

초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험이 우울에 미치는 영향: 거부민감성과 분노반추의 이중매개 효과*

박 사 로[†] 송 미 경[‡]

서울여자대학교 교육심리학과

본 연구는 초기성인기 여성을 대상으로 미묘한 성차별 경험과 우울 간 관계에서 거부민감성과 분노반추의 순차적 이중매개 효과를 확인하였다. 이를 위해 미묘한 성차별을 경험한 초기성인기 여성 247명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였고, SPSS 25.0과 Process MACRO 6을 이용하여 분석을 수행하였다. 주요 결과는 다음과 같다. 첫째, 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험과 거부민감성, 분노반추, 우울 간에 통계적으로 유의한 상관관계가 나타났다. 둘째, 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험과 우울 간 관계에서 거부민감성의 부분 매개 효과가 유의하게 나타났다. 셋째, 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험과 우울 간 관계에서 분노반추의 부분 매개 효과가 유의한 것으로 나타났다. 넷째, 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험과 우울 간 관계에서 거부민감성과 분노반추의 순차적 이중매개 효과가 유의하게 나타났다. 본 연구의 결과를 통해 미묘한 성차별 경험이 초기성인기 여성들의 우울에 미치는 영향을 확인하고, 거부민감성과 분노반추의 역할을 규명함으로써, 미묘한 성차별의 심각성과 그로 인한 심리적 고통에 대한 사회적 인식을 높이는 데 기여할 수 있다. 이를 통해 예방 및 치료전략의 기초자료를 제공하였다. 마지막으로, 본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언을 논의하였다.


주요어 : 미묘한 성차별 경험, 거부민감성, 분노반추, 우울

* 본 논문은 제 1저자의 석사학위 논문(2024)을 수정·보완한 것이며, 2024년 한국심리학회 연차학술대회에서 포스터로 발표되었음

† 제 1저자: 박사로, 서울여자대학교 교육심리학과 석사

‡ 교신저자: 송미경, 서울여자대학교 교육심리학과 교수, (01797) 서울 노원구 화랑로 621,

Tel: 02-970-5564, Email: songdouce@swu.ac.kr

 Copyright © 2024, The Korean Society for Woman Psychology. This is an Open Access article This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution -NonCommercial Licenses (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0>) which permits unrestricted non-commercial use, distribution and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

한국 사회에서 인권의 중요성이 부각되면서 다양한 분야에서 양성평등을 실현하기 위한 노력이 지속되고 있음에도 불구하고, 여전히 많은 여성들이 일상 속에서 성차별을 경험하고 있다(강혜원, 이정운, 2022). 한국여성민우회(2017)의 보고서에 따르면, 참여자의 93%가 가정, 일터, 학교 등 일상적인 공간에서 성차별을 많이 경험한 것으로 나타났으며, 한국여성정책연구원(2021) 역시 성차별이 경제활동이나 교육환경에서뿐 아니라 복지, 보건, 가정 등 다양한 일상에서 일어나고 있음을 보고하였다. 양성평등에 대한 인식이 높아지고 있음에도 불구하고, 여성들이 여전히 성차별을 경험하는 것은 성차별의 양상이 과거에 비해 좀더 애매한 방식으로 변화하였음을 시사한다. 즉, 과거의 성차별은 그 의도와 목적이 명확하며, 폭언이나 폭행과 같이 직접적인 형태로 나타난 반면, 현대 사회에서 일어나는 성차별은 그 의도가 명확하지 않거나 성차별임을 확신하기 어려울 수 있다는 특징을 보인다(Sue & Spanierman, 2020). 이에 현대사회에서 주로 행해지는 성차별의 예방 및 방지를 위하여, 변화한 성차별에 대한 포괄적 이해와 탐구가 필요하다.

한편, 최근에는 미묘한 차별이 개인의 정신 건강에 미치는 영향을 이해기 위해 ‘마이크로어그레션(microaggression)’이라는 개념이 도입되었다(Sue, Capodilupo, Torino, Bucceri, Holder, Nadal, & Esquilin, 2007). 마이크로어그레션은 본래 인종차별을 설명하기 위해 제안되었으나(Jones & Rolon-Dow, 2018), 이후 여성, 성소수자 등 다양한 소수자 집단에 대한 차별을 설명하는 데 사용되고 있다(Sue, Sue, Neville, & Smith, 2019). 특히, Sue(2010)은 여성에 대한 미묘한 차별을 구분하여 미묘한 성차별(gender

microaggression)로 제안하며, 이를 ‘노골적이지 않고 무의식적이며, 좋은 의도를 가진 것처럼 보이지만 궁극적으로는 여성을 무시하고 통제하는 차별’로 정의하였다. 미묘한 성차별은 미묘한 폭행(microassult), 미묘한 모욕(microinsult), 미묘한 무효화(microinvalidation)의 세 양상으로 구분된다(Sue et al., 2007). 미묘한 폭행은 남녀를 구별 짓는 언어의 사용 등 과거의 명백한 차별과 유사한 형태를 나타내며, 미묘한 모욕은 여성에 대한 비하나 모욕을 담은 행동이나 언어를 의미하고, 미묘한 무효화는 여성의 경험이나 감정, 생각 등을 무시하거나 여성을 배제하는 행동이나 언어를 의미한다(Sue et al., 2007). 미묘한 성차별은 여성이 남성보다 열등하다는 가정이나 성차별 존재의 부정, 여성의 제한된 성 역할, 여성에 대한 성적 대상화 등의 양상으로 나타난다(Capodilupo, Nadal, Corman, Hamit, Lyons, & Weinberg, 2010).

미묘한 성차별의 경험은 여성에게 당황스러움, 분노, 무력감, 자기의심, 소외감을 느끼게 하고(Nadal, Hamit, Lyons, Weinberg, & Corman, 2013), 불안, 전위공격성, 심리적 디스트레스를 유발할 수 있다(김예은, 연구진, 2018; 손지빈, 홍정순, 2021; Sue & Spanierman, 2020). 특히 다수의 연구 결과는 미묘한 성차별 경험과 여성의 우울 간의 연관성을 드러냈다(손지빈, 홍정순, 2021; Donovan, Galban, Grace, Bennett, & Felicie, 2013; Kim, Dimberg, Spanierman, & Clark, 2023). 이에 본 연구는 첫째, 초기성인기 여성이 타 연령대의 여성에 비해 미묘한 성차별에 더 많이 노출된다는 점(이재복, 연구진, 2022)과, 둘째, 초기성인기 여성이 타 연령대의 여성 및 남성에 비해 높은 우울 유병률을 보인다는 점(건강보험심사평가원, 2022)에 초점을 맞추어, 초기성인기 여성의 미묘한

성차별 경험과 우울 간 관계를 탐구하고자 한다.

미묘한 성차별 경험과 우울

우울은 현대 사회의 개인이 흔히 경험하는 정서로, 가벼운 슬픔부터 심각한 상실감, 무력감을 포함하고, 인지적, 행동적, 신체적 증상이 동반될 수 있으며, 이는 개인의 삶의 질 저하로 이어질 수 있다(Beck, 1989).

우울의 유병률은 여성에게서 더 높게 나타나는데(Kessler, Berglund, Demler, Jin, Merikangas, & Walters, 2005), 이는 사회문화적 맥락에서 성차별로 인해 설명될 수 있다(박경, 2003; Wupperman & Neumann, 2006). 성차별에 많이 노출된 여성은 적게 노출된 여성에 비해 우울 수준이 높게 나타났으며, 성차별에 적게 노출된 여성은 남성과 유사한 우울 수준을 보였다(Klonoff, Landrine, & Campbell, 2000). 이러한 맥락에서 본 연구는 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험이 어떠한 과정을 거쳐 우울에 영향을 미치는지 살펴보고자 한다.

이와 더불어, 미묘한 성차별 경험이 많을수록 개인은 대인관계에서 철수하는 모습을 보이며(Baams, Kiekens, & Fish, 2020; Paterson, Brown, & Walters, 2019), 잠재적 거부, 즉 잠재적 성차별 단서에 대해 더욱 민감해지는 모습을 보인다(Sue, 2020). 이에 본 연구에서는 미묘한 성차별 경험과 우울 간 관계에서 거부민감성의 역할에 주목하고자 하였다.

미묘한 성차별 경험과 거부민감성

거부민감성이란 타인의 거부에 대한 불안감을 가지고 거부에 대해 인지적, 정서적으로

예민하게 반응하는 것을 의미한다(London, Downey, Bonica, & Paltin, 2007). 거부민감성은 생애 초기에 중요한 타인의 거부가 이후 대인관계에 어떠한 영향을 미치는지 이해하는 데서 시작되었지만(London et al., 2007), 최근에는 사회적 소수자 집단을 대상으로 연구가 진행되고 있다(Dyar, Feinstein, Eaton, & London, 2016).

미묘한 성차별과 거부민감성에 관한 선행연구 결과에 따르면, 미묘한 성차별을 경험한 여성은 이후에도 비슷한 일이 발생할 수 있다는 불안감을 경험하고(Chan & Mendoza-Dento, 2008), 후속적인 상호작용이 예상되는 경우 여성의 거부 단서에 대한 민감도는 더 올라간다(London, Downey, Romero-Canyas, Rattan, & Tyson, 2012). 거부민감성 수준이 높아지게 된 개인은 자신의 감정을 억압하며, 이는 우울을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다(Zimmer-Gembeck, Nesdale, Webb, & Downey, 2016).

그러나 거부민감성은 일종의 성격적 특징으로 간주되기 때문에, 단기간에 거부민감성 수준을 변화시키기는 쉽지 않은 것으로 보인다(김은지, 이은샘, 현명호, 2018). 따라서, 미묘한 성차별을 경험한 초기성인기 여성의 우울에 있어 개입하기에 효과적인 매개변인을 탐색할 필요가 있다.

미묘한 성차별 경험과 분노반추

미묘한 성차별로 유발된 부정적인 정서를 억제하고 침묵하는 대처는 분노반추와 연결될 수 있다(이유진, 2021). 분노반추는 분노를 경험하는 과정, 그리고 그 이후에 계속해서 분노에 대한 기억과 분노의 원인 및 결과에

초점을 맞추어 반추하는 인지과정으로, 분노 감정을 유지 및 강화시킨다(정은의, 송현주, 2010).

미묘한 성차별을 경험할 때 여성은 흔히 분노를 느끼게 되지만(Nadal et al., 2013), 거부민 감성이 높아진 개인은 명백한 성차별임을 확신하기 어려운 경우 갈등을 방지하기 위해 자신의 생각과 감정을 억제하며(Ayduk, Gyurak, & Luerssen, 2008), 자신이 예민한 것은 아닌지 돌아보면서 자신의 불쾌한 감정 사이에서 혼란스러움을 느낄 수 있다(Sue & Spanierman, 2020). 즉, 미묘한 성차별을 경험한 여성은 이에 대한 분노를 그 즉시 당사자에게 표현하기 보다는 자기침묵을 하는 등 반추할 가능성이 높아진다(London et al., 2012). 미묘한 성차별은 여성으로 하여금 분노를 억제하고 억압하게 만들고, 이는 결과적으로 우울로 이어질 수 있다(Tafrate & Kassino, 2002).

종합하면, 미묘한 성차별 경험이 많은 초기 성인기 여성은 인지적으로 취약해짐에 따라 높은 거부민감을 가지게 되고, 이것은 분노 반추로 이어져 우울에 영향을 미칠 것이라고 예상할 수 있다. 따라서 미묘한 성차별의 경로를 확인하는 것은, 이후 미묘한 성차별을 경험한 후 우울을 호소하는 초기 성인기 여성에 대한 상담 개입 전략을 수립하는 데 기초 자료를 제공할 수 있을 것으로 사료된다.

본 연구의 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 초기 성인기 여성의 미묘한 성차별 경험, 우울, 거부민감성, 분노반추 간의 관계는 어떠한가? 둘째, 초기 성인기 여성의 미묘한 성차별 경험과 우울 간 관계에서 거부민감성과 분노반추는 순차적 이중매개효과를 갖는가?

방 법

연구대상

본 연구는 초기 성인기(18세-35세) 여성 247명을 연구 대상으로 선정하였다. 자기보고식 온라인 설문은 2023년 7월 6일부터 7월 25일 까지 이루어졌고, 총 247부의 자료를 최종적으로 분석에 사용하였다.

연구대상자 중 20대는 148명(59.9%), 30대 99명(40.1%)이었으며, 최종학력은 고등학교 졸업 16명(6.5%), 대학교 재학 44명(17.8%), 대학교 졸업 165명(66.8%), 대학원 재학 8명(3.2%), 대학원 졸업 이상 14명(5.7%)이었다. 응답자들의 직업은 대학생(휴학생 포함) 47명(19%), 대학원생(휴학생 포함) 10명(4.0%), 직장인 148명(59.9%), 취업준비생 21명(8.5%), 파트타임 종사자 16명(6.5%), 자영업자 2명(0.8%), 기타 3명(1.2%)으로 구성되었다. 응답자들의 거주 지역은 서울시 127명(51.4%), 경기/인천 53명(21.5%), 강원도 11명(4.5%), 경상도 17명(6.9%), 전라도 11명(4.5%), 충청도 27명(10.9%), 해외 1명(0.4%)으로 나타났다. 응답자들의 혼인 여부는 기혼 20명(8.1%), 미혼 227명(91.9%)이었다.

측정도구

일상 속 성차별 경험 척도(Everyday Gender Microaggression Scale: EGM)

미묘한 성차별 경험을 측정하기 위해 본 연구에서는 김은하(2018)가 개발 및 타당화 한 일상 속 성차별 경험 척도(EGM)를 사용하였다. 척도는 총 14문항으로 구성되며, '성차별 부정과 성역할 고정관념(9문항)'과 '여성의 미모를 강조함(5문항)'의 2요인으로 이루어져 있

다. 본 척도는 5점 Likert 척도(1=전혀 경험한 적이 없다, 5=매우 자주 경험했다)로, 점수가 높을수록 미묘한 성차별을 많이 경험하였음을 의미한다. 김은하(2018)의 연구에서 전체 Cronbach's α 는 .93이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .86으로 나타났다.

한국 대학생용 거부민감성 척도

거부민감성을 측정하기 위해 본 연구에서는 박명진, 양난미(2017)가 개발 및 타당화 한 한국 대학생용 거부민감성 척도를 사용하였다. 척도는 총 16문항으로 구성되며, 예기분노 5문항(예: 거부당했다고 생각되면 화가 난다, 결국 나를 떠날 것이라 생각되면 짜증이 나거나 화가 난다), 예기불안 4문항(예: 배신당하거나 버려질까봐 걱정되거나 불안하다, SNS나 메신저로 연락을 했을 때 답이 오지 않을까봐 걱정되거나 불안하다), 거부지각 3문항(내 말에 귀기울여 주지 않는다면 거부당했다는 생각을 할 것이다, 내 앞에서 문을 쾅 닫고 나간다면 거부당했다는 생각이 든다, 과잉반응 4문항(예: 거부당할 것이라 생각되면 거리감이 생긴다, 거부당할까봐 관계를 먼저 끊으려는 경향이 있다)의 4요인으로 이루어졌다. 본 척도는 5점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로, 점수가 높을수록 거부민감성 수준이 높음을 의미한다. 박명진, 양난미(2017)의 연구에서 전체 Cronbach's α 는 .86이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .90으로 나타났다.

한국판 분노반추 척도(Korea-Anger Rumination Scale: K-ARS)

분노반추를 측정하기 위해 본 연구에서는 Sukhodolsky, Golub, 그리고 Cromwell(2001)이 개

발하고, 이근배와 조현춘(2008)이 번안 및 타당화 한 한국판 분노반추 척도(K-ARS)를 사용하였다. 척도는 총 16문항으로 구성되어 있으며, 분노기억반추(8문항), 원인반추(3문항), 보복반추(5문항)의 3요인으로 이루어져 있다. 본 척도는 4점 Likert 척도(1=거의 그렇지 않다, 4=매우 그렇다)로, 점수가 높을수록 분노반추의 수준이 높음을 의미한다. 이근배와 조현춘(2008)의 연구에서 Cronbach's α 는 .91이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .90으로 나타났다.

역학연구센터 우울 척도(The Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, CES-D)

우울을 측정하기 위해 본 연구에서는 Redloff(1977)이 개발하고 전경구, 최상진, 그리고 양병창(2001)이 번안 및 타당화 한 한국판 역학연구센터 우울 척도(CES-D)를 사용하였다. 척도는 총 20문항으로 구성되어 있으며, 우울 감정(7문항), 긍정적 감정(4문항), 신체/행동 둔화(7문항), 대인관계(2문항)의 4요인으로 이루어져 있다. 본 척도는 4점 Likert 척도(0=극히 드물게, 3=거의 대부분)로, 점수가 높을수록 지난 일주일 간 개인이 경험한 우울의 수준이 높음을 의미한다. 전경구 등(2001)의 연구에서 Cronbach's α 는 .91이었으며, 본 연구에서의 Cronbach's α 는 .85로 나타났다.

자료분석

최종적으로 선정된 247부의 자료는 SPSS 25.0 통계 프로그램을 사용하여 분석하였으며, 기술통계, Cronbach's α 산출, Pearson의 적률상관분석을 실시하였다. 또한 Hayes(2013)의 SPSS Process Macro Model 6을 사용하여 이중매개효

과를 분석하였고, 매개효과의 유의성 검증을 위해 부트스트래핑을 95% 신뢰구간에서 5,000 번의 추출로 진행하였다

분노반추는 우울($r=.62, p<.01$)과 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다.

미묘한 성차별 경험과 우울의 관계에서 거부민감성과 분노반추의 이중매개 효과

결 과

기술통계 및 상관분석

주요 변인의 평균과 표준편차, 왜도, 첨도는 표 1과 같다. 다음으로, 각 변인들 간의 상관관계 확인을 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시하였으며, 분석 결과는 표 2와 같다. 미묘한 성차별 경험은 거부민감성($r=.56, p<.01$), 분노반추($r=.49, p<.01$), 우울($r=.43, p<.01$)과 각각 유의한 정적 상관이 있었으며, 거부민감성은 분노반추($r=.66, p<.01$), 우울($r=.58, p<.01$)과 각각 유의한 정적 상관을 나타냈다.

미묘한 성차별 경험이 우울에 미치는 영향에 대한 거부민감성과 분노반추의 순차적 이중매개 효과를 확인하기 위해 Hayes(2013)가 제안한 SPSS Process Macro 6을 이용하여 분석을 진행하였으며, 그 결과는 표 3과 같다.

미묘한 성차별 경험은 거부민감성($B=.679, p<.001$)과 분노반추($B=.159, p<.005$)에 유의한 정적 영향을 주었다. 거부민감성은 분노반추($B=.450, p<.001$)와 우울($B=.263, p<.001$)에 유의한 정적 영향을 주었으며, 분노반추는 우울($B=.503, p<.001$)에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 미묘한 성차별 경험이

표 1. 주요 변인들의 기술통계치

(N=247)

변인	M	SD	왜도	첨도
미묘한 성차별 경험	50.21	10.02	-.25	-.55
거부민감성	53.18	12.06	-.57	.31
분노반추	44.51	9.55	-.27	-.26
우울	31.13	11.87	-.21	-.16

표 2. 주요 변인들 간 상관계수

변인	1	2	3	4
1. 미묘한 성차별 경험	1			
2. 거부민감성	.56**	1		
3. 분노반추	.49**	.66**	1	
4. 우울	.43**	.58**	.62**	1

** $p<.01$

표 3. 미묘한 성차별 경험과 우울의 관계에서 거부민감성과 분노반추의 이중매개효과 결과

독립변인	종속변인	B	SE	t	95% 신뢰구간		F	R ²
					LLCI	ULCI		
미묘한 성차별 경험	우울	.506	.069	7.389	.371	.641	54.597 ²	.182
미묘한 성차별 경험	거부민감성	.679	.064	10.685	.554	.804	114.177 ²	.318
미묘한 성차별 경험	분노반추	.159	.055	2.905	.051	.266	102.492 ²	.457
거부민감성	분노반추	.450	.045	9.941	.361	.539		
미묘한 성차별 경험	우울	.094	.070	1.341	-.044	.232	63.659 ²	.440
거부민감성	우울	.263	.068	3.880	.130	.397		
분노반추	우울	.503	.081	6.219	.344	.663		

우울에 미치는 영향은 매개변인을 고려하였을 때 감소하고, 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타나($B=.506, p<.001 \rightarrow B=.094, p>.05$) 완전 이중매개 효과가 있음을 확인하였다.

이는 미묘한 성차별 경험과 우울 사이에서 거부민감성과 분노반추가 직접적으로 유의한 영향을 미치는 것을 의미한다. 이중매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑을 실시하였고, 이에 대한 결과는 표 4에 제시하였다. 미묘한 성차별 경험과 우울의 관계에서 거부민감성의 간접효과는 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않았으므로 유의한 것으로 나타났다(.077~.301).

다음으로 미묘한 성차별 경험과 우울의 관계에서 분노반추의 간접효과는 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않았으므로 유의한 것으로 확인되었다(.018~.153). 마지막으로 미묘한 성차별 경험이 거부민감성과 분노반추를 순차적으로 매개하여 우울에 영향을 미치는 경로는 신뢰구간에 0을 포함하지 않아 통계적으로 유의하였다(.081~.243). 따라서 미묘한 성차별 경험과 우울 간 관계에서 거부민감성과 분노반추의 순차적 이중매개 효과가 있음을 확인하였다. 결과에 대한 최종 모형을 그림 1로 제시하였다.

표 4. 미묘한 성차별 경험과 우울의 관계에서 거부민감성과 분노반추의 간접효과 부트스트래핑 결과

경로	효과크기	SE	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
총효과(C: 미묘한 성차별 경험→우울)	.506	.069	.371	.641
직접효과(C': 미묘한 성차별 경험→우울)	.940	.070	-.044	.232
미묘한 성차별 경험→거부민감성→우울	.179	.058	.077	.301
미묘한 성차별 경험→분노반추→우울	.080	.034	.018	.153
미묘한 성차별 경험→거부민감성→분노반추→우울	.154	.042	.081	.243

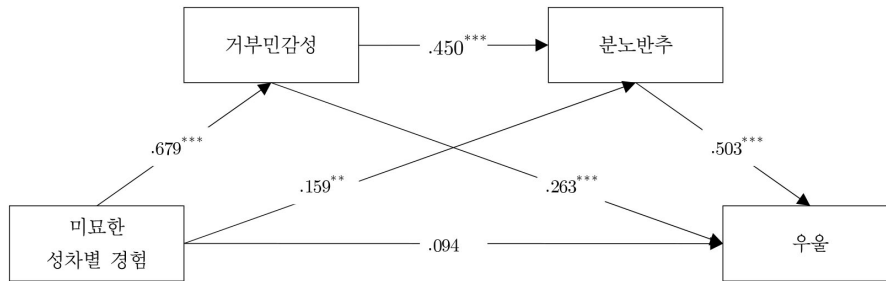


그림 1. 미묘한 성차별과 우울의 관계에서 거부민감성과 분노반추의 이중매개모형

**p<.01

논 의

본 연구는 초기성인기 여성을 대상으로 미묘한 성차별 경험, 거부민감성, 분노반추 및 우울 간 관계를 살펴보고, 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험이 우울 간 관계에서 거부민감성과 분노반추의 개별 매개효과와 순차적 이중매개효과를 가지는지 검증하였다. 주요 결과들에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 미묘한 성차별 경험, 거부민감성, 분노반추, 우울 간 관계에서 유의한 상관관계가 나타났다. 먼저 미묘한 성차별 경험과 거부민감성 간 정적 상관이 유의한 것으로 확인되었다. 이 같은 결과는 미묘한 성차별 경험이 많을수록 개인이 거부단서에 민감해진다는 선행연구 결과를 지지한다(Baams, Kiekenns, & Fish, 2020; Nadal et al., 2013; Paterson, Brown, & Walters, 2019). 또한 미묘한 성차별을 많이 경험할수록 개인은 해당 상황에 적절한 대처를 하지 못하고 유발된 부정적인 정서들을 담아두고 침묵하는 모습을 보이게 되는데(London et al., 2012), 이러한 대처는 장기적으로 개인의 심리적 어려움을 유발할 수 있다는 점을 의미한다. 다음으로 미묘한 성차별 경험과 분노반추의 관계에서 유의한 정적 상관이 나타

났다. 이러한 결과는 미묘한 성차별을 많이 경험할수록 분노 상황에 대한 반추 가능성이 높아진다는 선행연구 결과와 유사하다(Sue & Spanierman, 2020). 미묘한 성차별 경험이 많을수록 여성은 이로 인한 분노 감정을 강하게 느끼게 되고, 여성은 경험한 부정적인 정서를 적응적으로 해소하지 못한 채 억압하면서 분노반추 수준이 더 높아질 수 있음을 시사한다. 이는 분노의 강도 및 지속 시간에 영향을 미치면서 심리적 어려움을 증가시킬 수 있음을 의미한다. 마지막으로 미묘한 성차별 경험은 우울과 유의한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 미묘한 성차별 경험 수준이 높을수록 우울 수준이 더 높아진다고 보고한 선행연구결과와 일치한다(김은하, 김보라, 2018; 김은하, 김수용, 김도연, 박한솔, 김지수, 2017; 손지빈, 홍정순, 2021; 이재복, 연구진, 2022; Derthick, 2015; Judson, 2014). 미묘한 성차별 경험이 많은 여성은 미묘한 성차별의 모호하고 애매한 특징으로 인해 ‘자신이 너무 예민하다’고 잘못 지각하기 때문에, 미묘한 성차별을 경험한 후 자신이 느낀 감정에 대한 확신을 가지는 데 어려움을 느끼게 되며(Sue & Spnierman, 2020), 이는 높은 우울 수준에 영향을 미친다는 점을 시사한다.

둘째, 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험과 우울의 관계에서 거부민감성과 분노반추의 매개효과를 살펴보았을 때, 각각 부분매개효과를 확인하였다. 먼저 미묘한 성차별 경험이 우울에 미치는 영향에서 거부민감성의 역할을 살펴보면, 미묘한 성차별 경험은 개인에게 인지적인 취약성을 가지게 하여 적응적인 정서조절에 어려움을 갖게 된다고 밝힌 선행연구 결과를 지지하며(Nadal et al., 2013; Swim et al., 2001), 거부 단서에 예민해지고 거부가 예상되는 상황에서 개인은 미묘한 성차별 경험에 대한 반응으로 자기 침묵을 한다는 선행연구 결과와 맥을 같이 한다(London et al., 2012). 또한 높은 거부민감성 수준이 높은 우울 수준을 예측한다고 밝힌 선행연구 결과와 유사하다(Levy, Ayduk, & Downey, 2001; Zimmer-Gembeck et al., 2016). 타인의 거부가 예상되는 상황에서 개인은 거부상황과 그로 유발된 부정적인 정서의 원인을 자신에게로 돌리는 경향을 보이는데(Zimmer-Gembeck et al., 2016), 이러한 대처로 인해 개인은 해당 상황을 더욱 부정적으로 해석하면서 심리적 어려움을 경험할 가능성이 높아진다(박정현, 이종선, 2018). 이는 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험이 우울을 유발하는 데 있어 거부민감성이 주요한 역할을 할 수 있다는 것을 의미한다.

다음으로 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험이 우울에 미치는 영향에서 분노반추의 역할을 살펴보면, 미묘한 성차별을 많이 경험할수록 분노를 유발한 해당 경험에 대해 더 많이 반추하게 된다는 선행연구 결과를 지지하며(Sue & Spanierman, 2020), 초기성인기 여성을 대상으로 미묘한 성차별 경험이 우울로 가는 경로에서 분노반추의 부분매개효과를 밝힌

선행연구 결과와 맥을 같이 한다(이유진, 2021). 미묘한 성차별의 경험 수준이 높을수록 개인은 자신이 경험한 상황에 대해 분노감을 더 쉽게 느끼게 되는데(김예은, 연구진, 2018), 미묘한 성차별의 애매한 특성으로 인해 이에 대하여 부정적인 감정을 표현하면 타인으로부터 ‘예민하다’는 평을 받기 쉽다(Sue, 2010). 때문에 자신의 분노에 대한 정상성과 성차별 여부 등에 대한 확신을 갖기 위해 반추를 하게 된다(Sue & Spanierman, 2020). 분노를 유발한 상황과 그 감정에 대한 지속적인 반추는 오히려 개인의 분노를 강화시키고(이유진, 2021), 결과적으로 개인의 우울 수준을 높이게 된다(Sue & Spanierman, 2020). 이를 고려할 때, 미묘한 성차별은 피해 여성이 자신이 경험하는 부정적인 정서를 제 때 적응적으로 표현하지 못하게 만들면서 개인에게 더 큰 분노감을 유발하고, 이는 추후 우울에까지 이어질 수 있음을 시사한다.

셋째, 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험이 우울 간 관계에서 거부민감성과 분노반추의 순차적 이중매개 효과가 유의한 것으로 나타났다. 이중매개 모형에서 미묘한 성차별 경험의 우울에 대한 직접경로는 유의하지 않은 것으로 나타났으며, 거부민감성과 분노반추를 거칠 때에만 통계적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 드러났다. 이는 미묘한 성차별 경험 자체만으로는 우울을 야기하지 않거나 영향을 미치더라도 그 영향이 작을 수 있으며, 거부민감성이나 분노반추와 같은 매개변인에 따라서 그 영향이 달라질 수 있음을 시사한다. 또한 본 연구의 모형은 미묘한 성차별 경험이 거부민감성과 분노반추를 순차적으로 거쳐 우울에 이른다는 순차적 순서를 강조하며, 이러한 순서는 잠재적인 인과관계를 암시할 뿐만

아니라 거부민감성이 분노반추와 같은 후속 요인의 촉매제로서 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 거부민감성이 분노반추에 선행한다는 것은 사회적 차별 단서, 즉 미묘한 성차별을 지각하는 것이 우울로 가는 경로에 있어 중요한 시작의 역할을 한다는 것을 시사한다. 거부민감성은 개인의 사회적 경험을 처리 및 해석하는 인지적, 정서적 틀의 역할을 담당하며, 분노반추는 미묘한 성차별로 인해 유발된 정신적 고통에 대한 일종의 반응으로, 부정적인 정서가 지속되는 인지 과정으로 해석될 수 있다. 순차적인 과정은 일단 미묘한 성차별 단서에 민감해진 개인이 유발된 부정적인 정서에 대한 지속적인 반추를 시작한다는 것을 의미하며, 이렇게 부정적인 감정을 순환시키는 것은 우울의 증상을 유지 및 악화시키는 데 영향을 미칠 수 있음을 시사한다. 결론적으로, 통계적으로 유의하지 않은 직접효과는 미묘한 성차별 경험과 우울 간 관계의 복잡성을 강조하는 한편, 이중매개 모형은 개인의 순차적인 심리적 과정을 밝힘으로써 미묘한 성차별 경험에 대한 구체적인 이해를 높일 수 있다.

거부민감성과 분노반추에 중점을 둔 개입은 초기성인기 여성이 미묘한 성차별을 경험한 후 호소하는 우울감의 완화에 효과적일 수 있다. 먼저, 거부민감성과 관련하여 미묘한 성차별 경험 당시 및 이후 개인의 대처방안에 중점을 둔 개입이 유용할 수 있을 것이다. 선행 연구에 따르면 거부민감성이 다양한 정신건강 문제와 관련이 있다는 것과 거부민감성 수준을 낮추는 프로그램이 개인의 우울 수준을 낮추는데도 도움이 되었다는 것을 밝혔다(Ayduk et al., 2008; London et al., 2007). 이를 고려하면 미묘한 성차별을 경험한 후 사회적 차별 단서를 해석 및 처리하는 데 있어 거부민감성

수준을 낮추는 개입이 개인의 우울감을 완화시키는 데 도움이 될 수 있을 것으로 생각된다. 또한 분노반추 수준을 낮추기 위해 인지행동적 관점에 중점을 둔 개입이 미묘한 성차별을 경험한 초기성인기 여성의 개입에 효과적일 수 있을 것으로 보인다. 미묘한 성차별의 경험으로 인한 개인의 분노, 그리고 관련된 비적응적 사고 패턴을 확인하고, 이에 대한 교정을 진행함으로써 지속적으로 진행되는 부정적인 정서의 반추를 막을 수 있다. 인지행동치료(CBT)는 분노반추와 관련한 정서적 문제들을 다루는 데 효과적이라는 평을 받고 있으며(Beck, 2017), 특히 Neasciu, Eberle, Kramer, Wiesmannm, 그리고 Linehan(2014)은 분노반추에 대한 인지행동치료가 개인의 부정적인 사고 패턴과 정서적 반응을 확인하고 이를 수정하도록 도움으로써 개인이 분노를 이전보다 효과적으로 관리할 수 있도록 돕는다고 밝혔다. 이를 고려하면, 초기성인기 여성으로 하여금 미묘한 성차별의 경험 이후 우울을 호소할 때에 인지행동치료를 기반으로 분노감을 조절 및 관리할 수 있도록 도움으로써 궁극적으로 우울에 긍정적인 영향을 미칠 수 있을 것으로 기대한다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 국내에서 아직 많이 연구되지 않았던 주제인 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험이 우울에 미치는 영향을 확인했다는 데 의의가 있다. 본 연구는 일상에 널리 퍼져 있는 미묘한 성차별이 초기성인기 여성의 우울에 어떻게 영향을 미치는지에 대한 실증적 데이터를 제공함으로써, 미묘한 성차별에 대한 사회적 인식을 향상시킬 필요성이 있음을 강조한다.

둘째, 본 연구는 미묘한 성차별이 초기성인

기 여성의 우울에 영향을 미치는 주요한 사회적 스트레스 요인임을 확인하였다는 데 의의가 있다. Sue와 동료들(2019)은 개인의 우울을 이해함에 있어 사회적 요인에 대한 고려를 강조하며, 이러한 맥락에서 본 연구의 결과는 초기성인기 여성 내담자의 우울을 이해함에 있어, 내담자의 개인적 요인뿐만 아니라 미묘한 성차별과 같은 사회적 스트레스 요인을 통합적으로 고려하여 개입할 필요가 있음을 시사한다.

셋째, 본 연구는 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험과 우울 간 관계에서 미묘한 성차별이 거부민감성과 분노반추를 거칠 때 우울에 더 유의한 영향을 미친다는 결과를 통해 이들의 역할을 밝혀내었다는 데 의의가 있다. 미묘한 차별 연구에 있어 거부민감성 연구의 필요성이 제시된 바 있으나(Bostwick, Smith, Hequembourg, Santuzzi, & Hughes, 2021), 개입으로 인한 변화가 쉽지 않다는 점에서 상대적으로 변화가 더 용이한 분노반추를 규명하였으며, 이는 초기성인기 여성의 우울 예방 및 완화를 위한 기초자료를 제공할 것으로 기대한다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험을 측정하기 위하여 온라인 자기보고식 설문지를 활용하였으나, 주체의 민감성으로 인하여 참여자가 방어적으로 응답했을 가능성이 있다. 따라서 추후 연구에서는 질적 자료 수집 방법을 함께 활용하여 변인을 통합적으로 다뤄볼 필요가 있다. 둘째, 본 연구에서는 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험을 측정하는 데 있어 경험의 빈도 및 시기를 제한하지 않았으나, 이에 따라서 피해자가 느끼는 부정적 영향은 달라

질 수 있다(Ong, Burrow, Fuller-Rowell, Ja, Sue, 2013). 따라서 추후 연구에서는 이러한 요소를 고려하여 미묘한 성차별 경험과 우울에 대한 이해를 넓힐 필요성이 있다. 셋째, 본 연구는 초기성인기 여성의 미묘한 성차별 경험이 우울에 미치는 영향에서 거부민감성과 분노반추의 순차적 이중매개효과를 검증하였다. 추후 연구에서는 미묘한 성차별을 경험한 초기성인기 여성의 우울을 다루는 데 있어, 거부민감성 및 분노반추의 수준을 낮출 수 있는 상담 및 치료전략과 프로그램을 개발하고, 이에 대한 효과성을 연구할 필요가 있다. 마지막으로, 본 연구는 설문 연구 방법을 사용하여 변인 간 인과관계를 명확히 설명하는 데 한계가 있다. 즉, 미묘한 성차별 경험이 거부민감성, 분노반추, 그리고 우울과 유의미한 상관을 보이지만 이러한 관계의 인과성을 명확히 확인하기 위해서는 종단 연구를 통한 추가적인 조사를 할 필요성이 있다.

참고문헌

- 강혜원, 이정윤 (2020). 미묘한 성차별(Gender Microaggression)에 대한 개념도 연구: 20대 여성을 중심으로. *여성연구*, 106(3), 63-92.
- 건강보험심사평가원 (2022). *최근 5년 우울증과 불안장애 진료현황 분석*. 서울: 건강보험심사평가원.
- 김예은, 연규진 (2018). 20~30대 여성의 미묘한 성차별 경험과 심리적 디스트레스의 관계: 여성주의 정체성 차원에 의해 조절된 분노의 매개효과. *한국심리학회지:여성*, 23(3), 499-523.
- 김은지, 이은샘, 현명호 (2018). 거절민감성과

- 우울의 관계에서 반추와 사회적 회피의 순차적 이중매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 23(1), 187-207.
- 김은하 (2018). 일상 속 성차별 경험 척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 24(4), 593-614.
- 김은하, 김보라 (2018). 성차별 경험과 우울간의 관계에서 반추 하위유형의 매개효과: 침습적 반추와 의도적 반추. *한국심리학회지: 여성*, 23(3), 335-354.
- 김은하, 김수용, 김도연, 박한솔, 김지수 (2017). 직장 내 성차별 경험, 정당한 세상에 대한 믿음, 우울에 대한 연구: 척도 개발 및 매개효과 분석. *한국심리학회지:여성*, 22(4), 643-667.
- 김은하, 정보현, 김경희, 박한솔 (2018). 성차별 경험과 자아존중감간의 관계에서 정당한 세상에 대한 믿음의 조절효과: 세계관입증이론. *한국심리학회지: 여성*, 23(3), 409-429.
- 박 경 (2003). 부정적인 생활 스트레스와 대인관계 문제가 여성의 우울에 미치는 영향. *한국심리학회지: 건강*, 8(3), 581-593.
- 박명진, 양난미 (2017). 대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화. *한국심리학회지:상담 및 심리치료*, 29(1), 103-127.
- 박정현, 이종선 (2018). 거부민감성이 우울증에 미치는 영향: 부정적 해석편향과 부정적 기억편향의 이중매개 효과 검증. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 37(1), 66-79.
- 손지빈, 홍정순 (2021). 20~30대 여성의 일상 속 미묘한 성차별경험과 우울, 전위공격성의 관계 자기침묵과 분노억제의 매개효과. *여성연구*, 109(2), 269-297.
- 이근배, 조현춘 (2008). 한국판 분노반추척도의 타당화 연구. *정서·행동장애연구*, 24(1), 1-22.
- 이유진 (2021). 20~30대 여성의 미묘한 성차별 경험과 우울의 관계: 분노억제와 분노반추의 이중 매개효과. *가톨릭대학교 대학원 석사학위논문*.
- 이재복, 연규진 (2022). 20, 30대 여성의 미묘한 성차별 경험이 우울에 미치는 영향 사건에 대한 통계가능성 평가에 의해 조절된 대처 전략의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 34(4), 1331-1357.
- 전경구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. *한국심리학회지: 건강*, 6(1), 59-76.
- 정은의, 송현주 (2010). 한국 청소년 대상 분노반추 척도(Anger rumination Scale)의 타당화 연구. *한국심리학회지: 임상*, 29(1), 223-239.
- 한국여성민우회 (2017). 2017 성차별 보고서 토론회 자료집.
<http://www.womenlink.or.kr/publications/19433>에서 인출.
- 한국여성정책연구원 (2021). 2021년 국가성평등보고서. 서울: 한국여성정책연구원.
- Ayduk, O., Gyurak, A., & Luerssen, A. (2008). Individual differences in the rejection-aggression link in the hot sauce paradigm. *Journal of Experimental Social Psychology*, 44(3), 775-782.
- Baams, L., Kiekens, W.J. & Fish, J.N. (2020). The Rejection Sensitivity Model: Sexual Minority Adolescents in Context. *Arch Sex Behav*, 49, 2259-2263.
- Beck, A. T. (1989). *Cognitive therapy and the*

- emotional disorders*. London: Penguin.
- Bostwick, W. B., Smith, A. U., Hequembourg, A. L., Santuzzi, A. & Hughes, T. (2021). Microaggressions and Health Outcomes among Racially and Ethnically Diverse Bisexual Women, *Journal of Bisexuality*, 21(3), 285-307.
- Capodilupo, C. M., Nadal, K. L., Corman, L., Hamit, S., Lyons, O. B., & Weinberg, A. (2010). The manifestation of gender microaggressions. In D. W. Sue (Ed.), *Microaggressions and marginality: Manifestation, dynamics, and impact* (pp. 193-216). John Wiley & Sons, Inc.
- Chan, W., & Mendoza-Denton, R. (2008). Status-based rejection sensitivity among Asian Americans: Implications for psychological distress. *Journal of Personality*, 76(5), 1317-1346.
- Derthick, A. O. (2015). *The sexist mess: Development and initial validation of the sexist microaggressions experiences and stress scale and the relationship of sexist microaggressions to women's mental health*. Doctoral dissertation, University of Alaska Anchorage.
- Donovan, R. A., Galban, D. J., Grace, R. K., Bennett, J. K., & Felicié, S. Z. (2013). Impact of racial macro-and microaggressions in Black women's lives: A preliminary analysis. *Journal of Black Psychology*, 39(2), 185-196.
- Dyar, C., Feinstein, B. A., Eaton, N. R., & London, B. (2016). Development and Initial Validation of the Sexual Minority Women Rejection Sensitivity Scale. *Psychology of Women Quarterly*, 40(1), 120-137.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis*. New York: Guilford Press.
- Jones, J. M., & Rolón-Dow, R. (2018). Multidimensional models of microaggressions and microaffirmations. *Microaggression theory: Influence and implications*, 32-47.
- Judson, S. S. (2014). *Sexist discrimination and gender microaggressions: an exploration of current conceptualizations of women's experiences of sexism*. The University of Akron.
- Kessler R.C., Berglund P., Demler O., Jin R., Merikangas K.R., Walters E.E. (2005). Lifetime Prevalence and Age-of-Onset Distributions of DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication. *Arch Gen Psychiatry*. 62(6), 593-602.
- Klonoff E. A., Landrine, H., & Campbell, R. (2000). Sexist discrimination may account for well-known gender differences in psychiatric symptoms. *Psychology of Women Quarterly*, 24(1), 93-99.
- Kim, J. Y., & Meister, A. (2023). Microaggressions, interrupted: The experience and effects of gender microaggressions for women in STEM. *Journal of Business Ethics*, 185(3), 513-531.
- Levy, S. R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups. *Interpersonal rejection*, 10, 251-289.
- London, B., Downey, G., Bonica, C., & Paltin, I. (2007). Social causes and consequences of rejection sensitivity. *Journal of Research on Adolescence*, 17(3), 481-506.

- London, B., Downey, G., Romero-Canyas, R., Rattan, A., & Tyson, D. (2012). Gender-based rejection sensitivity and academic self-silencing in women. *Journal of Personality and Social Psychology, 102*(5), 961-979.
- Nadal, K. L., Hamit, S., Lyons, O., Weinberg, A., & Corman, L. (2013). Gender microaggressions: Perceptions, processes, and coping mechanisms of women. In *Paludi, Psychology for Business success, 1*, 192-220.
- Neacsiu, A. D., Eberle, J. W., Kramer, R., Wiesmann, T., & Linehan, M. M. (2014). Dialectical behavior therapy skills for transdiagnostic emotion dysregulation: A pilot randomized controlled trial. *Behaviour research and therapy, 59*, 40-51.
- Ong, A. D., Burrow, A. L., Fuller-Rowell, T. E., Ja, N. M., & Sue, D. W. (2013). Racial microaggressions and daily well-being among Asian Americans. *Journal of counseling psychology, 60*(2), 188.
- Paterson J. L., Brown, R., & Walters, M. A. (2019). The short and longer term impacts of hate crimes experienced directly, indirectly, and through the media. *Personality and Social Psychology Bulletin, 45*(7), 994-1010.
- Sue, D. W.. (2010). *Microaggressions and marginality: Manifestation, dynamics, and impact*. John Wiley & Sons.
- Sue, D. W., Capodilupo, C. M., Torino, G. C., Bucceri, J. M., Holder, A. M. B., Nadal, K. L., & Esquilin, M. (2007). Racial microaggressions in everyday life: Implications for clinical practice. *American Psychologist, 62*(4), 271-286.
- Sue, D. W., & Spanierman, L. (2020). *Microaggression in Everyday Life*. NY: Wiley & Sons.
- Sue, D. W., Sue, D., Neville, H. A., & Smith L. (2019). *Counseling the Culturally Diverse: Theory and Practice(8th ed)*, NY: Wiley & Sons.
- Swim, J. K., Hyers, L. L., Cohen, L. L., & Ferguson, M. J. (2001). Everyday sexism: Evidence for its incidence, nature, and psychological impact from three daily diary studies. *Journal of Social Issues, 57*(1), 31-53.
- Tafra, R. C., Kassiove, H., & Dundin, L. (2002). Anger episodes in high and low trait anger community adults. *Journal of clinical psychology, 58*(12), 1573-1590.
- Wupperman, P., & Neumann, C. S. (2006). Depressive symptoms as a function of sex-role, rumination, and neuroticism. *Personality and Individual Differences, 40*(2), 189-201.
- Zimmer-Gembeck, M. J., Nesdale, D., Webb, H. J., & Downey, G. (2016). A Longitudinal Rejection Sensitivity Model of Depression and Aggression: Unique Roles of Anxiety, Anger, Blame, Withdrawal and Retribution. *Journal of Abnormal Child Psychology, 44*, 1291-1307.

1차원고접수 : 2024. 07. 01.

심사통과접수 : 2024. 09. 10.

최종원고접수 : 2024. 09. 30.

The Effects of Gender Microaggression Experiences on Depression among women in early adulthood: The Double Mediating Effect of Rejection Sensitivity and Anger Rumination

Saro Park Mikyoung Song

Seoul Women's University

This study examined the sequential double mediation effect of rejection sensitivity and anger rumination in the relationship between gender microaggression and depression among women in early adulthood. An online survey was conducted with 247 women in early adulthood who experienced gender microaggression, and the data were analyzed using SPSS 25.0 and Process MACRO. The main results are as follows. First, statistically significant correlations were found between gender microaggression, rejection sensitivity, anger rumination, and depression among women in early adulthood. Second, rejection sensitivity showed a significant partial mediation effect in the relationship between gender microaggression and depression. Third, anger rumination also showed a significant partial mediation effect in this relationship. Fourth, the sequential double mediation effect of rejection sensitivity and anger rumination was significant in the relationship between gender microaggression and depression. The results of this study demonstrate the impact of gender microaggressions on depression among women in early adulthood and clarify the roles of rejection sensitivity and anger rumination. By highlighting the severity of gender microaggressions and the psychological distress they cause, this study contributes to raising social awareness. These findings provide a foundation for developing prevention and intervention strategies. Lastly, the limitations of this study and suggestions for future research were discussed.

Key words : gender microaggression, rejection sensitivity, anger rumination, depression