($r = -.17$ $p < .01$)는 부적상관을 보였으며 외적인 자기지각($r = -.08$ $p > .05$), 자기희생을 통한

표 2. 여학생의 자기침묵, 우울, 대인관계간의 상관관계 (N=255)

변인	1	1-1	1-2	1-3	1-4	2	3	3-1	3-2	3-3	3-4	3-5	3-6	3-7
1 자기침묵	-													
1-1 외적인 자기지각	.82**	-												
1-2 자기희생을 통한 돌봄	.73**	.54**	-											
1-3 자기침묵(하)	.84**	.59**	.47**	-										
1-4 분리된 자기	.70**	.46**	.32**	.41**	-									
2 우울	.40**	.38**	.24**	.23**	.44**	-								
3 대인관계	-.12*	-.08	.01	-.17**	-.11	-.22**	-							
3-1 만족감	-.18**	-.21**	-.04	-.15*	-.15*	-.36**	.64**	-						
3-2 의사소통	-.11	-.09	-.02	-.15*	-.04	-.18**	.84**	.41**	-					
3-3 신뢰감	-.00	.10	.07	.04	-.22**	-.11	.52**	.27**	.32**	-				
3-4 친근감	.05	.12	.11	.00	-.06	-.17**	.79**	.47**	.64**	.44**	-			
3-5 민감성	.02	.01	.03	-.05	.10	.00	.61**	.31**	.48**	.09	.37**	-		
3-6 개방성	-.17**	-.13*	-.02	-.27**	-.06	-.13*	.78**	.35**	.62**	.27**	.54**	.36**	-	
3-7 이해성	-.12	-.09	-.04	-.11	-.12*	-.13*	.81**	.44**	.64**	.31**	.56**	.65**	.51**	-
평균	3.39	3.64	3.52	3.33	3.11	.45	3.52	3.49	3.53	3.51	3.64	3.68	3.37	3.59
표준편차	.56	.77	.66	.74	.71	.36	.44	.55	.63	.61	.57	.70	.62	.58

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

돌봄($r=.01$ $p>.05$), 분리된 자기($r=-.11$ $p>.05$)는 유의하지 않았다.

우울과 대인관계 전체를 살펴보면, 우울과 대인관계 전체는 ($r=-.22$ $p<.01$)로 통계적으로 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났으며, 만족감($r=-.36$ $p<.01$), 의사소통($r=-.18$ $p<.01$), 친근감($r=-.17$ $p<.01$), 개방성과 이해성은 ($r=-.13$ $p<.05$) 부적 상관이 있는 것으로 나타났으며 신뢰감($r=-.11$ $p>.05$)과 민감성($r=.00$ $p>.05$)은 유의하지 않았다.

이러한 결과로 볼 때 남학생과 여학생 모두 자기침묵 전체와 우울은 정적 상관이 있으며, 우울은 대인관계와 부적 상관이 있고, 자기침묵 전체와 대인관계 또한 부적 상관이 있음을 알 수 있다.

여학생의 자기침묵과 우울, 대인관계의 상관관계는 표 2에 제시하였다.

자기침묵이 대인관계에 미치는 영향

남학생과 여학생을 구분하여 자기침묵 하위 요인들을 독립변인으로, 대인관계를 종속변인으로 지정하여 실시한 회귀분석(Enter 방식)결과는 표 3에 제시하였다.

먼저 대인관계 전체를 살펴보면 남학생은 자기침묵(하)($\beta=-.22$ $p<.01$)와 분리된 자기($\beta=-.20$ $p<.05$)가 부적으로 유의한 영향을 주었으며 자기희생을 통한 돌봄은 ($\beta=.31$ $p<.001$) 정적으로 영향을 미친 것으로 나타났다. 여학생의 경우는 자기침묵(하)($\beta=-.19$ $p<.05$)만이 부적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났고 외적인 자기지각 ($\beta=.00$ $p>.05$)과 자기희생을 통한 돌봄($\beta=.12$ $p>.05$), 분리된 자기($\beta=-.08$ $p>.05$)는 유의한 영향을 미치지 않았다.

남학생과 여학생의 대인관계 하위유형을 종속변인으로, 자기침묵의 하위유형을 독립변인으로 회귀분석을 실시하였고 그 결과는 다음과 같다.

남학생의 경우 자기희생을 통한 돌봄($\beta=.31$ $p<.001$)은 만족감과 정적으로, 분리된 자기($\beta=-.30$ $p<.001$)는 만족감에 부적으로 유의한 영향을 주었다. 자기희생을 통한 돌봄($\beta=.22$ $p<.01$)은 의사소통에 정적으로, 자기침묵(하)($\beta=-.21$ $p<.01$)는 의사소통에 부적으로 영향을 주었다. 자기희생을 통한 돌봄($\beta=.18$ $p<.05$)은 신뢰감과 정적으로 유의한 영향을 주었고, 분리된 자기($\beta=-.27$ $p<.01$)는 친근감과 부적으로 유의한 영향을, 자기희생을 통한 돌봄($\beta=.16$ $p<.05$)은 친근감에 정적으로 유의한 영향을 미쳤다.

자기침묵(하)($\beta=-.26$ $p<.01$)는 민감성에 부적 영향 미쳤으며, 자기희생을 통한 돌봄($\beta=.24$, $p<.01$)은 민감성에 정적 영향을 미쳤다. 개방성을 종속변인으로 한 독립변인인 자기희생을 통한 돌봄은 ($\beta=.27$ $p<.001$) 유의하게 정적영향을, 자기침묵(하)($\beta=-.35$ $p<.001$)는 개방성과 유의하게 부적으로 영향을 미쳤다. 자기희생을 통한 돌봄은($\beta=.29$ $p<.001$) 이해성에 정적으로 유의한 영향을 주었으며 자기침묵(하)($\beta=-.22$ $p<.01$)는 이해성에 부적으로 유의하게 영향을 미쳤다.

여학생의 경우 외적인 자기지각($\beta=-.22$ $p<.05$)은 만족감에 부적 영향, 자기침묵(하)($\beta=-.17$ $p<.05$)또한 의사소통에 부적으로 유의한 영향을 미친 것으로 나타났다. 그리고 외적인 자기지각($\beta=.21$ $p<.05$)은 신뢰감에 정적으로, 분리된 자기($\beta=-.35$ $p<.001$)는 신뢰감에 부적으로 영향을 미쳤다. 외적인 자기지각($\beta=.19$ $p<.05$)은 친근감에 정적으로, 분리된

표 3. 남학생과 여학생의 자기침묵에 대한 대인관계하위유형의 회귀분석(N=513)

종속 변수	독립변수	남학생			여학생				
		β	SE	t	β	SE	t		
대인관계 전체	외적인자기지각	-.05	.01	-.62	.00	.01	.03		
	자기희생을 통한 돌봄	.31	.01	4.05***	R=.34	.12	.01	1.57	R=.20
	자기침묵(하)	-.22	.01	-2.95**	R ² =.12	-.19	.01	-2.40*	R ² =.04
	분리된자기	-.20	.01	-2.59*		-.08	.01	-1.05	
만족감	외적인자기지각	-.14	.05	-1.65		-.22	.04	-2.57*	
	자기희생을 통한 돌봄	.31	.04	4.08***	R=.36	.13	.04	1.68	R=.24
	자기침묵(하)	-.01	.03	-.07	R ² =.13	-.05	.03	-.65	R ² =.06
	분리된자기	-.30	.04	-.394***		-.06	.03	-.89	
의사 소통	외적인자기지각	-.13	.05	-1.45		-.05	.05	-.56	
	자기희생을 통한 돌봄	.22	.04	2.89**	R=.30	.08	.04	1.04	R=.17
	자기침묵(하)	-.21	.03	-2.66**	R ² =.09	-.17	.03	-2.16*	R ² =.03
	분리된자기	-.11	.04	-1.43		.03	.04	.42	
신뢰감	외적인자기지각	.06	.04	.67		.21	.03	2.56*	
	자기희생을 통한 돌봄	.18	.03	2.25*	R=.18	.06	.03	.77	R=.32
	자기침묵(하)	-.09	.03	-1.09	R ² =.03	.03	.02	.37	R ² =.10
	분리된자기	-.14	.03	-1.71		-.35	.03	-5.03***	
친근감	외적인자기지각	.09	.04	.96		.19	.03	2.17*	
	자기희생을 통한 돌봄	.16	.03	1.99*	R=.24	.10	.03	1.34	R=.20
	자기침묵(하)	-.05	.02	-.58	R ² =.06	-.10	.02	-1.27	R ² =.04
	분리된자기	-.27	.03	-3.42**		-.14	.03	-1.91*	
민감성	외적인자기지각	.05	.03	.56		-.01	.03	-.10	
	자기희생을 통한 돌봄	.24	.02	3.07**	R=.28	.05	.02	.60	R=.15
	자기침묵(하)	-.26	.02	-3.34**	R ² =.08	-.12	.02	-.53	R ² =.02
	분리된자기	-.13	.02	-1.62		.14	.02	2.00*	
개방성	외적인자기지각	-.04	.06	-.51		-.01	.06	-.14	
	자기희생을 통한 돌봄	.27	.05	3.61***	R=.33	.13	.05	1.73	R=.30
	자기침묵(하)	-.35	.04	-4.55***	R ² =.11	-.34	.04	-4.37***	R ² =.09
	분리된자기	-.04	.05	-.50		.04	.04	.58	
이해성	외적인자기지각	-.08	.04	-.95		-.01	.04	-.11	
	자기희생을 통한 돌봄	.29	.04	3.79***	R=.34	.04	.04	.50	R=.15
	자기침묵(하)	-.22	.03	-2.94**	R ² =.11	-.09	.03	-1.07	R ² =.02
	분리된자기	-.18	.04	-2.32*		-.10	.03	-1.35*	

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

자기($\beta=-.14$ $p<.05$)는 친근감에 부적으로 유의한 영향을 미쳤다.

분리된 자기($\beta=.14$ $p<.05$)는 민감성에 정적으로 유의하게, 자기침묵(하)($\beta=-.34$ $p<.001$)는 개방성에 부적으로 유의한 영향을 미쳤다. 또한 분리된 자기($\beta=-.10$ $p<.05$)는 이해성에 부적으로 유의한 영향을 미친 것으로 나타났다.

우울이 대인관계에 미치는 영향

성별에 따라 우울이 대인관계에 미치는 영향을 검증한 결과는 표 4에 제시하였다. 남학생을 살펴보면 F 통계값은 67.38로 $p<.001$ 에서 유의하게 나타났고 남학생의 대인관계 중 21%가 우울에 의해 설명되는 것으로 나타났다. 여학생의 F통계값은 13.21로 유의수준은 $p<.001$ 에서 유의하게 나타났으며 여학생의 우울은 대인관계의 총 5%의 설명량을 보였다.

여학생의 우울이 대인관계에 미치는 영향보다 남학생의 우울이 대인관계에 미치는 영향이 더 큰 것으로 나타났다.

자기침묵과 대인관계 간 우울의 매개효과

이를 위해 본 연구에서는 Baron과 Kenny (1986)가 제시한 절차에 따라 회귀분석을 실시하였고 결과는 표 5에 제시하였다. 이들에 의하면, 매개효과가 있다고 증명하기 위해서는 먼저, 독립 변인이 종속변인을 유의하게 예언해야 하고(절차1), 독립변인이 가정된 매개 변인을 유의하게 예언해야 한다(절차2). 그리고 독립변인과 매개변인이 동시에 종속변인을 예언하도록 하는 회귀분석에서는 종속변인에 대한 독립변인의 영향이 매개변인을 통제한 후에 유의하게 줄어들어야 한다(절차3). 즉, 독립 변인과 종속변인의 회귀분석에서 나타난 독립

표 4. 성별에 따른 우울이 대인관계에 미치는 영향

		남학생 (N=258)					여학생(N=255)				
종속변인	독립변인	β	SE	t	R ²	adjR ²	β	SE	t	R ²	adjR ²
대인관계	우울	-.46	.11	-8.21***	.21	.21	-.22	.09	-3.64***	.05	.05

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

표 5. 남학생과 여학생의 자기침묵과 대인관계에 대한 우울의 매개효과

		남학생 (N=258)						여학생(N=255)					
절차	종속변인	독립변인	β	SE	t	R ²	adjR ²	β	SE	t	R ²	adjR ²	
1	대인관계	자기침묵(c)	-.15	.05	-2.37*	.02	.02	-.12	.05	-1.99*	.02	.01	
2	우울	자기침묵(a)	.35	.03	6.05***	.13	.12	.40	.04	7.03***	.16	.16	
3	대인관계	자기침묵(c')	.02	.05	.28	.21	.20	-.04	.05	-.60	.05	.04	
		우울(b)	-.46	.09	-7.76***			-.21	.08	-3.09**			

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

변인의 효과(β 값)가 독립변인 및 매개변인을 묶어서 독립변인 군으로 했을 때의 효과(β 값)보다 커야 한다. 매개변인의 효과를 통제하고 남은 독립변인의 효과가 0에 가까울수록 매개 효과는 큰 것이며, 0이 되면 완전한 매개효과를 지닌다고 결론지을 수 있다. 반면 매개변인을 통제했을 때 독립변인과 종속변인 간 관계가 유의미하게 작아지고 여전히 0과 다르다면(통계적으로 유의하다면), 부분매개효과가 있음을 시사한다. 이때, 절차 1의 조건을 반드시 만족해야 하는것은 아니다(Baron, & Kenny, 1986; Shrout, & Bolger, 2002).

남여에 따른 자기침묵과 우울, 대인관계에 대해 알아보기 위해 회귀분석을 실시한 결과를 표 5에 제시하였다. 남여 집단 모두 첫 단계에서 자기침묵이 대인관계에 미치는 영향을 살펴본 결과, 자기침묵이 대인관계에 미치는 효과가 유의한 영향이 있는 것으로 나타났다. 두 번째 절차에서 자기침묵이 우울에 미치는 영향을 알아본 결과 남학생($\beta = .35, p < .001$)과 여학생($\beta = .40, p < .001$) 모두에게 유의한 것으로 나타났다.

세 번째 절차에서 자기침묵과 우울을 동시에 투입하였을 때 남여 모두 자기침묵이 대인관계에 영향을 미치지 못하였으며, 우울이 대인관계에 미치는 영향은 남학생은($\beta = -.46, p < .001$), 여학생은($\beta = -.21, p < .01$)로 나타나 남학생이 더 유의한 것으로 나타났다.

우울이 자기침묵과 대인관계를 매개하는지 여부를 살펴보기 위한 회귀분석 결과, 매개 효과는 남학생과 여학생의 집단 모두에게 나타났다.

남학생과 여학생 모두 우울이 완전매개를 하는 것으로 나타나 남여가 같은 양상을 보였으나, 설명량은 남학생이 총 21%, 여학생이

5%로 여학생보다 남학생의 자기침묵이 대인관계에 대하여 설명력이 큰 것으로 나타났다.

자기침묵에서 여학생은 자기침묵의 하위요인 모두 대인관계에 부적영향을 끼쳤으나 남학생의 자기침묵 하위요인은 대인관계에 부적영향뿐 아니라 정적 영향을 미치는 결과가 있었다. 그리하여 우울의 매개효과에 있어 남학생과 여학생의 차이를 알아보기 위해 회귀분석을 실시하였고 그 결과를 표 6에 제시하였다.

남학생의 자기침묵 하위유형별로 대인관계에 미치는 영향에서 우울의 매개를 확인한 결과 외적인 자가지각과 자기침묵(하), 분리된 자기는 완전매개를 하였고, 자기희생을 통한 돌봄에서는 우울이 부분매개를 하는 것으로 나타났다.

여학생의 자기침묵 하위유형이 대인관계에 미치는 영향에서 우울의 매개를 확인한 결과 외적인 자가지각, 자기희생을 통한 돌봄, 자기침묵(하), 분리된 자기가 완전매개를 하는 것으로 나타났다.

이러한 매개효과가 통계적으로 유의한지를 검증하기 위해 Aroian 검증법을 사용하였다. Aroian 검증 공식은 다음과 같다.

$$Z = \frac{ab}{\sqrt{b^2S_a^2 + a^2S_b^2 + S_a^2S_b^2}}$$

표 5의 자기침묵과 대인관계에서 우울의 매개를 확인하기 위하여 Aroian 검증을 한 결과, Z 값은 남학생이 -4.71, 여학생은 -2.81로 나타났다. 또한 표 6의 자기침묵 하위요인과 대인관계에서 우울의 매개를 확인하기 위해 Aroian 검증을 한 결과 남학생의 외적인 자가지각은 -4.62, 자기희생을 통한 돌봄은 -2.61, 자기침묵(하)는 -4.15, 분리된 자기는 -4.50 으로 나타났

표 6. 남학생과 여학생의 자기침묵 하위유형과 대인관계에 대한 우울의 매개효과

절차	종속변인	독립변인	남학생(N=258)					여학생(N=255)				
			β	SE	t	R ²	adjR ²	β	SE	t	R ²	adjR ²
1	대인관계	외적인 자기지각	-.13	.01	-2.04*	.02	.02	-.08	.01	-1.29	.01	.00
2	우울	외적인 자기지각	.35	.00	5.88**	.12	.12	.38	.00	6.59***	.15	.14
3	대인관계	외적인 자기지각	.04	.01	.60	.21	.20	.01	.01	.09	.05	.04
		우울	-.47	.09	-7.90***			-.23	.08	-3.40**		
1	대인관계	자기희생을 통한 돌봄	.08	.01	1.25	.01	.00	.01	.01	.11	.00	-.00
2	우울	자기희생을 통한 돌봄	.17	.00	2.75**	.03	.03	.24	.01	3.91***	.06	.05
3	대인관계	자기희생을 통한 돌봄	.16	.01	2.87**	.23	.23	.06	.01	1.01	.05	.05
		우울	-.48	.09	-8.69***			-.24	.08	-3.79***		
1	대인관계	자기침묵(하)	-.20	.01	-3.19**	.04	.04	-.17	.00	-2.66**	.03	.02
2	우울	자기침묵(하)	.27	.00	4.50***	.07	.07	.23	.00	3.67***	.05	.05
3	대인관계	자기침묵(하)	-.08	.01	-1.35	.21	.21	-.12	.00	-1.93	.06	.06
		우울	-.44	.09	-7.55***			-.20	.08	-3.14**		
1	대인관계	분리된 자기	-.21	.01	-3.51**	.05	.05	-.11	.01	-1.83	.01	.01
2	우울	분리된 자기	.36	.00	6.12***	.13	.12	.44	.00	7.74***	.19	.19
3	대인관계	분리된 자기	-.06	.01	-.99	.21	.21	-.02	.01	-.30	.05	.05
		우울	-.44	.09	-7.31**			-.22	.08	-3.15**		

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

으며, 여학생의 외적인 자기지각은 -3.06, 자기희생을 통한 돌봄은 -2.64, 자기침묵(하)는 -2.42, 분리된 자기는 -2.88 로 나타났다.

Aroian 검증 결과 남학생과 여학생 모두 Z 값은 $p < .05$ 수준에서 -1.96보다 작으므로 통계적으로 유의미한 것으로 나타났다.

논 의

본 연구는 남녀 대학생들을 대상으로 자기침묵, 대인관계, 우울의 관계를 살펴보고, 자기침묵이 대인관계에 미치는 영향에서 우울의 매개효과를 살펴보는 것을 목적으로 하였다.

본 연구의 결과를 요약하고 이에 대한 논의를 살펴보면 다음과 같다.

첫째, 자기침묵과 대인관계, 우울의 남녀 차이를 알아보기 위하여 *t-test*를 실시하였다. 그 결과 전체적인 자기침묵은 남녀간 유의한 차이가 없었지만 자기희생을 통한 돌봄과 분리된 자기에서 남자가 여자보다 더 자기침묵을 많이 하는 것으로 나타났다. 우울은 남녀에 있어 통계적으로 유의한 차이가 없었고 대인관계에서는 남자가 여자보다 더 높았다.

자기침묵이 여성적 특성에서 출발하여 제안된 개념이지만 관련 선행연구들을 살펴보면, 자기침묵에 대한 성차에 대한 논의는 다양한 것으로 보인다. 자기침묵은 여자의 관점에서 사회적 관계를 이해하면서 제안된 개념으로 주로 여자가 남자보다 자기침묵을 더 하도록 사회문화적으로 요구된다는 연구들(신영숙, 2008; Jack, 1991; Lemkau, & Lauda, 1986)이 있지만, 다른 연구들은 남자가 여자보다 자기침묵을 더 많이 한다는 연구들도 있다. 남학생의 자기침묵이 여학생보다 통계적으로 유의하게 높게 나온 김진선(2009)의 연구와 남학생의 자기침묵 행동과 신념의 높은 수준을 보고한 Thompson, Whiffen, & Aube(2001)의 결과가 있지만 그 외의 또 다른 연구들은 자기침묵의 성별차이를 증명하지 못하여(Coyne, Downey, 1991; Jack, 1991; McGrath, Keita, Strickland, & Russo, 1990; Nolen-Hoeksema, 1990), 본 연구 결과를 지지하였다.

우울은 평균치에서 여자가 남자보다 더 우울했지만 통계적으로 유의하지 않았다. 미국을 비롯한 여러나라에서 여성이 남성보다 더 많이 우울증을 경험한다는 일관된 경향이 보고되었는데 Nolen(1993)은 남여가 우울에 반응하는 방법에서 차이가 있기 때문이라고 밝혔다. 남성은 우울기분에 대한 반응으로 보다 행동적인 반응을 하여 우울정서가 빨리 감소

되는 반면, 여성은 더욱 더 반추적인 반응을 하여 우울정서가 심화되고 우울의 기간이 더 길고 심각하다는 것이다(최미례, 2004; Nolen-Hoeksema et al., 1993). 이현지와 김명희(2007)의 연구에서도 여학생이 남학생에 비해 상대적으로 우울성향이 더 높은 것으로 나타났다. Carfagnini(2005)는 여성이 남성보다 더 우울한 것은 조화를 유지하고 전통적인 성역할을 하기 때문이며, 그것은 문화와 민족, 가정에 의해 적절한 여성의 행동과 책임에 대한 인간관계가 내면화 되었기 때문이라고 지적하며 Jack(1991)과 함께 여성이 더 우울하다는 결과를 보였다.

여성이 더 우울하다는 기존의 연구와는 다르게 김차희와 이민규(2006)의 연구에서 우울에 대한 전반적인 성차는 통계적으로 유의하게 나타나지 않았고, 이은아(2000)와 최미례(2004)의 연구에서도 성별에 따른 우울의 차이가 없었다.

이렇듯 우울에 대한 기존의 연구결과들에서 남녀의 성차는 서로 다른 결과를 나타냈고, 이에 대해 여러 가지 가능성이 제시되었다.

김지현과 최희철(2007)은 성차별적이고 가부장적인 사회에서 학습을 통하여 사회화된 성역할이 남성자신과 타인에게 성역할갈등을 높이고 성역할 갈등이 높을수록 우울이 높아진다고 하였고(김지현, 최희철, 2007; Good & Mintz, 1990), 남성들은 정서표현을 남성답지 못한 것으로 간주하여 슬프거나 우울한 감정을 느끼거나 표현하게 하는 것을 억제하게 되고 그 결과 우울을 경험하게 된다고 하였다(박수애, 조은경, 2002; Good & Mintz, 1990). 이은희(2004)는 여학생 뿐 아니라 남학생의 우울이 높은 것은 장애문제로 인한 갈등으로 인해 우울이 증폭되었기 때문이라고 지적하였다.

대학생 집단에서 우울증의 성차이가 나타나지 않은 것은 좋은 정신건강을 지닌 여성만이 대학에 가기 때문이라는 주장이 있는데(최미례, 2004; Nolen-Hoeksema, 1987), 여자 대학생이 사회경제적으로 좋은 상태에 있고 폭넓은 사회적 지지와 우수한 대처능력을 가졌기 때문에 대학생 집단의 우울증에서 남녀차이가 나타나지 않았다고 하였다(최미례, 2004). 지식과 전공에 상관없이 진학했다가 이러한 갈등이 결국 우울을 유발하기도 하며(정의석, 노안영, 2001), 입학과 동시에 학점관리와 토익시험 등 각종 자격증 시험과 심각한 청년실업난 속에서 높은 취업 문턱을 넘기 위한 경쟁에 지쳐 우울증에 빠지는 경우가 늘어나기도 한다고 하였다(노컷뉴스, 2010. 8. 24).

기존 연구들과 본 연구결과에 있어 성차에 따른 우울이 다른 결과들이 나왔으므로 후속 연구에서 남녀 대학생에 대한 우울의 원인과 성차에 대한 연구가 이루어져야 할 것으로 보인다.

본 연구의 대인관계에서는 남녀간에 유의미한 차이가 있었는데 남자가 여자보다 대인관계에서 더 만족하고 친근감을 가지고, 개방적이었다. 안범희(1985)가 남녀 대학생을 대상으로 한 대인관계 성향의 연구에서 남자 대학생이 사교적-우호적 성향에서 여자 대학생보다 높은 것으로 나타나(강효주, 2009) 남학생이 대인관계를 더 좋게 느끼는 본 연구결과가 지지되었다.

둘째, 자기침묵과 대인관계, 우울의 상관관계를 알아본 결과, 자기침묵과 우울은 정적 상관관계가 있었으며, 자기침묵의 4가지 하위요인과 우울 또한 정적 상관관계를 보였다. 하위요인 중 외적인 자기지각과 자기침묵(하), 자기희생을 통한 돌봄 그리고 분리된 자기 모두 우울

과 통계적으로 유의한 정적 상관관계가 있었다. 이러한 결과는 자기침묵과 우울이 유의한 관계가 있음을 말하며 이는 선행연구결과(김미진, 2009; Besser, Flett, & Davis, 2003; Carr, Gilroy, & Sherman, 1996; Cramer, Gallant, Langlois, 2005; Flett, Besser, Hewitt, & Davis, 2007; Gratch, Bassett, & Attra, 1995; Jack, & Dill, 1992; Marshall, 1996; Thompson, Whiffen, & Aube, 2001)와도 일치하는 것으로 나타났다.

또한 우울과 대인관계, 자기침묵과 대인관계도 남학생과 여학생 모두에게 부적 상관관계가 있었다. 우울과 대인관계간의 부적 상관관계는 선행연구 결과들을 지지한다. 우울한 사람들은 다른 사람들과 상호작용하거나, 사회적 강화와 지지를 얻는데 어려움을 느끼며, 이것이 우울한 증상을 유지하거나 더 악화시키고(윤현수, 오경자, 2004; 정연옥, 이민규, 2005; Carnelley, Pietromonaco, & Jaffe, 1994; Coyne, 1976; Lewinsohn, 1974), 우울한 사람들은 높은 빈도의 대인관계 갈등 사건이 있으며, 다른 사람과의 상호작용에 흥미가 적다고 하였다(박영주, 이영호, 2010; Barnett & Gotlib, 1988; Blatt & Zuroff, 1992; Hammen, Burge, Daley, Davila, Paley, & Rudolph, 1995). 그리고 우울한 사람들은 대인관계에서 어려움을 많이 호소하며(이영호, 2002; 박영주, 2006), 행동과 사고가 느려지고, 지연행동을 반복하고, 사회적 활동을 회피하게 된다(권석만, 2003; 김영석, 2008)고 하였으며, Gotlib(1992)는 우울한 사람들의 특징으로 사회적 네트워크 및 지지의 부족, 부족한 사회적 기술, 대인관계 내에서의 특징적인 행동이 있다고 밝혔다. 즉, 우울 증상들은 밀접한 관계가 있는 주위 사람들과의 관계를 어렵게 하고, 만족스러운 대인관계와 친밀한 관계의 유지를 어렵게 만든다는 것이다(박

규상, 2008; 박영주, 2006). Thompson(2001)등은 우울증과 대인관계 사이의 관련성을 밝혔는데, 우울증은 대인관계 만족감을 감소시키고, 관계를 형성하려는 남녀 이성간의 관계 사이에 친밀함을 떨어뜨리며(Hart, & Thompson, 1996), 주변 사람들에게 반응하는 것이나 행동하는 것들은 대인관계 속에서 문제를 일으킨다고 하였다(Bolger, DeLongis, Kessler, & Schilling, 1989). 이러한 결과를 고려해 볼때 우울은 대인관계의 형성과 유지에 관계하는 중요변인임을 알 수 있다.

자기침묵과 대인관계간 상관에서도 부적 상관으로 나타났는데 자기침묵이 대인관계의 만족감과 친밀감을 감소시킨다고 하는 선행연구(Hart, & Thompson, 1996)와 일치하였다.

집단주의 문화에 속한 우리 사회에서는 타인과의 조화로운 관계가 강조되며 개인의 일상생활에서 기능적인 측면을 평가하는 중요한 기준으로 작용하기 때문에 자신과 타인에 대한 표상이 개인의 삶의 질을 예측하는데 유의한 변인이다(김명소 외, 2001; 이수진, 2009; Kitayama & Markus, 1998; roww 외, 2000, 2003). 본래 자기침묵은 관계에서의 원활한 상호작용과 유지를 위해 자신의 감정이나 생각을 제한하는 행동으로 애착이론과 관계속 자기(self-in-relation)이론에 근거하지만(Jack, 1991), 자기침묵을 많이 할수록 대인관계가 어려워진다는 것은 시사하는 바가 크다. 이것은 자신의 욕구를 억제하고 인고하는 것이 바람직하다는 전통적인 믿음이, 우리 사회가 급속한 경제발전과 더불어 개인중심적인 가치관으로 급격한 변화를 겪는 중에도, 여전히 한국인에게 중요한 가치체계로 존재하기 때문에(최상진, 정태연, 2001; 최해연, 민경환, 2007) 대인관계에서 자기침묵이 주요변인으로 고려될 가

능성을 강조하는 것으로 볼 수 있다.

셋째, 자기침묵이 대인관계에 미치는 영향을 검증한 결과, 자기침묵은 대인관계에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 남학생의 경우, 자기침묵이 대인관계의 12%를 설명하였고, 여학생의 경우 4%를 설명하여, 여학생보다 남학생의 자기침묵이 대인관계에 더 중요한 설명변인으로 나타났다.

하위요인들을 살펴보면 남학생은 자신보다 타인의 욕구를 우선시하는 행동인 자기희생을 통한 돌봄이 대인관계에 정적으로 영향을 미쳤고 조화로운 관계를 위해 자기표현을 억제하는 자기침묵(하)와 분노의 감정도 표면으로는 순응하는 분리된 자기는 부적적으로 영향을 미쳤다.

좀 더 자세히 살펴보면, 대인관계의 하위유형별로 분석한 결과 남학생의 자기희생을 통한 돌봄은 대인관계의 하위유형인 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성 모두 정적으로 유의한 영향을 미쳤다. 남학생은 안정적인 관계를 위해 타인의 욕구를 우선시 함으로써, 상대를 믿고, 친밀감을 느끼는 것으로 나타났다. 다시말해 남학생들이 대인관계에서의 안정적인 애착을 위해 자신보다 타인의 욕구를 우선시 할 때 대인관계를 좋게 느끼는 것을 의미한다.

반면 여학생들의 경우, 외적인 자기지각은 만족감에 부적적으로 유의한 영향을 미쳤고, 신뢰감과 친근감에는 정적으로 유의한 영향을 미쳤다. 자기침묵(하)는 의사소통과 개방성에 부적적으로 유의한 영향을 미쳤고, 분리된 자기는 신뢰감과 친근감, 이해성에 부적적으로, 민감성에는 정적으로 유의한 영향을 미쳤다.

여학생들은 외부의 기준에 의해 자신을 엄

격하게 판단할수록 대인관계에서의 만족감이 줄어들고 타인을 믿는 신뢰감과 친밀감을 높게 느끼는 것으로 나타났다. 또한 자신의 견해를 숨길수록 신뢰감과 친근감, 이해성이 낮아지고 민감성이 증가하는 것으로 나타났다. 이러한 것으로 볼 때 여학생들은 자신의 욕구나 감정표현을 하지 않고 순응하는 태도를 보일수록 대인관계를 어렵게 느끼는 것으로 해석할 수 있다.

결국, 남학생과 여학생 모두 자신의 표현을 하지 않음으로써 대인관계에 어려움을 느끼고 있으나 남학생의 경우 자신보다 타인의 욕구를 우선시 할 때는 대인관계를 좋게 느끼는 것으로 나타났다.

이러한 결과는 사회문화적으로 남자에게 여자와는 다른 요구를 하는 것에서 이해할 수 있다. 여자에 비해 남자가 정서표현에 있어서 더 억압적인 경향이 있는데(장정주, 김정모, 2008), 이는 남성들이 지나치게 남성성을 내면화하도록 강요받은 결과 감정 표현을 억제하게 되는 것에 기인한다고 볼 수 있다(박준호, 2008; O'Neil, 1981). 남성의 경우 “남자는 평생 세 번 운다” 처럼 정서표현을 억제하도록 사회화되어 왔으며, 이러한 사회적 요구가 여성에 비해 남성에게 더 강력하게 요구된다. 전통적으로 남성에 대한 성역할은 능동적, 이상적, 독립적이며 강하고 감정을 통제할 수 있다는 것 등(이혜련, 2009)으로 인식되었고, Levant(1992)도 남성의 성역할이 문제해결 중심적이며 논리적 사고를 하며 어려운 상황에서도 침착해야 하는것을 의미한다고 하였다. 이렇게 형성된 남성의 성역할은 자기침묵을 하도록 요구받을 것으로 볼 수 있는데 대인관계를 형성하는데 있어서 자기침묵은 중요한 요소일 것으로 고려된다.

대인관계에 유의미한 설명력을 가지는 자기침묵은 연구자의 예상과는 달리 하위유형에 따라 대인관계에 다른 양상을 보였다. 여학생은 자기침묵이 높을수록 대인관계를 어렵게 인식하지만, 남학생은 하위유형에 따라 대인관계에 미치는 영향이 달라진다. 남학생의 자기희생을 통한 돌봄이 높을수록 대인관계를 좋게 느끼는 것은 주목할 만한 것으로 보인다.

자기희생을 통한 돌봄에 관한 문항을 살펴보면 “배려는 타인의 욕구를 내 욕구보다 먼저 고려하는 것을 말한다.”, “내 욕구를 내가 사랑하는 사람들의 욕구만큼 중요하게 생각하는 것은 이기적인 것이다.”, “친한 사이에서, 상대방을 행복하게 만드는 것은 내 책임이다.”, “배려는 나와 상대가 원하는 것이 다를 때 상대가 원하는 것을 선택하는 것을 말한다.”, “내가 할 수 있는 최악의 것 중 하나가 이기적이 되는 것이다.”와 같은 문항들이 여기에 속한다. 이러한 문항들은 남을 먼저 배려하고 강한 책임감을 느끼며 앞서서 술선수범하고, 관계지향적이며 이타심을 중요하게 생각하는 것으로 해석할 수 있다.

한국특유의 문화적인 측면에서 볼 때 사회적인 집단의 조화를 위해 개인 내적인 것에 집중하기 보다는 관계에 초점을 두게 된다는 주장들은(황수민, 방희정, 신지은, 2010; Markus & Kitayaman, 1994; Mesquita, 2001), 사회적인 맥락에서 우리나라 남성들의 관계지향성에 좀 더 무게를 실어주게 된다(황수민, 방희정, 신지은, 2010). 내적 감정의 표현이 중요하지 않은 한국 사회에서는 정서표현을 자제하는 것이 문화적 전통과 규범이기 때문이다(이은경, 서은국, 2009). 억압이 건강한 대처양식이라는 관점이 있다. 억압자들이 자존감이 높고, 능동적이고 적극적인 대처를 하고, 부정적 정서는

낮아(최해연, 2008; 옥수정, 2001; 권재영, 한성열, 1992) 억압을 건강한 방어로 해석하는 한편 억압자들이 부적 정보에 주목하지 않음으로써 적절한 적응을 유지한다고 보았다. 이러한 이유들로 인하여 자기희생을 통한 돌봄이 대인관계에 긍정적인 영향을 주는 것이 아닌지 추론해 볼 수 있을 것이다.

본 연구를 통해 남학생과 여학생의 자기침묵이 서로 다른 경로를 통해 대인관계에 영향을 미치는 것을 알 수 있었다. 이런 관점에서 볼때 본 연구결과는 대인관계를 위한 개입에 있어서 자기침묵의 중요성을 시사하며, 자기침묵을 하는 대학생 내담자를 상담할 때 성별에 따라 다른 상담적 접근을 해야 할 필요성을 제기해 주고 있다.

원래 자기침묵이 여성의 우울을 설명하기 위해 만들어진 개념이지만 남학생과 여학생의 자기침묵이 남녀가 유의한 차이가 없는 결과로 나온 것은 관계지향적인 우리나라 사회에서 자기침묵이 이미 개인에게 보편화되어진 일반적인 개념으로 자리 잡혀 있기에 남녀 개인차를 측정할 수 있는 변별력이 없는 것은 아닌지 추론해 볼 수 있다. 그러므로 자기침묵에 대한 명확한 논의가 필요함을 제안하며, 자기침묵과 하위유형들의 다양한 개념들의 본질이 후속연구로 인해 충분히 밝혀져야 할 것이다. 또한 이러한 해석이 타당한지 확인하기 위해서, 개인주의인 서양문화권과 다르게 생각되는 문화적 차이를 반영하는 것은 아닌지 문화간 비교연구를 수행하는 후속 연구에서 계속 되어져야 할 부분이라고 생각된다.

넷째, 우울이 대인관계에 미치는 영향을 검증한 결과, 우울은 대인관계에 유의미하게 영향을 미치는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 우울한 사람들이 우울하지 않은 사람들보다

더 많은 대인관계문제를 경험한다는 연구 결과와 맥락을 같이 한다(윤현수, 오경자, 2004). 그리고 본 연구에서 성별에 따른 우울이 대인관계에 미치는 영향을 살펴본 결과 여학생보다 남학생의 우울이 대인관계에 더 많은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 본 연구에서 여학생의 경우 5%가 우울로 인해 대인관계에 영향을 미친다고 답한 반면, 남학생은 21%가 우울로 인해 대인관계에 영향을 미친다는 응답을 하였다. 여성에 대한 고정관념 특성은 수동적 감각적, 의존적이고 고통을 참는 힘이 약하고 내적 감정에 민감하므로(이혜련, 2009), 여성이 우울하다고 표현하는 것에 있어 사회적으로 허용적인 반면, 남성에게는 낙인이 될 수 있다. 남성은 체면과 사회적 기대로 인하여 정서를 억압하거나 민감하게 느끼지 않도록 사회화되어 남성들은 여성보다 정서를 민감하게 알아차리거나 인식하는데 둔감한 경향이 있다. 이런 경향이 있어서 남성이 우울하다고 표현을 할 경우에는 여성과 같은 정도의 우울을 호소하더라도 남성의 경우 그 임상적 우울감과 심각성은 더 클 가능성이 있다. 이렇게 볼 때 남성의 우울함이 대인관계에 더 많은 영향을 미치는 것은 아닌지에 대한 해석을 할 가능성을 제기해 볼 수 있을 것이다.

다섯째, 자기침묵과 대인관계의 관계에서 우울의 매개효과를 검증한 결과, 자기침묵전체가 대인관계전체에 영향을 미칠 때 우울이 완전매개를 하는 것으로 나타났다. 즉 자기침묵을 많이 하는 대학생은 더 우울해지고 우울은 대인관계를 어렵게 한다는 것으로 자기침묵이 대인관계에 영향을 미치는 것에 있어서 우울이 강력한 주요 변인임을 의미한다.

하위유형별로 살펴본 결과 남학생은 외적인 자기지각과 자기침묵(하), 분리된 자기가 대인

관계에 영향을 미칠 때 우울이 완전매개를 하는 것으로 나타났고 자기희생을 통한 돌봄에서는 우울이 억제변인으로 부분매개 하는 것으로 나타났다.

외적인 자가지각이나 자기침묵(하), 분리된 자기가 대인관계에 영향을 미치는 것에 있어 우울이 주요 변인임을 나타내며, 이것은 자기침묵에 우울이 더해질 때 대인관계를 어렵게 느끼는 것을 뜻하는 것이다.

변인 간 단순 상관이 유의미하지 않았음에도 불구하고 매개 모형 검증 후 경로가 유의미하게 나타났거나, 특히 독립변인이 종속변인에 미치는 직접효과와 간접효과의 부호가 정반대일 경우 억제효과가 존재할 가능성이 더 커지며, 이 경우 매개변인은 억제변인이 된다(서영석, 2010; Cohen et al., 2003; Mackinnon, Krull, & Lockwood, 2000; Shrout & Bolger, 2002). 자기희생을 통한 돌봄과 대인관계간에 유의미하지 않은 상관을 보이는 것, 그리고 정적인 회귀계수값을 보이는 것, 그리고 매개모형검증 후 경로가 유의미해진 결과들을 고려해볼때, 자기희생을 통한 돌봄과 대인관계간의 관계에서 우울은 억제변인으로 볼 수 있다. 즉, 우울이 자기희생을 통한 돌봄과 대인관계간의 관계를 억제시켰기 때문이며 두 변인간의 상관관계는 명확하지 않게 무의미하게 나타났으나, 자기희생을 통한 돌봄과 대인관계 두 변인 사이에 우울이 추가됨으로써 자기희생을 통한 돌봄과 대인관계 간의 관계가 유의미하게 명확해 졌기 때문이다. 결국 자기희생을 통한 돌봄이 대인관계에 미치는 영향에서 우울의 설명력이 있음을 의미한다. 남학생의 자기희생을 통한 돌봄이 대인관계에 미치는 영향에서 우울이 매개할 경우, 자기희생을 통한 돌봄이 높을수록 우울해 지고 우울이

높을수록 대인관계를 어렵게 느끼지만, 자기희생을 통한 돌봄과 대인관계간의 관계에서 우울이 관여된 설명력을 제거하면 자기희생을 통한 돌봄이 대인관계에 대해 긍정적인 영향을 미친다는 것을 의미한다. 따라서 남학생의 자기희생을 통한 돌봄이 대인관계에 미치는 영향에서 우울은 억제변인으로 대인관계에 영향을 주는 것을 알 수 있었다.

여학생은 외적인 자가지각과 자기희생을 통한 돌봄, 자기침묵(하), 분리된 자기가 완전매개로 나타났다. 즉 여학생은 자기침묵이 높고 우울할수록 대인관계의 어려움을 느끼는 것을 말한다.

종합하여 보면, 남학생의 자기희생을 통한 돌봄이 부분매개를 하고 남학생의 외적인 자가지각과 자기침묵(하), 분리된 자기, 그리고 여학생의 외적인 자가지각, 자기희생을 통한 돌봄, 자기침묵(하), 분리된 자기가 완전매개로 나타났다. 여학생은 자기침묵 하위유형이 높을수록 대인관계를 어렵게 인식하고, 남학생은 자기침묵 하위유형중 자기희생을 통한 돌봄이 높을수록 대인관계를 좋게 느낀다는 것을 뜻한다. 이는 자기침묵의 하위요인에 따라 남학생과 여학생이 대인관계를 다르게 인식할 수 있다는 것을 의미하는 것으로 성별에 따른 차별적 접근이 필요함을 시사한다.

자기침묵이 대인관계에 부정적인 영향을 미침을 확인함과 동시에 자기침묵의 하위요인이 각기 다른 특성이 있음을 확인하였다. 즉, 남학생의 자기희생을 통한 돌봄은 대인관계에 긍정적인 영향을 미치고, 남학생의 외적인 자가지각과 자기침묵(하), 분리된 자기, 그리고 여학생의 외적인 자가지각, 자기희생을 통한 돌봄, 자기침묵(하), 분리된 자기는 대인관계에 부정적영향을 끼치는 것이다. 이렇게 자기침묵

의 하위유형이 대인관계에 정적, 혹은 부적으로 영향을 끼치는 것은 자기침묵의 특성을 구체적으로 다룰 필요가 있음을 시사하는 대목이다. 따라서 후속연구를 통해 자기침묵에 대한 개념이 명확하게 설정되어야 할 것이며 자기침묵의 하위요인들에 대한 보다 섬세하고 정교한 연구가 이루어져 자기침묵이 의미하는 바를 밝혀져야 할 것을 제안한다.

유사한 선행연구를 살펴보면 정서인식의 명확성과 정서표현성에 대해 연구한 권진희(2007)의 연구를 들 수 있다. 여자대학생은 자신의 욕구를 타인에게 표현하는데 어려움을 느끼거나, 타인에게 상처를 입히는 것을 두려워하고, 자신의 이익을 챙기기 보다 다른 사람들을 먼저 배려하고, 남학생은 자신의 감정을 표현하는데 어려움을 겪거나 타인과 쉽게 친밀감을 느끼지 못하여 대인관계에 문제가 될 수 있다고 하였으므로, 여학생에 관한 부분이 본 연구결과와 부분적으로 일치한다고 볼 수 있다. 타인에 대한 배려는 때로 자신을 억제하거나 타인을 위해서 하기 싫거나 하기 어려운 일을 할 것을 요구하고(최상진, 정태연, 2001), 희생을 통해 상대방에 대해 써주는 마음이 매우 크다는 것을 표현하기도 한다(최상진, 정태연, 2001). 또한 정서표현을 억제하는 성향이 우리문화에서 적응적으로 기능할 가능성이 높고(최상진, 1997; 최해연, 민경환, 2007), 20대의 남성들이 남성간 의리에 대한 성역할을 더 강하게 내면화할수록 전반적인 삶에 대한 만족도가 증가하였고(박수애, 조은경, 2002), 대인관계에서 타인에 대한 관심과 배려 및 사회적인 의무의 수행을 강조하게 된다(조공호, 이재영, 2007)고 하였다. 이러한 주장들은 자기희생을 통한 돌봄이 긍정적이라는 것을 다소 지지한다고 볼 수 있겠다.

지금까지의 선행연구를 살펴보면 자기침묵은 자존감을 낮추고, 친밀감을 감소시키며, 우울증에 대한 취약성을 증가시키는 원인이 된다(양지윤, 2006; Thompson, Whiffen, & Aube, 2001)고 하였다. 이렇게 볼때 자기침묵이 대인관계에 영향을 미친다는 것을 지지하고, 그 경로에서 우울이 매개효과를 갖는 것을 알 수 있다. 자기침묵이 대인관계에 영향을 미치는 경로에 우울이 추가될때 자기침묵이 대인관계에 미치는 영향에 대한 보다 정교한 경로를 제시하는 것으로 볼 수 있다. 즉 자기침묵이 대인관계에 영향을 미치는데 이때 우울한 경우에 그 관계가 더욱 강력하게 설명됨을 나타낸다. 이러한 결과는 대인관계를 설명함에 있어서 자기침묵의 역할을 제안하고 또한 더 나아가 자기침묵이 높고 우울하면 할수록 대인관계에 어려움이 더욱 커진다는 것을 제안한다.

이상의 결과를 바탕으로 한 본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 대학생을 대상으로 자기침묵과 대인관계, 우울 간의 관계를 알아봄으로써 대인관계에 영향을 미치는 자기침묵에 대한 이해를 높였다는데 의의가 있다. 대인관계에 어려움을 겪고 있는 대학생들에게 대인관계 문제의 원인이 자기침묵으로 인한 것일 수 있음을 시사한다.

둘째, 본 연구는 자기침묵과 대인관계에서 우울의 매개효과를 확인하였다. 자기침묵이 대인관계에 미치는 영향을 볼 때 우울이라는 변인을 통해 가는 것을 밝힘으로써 새로운 모형 제시하였다. 또한 남학생과 여학생의 자기침묵이 대인관계로 가는 경로가 서로 다를 것을 밝힘으로 성별에 따른 대인관계의 어려움에 대한 개입을 할 때 고려해야할 변인에 대

한 정보를 줄 수 있을 것이다. 나아가 자기침묵으로 인한 우울을 가지고 있는 대학생들을 위한 상담 서비스에 대한 시사점을 제공한다.

셋째, 본 연구에서는 자기침묵을 연구함에 있어 여학생뿐 아니라 남학생도 연구하였다는 데 그 의의가 있다. 남여를 함께 연구한 자기침묵에 대한 국내의 연구가 미흡한 시점에서 성별에 따른 남학생과 여학생의 자기침묵을 연구하였다는데 의미를 둘 수 있다. 또한 성차에 따른 자기침묵이 유의하지 않은 연구 결과는 자기침묵에 대한 토론에 있어 유용한 자료가 될 것이며 추후에 있을 연구의 토대가 될 것으로 기대한다.

넷째, 자기침묵 전체에 대한 연구 이외에도 자기침묵 하위변인에 대해 추가적으로 구체적인 연구 결과를 제공하였다. 남학생과 여학생의 자기침묵 하위요인에 대한 연구 결과는 대학생들의 성별에 따른 상담 장면과, 추후 연구에 있어 유용한 자료로 쓰일 것으로 기대한다.

본 연구 결과를 바탕으로 한 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 대상은 서울, 경기 및 인천 지역에 있는 몇 개 대학의 대학생만을 대상으로 연구되었기 때문에 연구 결과를 일반화시키는데 한계가 있다. 따라서 후속연구에서는 연구 결과를 일반화시키기 위해서 다양한 표집이 이루어져야 할 것이다.

둘째, 본 연구에서 사용된 척도들은 자기보고식 질문지로서 측정하고자 하는 변인들을 객관적으로 측정하는데 문제점과 한계를 가지고 있다.

셋째, 본 연구에서 자기침묵과 대인관계 간의 관계에서 우울이 완전매개를 하는 것으로 나타났다. 따라서 후속 연구에서는 또 다른

변인을 추가하여 연구할 필요가 있으며, 변수 설정과 성별에 따른 행동과 관계되는 하위요인 중심으로 지속적인 연구가 이루어져야 할 것이다.

넷째, 매개효과를 보는 것에 있어 남학생과 여학생의 성차를 한번에 제시하지 못하였다. 그러므로 후속연구에서는 이러한 통계적인 부분들이 보완되어야 할 것이다.

참고문헌

- 권석만 (1995). 대학생의 대인관계 부적응에 대한 인지행동적 설명모형. 서울대학교학생활연구소, 30(1), 38-63.
- 권진희 (2007). 정서인식의 명확성과 정서표현성 및 대인관계 문제와의 관계. 홍익대학교 석사학위 논문.
- 김나영 (2009). 대학생의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대한 스트레스 대처방식의 중재효과. 숙명여자대학교 석사학위 논문.
- 김미진 (2009). 여대생의 자기침묵과 우울과의 관계에서 정서표현에 대한 양가성과 정서인식 명확성의 매개효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김신애, 정남운 (2008). 남성의 성역할이 자아 존중감과 대인관계에 미치는 영향. 경희대학교학생활연구소, 23, 171-192.
- 김지경, 김명소 (2003). 한국남여의 관계적 자아의특성: 다원적 구성요인 탐색 및 타당성 분석. 한국심리학회지: 사회문제, 9(2), 41- 59.
- 김지현, 최희철 (2007). 남성 성역할과 우울의 관계에서 자기존중감의 매개효과: 도구성과 성역할 갈등을 중심으로. 한국심리학회

- 지: 여성, 12(2), 145-160.
- 김진선 (2009). 거절민감성이 외로움에 미치는 영향: 자기침묵을 매개 변인으로. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 김차희, 이민규 (2006). 성격 양식 및 대인관계 문제해결 능력이 생활스트레스와 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 11(1), 163-175.
- 김현진, 한종철 (2004). 대학생의 우울 취약성과 자의식이 대인관계에 미치는 영향. 한국심리학회지, 16(2), 277-294.
- 남상철, 유영달 (2007). 부모와 자녀의 양육태도 지각 및 대학생의 자아분화가 대인관계문제에 미치는 영향. 한국가족관계학회지, 12(2), 51-75.
- 노경란, 방희정, 조혜자 (2007). 성인애착과 성별에 따른 대인관계 양식의 차이. 한국심리학회지: 여성, 12(4), 471-490.
- 노컷뉴스 (2010. 8. 24) 우울증 등 질병휴학, 일반휴학 매년 급증
- 박수애, 조은경 (2002). 남성성역할이 우리나라 남성들의 적응에 미치는 영향. 한국심리학회지: 사회문제, 8(2), 77-103.
- 박영주, 이영호 (2010). 불안애착과 회피애착이 대인관계문제에 미치는 영향: 우울경험양식의 매개효과. 한국심리학회지, 29(2), 441-452.
- 박장희, 조운주 (2006). 대학생들의 낭만적 애착과 대인관계문제에 관한 연구. 대한가정학회지, 44(7), 113-124.
- 서영석 (2010). 상담심리 연구에서 매개효과와 조절효과 검증: 개념적 구분 및 자료 분석시 고려사항. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(4), 1147-1168.
- 손보영, 정남운 (2006). 자기비판적 우울과의
존적 우울에서 나타나는 대인관계패턴: CCRRT 방법을 통한 질적 분석. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 18(1), 21-45.
- 송소원 (2008). 자기표현향상 프로그램이 대학생의 우울, 대인관계, 자기표현에 미치는 영향. 청소년상담연구, 16(1), 103-117.
- 송은일 (1995). 자기표현 훈련이 우울수준감소 및 자기표현 증진에 미치는 영향에 관한 연구. 성신여자대학교 대학원 박사학위논문.
- 신지은, 방희정, 윤진영 (2009). 애착과 대인관계: 여대생 부모애착의 매개효과를 중심으로. 한국심리학회지: 여성, 14(3), 347-363.
- 심경원 (2007). 낙관성이 거부민감성, 정서표현성 및 삶의 만족도에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위 논문.
- 양지운 (2006). 애착유형, 자존감, 자기침묵이 관계만족에 미치는 영향: 성인 여성 표본을 대상으로. 이화여자대학교 대학원 석사학위 논문.
- 원은정 (2005). 문화성향에 따른 우울취약성, 대인관계성향 및 사회적 지지의 차이. 서강대학교 교육대학원 석사학위 논문.
- 윤현수, 오경자 (2004). 우울의 유형에 따른 대인표상과 대인관계 문제의 특성. 한국심리학회지: 임상, 23(3), 577-594.
- 이수진 (2009). 대학생이 지각하는 사회유대감과 자율성이 학교생활적응과 주관적 안녕감에 미치는 영향: 대인관계문제를 매개로. 한국심리학회지 6(2), 229-248.
- 이영호, 송종용 (1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 한국심리학회지, 10(1), 98-113.
- 이은경, 서은국 (2009). 정서억제와 주관적 안녕감: 문화 비교 연구. 한국심리학회지: 사

- 회 및 성격, 23(1), 131-146.
- 이은희 (2004). 대학생들이 경험하는 생활스트레스와 우울: 공변량 구조모형을 통한 대처방식의 조절효과 검증. *한국심리학회지: 건강*, 9(1), 25-52.
- 이지영 (2007). 완벽주의성향과 대인관계문제와의 관계에서 우울취약성의 매개효과. *전남대학교 대학원 석사학위 논문*.
- 이현지, 김명희 (2007). 대학생의 자아정체감과 무망감, 우울, 자살사고의 관계에 관한 연구. *청소년학연구*, 14(3), 243-264.
- 이형득, 문선모 (1980). 인간관계훈련 집단상담의 효과에 관한 연구. *경상대학교 연구집*, 19, 195-203.
- 장성숙 (2004). 한국문화에서의 상담의 초점: “개인중심” 대 “관계중심”. *한국문화와 상담*. 제5회 현실역동상담 학술세미나 자료집, 23-45.
- 장정주, 김정모(2008). 정서적 자각, 표현, 및 정서표현에 대한 양가성과 대인관계간의 관계에 관한 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 20(3), 697-714.
- 정연옥, 이민규 (2005). 성인기 애착유형, 부정적 인지 왜곡 및 우울수준간의 관계. *한국심리학회지: 일반*, 24(1), 167-184.
- 최미례 (2004). 우울에 미치는 우울반응양식의 효과: 남녀차이를 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 9(4), 953-972.
- 최상진, 정태연 (2001). 인고에 대한 한국인의 심리: 긍정적 보상기대와 부정적 과실상계를 중심으로. *한국심리학회지*, 7(2), 21-38.
- 최해연 (2008). 한국인에게는 억압이 적응인가?: 억압 측정의 타당성 논의. *한국심리학회지: 일반*, 27(1), 197-216.
- 최해연, 민경환 (2007). 한국판 정서표현에 대한 양가성 척도의 타당화 및 억제 개념들간의 비교 연구. *한국심리학회지*, 21(4), 71-89.
- 한나리 (2009). 한국 대학생의 대인관계 유능성과 갈등 상황에서의 인지 및 행동 반응. *연세대학교 석사학위 논문*.
- 황수민, 방희정, 신지은 (2010). 애착과 대인관계: 남자 대학생의 부모애착 매개효과를 중심으로. *한국심리학회지: 여성*. 15(1), 67-86.
- Adams, G., & Markus, H. R. (2004). Toward a conception of culture suitable for a social psychology of culture. In M. Schaller & C. S. Crandall(Eds.), *The Psychological foundations of culture*(335-360). Mahwah, NJ: Erlbaum.
- Arieti, S., & Bemporad, J. (1980). The Psychological organization of depression. *American Journal of Psychiatry*, 137, 1260-1365.
- Barnett, P. A., & Gotlib, I. H. (1988). Psychosocial functioning and depression: Distinguishing among antecedents, concomitants, and consequences. *Psychological Bulletin*, 104, 97-126.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The Moderator-mediator variable distinction in Social Psychological Research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 6, 1173-1182.
- Besser, A., Flett, G. L., & Davis, R. A. (2003). Self-criticism, dependency, silencing the self, and loneliness: a test of a mediational model. *Personality and Individual Differences*, 35, 1735-1752.

- Blatt, S. J. (1995). The destructiveness of perfectionism; Implications for the treatment of depression. *American Psychologist*, 50, 1003-1020.
- Blatt, S. J., & Zuroff D. C. (1992). Interpersonal relatedness and self-definition: Two prototypes for depression. *Clinical Psychology Review*, 12, 527-562.
- Bolger, N., DeLongis, A., Kessler, R. C., & Schilling, E. A. (1989). Effects of daily stress on negative mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 808-818.
- Carfagnini, J. B. (2005). *Self-silencing, Depressed Mood, and Anger Expression and The Meanings behind Self-Silencing Within Intimate Relationships*. Lakehead University, MAI 44/06, 2997, Dec 2006.
- Carnelley, K. B., Pietromonaco, P. R., & Jaffe, K. (1994). Depression, Working Models of Others and Relationship Functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*, 66, 1, 127-140.
- Carr, J. G., Gilroy, F. D., & Sherman, M. F. (1996). Silencing the Self and Depression Among Women. *Psychology of Women Quarterly*, 20, 3, 375-392.
- Coyne, J. C. (1976). Depression and the response of others. *Journal of Abnormal Psychology*, 85, 186-193.
- Coyne, J. C., & Downey, G. (1991). Social Factors in Psychopathology. *Annual Review of Psychology*, 42, 401-425.
- Cramer, K. M., Gallant, M. D., & Langlois, M. W. (2005). Self-silencing and depression in women and men: Comparative structural equation models. *Personality and Individual Differences*, 39, 581-592.
- Cross, 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*, 64, 6, 979-986.
- Flett, G. L., Besser, A., Hewitt, P. L., & Davis, R. A. (2007). Perfectionism, silencing the self, and depression. *Personality and Individual Differences*, 43, 1211-1222.
- Good, G. I., & Mintz, L. B. (1990). Gender role conflict and depression in college men: Evidence for compound risk. *Journal of counseling and development*, 69, 17-21.
- Gratch, L. V., Bassett, M. E., & Attra, S. L. (1995). The relationship of gender and ethnicity to self silencing and depression among college students. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 509-515.
- Hammen, C. L., Burge, D., Daley, S. E., Davila, J., Paley, B., & Rudolph, K. D. (1995). Interpersonal attachment cognitions and prediction of symptomatic responses to interpersonal stress. *Journal of Abnormal Psychology*, 104, 436-443.
- Hewitt, P. L. & Flett, G. L. (1993). Dimensions of perfectionism, daily stress, and depression: A test of the specific vulnerability hypothesis. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 58-65.
- Jack, D. C. (1991). *Silencing the self: Women and depression*. Cambridge: Harvard University Press, 128-183.
- Jack, D. C., & Dill, D. (1992). The Silencing the self scale: Schemas of Intimacy Associated

- With Depression in Women. *Psychology of Women Quarterly*, 16, 97-106.
- Josephs, R. A., Markus, H. R., & Tafarodi, R. W. (1992). Gender and self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 391-402.
- Katz, I. M., & Campbell, J. D. (1994). Ambivalence over emotional expression and well-being: Nomothetic and idiographic tests of the stress-buffering hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*, 67, 513-524
- Kitayama, S., Markus, H. R. (1998). Ying and Yang of the Jaanese Self: The cultural sychology of personality coherence. InD. Dervone & Y. shoda (Eds.). The coberence of personality : Social cognitive baese of personality; variability and organization(pp.242-302) New York. Guilford press.
- Knowles, E. D., Morris, M. W., Chiu, C.-Y., & Hong, Y.-Y. (2001). Culture and the process of person perception: Evidence for automaticity among East Asians in correcting for situational influences on behavior. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27, 1344-1356.
- Lee, M. J. (2009). *Self-silencing, Cultural factors, and depression among Korean American women*. Doctoral dissertation, New York University, DAI-B 70/06, Dec 2009.
- Lewinsohn, P. M. (1974). A behavioral approach to depression. In R. J. Friedman & M. Katz(Eds.), *The Psychology of Depression: Contemporary Theory and Research* (112-139). Washington, DC: Winston-Wiley.
- Lynd-Stevenson, R. M., & Hearne, C. M. (1999). Perfectionism and depressive affect: The pros and cons of being a perfectionist, *Personality and Individual Differences*, 26, 549-562.
- Marshall, M. A. (1996). *An examination of relationship factors and self-silencing in depression in women*. Doctoral dissertation, Temple University, DAI-B 57/05, p. 3415, Nov 1996.
- McGrath, E., Keita, G. P., Strickland, B. R., & Russo, N. F (1990). *Women and depression: Risk factors and treatment issues*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Mongrain & Zuroff (1994), Ambivalence over emotional expression and negative life events: Mediators of depressive symptoms in dependent and self-critical individuals. *Personality and Individual Differences*, 16, 447-458.
- Nolen-Hoeksema, S. (1990). *Sex differences in depression*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Nolen-Hoeksema, S., Morrow, J., & Fredrickson, B. L. (1993). Response styles and the duration of episodes of depressed mood. *Journal of Abnormal Psychology*, 102, 20-38.
- Remen, A. L. (2000). Silencing the self: An examination of a theoretical explanation for depression in women. *Dissertation Abstrats International*, 60(12-B), 6380.
- Shouse, S. H. (2009). *Self-silencing, eating behaviors, and relationship satisfaction in African-American and White college women*. Doctoral dissertation, University of Missouri-Kansas City, DAI-A 70/08, Feb 2010.
- Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in Experimental and Nonexperimental Studies: New Procedures and Recommendations.

- Psychological Methods*, 7(4), 422-445.
- Spratt, C. L., Sherman, M. F., & Gilroy, F. D. (1998). Silencing the self and sex as predictors of achievement motivation. *Psychological Reports*, 82(1), 259-263.
- Stone, H., & Stone, S. (1989). *Embracing our selves*. Novato, CA: New World Library.
- Thompson, J. M. (1995). Depressive Symptomatology and Close Relationships. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 337-353.
- Thompson, J. M., Whiffen, V. E., Aube, J. A. (2001). Does self-silencing link perceptions of care from parents and partners with depressive symptoms? *Journal of Social and Personal Relationships*, 18, 503-516.
- Tice, D. M., & Baumeister, R. F. (2001). The primacy of the interpersonal self. In C. Sedikides, & M. Brewer, (Eds.), *Individual self, relational self, collective self*. Psychological Press., 71-88.
- Vazquez, M. D. (1998). *Silencing the self, relationship satisfaction and Marianismo; An analysis of depression of latinas*. Doctoral dissertation, City University of New York, DAI-B 59/04, p. 1871, Oct 1998.
- Whiffen, V. E., Foot, M. L., & Thompson, J. M. (2007). Self-silencing mediates the link between marital conflict and depression. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(6), 993-1006.
- Zaitsoff, S. L., Geller J., Srikameswaran, S. (2002). Silencing the Self and Suppressed Anger: Relationship to Eating Disorder Symptoms in Adolescent Females. *European Eating Disorders Review*, 10, 50-61.

1차원고접수 : 2010. 07. 09.

수정원고접수 : 2010. 12. 14.

최종게재결정 : 2011. 01. 13.

The Influence of Self-silence on Interpersonal relationship: The Mediating effect of Depression

Myong Hwa Kim

Hye Young Hong

Myongji University

This study examined the relationship among level of self-silence, quality of personal relationship, and depression for university students and the mediating effect of depression. The subjects were 513 students(male:258, female:255) from 8 universities located in Seoul, Gyeonggi, and Incheon. Descriptives, Correlation Analysis, and Multiple Regression Analysis were used to analyze the data. The results were as follows. First, there was a significant difference between sexes in interpersonal relationship. Males were more aware of the quality of it. There was nonsignificant difference in self-silence and depression. Second, Correlation analysis showed that self-silence had a positive correlation with depression; both self-silence and depression, negative correlation with personal relationship. Third, according to the result of the effect that self-silencing influences interpersonal relationship, males' self-silencing is more important factor than females' one. Fourth, males' depression have more influence on interpersonal relationship than females' one. Fifth, there were full mediating effect of depression on relation of self-silence and interpersonal relationship. These results suggested the importance of self-silence and depression in therapeutic approach to university students who have difficulty in personal relationship.

Key words : Self-Silencing, Depression, Interpersonal relationship