

## 기혼자의 내현적자기애가 결혼만족도에 미치는 영향: 부부의사소통만족도에 의해 조절된 자기자비의 매개효과

홍 천 덕\*

부산시건강가정지원센터

유 영 달†

신라대학교

본 연구는 기혼자의 내현적자기애 성향이 결혼만족도에 미치는 과정에서 나타나는 자기자비의 매개효과가 부부의사소통만족도에 의해 조절되는지에 대하여 검증하고자 하였다. 이를 위해 전국에 거주하는 기혼자 350명의 자료를 SPSS 21.0 및 SPSS MACRO PROCESS ver3.0을 이용하여 분석하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 내현적자기애는 자기자비, 부부의사소통만족도 및 결혼만족도와 부적 상관으로, 자기자비는 부부의사소통만족도 및 결혼만족도와는 정적 상관으로, 부부의사소통만족도는 결혼만족도와 정적 상관으로 나타났다. 둘째, 내현적자기애와 결혼만족도 간의 관계에서 자기자비의 매개효과가 유의하게 나타났다. 셋째, 자기자비와 결혼만족도 간의 관계에서 부부의사소통만족도의 조절효과가 유의하였다. 넷째, 내현적자기애와 결혼만족도에 대한 자기자비의 매개효과가 부부의사소통만족도에 의해 조절되는 것으로 나타났다. 끝으로 본 연구의 의의와 제한점 및 후속 연구를 위한 제언을 논의하였다.


주요어 : 내현적자기애, 자기자비, 부부의사소통만족도, 결혼만족도, 조절된 매개

† 제1저자: 홍천덕, 부산시건강가정지원센터, 부산시 동래구 차밭골로 38-1

E-mail: chundukhong@hanmail.net

‡ 교신저자: 유영달, 신라대학교 상담심리복지학과 교수, 부산시 사상구 백양대로 700번길 140,

E-mail: ydyou@silla.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.

결혼하는 사람의 대부분은 행복과 사랑이 가득한 가정을 생각한다. 그러나 상당수의 사람이 불행한 결혼생활에서 벗어나려고 이혼하거나 부부 갈등으로 인해 힘들어한다(최규련, 2015). 결혼만족도의 저하는 가정폭력, 이혼율 증가, 아동학대와 같은 부정적 결과를 초래하며(강혜숙, 김명희, 2012), 낮은 사회적 유능성, 건강문제 등 광범위하게 부정적인 영향을 미친다(Gottman, 1999). 결혼생활의 만족 여부는 개인의 행복과 삶의 만족도와 높은 관련이 있으며, 자녀의 사회성, 품행 문제와 우울과도 관련이 있다(Emery & O'Leary, 1982; Myers & Diener, 1995). 결혼만족도는 결혼생활에서 부부가 인식하는 만족감과 기쁨, 불행 등의 주관적인 느낌을 말한다. 이는 부부관계의 변화를 나타내며, 현재 결혼생활이 어떠한지 살펴볼 수 있는 개념이다(최선희, 전명의, 1999; Hawkins, 1968). 결혼만족도의 상승은 개인의 행복감, 높은 안녕감, 낮은 우울 수준과 관련되는 것으로 확인되었으며(차근영, 2017; Dush & Amato, 2005; Hawkins & Booth, 2005), 결혼만족도는 본인들의 행복감뿐만 아니라 배우자와 자녀의 행복에도 기여한다고 나타났다(Amato, 2000). 그렇기에 결혼만족도 향상은 개인뿐만 아니라 배우자, 자녀의 행복한 삶을 위해서 중요한 열쇠가 될 수 있다.

결혼만족도에 관한 초기연구는 주로 남편이나 아내의 애착이나 인성 특성과 같은 개인 내적 변인을 중심으로 이루어졌으나, 이후 연구에서는 부부 갈등과 의사소통과 같은 부부간의 상호작용 과정에 역점을 두어 진행되었다(김경미, 김영희, 2009). 여기에서 주목할 점은 개인 내적 변인과 부부간의 상호작용 과정 속에 성격특성이 기반한다는 것이다(김희진, 2004). 즉, 성격특성은 개인 내적 변인으로서

지속적인 특성을 보이며 부부의 결혼만족도에 많은 영향을 주는 변인이다(강혜숙, 김영희, 2012; Epstein & Baucom, 2002). 또한, 결혼의 전반적인 적응과정에 있어 많은 영향을 미치는 변수이다(장지영, 황순택, 2012; Kelly & Conley, 1987; Shackelford, Besse & Goetz, 2008). 우리나라의 이혼 사유를 통계청에서 조사한 결과를 살펴보면, 조사를 시작한 2000년도부터 이혼사유에 대한 설문을 마지막으로 한 2017년도까지 “성격 차이”가 제일 큰 영향을 미치는 요인으로 나타났다(통계청, 2018). 이러한 점들을 고려할 때 성격에 기반을 두고 결혼만족도에 미치는 영향에 대해 구체적으로 살펴보는 작업이 필요하다. 본 연구에서는 결혼만족도에 지대한 영향을 미치는 성격적 요인 중 하나로서 내현적자기애에 초점을 맞추고자 한다. 신경증(Kelly & Conley, 1987; Kurdek, 1991; Karney & Bradbury, 1997)이나 개방성(Kosek, 1996; Borwin, Buss, & Shakeford, 1997)과 같은 다른 성격 특성들은 비교적 외현적으로 드러나며 결혼생활에 즉각적인 영향을 미치는 반면, 내현적 자기애는 자아존중감의 손상과 인정 욕구의 충족 실패가 시간이 지남에 따라 감정적 회피와 수동적 공격성으로 이어질 가능성이 있다(Isma & Turnip, 2019). 이러한 특성은 관계의 질을 점진적으로 악화시키며, 파트너와의 상호작용에서 지속적인 갈등을 유발하는 경향이 있다. 즉, 내현적 자기애는 결혼생활에 미치는 은밀하고 장기적인 부정적 영향으로 인해 다른 성격 특성과 구별되며, 그 영향은 보다 복잡하고 장기적일 가능성이 제기된다. 따라서 내현적 자기애는 결혼 만족도를 장기적으로 저하시킬 수 있는 복합적인 요인임을 고려할 때, 높은 중요성을 갖는 변인이라고 할 수 있다(Sayehmiri, Kareem, Abdi,

Dalvand & Gheslagh, 2020).

병리적 성격특성을 나타내는 자기애는 ‘자기만 중요하고, 타인은 나를 위한 도구적 존재로 인식하기에(한수정, 2016), 대인관계의 갈등을 높이고 커플관계만족도를 낮추는 요인이 다(최지현, 2011). 자기애는 내현적자기애, 외현적자기애로 분류할 수 있는데(Wink, 1991), 두 유형의 공통점은 심리적 기저에 웅대한 자기상이 자리 잡고 있다는 것이다. 차이점은 특권의식, 자기과시, 거만함이 외적으로 뚜렷하게 보이는지에 대한 여부에 있다(권석만, 2013; 한수정, 2016; Miller et al., 2011). 외현적 자기애는 자기과시, 자기표상이 두드러지는 반면에 내현적 자기애는 타인의 평가와 반응에 취약하고 민감한 것이 핵심적이다(이성욱, 송현주, 2011). 그중 내현적자기애는 커플관계에 특히 취약하며(최선우, 이영호, 2015; 최지현, 2011), 표면적으로 잘 나타나는 외현적자기애보다 대인관계에서 더 역기능적이다(강선희, 정남운, 2002; Wink, 1991).

내현적자기애는 특권의식, 자기과시, 거만함이 표면적으로 잘 나타나지 않지만, ‘나는 못하는 것이 있어서도 안 되고, 상처받아서도 안 되며, 거절당해도 안 되는 사람이다’라는 웅대한 자기상이 기저에 내재되어 있다. 이에 따라 이들은 작은 실패나 외부 평가에 과도하게 예민하여 쉽게 상처받고 좌절하는 특성을 보이는데, 이러한 특성 이면에는 수치심과 열등감이 있다고 볼 수 있다(한수정, 2016). 대인관계 순환모델(Wagner, Kiesler & Schmidt, 1995)을 바탕으로 고려해보면, 한 개인의 대인관계 문제가 다른 사람으로부터 상보적인 반응을 나타나게 하며, 그 반응은 다시 그 사람이 가지고 있는 기존의 문제를 강화 및 유지하게 하는 일련의 악순환을 초래한다. 내현적자기

애 성향의 사람들은 겸손하고 수줍은 모습을 나타내지만, 자신에 대한 타인의 평가를 지나치게 신경 쓰고 예민하게 받아들이는 경향이 있어 배우자와의 상호작용 과정에서 배우자의 언행에 대해 과도하게 예민한 반응을 할 가능성이 크다. 즉, 그들이 배우자가 독립적인 언행을 할 때도 자신에 대한 비판으로 왜곡하여 받아들이면서 쉽게 좌절감과 상처를 경험함으로써 자신이 뭔가 잘하지 못하는 모습을 보이거나 창피를 당할 위험이 있는 상황은 어떻게든 피하려 하고, 피할 수 없는 상황이 되면 어떻게 해야 배우자가 자신을 좋게 봐줄 것인지 걱정하고 초조해한다(김성미, 이수림, 2018; 한수정, 2016). 그런데 그들의 이러한 모습은 배우자로부터 부정적인 정서적 반응을 유도할 가능성이 크다고 할 수 있는데, 배우자의 부정적 반응은 내현적자기애 성향자들에게 더욱 수치심과 상처, 좌절감을 가져오게 하는 악순환을 더욱 심화시키게 된다(이성미, 이영호, 2021; 정병완, 홍혜영, 2015). 선행연구에 따르면, 내현적자기애는 결혼만족도에 부정적인 영향을 미치며(김성미, 이수림, 2018; 정수연, 2019; 홍천덕, 유영달, 2023), 내현적자기애 성향은 내면화된 수치심으로 인해 결혼만족도에 부정적인 영향을 나타낸다(박유진, 심은정, 2021). 또한, 내현적자기애 성향이 높은 사람은 부부관계에서 배우자를 통제하고 저항하려고 하는 마음이 높은 수준으로 나타났다(김우정, 2011).

한편, 이러한 내현적자기애 성향의 특성은 Neff(2003a)가 제시한 자기자비의 구성요소와 관련 있다. 자기자비는 자기 자신을 너그러이 여기며, 자신은 완벽하지 않고 불충분하지만, 그 자체로 존중하며 실패나 실수, 약점에 대해 스스로 용서하는 것을 말한다(Neff, 2003a).

Neff(2003a, 2003b)는 자기자비의 구성요소로 자기친절 대 자기비판, 보편적 인간성 대 고립, 마음챙김 대 과잉동일시를 제시했다. 자기친절은 일상생활에서 부적절감과 고통을 느낄 때 자신을 자책하고 비난하기보다는 친절하게 인내심을 가지고 자신을 격려하고 보살피는 것을 의미한다(김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경, 2008; Neff, 2003a). 보편적 인간성은 그러한 부적절감과 고통이 자신만 겪는 시련으로 느끼기보다는 누구나 경험할 수 있는 보편적인 경험으로 수용하는 것을 말한다. 그리고 마음챙김은 자신의 경험을 회피하거나 과장하지 않고 비판단적으로 그 경험을 관찰하는 것을 의미한다(Neff, 2003a). 이처럼 자기자비는 자기평가적인 개념이 아니며 과도하게 비판적인 감정에 치우치지 않으면서 자신의 부정적인 경험으로 인한 정서를 수용하도록 돕는다. 내현적자기애 성향의 사람들은 있는 그대로의 자신을 받아들이기보다는 과도하게 타인의 인정을 추구하면서 타인의 평가와 비판에 예민하게 반응한다(고종숙, 2016). 또한 내현적자기애 성향자들은 자기개념이 취약하고 실패경험에 있어 자기비난과 수치심과 같은 부정적인 정서에 함몰되는 경향이 있다(kohut, 2002; kohut, 2006). 따라서 내현적 자기애가 높을수록 자기자비가 감소하는 경향을 보이게 된다(고종숙, 2016; 김길명, 이영선, 2020; 박주현, 이창현, 2022; 이강애, 이양희, 2023). 이러한 결과들은 내현적자기애가 자기자비를 예측하는 요인임을 나타낸다.

한편 자기자비와 결혼만족도 간의 관계에 대해 살펴보면, 류석진, 조현주(2015)의 연구에서 자기자비의 하위요인 중 긍정적 요인인 보편적 인간성, 자기친절, 마음챙김은 결혼만족도와 정적상관을 나타내며, 부정적 요인인 고립,

자기판단, 과잉동일시는 결혼만족도와 부적상관을 나타냈다. 또한 자기자비는 이성과의 관계에 만족감을 주는 등 정적인 영향을 미치는 변인이며(Neff, Beretvas, 2013), 자기자비 수준이 높을수록 부부관계, 이성 파트너와의 관계 만족도가 높다는 선행연구 결과들(류석진, 조현주, 2015; 변지영, 양혜정, 2018; Neff & Beretvas, 2013; Yarnell & Neff, 2013)이 있다. 구체적으로, 자기결정성 이론에서 연결감, 자율성, 유능성의 욕구가 충족될수록 심리적 건강이 향상된다고 말하는데(Deci & Ryan, 2000), 자기자비적인 사람들은 자율성과 연결감 사이의 균형을 잘 이룰 수 있으며(Yarnell & Neff, 2013), 모든 존재가 상호연결되어 있다는 것을 이해하므로 자신과 타인의 욕구를 균형적으로 볼 수 있다(Neff & Vonk, 2009). 그리고 자신이 불완전한 존재라는 것을 인정하여 자신의 실수에 대해 사과하고 책임을 지는 태도를 보임으로써 대인 간 갈등을 원만하게 해결한다(Neff & Beretvas, 2013).

이상과 같이 내현적자기애, 자기자비, 결혼만족도 간의 관계를 분석한 결과, 이들 세변인이 특정한 경로에서 매개변인을 통해 상호작용할 수 있음을 의미한다. 그러나 매개변인만 확인해서는 구성된 변인 간의 관계에서 발생하는 상호작용에 대하여 설명하기 어렵다. 최근 들어 특정 변인에 의존하는 매개효과를 탐구하는 조건부 간접효과에 대한 연구가 증가하고 있다(김민정, 이창현, 2024; 이뿐새, 2017; 홍천덕, 유영달, 2023). 이에 본 연구는 의사소통이 특정 변인과 상호작용하여 결혼만족도에 유의미하게 기여한다는 연구 결과들에 주목하였다(김민정, 이창현, 2024; 홍천덕, 유영달, 2023).

부부의사소통은 부부관계에서 이루어지는

핵심요소이며, 부부 사이의 느낌, 생각, 경험 등을 나누는 과정에서 공통적 이해를 통하여 태도와 행동의 변화가 가능한 상호작용 과정이다(Edward, 1980). 부부간의 개방된 의사소통은 결혼생활의 질을 향상시키며(Boyd & Roach, 1977), 부부간의 효과적인 의사소통은 결혼만족도를 증가시킨다(Krokoff, 1991). 홍천덕과 유영달(2023)의 연구에 따르면, 정서인식명확성이 결혼만족도에 영향을 미치는 과정에서 부부의사소통만족도의 조절효과가 있는 것으로 나타났으며, 정서표현양가성이 결혼만족도에 영향을 미치는 과정이 부부의사소통만족도에 의해 조절되는 것으로 나타났다(김민정, 이창현, 2024). 또한 우울증 및 기타 질환을 지닌 배우자와의 결혼생활에서 부부의사소통만족도는 조절효과가 있다는 것이 입증되었다(Lemmes, Buysse, Heene, Eisler & Demyttenaere, 2007; Novak, Sandberg, & Harper, 2014). 이처럼 부부의사소통만족도가 특정 변인과의 상호작용으로 결혼만족도에 유의미하게 영향을 미친다는 연구를 살펴보았을 때, 자기자비와 결혼만족도 간의 관계에서 부부의사소통만족도가 조절역할을 할 가능성이 제기된다. 따라서 본 연구에서는 자기자비가 결혼만족도에 미치는 긍정적 영향을 증대시키는 촉진적 요인으로 기혼자의 부부의사소통만족도가 작용할 것이라는 가정 하에, 부부의사소통만족도를 자기자비와 결혼만족도 간의 관계를 조절하는 잠정적 변인으로 설정하고자 한다.

종합하면, 내현적자기애가 대인관계문제에 미치는 영향에 초점을 둔 연구가 다수 존재하고 있으나(김민정, 이창현, 2024), 내현적자기애와 결혼만족도 간의 연구는 드물다. 특히, 내현적자기애가 결혼만족도에 영향을 미치는 구체적인 경로와 개인별 차이에 관한 연구는

거의 이루어지지 않아, 이러한 연구의 필요성이 강조된다. 이에 내현적자기애가 자기자비에 미치는 부정적인 영향(고종숙, 2016; 김민석, 이상희 2019; 김성주, 정남운, 2016; 이강애, 이양희 2023), 자기자비가 결혼만족도를 유의미하게 증진시킨다는 결과(류석진, 조현주, 2015; Neff & Beretvas, 2013), 그리고 내현적자기애가 결혼만족도를 유의미하게 예측한다는 결과(이성미, 이영호, 2021, 홍천덕, 유영달, 2023) 등의 선행연구들을 종합하면 자기자비가 내현적자기애와 결혼만족도 사이에서 매개역할을 할 가능성이 제기된다. 아울러 부부의사소통만족도가 결혼만족도에 대해서 조절변인으로서의 역할을 수행했다는 선행연구(김민정, 이창현, 2024; 홍천덕, 유영달, 2023; Lemmes et al., 2007; Novak et al., 2014)를 고려하면 부부의사소통만족도가 자기자비와 결혼만족도 사이의 영향을 조절할 수 있다는 가능성이 제시된다. 본 연구에서는 매개효과와 조절효과를 통합한 조절된 매개효과를 가정하여, 이 개념의 타당성에 관한 검증을 진행해 보고자 한다. 내현적자기애, 결혼만족도, 자기자비 그리고 부부의사소통만족도는 서로 밀접한 관련이 있으므로 변수 간의 관계를 면밀히 검토할 필요가 있다. 본 연구의 주요 목적은 내현적자기애와 결혼만족도 간의 관계를 보다 세밀하게 개념화하는 것이며, 이를 위해 자기자비와 부부의사소통만족도의 역할을 구체적으로 평가하는 것이 중요하다. 내현적자기애는 웅대한 자기상으로 인해 자기비난과 수치심과 같은 부정적인 정서에 함몰되는 경향이 있으며 타인의 평가와 비판에 예민한 특성(한수정, 2016)이 있다. 따라서 이러한 성격특성은 자기자비의 구성요소인 자기친절, 보편적인간성, 마음챙김(Neff, 2003a, 2003b)에 직접적인 영향

을 미칠 가능성이 높다. 이는 자기자비를 일차적인 잠정적 매개변수로 고려하는 것이 적절할 것임을 시사한다. 한편, 부부의사소통만족도는 성격특성의 영향보다, 비교적 의사소통기술(오현정, 2014), 의사소통 태도 및 의사소통 자체의 빈도(Olson et al., 1983) 등과 같은 기술과 태도의 영향을 크게 받는다고 가정하는 것이 타당할 것이다. 이는 부부의사소통만족도가 자기자비와는 다소 독립적인 성격을 지닌다고 볼 수 있다. 따라서 부부의사소통만족도는 내현적자기애와 자기자비와 같은 성격적 특성과는 다른 맥락에서 독립적인 특성을 가지며, 이들과 상호작용할 가능성을 고려하는 것이 타당할 것이다. 이러한 점들을 종합하여, 본 연구는 내현적자기애라는 성격특성이 결혼만족도에 미치는 영향에서 자기자비가 매개역할을 하며, 또한 자기자비와 부부의사소통만족도의 상호작용이 결혼만족도에 영향을 준다는 조절된 매개 모델을 구축하고, 이를 PROCESS Macro model 14를 통해 검증하고자 한다. 즉, 내현적자기애와 결혼만족도 사이의 연결에서 개인차 변인을 고려하여, 그 연결성을 더욱 강화하거나 약화시키는 통합적 모델을 제시하고자 한다. 이러한 정교한 모형을 바탕으로, 내현적자기애 성향을 가진 기혼자들의 결혼만족도를 높일 수 있는 부부교육 및 상담의 근거 자료를 마련하고자 한다.

본 연구에서는 내현적자기애, 결혼만족도, 자기자비, 부부의사소통만족도의 관계를 체계적으로 개념화한 조절된 매개모형을 그림 1에 제시하였으며, 그 타당성을 검증하고자 한다. 그 연구 가설은 다음과 같다.

첫째, 내현적자기애와 결혼만족도 간의 관계를 자기자비가 매개할 것이다.

둘째, 자기자비와 결혼만족도 간의 관계를

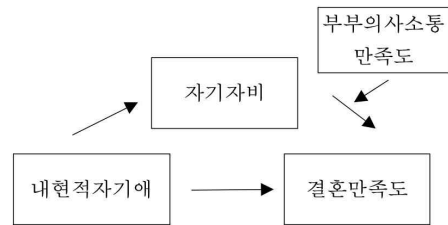


그림 1. 연구모형

부부의사소통만족도가 조절할 것이다.

셋째, 내현적자기애와 결혼만족도에 대한 자기자비의 매개효과가 부부의사소통만족도에 의해 조절될 것이다.

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 현재 결혼생활을 유지하고 있는 부부를 대상으로 진행하였다. 2023년 4월 21일에서 2023년 5월 4일까지 온라인 설문지를 통해 전국에 거주하고 있는 기혼자를 대상으로 실시하였으며, 임의 표집 방법을 통해 대상자를 확보하고 자료를 수집하였다. 설문 방식은 자기보고식 설문으로, 한 명이 설문을 완료한 뒤 설문링크를 배우자에게 전송하는 방식으로 진행되었다. 설문에는 연구의 목적, 주의사항, 내용 및 익명성에 대한 안내를 제시한 후 이에 동의하는 사람에게 한하여 설문에 응답할 수 있도록 하였다. 또한 심리적 불편감을 느낄 경우 언제든지 중단할 수 있으며, 설문 작성 중 심리적 고통을 경험할 시 심리적으로 응급처치를 받을 수 있음을 사전에 고지한 후, 참가자들이 동의란에 체크한 뒤에 설문 작성을 시작하였다. 그리고 설문을 완료한 참가자들

표 1. 대상자의 성별 및 연령대(N=350)

구분	인원(명)	비율(%)	
성별	남자	174	49.7
	여자	176	50.3
연령대	20대	4	1.1
	30대	36	10.3
	40대	128	36.6
	50대	130	37.1
	60대	51	14.6
	70대	1	0.3

에게는 보상으로 커피 쿠폰을 제공하였다. 총 362명의 응답자가 설문을 완료하였으나, 불성실하게 응답한 12명의 자료를 제외하여 총 350명의 자료를 분석하였다. 본 연구는 데이터 수집 과정에서 커플 단위가 아닌 개인단위로 데이터를 수집하였으므로 모집된 데이터를 단일데이터(one sided data)로 간주하여 분석하였다. 하지만 커플을 확인하여 배제하는 절차는 포함하지 않았으므로 자료 중에는 쌍데이터(paired data)가 포함되어 있을 가능성을 배제할 수는 없다. 표 1에 나타난 바와 같이 남자 174명(49.7%), 여자 176명(50.3%)이며 연령의 평균과 표준편차는 각각 50.01세, 8.47세로 나타났다. 연령대별 분포를 살펴보면 20대는 4명(1.1%)으로 나타났으며, 차례대로 30대는 36명(10.3%), 40대는 128명(36.6%), 50대는 130명(37.1%), 60대는 51명(14.6%), 70대는 1명(0.3%)으로 나타났다.

#### 측정도구

##### 내현적자기애 척도

본 연구에서는 [자기애적 성격장애의 임상

적 특성](Akhtar & Thompson, 1982)을 기반으로, 강선희와 정남운(2002)이 개발 작업한 내현적자기애 척도(Covert Narcissism Scale; CNS)를 사용하였다. 이 척도는 인정욕구/거대자기 환상(‘나는 모든 사람들이 나를 좋아하고 나에게 잘 대해주기를 바란다. 등), 목표불안정(‘나에게 미래는 막연하고 불확실하게 보인다.’ 등), 과민/취약성(‘비판 받았을 때, 나는 쉽게 굴욕감을 느낀다.’ 등), 착취/자기중심성(‘나는 다른 사람들이 부탁을 해올 때에 때때로 짜증이 난다.’ 등), 소심/자신감 부족(‘나는 다른 사람들의 눈치를 많이 살피는 편이다.’ 등)의 5개 하위영역, 총 45개 문항에 대해 5점 Likert 척도로 응답하게 되어 있다. 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .95로 나타났다.

##### 결혼만족도 척도

본 연구에서는 Marital Satisfaction Scale(MSS) (Roach et al., 1981)을 이인수와 유영주(1986)가 번안 및 수정하여 타당화 작업한 척도를 사용하였다. 이 척도는 결혼생활에 대한 전반적인 만족(‘나는 결혼생활에 있어서 남편(아내)이/나에게 무엇을 기대하고 있는지를 알고 있다.’ 등), 사회심리적 동질감(‘남편(아내)은/는 내가 최선을 다하도록 용기를 북돋아준다.’ 등), 결혼생활의 갈등(‘나는 결혼생활에 대해 근심, 걱정이 많다.’ 등), 부부관계의 불만(‘지금의 결혼생활이 영원히 지속되기를 바란다.’ 등), 부부관계의 합리적 태도(‘남편(아내)은/는 내 의사를 나타낼 충분한 기회를 주는편이다.’ 등), 결혼생활에 대한 인식(‘나는 결혼생활에 있어서 남편(아내)이/가 나에게 무엇을 기대하고 있는지를 알고 있다.’ 등)의 6개 하위영역, 총 38문항에 대해 4점 Likert 척도로 응답하게 되어 있다. 본 연구에서 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )

는 .97로 확인되었다.

### 자기자비 척도

본 연구에서 자기자비 척도(self-compassion scale: SCS)(Neff, 2003b)를 김경의 외(2008)가 번안 및 타당화 작업한 한국판 척도(K-SCS)를 사용하였다. 이 척도는 자기친절('나는 마음이 아플 때, 내 자신을 사랑하려고 애를 쓴다.' 등), 자기판단('나는 내 자신의 결점과 부족한 부분을 못마땅하게 여기고 비난하는 편이다.' 등), 보편적인간성('나는 상황이 나에게 좋지 않게 돌아갈 때, 그러한 어려움은 모든 사람이 겪는 인생의 한부분이라고 여긴다.' 등), 고립('나는 내 부족한 점을 생각하면, 세상과 단절되고 동떨어진 기분이 든다.' 등), 마음챙김('나는 어떤 일 때문에 마음이 상하거나 화가 날 때는, 감정의 평정을 유지하려고 노력한다.' 등), 과잉동일시('나는 기분이 처질 때, 잘 못된 모든 일을 강박적으로 떠올리며 집착하는 경향이 있다.' 등)의 6개 하위영역, 총 26개 문항에 대해 5점 Likert 척도로 응답하게 되어 있다. 본 연구에서의 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .90으로 나타났다.

### 부부의사소통만족도 척도

본 연구에서는 ENRICH(Enriching and Nurturing Relationship Issues, Communication and Happiness) Inventory의 Communication 척도(Olson et al., 1983)를 임영란(1991)이 번안 작업한 것을 사용하였다. 이 척도는 부부간의 신념과 중요한 감정을 배우자와 나눌 수 있는지, 배우자의 정보 교환방식에 대한 인식, 그리고 배우자와의 의사소통 빈도에 대한 응답자의 인식을 중점적으로 조사한 총 10개 문항으로 구성되어 있으며, '나는 배우자에게 진실된 감

정을 쉽게 표현하는 편이다.' 등과 같은 문항이 포함되어 있다. 그리고 5점 Likert 척도로 응답하게 되어 있다. 본 연구에서 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .85로 나타났다.

### 분석방법

본 연구에서는 수집된 데이터를 SPSS MACRO 프로세스 버전 3.0과 SPSS 22.0 프로그램을 통해 분석하였다. 구체적인 데이터 분석방법은 다음과 같다. 첫째, 빈도분석을 수행함으로써 조사대상자의 일반적인 특성을 파악하였다. 둘째, 본 연구에서 사용된 측정 도구들의 신뢰도를 평가하기 위해 참가자들의 내현적자기애, 자기자비, 부부의사소통만족도, 결혼만족도에 대한 신뢰도를 분석하고, Cronbach's  $\alpha$ 계수를 산출하였다. 셋째, 기술통계분석을 통해 주요변수의 평균과 표준편차를 살펴보고, 각 변인의 척도와 왜도를 검토하여 자료가 정규성 가정을 충족하는지 확인하였다. 넷째, Pearson 적률상관분석을 실시하여 내현적자기애, 자기자비, 부부의사소통만족도, 결혼만족도 간의 관계를 확인하였다. 다섯째, 내현적자기애가 자기자비를 매개하여 결혼만족도에 미치는 영향을 검증하기 위하여 프로세스 매크로 모델 4를 실시하여 자기자비의 매개효과를 확인하였다. 여섯째, 프로세스 매크로 모델 1을 실시하여 자기자비와 결혼만족도의 관계에서 부부의사소통만족도의 조절효과를 살펴보았다. 마지막으로, 내현적자기애가 자기자비를 통해 결혼만족도에 미치는 간접효과가 부부의사소통만족도에 의해 조절되는지를 확인하기 위해 프로세스 매크로 모델 14를 사용하여 검증하였다. 매개효과, 조절효과, 그리고 조절된 매개효과들의 유의성은 부트스트래핑 방



식으로 표본 수 5,000개, 95% 신뢰구간을 사용하여 검증하였다.

## 결 과

### 연구변인 간 상관분석

우선 변인 간의 피어슨(Pearson) 상관계수와 각 변인의 표준편차 및 평균을 산출하여 표 2에 제시하였다. 구체적으로 살펴보면, 내현적 자기애는 자기자비( $r = -.636, p < .01$ ), 부부의 사소통만족도( $r = -.332, p < .01$ )

및 결혼만족도( $r = -.336, p < .01$ )와의 관계에서 부적상관이 유의하게 나타났다. 아울러, 자기자비는 부부의사소통만족도( $r = .473, p < .01$ ) 및 결혼만족도( $r = .472, p < .01$ )와 유의한 정적상관을 나타냈다. 마지막으로 부부의사소통만족도는 결혼만족도와 정적상관이 유의한 것으로 확인되었다,  $r = .821, p < .01$ . 한편, 변수들이 정규성 가정을 충족하는지 확인하기 위해 왜도와 첨도를 계산하여 표 2에

제시하였다. Finch와 West(1997)는 측정변수들의 왜도와 첨도의 절대값이 각각 2와 7을 초과하지 않을 때 정규 분포 가정을 충족한다고 주장하였으며, 본 연구에 포함된 변수들의 왜도 및 첨도를 분석한 결과, 정규성 가정을 충족하는 것으로 확인되었다.

### 내현적 자기애와 결혼만족도 간의 관계에서 자기자비의 매개효과

내현적자기애가 자기자비를 경유하여 결혼만족도에 미치는 간접효과를 검증하였다. 먼저, 내현적자기애와 자기자비가 각각 결혼만족도에 미치는 영향과 두 변인이 결혼만족도에 동시에 미치는 영향을 검증하였다(표 3). 첫째, 내현적자기애가 자기자비에 미치는 영향을 파악하고자, 예언변인을 내현적자기애로, 준거변인을 자기자비로 갖는 회귀분석 결과, 회귀계수는  $\beta = -0.636(p < .001)$ 으로 내현적 자기애는 자기자비에 미치는 영향력이 유의한 것으로 확인되었다. 둘째, 내현적자기애가 결혼만족도에 미치는 영향에 관하여 파악하고자,

표 2. 변인들 간의 상관( $N = 350$ )

	1	2	3	4
1. 내현적자기애	1			
2. 자기자비	-.636**	1		
3. 부부의사소통만족도	-.332**	.473**	1	
4. 결혼만족도	-.336**	.472**	.821**	1
평균	111.70	88.39	35.62	115.24
표준편차	24.66	12.51	6.48	19.87
첨도	0.43	0.18	0.02	0.01
왜도	0.21	0.16	-0.20	-0.31

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

표 3. 내현적자기애와 결혼만족도 간의 관계에서 자기자비의 매개효과( $N = 350$ )

단계	독립변수	종속변수	$B$	$SE$	$\beta$	$t$	$R^2$	$F$
1	내현적자기애	자기자비	-0.323	0.021	-0.636	-15.375***	.403	236.394***
2	내현적자기애	결혼만족도	-0.271	0.041	-0.336	-6.659***	.110	44.339***
3	내현적자기애	결혼만족도	-0.049	0.049	-0.061	-0.990	.220	50.298**
	자기자비		0.688	0.097	0.433	7.072***		

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

예언변인을 내현적자기애로, 준거변인을 결혼만족도로 갖는 회귀분석 실시결과, 회귀계수는  $\beta = -0.336(p < .001)$ 으로 내현적자기애가 결혼만족도에 미치는 영향력이 유의하게 나타났다. 셋째, 내현적자기애가 결혼만족도에 주는 영향력을 통제할 때, 자기자비가 결혼만족도에 미치는 영향력은 유의한 것으로 확인되었다( $\beta = 0.433, p < .001$ ). 넷째, 자기자비의 효과를 통제할 상태에서, 내현적자기애가 결혼만족도에 미치는 영향이 유의하지 않은 것으로 확인되었다( $\beta = -0.061, ns$ ).

위와 같은 방식은 Baron과 Kenny(1986)에 의해 제안된 방식으로 변인들간의 연관성을 통해 매개효과를 추정하는 간접적인 검증방식이다. 반면, bootstrap 방법을 사용하면 변인들간의 매개효과 유의성에 대해서 직접적으로 검증하는 것이 가능하다. 이에 본 연구에서는 내현적자기애와 결혼만족도 간의 관계 사이에서 자기자비의 매개효과를 bootstrap 방법을 통

해 분석한 후 해당 결과를 표 4에 제시하였다. 구체적으로, 간접효과 비표준화 추정치는 -0.222로 나타났으며, 이는 내현적자기애 원점수가 1점 증가하면 자기자비를 통하여 결혼만족도 원점수를 0.222점 감소시킨다는 것을 의미한다. 더불어, 간접효과의 비표준화 추정치 95% 신뢰구간에 대한 하한값이 -0.306으로, 상한값이 -0.145로 나타났으며, bootstrap 신뢰구간은 0을 포함하지 않았다. 이는 내현적자기애가 결혼만족도에 미치는 간접효과의 유의성이 있음을 시사한다.

자기자비와 결혼만족도 간의 관계에서 부부의 사소통만족도의 조절효과

다음으로, 자기자비와 결혼만족도간의 관계에서 부부의사소통만족도의 조절효과를 살펴보기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하여 (Aiken & West, 1991), 그 결과를 표 5에 제시

표 4. 부트스트래핑을 활용한 간접효과 유의성에 관한 검증( $N = 350$ )

변수	Effect	95% 신뢰구간(bias-corrected)		
		Boot S.E.	LLCI	ULCI
간접효과	-0.222	0.041	-0.306	-0.145

주. 부트스트랩 표본은 10,000번 추출됨.

Boot S.E. = bootstrap 방법으로 산출한 표준오차; LLCI, ULCI = 95% 신뢰구간 사이의 하한-상한값.

표 5. 자기자비와 결혼만족도 사이에서 부부의사소통만족도의 조절효과를 검증하기 위한 회귀분석

(N = 350)

	독립변수	B	S.E.	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
1 단계	(상수)	113.721	0.603		188.695***		
	자기자비	0.171	0.054	0.108	3.146**	.681	373.368**
	부부의사소통만족도	2.358	0.105	0.770	22.435***		
2 단계	(상수)	114.175	0.642		177.778***		
	자기자비	0.190	0.055	0.119	3.448**		
	부부의사소통만족도	2.346	0.105	0.766	22.374***	.684	252.345***
	자기자비 × 부부의사소통만족도	-0.012	0.006	-0.061	-1.988*		

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

하였다. 또한, 다중공선성 문제를 예방하기 위하여 자기자비와 부부의사소통만족도 점수를 평균중심화하여 분석에 이용하였으며, 이와 같이 평균중심화된 두 점수를 곱하여 상호작용항에 투입하였다(Cohen, Cohen, West, & Aiken, 2003). 자기자비와 부부의사소통만족도의 상호작용이 결혼만족도에 영향을 미치는지를 확인하고자, 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 1단계에서는 예측변수로 자기자비와 부부의사소통만족도를, 2단계에서는 자기자비와 부부의사소통만족도의 상호작용항을 중다회귀방정식에 포함시켰다(표 5). 분석 결과를 구체적으로 살펴보자면, 2단계에서 상대방의 원점수가 0점일 때, 자기자비가 결혼만족도에 미치는 조건부효과가 유의미하게 나타났다,  $B = 0.190$ ,  $p < .01$ . 한편, 자기자비의 원점수가 0점인 경우, 부부의사소통만족도가 결혼만족도에 미치는 조건부효과 또한 유의한 것으로 확인되었다,  $B = 2.346$ ,  $p < .001$ . 자기자비와 부부의사소통만족도의 상호작용효과를 분석한 결과, 두 변인의 상호작용이 결혼만족도에 유

의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B = -0.012$ ,  $p < .05$ ;  $\Delta R^2 = .003$ ,  $p < .05$ ), 이는 자기자비가 결혼만족도에 미치는 영향이 부부의사소통만족도 수준에 따라 달라짐을 의미한다. 이는 자기자비가 결혼만족도에 미치는 영향이 부부의사소통만족도 수준에 따라 달라짐을 의미한다.

이러한 조절효과를 보다 구체적으로 분석하고자, 위계적 중다회귀분석을 수행하였다. 이를 통해 각 예측변인별 비표준화 회귀계수와 상수를 바탕으로 원점수 회귀방정식을 구성하였다. 부부의사소통만족도는 평균 및 표준편차를 기준으로, 평균에서 1 표준편차 아래로 떨어진 점수를 저수준, 평균 점수를 중수준, 평균에서 1 표준편차 위로 떨어진 점수를 고수준으로 사용하였다(그림 2). 부부의사소통만족도의 수준이 저수준에서 고수준으로 향할수록 정적 기울기가 상대적으로 더 완만해지는 경향을 보였다. 즉, 부부의사소통만족도 수준이 높아질수록 자기자비가 결혼만족도에 미치는 효과가 감소함을 나타낸다. 결국, 자기자

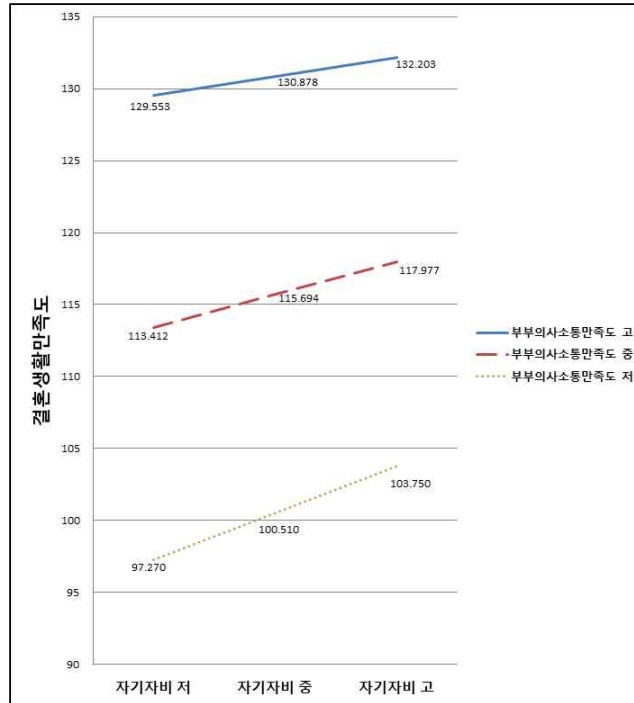


그림 2. 자기자비와 결혼만족도 간의 관계에서 부부의사소통만족도의 조절효과

비와 결혼만족도 사이의 영향은 부부의사소통 만족도의 수준에 따라서 상이한 양상으로 나타났다. 이는 부부의사소통만족도가 자기자비와 결혼만족도 간의 관계에서 유의미한 조절효과를 가진다는 것을 시사한다.

다음으로, 부부의사소통만족도가 어떤 조건에서 조절효과를 나타내는지 구체적으로 분석하였다. 이는 부부의사소통만족도의 특정 영

역에서 자기자비가 결혼만족도에 유의미한 영향을 미치는지, 그리고 다른 영역에서는 유의미하지 않은지를 조사하는 과정을 포함한다. 이러한 상호작용을 탐색(probing an interaction)하는 방법으로, 본 연구에서는 단순 기울기 분석(simple slopes)으로 알려진 특정 값 선택방법(pick-a-point approach)을 활용하였다. 본 연구에서는 Aikent와 West(1991)의 제안에 따르기

표 6. 조절효과 유의성 검증(N = 350)

부부의사소통만족도 수준		B	S.E.	t
저수준(M-1SD)	29.133	0.259	0.070	3.705***
중수준(M)	35.617	0.182	0.055	3.345**
고수준(M+1SD)	42.102	0.106	0.064	1.668

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

위해 조절변수의 원점수 평균과 표준편차를 활용하였다.

이를 통해 평균에서 1 표준편차 아래, 평균, 그리고 평균에서 1 표준편차 위의 세 가지 조건에서 조절효과의 유의성을 검증하였다.

자기자비가 결혼만족도에 미치는 영향을 부부의사소통만족도가 조절하는 효과는 저수준과 중수준에서는 유의한 것으로 나타났으나, 고수준에서는 유의하지 않은 것으로 나타났다(표 6).

### 조절된 매개효과 검증

프로세스 모델 14번 모형 분석에서 제공하는 조절된 매개 지수를 사용하여 조절된 매개 효과에 대한 유의성을 검증하였다. 부부의사소통만족도의 수준에 따라서 간접효과가 다르게 나타난다는 결과만으로는 조절된 매개효과

의 유의성을 검증하는데 어려움이 있다. 이에, 조절된 매개지수(Index of moderated mediation)를 활용하여 유의성을 검증할 필요가 있다(Hayes, 2013).

조절된 매개효과를 분석한 결과, 95% 신뢰구간의 하한값은 0.001, 상한값은 0.009로 나타났으며, 자기자비의 매개효과에 대한 부부의사소통만족도의 조절효과는 유의한 것으로 확인되었다(표 7).

또한, 부부의사소통만족도의 수준에 따라 자기자비가 결혼만족도에 미치는 매개효과가 어떻게 변하는지를 분석하였다(표 8). 이 연구에서는 부부의사소통만족도 원점수의 평균과 표준편차를 활용하여 평균보다 1 표준편차 낮은 점수, 평균 점수, 그리고 평균보다 1 표준편차 높은 점수의 세 가지 조건에서 자기자비가 매개효과로서 유의미한지를 검증하였다. 그 결과, 내현적자기애가 자기자비를 통해 결

표 7. 조절된 매개 지수에 대한 유의성 검증(N = 350)

변수	INDEX	95% 신뢰구간 (bias-corrected)		
		Boot S.E.	LLCI	ULCI
부부의사소통만족도	0.004	0.002	0.001	0.009

주. 부트스트랩 표본은 10,000번 추출됨. Boot S.E. = bootstrap 방법을 통하여 산출된 표준오차; LLCI, ULCI = 95% 신뢰구간 사이의 하한-상한값.

표 8. 부부의사소통만족도 수준에 따른 자기자비의 매개효과(N = 350)

부부의사소통만족도 수준	Effect	Boot S.E.	95% 신뢰구간		
			LLCI	ULCI	
저수준(M-1SD)	29.133	-0.078	0.036	-0.154	-0.015
중수준(M)	35.617	-0.054	0.026	-0.108	-0.005
고수준(M+1SD)	42.102	-0.029	0.024	-0.083	0.013

주. 부트스트랩 표본은 10,000번 추출됨. Boot S.E. = bootstrap 방법을 통하여 산출된 표준오차; LLCI, ULCI = 95% 신뢰구간 사이의 하한-상한값.

혼만족도에 미치는 간접효과는 부부의사소통 만족도가 평균보다 1 표준편차 낮은 조건에서 유의미하게 나타났다(Effect = -0.078, 95% 신뢰구간: -0.154 ~ -0.015). 다음으로, 의사소통 만족도가 평균인 조건에서도 자기자비의 매개 효과가 유의한 것으로 확인되었다(Effect = -0.054, 95% 신뢰구간: -0.108 ~ -0.005). 마지막으로, 의사소통만족도가 평균보다 1 표준편차 위인 조건에서는 자기자비의 매개효과가 유의하게 나타나지 않았다(Effect = -0.029, 95% 신뢰구간: -0.083 ~ 0.013). 즉, 부부의사소통만족도 수준이 높은 집단을 제외한 나머지 집단에서는 내현적 자기애에서 결혼만족도까지 자기자비를 매개변인으로 하는 간접경로가 유의하다는 것이 확인되었다.

## 논 의

이 연구의 목적은 기혼자의 내현적자기애 성향이 자기자비를 경유하여 결혼만족도에 미치는 영향이 부부의사소통만족도에 의해 조절될 것인지를 검증하는 것이다.

본 연구의 주요 결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 연구 결과 내현적 자기애와 결혼만족도 사이의 관계에서 자기자비가 완전 매개 역할을 한다는 것이 확인되었다. 이는 내현적 자기애가 결혼만족도에 직접적인 영향을 미치기보다는 자기자비를 경유하여 결혼만족도에 영향을 미친다는 것을 시사한다. 이러한 결과는 내현적 자기애 성향의 사람들은 있는 그대로의 자신을 받아들이지 못하여 자기친절, 보편적 인간성, 마음챙김으로 구성된 자기자비에 부적인 영향을 미치고(고종숙, 2016; 박주

현, 이창현, 2022) 낮은 자기자비는 이성과의 만족감과 결혼만족도에 부적인 영향을 미친다는 연구 결과(변지영, 양혜정, 2018, Neff & Beretvas, 2013)와 같은 맥락이다. 즉, 내현적자기애가 높을수록 자기자비의 수준이 낮아질 가능성이 상승하며, 자기자비가 저하될수록 배우자와의 결혼만족도 또한 감소할 가능성이 큼을 시사한다. 따라서 자기자비는 결혼만족도를 높이기 위한 심리적 개입을 모색할 때 치료적 변인으로서 중요하게 다룰 필요성이 있다고 볼 수 있다. 내현적자기애가 결혼만족도에 직접적으로 영향을 미치기보다는 내현적 자기애의 특성이 자기자비를 경유하여 결혼만족도에 영향을 미치는 것으로 나타난 본 연구 결과를 감안할 필요성이 제기된다. 즉, 상담 현장에서 내현적자기애 성향을 가진 기혼자의 결혼만족도 저하에 대해서 개입하는 경우, 자기자비를 중점으로 하여 사례를 개념화하고 개입을 고려하는 것이 유용할 것으로 사료된다.

둘째, 자기자비와 결혼만족도 간의 관계에서 부부의사소통만족도의 조절효과가 확인되었다. 이는 부부의사소통만족도 수준에 따라 자기자비가 결혼만족도에 미치는 영향이 달라진다는 것을 시사한다. 본 연구 결과는 부부의사소통만족도가 정서인식명확성, 정서표현양가성 등의 특정 변인과 상호작용함으로써 결혼만족도에 유의미한 조절효과를 보인다는 연구 결과(김민경, 이창현, 2024; 홍천덕, 유영달, 2023)와 비슷한 맥락을 가졌다고 볼 수 있다. 한편, 상호작용 양상을 나타내는 그래프를 통해 조절효과의 구체적 형태를 살펴보면, 부부의사소통만족도의 수준이 저수준에서 고수준에 다다를수록 정적 기울기가 비교적 완만해지는 경향을 보인다. 즉, 부부의사소통만족

도 수준이 높아질수록 자기자비가 결혼만족도에 주는 영향이 감소함을 의미한다. 요약하면, 자기자비가 결혼만족도에 미치는 영향은 부부의사소통만족도의 수준에 따라 다르게 나타났으며, 이는 자기자비와 결혼만족도 간의 관계에서 부부의사소통만족도가 유의미한 조절효과를 갖고 있음을 시사한다. 다만, 그래프의 전반적 형태를 보면, 결혼만족도에 대한 자기자비의 효과는 부부의사소통만족도 수준이 중간 및 낮은 집단에서 유의하였으며, 이러한 경향은 부부의사소통만족도 수준이 높은 경우에는 나타나지 않았다. 아울러, 부부의사소통만족도 수준에 따라 결혼만족도가 큰 차이를 보였는 바, 이는 결혼만족도에 대해서 부부의사소통만족도의 효과( $\beta=0.766$ )가 자기자비의 효과( $\beta=0.119$ )보다 훨씬 더 크게 나타난 것에 기인한 것으로 보인다. 이는 자기자비가 개인의 내적 감정 처리에 중점을 두기 때문에, 직접적인 갈등 해결보다는 갈등으로 인해 초래된 감정적 처리 및 부정적 감정으로부터의 회복에 주로 작용할 수 있음을 시사한다. 반면, 효과적인 의사소통의 경우에는 갈등 상황에서 부부가 서로를 이해하고, 합리적으로 문제를 해결할 수 있도록 하며 관계의 질을 높이는 데 직접 기여할 수 있음을 시사한다. 이러한 측면들을 고려하면 자기자비는 개인이 자신을 심층적으로 이해하고 수용하는 과정에 가까워 보인다. 자기자비는 의사소통과 같이 직접적인 만족도 상승에 대한 상대적 기여도는 낮아 보이지만, 만족스러운 의사소통만으로는 해결되기 어려운 자신에 대한 이해와 수용을 증진한다는 측면에서 부부 간의 결혼만족도를 제고할 수 있는 보다 근본적인 토대를 형성하는데 기여할 가능성이 높아 보인다.

셋째, 내현적자기애가 자기자비를 매개로

결혼만족도에 미치는 영향이 부부의사소통만족도에 의하여 조절됨을 확인하였다. 본 연구 결과는 내현적자기애로 인해 자기자비가 낮아지고 이에 따라 결혼만족도가 감소하는 것이 일반적인 경향이지만, 이 경향이 모든 사람에게 동일하게 적용되는 것은 아니며, 개인의 부부의사소통만족도 수준에 따라 달라질 수 있음을 시사한다. 구체적으로 살펴보면, 내현적자기애가 자기자비를 매개로 결혼만족도에 미치는 영향은 부부의사소통만족도가 평균에서 1 표준편차 아래로 떨어진 수준과 평균 수준에서 유의한 것으로 나타났다. 이는 부부의사소통만족도가 매우 높은 수준에서는 내현적자기애가 자기자비를 통해 결혼만족도에 미치는 간접효과가 유의하지 않을 수 있음을 시사한다. 부부의사소통만족도가 높을 경우, 부부간의 상호작용과 의사소통의 질이 높을 것으로 예상되는 바, 내현적자기애에 기인한 자기자비의 저하가 결혼만족도에 미치는 효과는 만족스러운 의사소통에 의해 상쇄될 수 있다. 한편, 부부의사소통만족도가 높지 않고 평균 혹은 그 이하의 수준인 경우에 내현적자기애로부터 비롯되는 자기자비의 저하가 결혼만족도에 부정적 효과를 미칠 수 있음을 시사한다. 그리고 간접효과 크기의 변화를 살펴보면 부부의사소통만족도가 증가할수록 간접효과의 절대값이 줄어드는 경향이 관찰되었다. 이는 부부의사소통만족도가 결혼만족도에 대한 내현적자기애의 간접적 영향을 조절할 뿐만 아니라, 부부의사소통만족도의 수준에 따라 효과의 강도가 약화된다는 것을 나타낸다. 즉, 부부간의 의사소통만족도가 높아질수록 내현적자기애로 인한 자기자비의 감소가 결혼만족도에 미치는 부정적 영향을 완화시킨다고 해석할 수 있다. 이러한 결과는 결혼만족도의

감소 원인과 이를 완화할 수 있는 개인적 변인에 대한 통찰을 제공한다. 결혼생활에서 어려움을 겪고 있는 부부가 상담을 받을 때, 내현적자기애의 성향을 파악하고 그로 인해 발생하는 자기자비의 부족을 인식하고 증진시키는 것이 중요하다. 이와 함께, 부부간의 의사소통 방식과 만족도를 분석하여 의사소통의 질을 향상시키는 접근이 결혼만족도를 높이는 데 효과적일 것임을 제시한다.

본 연구의 주요 기여점은 다음과 같다.

첫째, 내현적자기애가 자기자비를 통해 결혼만족도에 미치는 간접적 영향을 검토하고, 이 간접효과가 부부의사소통만족도에 의해 조절된다는 사실을 밝혀냈다. 즉, 내현적자기애, 자기자비, 부부의사소통만족도, 결혼만족도의 네 가지 변수를 포괄적으로 설명하는 새로운 개념적 틀을 제안한다. 이것은 개인의 내현적자기애 성향의 수준이 높을수록 자기자비의 저하로 인해 결혼만족도가 감소하며, 이러한 과정은 부부 사이의 의사소통만족도에 따라 지연 및 완화될 가능성이 있음을 설명한다. 또한, 자기자비는 내현적자기애가 결혼만족도에 미치는 영향을 매개하며, 부부의사소통만족도가 이 경로의 강도를 조절한다는 사실을 입증함으로써 두 변수의 개별적인 기여를 명확히 했다. 네 변인과의 관계에 대해 종합적으로 살펴보면, 자기자비가 내현적자기애의 결혼만족도에 대한 영향을 매개하는 역할을 수행한다면, 부부의사소통만족도는 자기자비와의 상호작용을 통하여 이러한 효과를 완화할 수 있는 역할을 수행한다고 할 수 있다. 이 경우 부부의사소통만족도가 자기자비에 비하여 더 효과적인 변인으로 작용함을 확인하였다. 자기자비는 개인의 내적인 감정과 자아에 대한 태도를 다루는 개념으로, 직접적인

변화를 일으키기보다는 개인의 회복과 관련된 것이다. 반면 부부의사소통만족도는 외적 요인으로써 일상생활에서 지속적이고 구체적인 활동으로 나타나며, 내적 요인인 자기자비에 비해 실질적이고 즉각적인 변화를 일으킬 가능성이 높다. 또한 의사소통이라는 행위 자체가 부부간의 상호작용 빈도와 강도를 반영하는 변인이기 때문에 높은 부부의사소통만족도는 빈번한 상호작용을 의미하며, 내적 세계에서 일어나는 자기자비에 비해 결혼만족도에 영향을 줄 가능성이 높다. 더불어 개인의 심리적 안정과 복지를 향상시키는 자기자비와는 달리 부부의사소통은 관계의 질을 높이는 데 중요한 역할을 한다. 개방적이고 솔직한 의사소통은 부부간의 신뢰와 친밀감을 높이며, 서로에 대한 존중과 이해를 강화한다. 따라서 부부상담에서 내현적자기애 성향을 나타내는 내담자가 결혼생활의 불만족을 호소할 때, 자기자비에 대한 점검하는 과정을 거치고, 긍정적인 부부의사소통을 익히고 연습하는 과정을 통해 결혼만족도를 개선하는 데 도움을 줄 수 있을 것이다.

둘째, 해당 연구는 내현적자기애에서 결혼만족도까지 이르는 경로에서의 매개변인으로 자기자비의 영향력을 알 수 있었다. 국내의 기존 선행연구에서는 매개변인으로 내면화된 수치심(박유진, 심은정, 2021), 용서와 공감(정수연, 2019), 배우자평가(이성미, 이영호, 2021), 정서표현양가성(김민정, 이창현, 2024), 정서인식명확성(홍천덕, 유영달, 2023)에 관하여 이뤄졌지만, 내현적자기애의 주요 특성인 취약한 자기개념, 자기비난, 수치심 등을 고려한 자기자비에 대한 연구가 이루어지지 않았다. 본 연구는 내현적자기애와 결혼만족도 간의 관계를 매개하는 자기자비의 역할을 탐구함으로써



기존 연구의 범위를 확장하는 데 기여하였다.

셋째, 연구 결과를 바탕으로 치료 접근 방식을 개발할 수 있다. 예를 들어, 부부 상담에서 내현적자기애가 강한 내담자의 결혼만족도를 개선하고자 할 때, 자기자비와 의사소통 수준을 평가하고 이를 증진시키기 위한 맞춤형 개입을 시행할 수 있다. 즉, 자기자비의 향상을 도모하기 위해 명확한 알아차림, 수용적 태도를 강조하는 모델인 게슈탈트 치료 및 수용전념치료(ACT), 변증법적 행동치료(DBT) 등의 개입을 할 수 있다. 또한 부부의사소통만족도를 향상시키기 위해 비폭력대화(NVC)기법, 사티어 의사소통기법 등을 시행할 수 있을 것이다.

본 연구의 한계점과 향후 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 온라인 설문을 기반으로 한 자기보고 방식으로 진행되었기 때문에, 연구대상자가 응답을 축소하거나 과장했을 가능성이 있다. 부부의사소통만족도나 결혼만족도는 개인의 주관적 인식이 중요한 심리적 변인이므로, 이러한 특성으로 인해 자기보고식 설문 방식이 적절할 수 있으나, 여전히 주관적 편향의 가능성을 완전히 배제할 수는 없다. 때문에 이러한 제한점을 제고하기 위해서는 다양한 방법론적 보완이 필요하다. 추후 연구에서는 관찰과 검사자의 사정과 같은 추가적인 방식을 사용하여 한계점을 보완하는 것도 고려할 수 있다.

둘째, 본 연구는 개인을 대상으로 측정하였기 때문에 대인관계적 특징을 나타내는 결혼만족도 연구에서 부부간의 상호작용 효과를 반영하지 못했다. 따라서 추후 연구에는 부부간 상호영향을 확인할 수 있도록 짝으로 자료를 표집하고 분석하는 ‘자기-상대방 상호의존

성 모형(Actor-Partner Interdependence model: APIM)’을 통한 연구를 진행하는 것도 고려할 수 있다.

셋째, 본 연구는 전국의 기혼자를 대상으로 362명을 임의 표집하였다. 이러한 방식은 서로 이질적인 다양한 집단이 내재 되어있음을 감안했을 때, 편중된 결과로 인해 주어진 샘플이 모집단을 대표하는데 어려움이 있을 수 있다. 따라서 추후 연구에는 다양한 사회적 계층, 지역, 직업 등을 고려한 층화표집과 같은 방법을 통해 표본을 추출한다면 모집단에 대한 대표성을 강화할 수 있을 것이다.

넷째, 본 연구 결과에서 결혼만족도에 미치는 자기자비의 효과가 표준화된 계수로 비교했을 때( $\beta=0.119$ ), 부부의사소통만족도의 효과( $\beta=0.766$ )에 비해 상당히 적게 나타났다. 이러한 결과는 자기자비의 대인관계적 특성을 척도에서 측정하지 못해 나타났을 가능성이 있다. 선행연구에서 상대적으로 적은 비중을 나타내는 연구이지만, 자기자비가 개인 특성 변인이면서 관계 수준에도 영향을 줄 수 있으며(방초아, 신희천, 2016), 자기와 파트너의 정적인 관계에 대해서도 유의한 상관을 확인한 연구(Neff, Beretvas, 2013)가 있다. 또한, 자기자비 수준이 높은 개인은 타인과의 관계에서 더 큰 공감과 이해를 보이며, 이로 인해 관계 만족도도 높아질 수 있다는 연구 결과가 있다(Yarnell & Neff, 2013). 이러한 점을 고려할 때, 자기자비가 개인의 내적 특성뿐만 아니라 대인 관계에서도 중요한 심리적 자원임을 규명하는 연구가 필요하다. 그러므로 추후 연구에서는 자기자비가 한 개인의 특성에 국한된 것이 아니라 대인 간에도 영향을 미치는 변인이라는 것을 확인할 수 있는 척도개발 및 관련 연구가 필요해 보인다.

### 참고문헌

- 강선희, 정남운 (2002). 내현적 자기에 척도의 개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 14(4), 969-990.
- 강혜숙, 김명희 (2012). 부부의 성격특성이 결혼만족도에 미치는 자기효과와 상대방 효과. *상담학연구*, 13(6), 2861-2880.
- 고종숙 (2016). 내현적 자기애와 대인관계문제: 자기자비와 내면화된 수치심의 이중매개 효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 권석만 (2013). *현대이상심리학*. 학지사.
- 김길명, 이영선 (2020). 대학생의 내현적자기애가 역기능적 분노표현 양식에 미치는 영향: 자기자비의 매개효과. *학습자중심교과교육연구*, 20(2), 403-421.
- 김경미, 김영희 (2009). 부부의 성격특성과 갈등의 상호작용이 결혼만족도에 미치는 영향. *한국가족관계학회지*, 14(3), 327-352.
- 김경의, 이금단, 조용래, 채숙희, 이우경(2008). 한국판 자기-자비 척도의 타당화 연구: 대학생들을 중심으로. *한국심리학회지: 건강*, 13(4), 1023-1044.
- 김민정, 이창현 (2024). 내현적자기애와 결혼만족도의 관계: 정서표현양가성의 매개효과와 부부의사소통만족도의 조절효과. *Studies on Humanities and Social Sciences (SHSC)*, 6(2), 683-702.
- 김성미, 이수림 (2018). 배우자의 내현적 자기애성향과 결혼만족도의 관계. *한국콘텐츠학회논문지*, 18(4), 186-201.
- 김성주, 정남운 (2016). 내현적자기애, 자기자비 및 공격성 간의 관계. *사회과학연구*, 32(-), 7-35.
- 김우정 (2011). 기혼자들의 자기애성향, 공감, 자존감 및 갈등대처방식의 관계. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 김희진 (2004). 한국 부부의 결혼만족도에 영향을 미치는 요인에 관한 연구. *상담학연구*, 5(3), 839-853.
- 류석진, 조현주 (2015). 부부갈등이 결혼만족도에 미치는 영향: 역기능적 의사소통의 매개효과와 자기자비의 조절효과. *한국심리학회지: 건강*, 20(1), 213-233.
- 박유진, 심은정 (2021). 부부의 내현적 자기애와 결혼만족도의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과: 자기효과와 상대방효과. *상담학연구*, 22(4), 213-232.
- 박주현, 이창현 (2022). 내현적자기애와 대인관계 유능성의 관계: 자기자비와 거부민감성의 이중매개효과. *인문사회21*, 13(2), 1075-1089.
- 방초아, 신희천 (2016). 미혼커플의 자기자비와 관계만족도에 미치는 영향: 자기-상대방 상호의존성 모델을 적용한 적응적 갈등해결 전략의 매개효과 분석. *심리유형과 인간발달*, 17(1), 59-80.
- 변지영, 양혜정 (2018). 자기자비와 부부관계의 질: 부부 조망수용과 역기능적 의사소통을 매개변인으로. *가족과 가족치료*, 26(1), 1-22.
- 오현정 (2014). 부부의 자존감, 성적 친밀감과 결혼만족도간의 관계: 의사소통의 매개효과 검증. 한국상담대학교 대학원 석사학위논문.
- 이강애, 이양희 (2023). 청소년기의 내·외현적 자기애와 우울의 관계: 자기자비의 매개효과. *청소년학연구*, 30(2), 89-112.
- 이성미, 이영호 (2021). 외현적·내현적 자기애와 결혼 만족도의 관계에서 배우자 평가

- 의 상호매개효과: APIMeM의 적용. *한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제*, 7(1), 55-81.
- 이성욱, 송현주 (2011). 내현적 자기에 성향과 정서조절방략, 대인관계 유능성 간의 관계 연구 고찰. *한국심리치료학회지*, 3(1), 65-83.
- 이인수, 유영주 (1986). 결혼만족도척도의 타당화 연구-Roach, Frazier, Bowden 의 Marital Satisfaction Scal. *한국가정관리학회지*, 4(1), 1-13.
- 이뿐새 (2017). 부모의 교육 참여가 자녀의 학업스트레스에 미치는 영향: 진로성숙도를 통한 주관적 행복의 매개된 조절효과. *학 교사회복지*, 37(0), 147-177.
- 임영란 (1991). 한국개신교 교인의 결혼만족도에 관한 연구. 이화여자대학교 대학원 국 내석사학위논문.
- 정병완, 홍혜영 (2015). 내현적 자기애가 스마트폰 중독에 미치는 영향: 부부공감과 결혼만족도를 매개변인으로. *한국심리학회지: 상담및심리치료*, 27(1), 183-201.
- 정수연 (2019). 재미 한인 기혼자의 내현적 자기애와 결혼만족도의 관계: 용서와 공감의 매개효과. *한국콘텐츠학회논문지*, 19(8), 413-426.
- 장지영, 황순택 (2012). 부부의 성격과 결혼만족도 간의 관계. *한국심리학회지*, 17(2), 133-148.
- 차근영 (2017). 중년기 부부의 스트레스와 결혼만족도가 우울에 미치는 자기효과와 상대방효과. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최규련 (2015). 부부문제와 부부상담. *신정*.
- 최선우, 이영호 (2015). 이성 관계에서 자기애 성향에 따른 갈등대처방식, 정서 및 관계만족도의 차이: 대학생을 중심으로. *인간 이해*, 36(1), 21-40.
- 최선희, 전명의 (1999). 우리나라 부부갈등과 부부관계 유형과의 관계에 관한 연구. *한국사회복지학*, 38(0), 284-308.
- 최지현 (2011). 대학생의 성별 및 자기애성향이 이성교제 만족도에 미치는 영향. 부산대학교 대학원 석사학위논문.
- 통계청 (2018). 국가통계포털.  
[https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT\\_1B85005&vw\\_cd=MT\\_ZTITLE&st\\_id=A24\\_4&seqNo=&lang\\_mode=ko&language=kor&obj\\_var\\_id=&itm\\_id=&conn\\_path=MT\\_ZTITLE](https://kosis.kr/statHtml/statHtml.do?orgId=101&tblId=DT_1B85005&vw_cd=MT_ZTITLE&st_id=A24_4&seqNo=&lang_mode=ko&language=kor&obj_var_id=&itm_id=&conn_path=MT_ZTITLE).에서 2024. 6. 17 자료 얻음.
- 한수정 (2016). 자기애성 성격장애. *학지사*
- 홍천덕, 유영달 (2023). 기혼자의 내현적자기애 성향이 결혼만족도에 미치는 영향: 부부의사소통만족도에 의해 조절된 정서인식 명확성의 매개효과. *가족과 문화*, 35(3), 208-235.
- Aiken, L. S., West, S. G., & Reno, R. R. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Sage.
- Amato, P. R. (2000). Consequences of divorce for adults and children. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 1269-1287.
- 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.
- Boyd, L. A., & Roach, A. J. (1977). Interpersonal communication skills differentiating more satisfying from less satisfying marital

- relationships. *Journal of Counseling Psychology* 24(6), 540-542.
- Cohen, J., Cohen, P., West, S. G., & Aiken, L. S. (2003). *Applied multiple correlation/regression analysis for the behavioral sciences*. UK: Taylor & Francis.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Dush C. M. K., & Amato, P. R. (2005). Consequences of relationship status and quality for subjective well-being. *Journal of Social and Personal Relationships*, 22(5), 607-627.
- Edward, K. H. (1980). *Understanding, communication and cognitive homeostasis* [dissertation]. University of Washington.
- Emery, R. E., & O’Leary, K. D. (1982). Children’s perceptions of marital discord and behavior problems of boys and girls. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 10, 11-24.
- Epstein, N. B., & Baucom, D. H. (2002). Enhanced cognitive-behavioral therapy for couples: A contextual approach. *American Psychological Association*.
- Finch, J. F., & West, S. G. (1997). The investigation of personality structure: Statistical models. *Journal of Research in Personality*, 31, 439-485.
- Gottman, J. M. (1999). *The marriage clinic: A scientifically based marital therapy*. WW Norton & Company.
- Hawkins, D. N., & Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-quality marriages on well-being. *Social Forces*, 84(1), 451-471.
- Hawkins, J. L. (1968). Associations between companionship, hostility, and marital satisfaction. *Journal of Marriage and the Family*. 30(4): 647-650.
- Hayes, A. F. (2013). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis*. The Guilford Press.
- Kelly, E. L., & Conley, J. J. (1987). Personality and compatibility: a prospective analysis of marital stability and marital satisfaction. *Journal of personality and social psychology*, 52(1), 27.
- Kohut, H. (2002). 자기의 분석 (이재훈 외 공역). 한국심리치료연구소. (원전은 1971에 출판).
- Kohut, H. (2006). 자기의 회복 (이재훈 외 공역). 한국심리치료연구소. (원전은 1977에 출판).
- Krokoff, L. J. (1991). Communication orientation as a moderator between strong negative affect and marital satisfaction. *Behavioral Assessment* 13(1), 51-65.
- Lemmes, G. M. D., Buysse, A., Heene, E., Eisler, I., & Demyttenaere, K. (2007), Marital satisfaction, conflict communication, attachment style and psychological distress in couples with a hospitalized depressed patient. *Acta Neuropsychiatrica*, 19(2), 109-117.
- Miller, J. D., Hoffman, B. J., Gaughan, E. T., Gentile, B., Maples, J., & Campbell, W. K. (2011). Grandiose and vulnerable narcissism; A nomological network analysis. *Journal of personality* 79(5), 1013-1042.
- Myers, D. G., & Diener, E. (1995). Who is

- happy?. *Psychological Science*, 6, 10-19.
- Neff, K. D. (2003a). The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, 2(3), 223-250.
- Neff, K. D. (2003b). Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. *Self and Identity*, 2(2), 85-101.
- Neff, K. D., & Beretvas, S. N. (2013). The role of self-compassion in romantic relationships. *Self and Identity*, 12(1), 78-98.
- Neff, K. D., & Vonk, R. (2009). Self compassion versus global self esteem: Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality*, 77(1), 23-50.
- Novak, J. R., Sandberg, J. G., & Harper, J.M. (2014). Older couples with and without cardiovascular disease: Testing associations between and among affective communication, marital satisfaction, physical and mental health. *Families, Systems, & Health*, 32(2), 186-197.
- Olson, D. H., Mccubbin, H. I., Barnes, H. L., Lasen, A. S., Muxen, M., & Wilson, M. A. (1983). *Families: What makes them work*. Beverly Hills: sage.
- Roach, A. J., Frazier, L. P., & Bowden, S. R. (1981). The marital satisfaction scale: Development of a measure for intervention research. *Journal of Marriage and the Family*, 537-546.
- Salman Akhtar, M. D., & Thomson Jr, J. A. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *Am J Psychiatry*, 139(1), 12-20.
- Shackelford, T. K., Besser, A., & Goetz, A. T., (2008). Personality, marital satisfaction, and probability of marital infidelity. *Individual Differences Research* 6(1), 13-25.
- Wagner, C. C., Kiesler, D. J., & Schmidt, J. A. (1995). Assessing the interpersonal transaction cycle: convergence of action and reaction interpersonal circumplex measures. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(5), 938-949.
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597.
- Yarnell, L. M., & Neff, K. D. (2013). Self-compassion, interpersonal conflict resolutions, and well-being. *Self and Identity*, 12(2), 146-159.

1차원고접수 : 2024. 08. 16.

심사통과접수 : 2024. 09. 20.

최종원고접수 : 2024. 09. 30.

**The Effects of Covert Narcissism on Marital Satisfaction in  
Married Persons:  
The mediating effect of self-compassion  
moderated by marital communication satisfaction**

**Chunduk Hong**

Busan Healthy Family Support Center

**Youngdal You**

Silla University

This study sought to test whether the mediating effect of self-compassion is moderated by marital communication satisfaction in the process of married people's Covert narcissism on marital satisfaction. For this purpose, the research hypothesis was verified using data from 350 married people living across the country using Spss 21.0 and Spss Macro Process ver 3.0. The results of this study are as follows. First, a significant correlation was found in all major variables. Second, the mediating effect of self-compassion was significant in the relationship between covert narcissism and marital satisfaction. Third, marital communication satisfaction moderated the relationship between self-compassion and marital satisfaction. Fourth, it was found that mediating effect of self-compassion on the relationship between covert narcissism and marital was moderated by marital communication satisfaction. Finally, the significance and limitations of this study and suggestions for follow-up research were discussed.

*Key words : Cover Narcissism, Self-compassion, Marital Communication, Marital Satisfaction. Moderated mediation effect*