

청소년의 내면화된 수치심이 대인관계문제에 미치는 영향: 분노억제, 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과

남 순 임[†]

봉의고등학교

본 연구에서는 청소년의 내면화된 수치심이 대인관계문제에 영향을 미치는 과정에서 분노억제와 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과를 가정한 후 이를 검증하고자 하였다. 이를 위해 경기, 강원, 충북, 충남, 전북, 경남 지역의 중학생 595명, 고등학생 522명, 총 1,117명의 자료를 구조방정식 모형을 활용하여 분석하였으며 그 결과는 다음과 같다. 첫째, 청소년의 내면화된 수치심은 분노억제, 부정적 평가에 대한 두려움, 대인관계문제와 유의한 정적상관이 있는 것으로 나타났다. 둘째, 내면화된 수치심과 대인관계문제에서 분노억제는 매개효과가 있었다. 셋째, 내면화된 수치심과 대인관계문제에서 부정적 평가에 대한 두려움 역시 매개효과가 있었다. 본 연구 결과가 청소년의 대인관계문제 상담에 갖는 시사점을 논의하였으며 본 연구의 의의와 제한점을 바탕으로 후속연구를 위해 제언하였다.

주요어 : 내면화된 수치심, 분노억제, 부정적 평가에 대한 두려움, 대인관계문제

[†] 교신저자(Corresponding Author) : 남순임, 봉의고등학교, 강원도 춘천시 후석로 250번길 22

E-mail: minamic@hanmail.net

인간은 삶의 과정에서 다양한 관계경험을 통해 성장하게 되는데 관계가 조화롭고 만족스러울 때 행복감을 느끼지만 관계 속에서 갈등을 겪는다면 부적응과 좌절을 경험할 수 있다. 상담 장면에서도 가장 많이 호소하는 문제가 대인관계문제이고(Horowitz, 1996), 일차적으로 대인관계문제를 호소하지 않더라도 성격문제, 정서적·심리적 적응과 관련된 문제들도 대인관계와 상관이 있다고 밝혀진 바 있다(최임정, 심혜숙, 2010). 따라서 대인관계가 행복한 삶의 질을 결정하는 요소라고 해도 과언이 아닐 것이다. 특히, 청소년기는 관계의 중심이 부모에서 또래로 옮겨가는 시기로 부모로부터의 정서적 독립과 해방이라는 정서적 만족을 위한 새로운 욕구와 감정이 생기고 그 과정에서 심리적 지지를 주는 또래에게 관심을 돌리게 된다(Sebold, 1986). 관계의 중심이 변화하는 이 시기에 안정적인 대인관계를 맺는 것은 청소년의 학교적응과 심리적 안녕감에 직접적인 영향을 줄 수 있다. 그러나 관계에서 거부되는 경험을 하거나 스스로 관계를 회피하는 태도 등으로 인해 대인관계문제를 겪는다면 학교부적응과 다양한 심리적 불편감을 호소할 가능성이 있다.

대인관계문제는 긍정적인 대인관계를 형성 및 유지하는데 어려움을 겪거나 부정적인 대인관계를 다루지 못하고 피해자가 되는 현상을 말한다(박경애, 이재규, 권혜수, 1998). 청소년들의 대인관계에 있어서의 역기능적인 태도와 이로 인해 발생하는 문제들은 다음의 경우를 들 수 있다. 먼저 타인에 비해 자신은 무기력하고 열등하다고 느껴 위축되고 의존적이 되며 관계에 있어서 거부 될 것이 두려워 자신이 원하는 바를 표현하지 못하는 경우를 들 수 있다. 이에 따른 부정적 감정의 처리를 자

신의 내부로 돌려 심한 경우 우울, 불안, 자해, 자살 등 내현적 문제를 일으키는 경우를 생각해 볼 수 있다. 둘째, 청소년들이 대인관계에서 타인을 지배하고 우월감을 느끼려는 욕구가 강할 경우는 공격적이고 충동적인 행동으로 우월감을 과시하여 타인을 지배하려고 한다. 이는 학교폭력, 교사 지도 불응 등의 문제 행동으로 나타날 수 있다. 셋째, 청소년들은 대인관계에서 스스로 고립되기를 선택하는 것처럼 보이기도 하는데 타인과의 친밀한 관계를 불편해하고 혼자 시간을 보내려는 은둔형 성향을 보이기도 한다. 관계를 맺고 유지하는 것 자체에 어려움을 느끼고 친밀한 관계로부터 회피하고 혼자 고립되어 교내·외 활동을 거부하는 경우가 이에 해당한다. 이렇게 청소년들은 타인과의 관계에서 의존하거나 지배하려고 하고 스스로 고립을 선택하는 등 대인관계에 어려움을 겪을 수 있고, 이러한 대인관계문제로 말미암아 청소년기의 다양한 부적응적 문제들이 발생할 수 있다. 따라서 청소년들의 대인관계문제와 관련한 심리적 기제를 규명하는 일은 청소년의 관계에서의 태도를 변화시켜 대인관계문제를 완화하는 데 중요한 개입방향을 제시해줄 수 있을 것이다.

대인관계문제는 인지, 정서, 행동적 측면에서 다양한 연구가 이루어지고 있는데, 대인관계문제를 인지, 행동적 측면에서 다루고 있는 연구들에서도 정서와의 관련성이 언급되는데(최임정, 심혜숙, 2010), 정서는 사회적인 삶에서 필요와 의도를 전달하며 상대방의 의사를 정확히 인식하고 반응하는 것을 돕기 때문에 성공적인 대인관계에 필수적인 요소이다(서은혜, 2005). 부적응적인 대인관계 상황에서 느껴지는 정서에 대하여 다른 사람으로부터 지적을 받으면 더욱더 부정적인 정서를 느끼는

현상이 강화되기도 하고, 다른 사람의 시선을 의식하여 더욱 긴장 수준이 높아지는 악순환을 겪기도 한다(류진혜, 2002). 청소년기의 대인관계와 관련한 정서적 변인으로 수치심(shame)을 주목할 필요가 있다. 수치심은 부정적인 자기 지각과 밀접한 관련이 있는 자의식적 정서로 자아정체감 전체를 위협할 수 있는 강렬한 정서이다(Lewis, 1993). 청소년기는 스스로에 대한 추상적인 사고가 가능해지고 자의식이 발달하면서 자기 평가에 집중하게 되고, 급속한 신체발달을 경험하면서 아동이나 성인에 비해 수치심의 영향을 많이 받게 된다(Diclemente, Hansen, & Ponton, 1996). 걱정수준의 수치심은 개인의 발달에 적응적인 도움을 주고 타인과의 상호작용에서 자신의 역할행동에 대한 통찰을 제공하지만(Allan, Guilbert, & Gross, 1994), 수치심이 높으면 자신의 감정을 억압하거나 자신의 잘못을 부인하고 대인관계에서 위축되어 관계를 철회하는 등의 행동경향성이 높아진다(안현의, 박철옥, 주혜선, 2012).

Lewis와 Gilbert(2000)는 수치심을 내적 수치심(internal shame)과 외적 수치심(external shame)으로 구분하였다. 내적 수치심은 다른 사람이 아닌 자신의 관점에서 자기 스스로를 가치 절하하는 것으로, 자기를 부족하고 불충분한 존재로 비판하는 특성과 관련이 있다. 외적 수치심은 타인으로부터 평가절하 되는 경험으로 다른 사람의 마음을 바꾸고 싶어 하는 동기와 관련된다고 정의하였다. 그 중에서 본 연구에서 주목한 것은 내면화된 수치심(internalized shame)으로 양육자가 유아에게 처벌과 비판, 버려짐을 느끼게 하면 유아는 자신을 수치스러워하며 자신 속에 숨으며 타인과의 접촉을 두려워하는 수치적 자아를 내면화하게 되는데(Bradshaw, 2010), 초기 중요 양육자와의 관계

에서 반복 경험으로 발달되어 정체성으로 자리 잡은 수치심은 더 이상은 감정적인 수치심이 아니며 개인의 기본적인 본질로써 확장된다. 수치심이 내면화됨에 따라 형성된 개인의 성격을 수치심에 기초한 정체성이라고도 하는데(Kaufman, 1989), 이러한 정체성을 가진 사람은 스스로를 가치 없고 부적절한 존재로 왜곡해서 인식하게 된다(Tangney, Wagner, & Gramzow, 1992). 따라서 수치심이 정체감 부분으로 내면화되면 대인관계나 사회관계 속에서 더 많은 불안을 경험한다(Bradshaw et al., 2003). 결국 내면화된 수치심을 지닌 사람들은 자신의 열등하고 부족한 모습을 숨기기 위해 남들에게 보이는 포장된 거짓 자아를 만들며 살아가게 되는데, 이는 결국 자신으로부터도 소외되고, 타인과의 진실한 교류와 성장도 어렵게 한다(Bradshaw, 2002).

본 연구에서는 청소년의 내면화된 수치심이 대인관계문제에 영향을 미치는지를 검증하고 청소년의 내면화된 수치심이 어떠한 경로를 통해 대인관계에 영향을 미치는지 밝히기 위해 청소년의 내면화된 수치심과 대인관계문제를 매개하는 변인으로 역기능적 분노표현의 하나인 분노억제와 부정적 평가에 대한 두려움을 설정하였다.

먼저 분노와 관련하여 분노는 다양한 감정들과 마찬가지로 인간이 느낄 수 있는 자연스러운 감정이지만, 분노를 어떻게 표현하느냐가 대인관계에 영향을 미칠 수 있을 것이다. 즉, 적절한 분노표현은 관계를 개선시키는 적응적인 면도 있지만, 분노가 역기능적으로 표현되었을 때는 대인관계를 손상시키고 나아가 개인의 삶의 질에 영향을 미칠 수 있다(최임정, 심혜숙, 2010). 청소년의 경우 스트레스 수준은 높지만 부적절한 분노표현으로 다양한

부적응 문제를 야기할 가능성이 큰 시기에 있으므로(김광수, 2003), 청소년기의 역기능적인 분노표현이 어떻게 대인관계에 부정적 영향을 미치는지 규명하고 분노감정을 적절히 표현할 수 있도록 돕는 것이 중요하다. Spielberg과 Johnson, 그리고 Russell(1985)은 분노표현을 분노표출, 분노억제, 분노조절의 세 가지 유형으로 구분하였는데, 본 연구에서는 분노억제(anger-in)에 주목하고자 한다. 분노억제는 화가나 있지만 이를 겉으로 드러내지 않고 속으로 삭히는 것으로, 자신의 분노를 자기내부로 돌리거나 억압하는 것, 혹은 분노유발 상황과 관련된 사고나 분노자체의 감정을 억제하거나 부인하는 것을 말한다(Averill, 1982).

본 연구에서 역기능적 분노표현 중 분노억제에 초점을 둔 이유는 내면화된 수치심과 분노억제와의 관계성, 그리고 이 변인들의 상호작용으로 대인관계에 부정적 영향을 미친다는 이론적 근거 때문이다. 수치심을 느끼는 사람일수록 강렬한 정서를 더 많이 경험하지만 이를 적절하게 표출하는 능력이 손상되어 있다(최은영, 2010). 분노와 관련해서도 수치심이 높을수록 부적응적인 방식으로 분노감정을 표현하게 된다(Tangney, Wagner, & Gramzow, 1992). Miller(1985)는 두 가지 단계의 수치심-분노 상호작용을 규정하였다. 처음에 분노가 일어났을 때 또는 분노가 지속될 때 사람들은 그 분노에 대해 수치심을 느끼게 되며, 이것이 역으로 타인이 자신을 어떻게 볼 것인가라는 생각과 연결되면서 타인에 대한 분노를 유발하게 된다고 보았다. 즉, 분노를 느낄 때 사람들은 자신이 화가 났다는 것을 표현하고 싶어 하면서도, 한편으로는 분노감정을 수치스럽게 여겨 억압하거나 회피하려고 한다(이지연, 2009; 정미라, 2007). 적절히 표출되어야

할 분노 감정을 적절히 표출하지 못하고 억압하거나 회피하는 경우에는 우울, 불안, 신경증 같은 심리적 원인이 되기도 하며, 이러한 요인들은 대인관계에 영향을 미치게 된다(이규미, 1998). 따라서 수치심을 많이 느끼는 사람은 분노를 더 많이 억제하고 스스로에게 분노하며 분노를 일으키는 상황을 피하려는 경향이 있음을 알 수 있다. 국내 선행연구에서 분노억제는 대인관계문제와 정적 상관을 보이고(강지연, 2011), 분노억제를 많이 하는 사람들은 그렇지 않은 사람보다 긍정적인 정서를 적게 느끼고 부정적인 정서를 많이 느끼며 대인관계문제에 있어서는 회피성향의 문제를 보이는 경향이 있다고 하였다(김현주, 이정운, 2011; 박상혁, 노윤경, 조은혜, 김동귀, 2011). 따라서 분노억제 경향이 높을수록 대인관계문제를 경험할 가능성이 높음을 예측할 수 있다.

다음으로 부정적 평가에 대한 두려움 변인과 관련하여 살펴보고자 한다. 부정적 평가에 대한 두려움은 타인에 의해 자신이 관찰되거나 평가받는 상황에서 발생되며, 자신이 다른 사람들에게 부족하게 보이는 것에 대한 두려움, 거절당할 것에 대한 두려움을 의미한다(박지연, 양난미, 2014; Marks & Gelder, 1996). Leary(1983)는 다른 사람으로부터 부정적으로 평가받는 것에 대한 두려움은 동조, 친사회적 행동, 태도변화, 순응, 사회적 촉진 등 사회심리학적 현상 내에게 함축되어 왔다고 하였다. 이는 부정적 평가에 대한 두려움이 적당한 정도라면 사회화에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다는 것을 의미한다. 그러나 두려움의 정도가 심하면 사회적 상황에서 부적응을 초래할 수 있다. 특히, 청소년기는 자기 확신이 부족하고 정체성을 형성해가는 과정에서 타인에게 인정받기를 원하는 등 타인의 시선에 민감한 시기

이다. 이렇게 청소년기는 타인의 평가에 큰 영향을 받을 수 있다는 점을 감안한다면 타인의 평가에 예민하게 반응하거나 부정적인 평가를 받는 것에 대한 과도한 두려움을 갖는 것은 청소년의 대인관계문제에 매우 부정적인 영향을 미칠 수 있다고 생각해 볼 수 있다.

내면화된 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움의 관계를 살펴보면, 수치심은 자의식적 평가 정서로(Lewis, 1993), 모든 정서가 사회적 성격을 갖지만 특히 자의식적 정서는 타인과 의 상호작용을 바탕으로 자신을 평가하는 사회적 관계에 기초하고 있으므로 수치심을 강하게 느끼는 사람일수록 사회불안을 경험하는 정도 또한 높다(Harder & Lewis, 1987). 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움은 사회불안의 중요한 핵심적 요인으로 개인을 향한 사회적 평가에 대해 염려하는 마음으로부터 촉발되는 불안의 근원이 수치심이고(Hesell, 2005), 타인의 존재가 가징된 상황에서 개인이 느끼게 되는 감정이라는 것과 어떠한 평가를 받을지에 대한 불안감을 느끼는 점에서 비슷하다(Harder & Zalma, 1990). 내면화된 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움에 관한 체계적인 이론과 선행연구에서도 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움이 서로 관련이 있다고 하였다.(Allan, Gilbert & Goss, 1994; Tangney, Burggraf, & Wangner, 1995). 국내 선행연구에서도 내면화된 수치심은 부정적 평가에 대한 두려움에 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났다(김소연, 2015; 김성주, 이영순, 2015; 안현진, 2017; 이지우, 2017; 조유나, 2018). 따라서 타인의 부정적 평가에 대해 염려하는 것은 그 기저에 수치심이 내재되어 있기 때문이고, 자의식적 정서인 수치심이 내면화되는 과정에서 부정적 평가에 대한 두려움도 강렬하게 경험될 수 있

으므로 내면화된 수치심이 높은 사람은 타인의 부정적 평가에 더욱더 예민해지고 두려움을 느낄 가능성이 높다고 해석할 수 있다.

내면화된 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움이 대인관계문제에 미치는 영향을 살펴보면 수치심이 내면화된 사람은 대인관계에서 다른 사람들이 자신을 부정적이거나 비판적으로 평가하는 것에 몰두할 가능성이 높다(Harder & Zalma, 1990). 자기가 스스로를 부정적이라고 생각하는 것처럼 자신의 부족하고 열등한 모습이 다른 사람들에게 노출되어 다른 사람들도 자신을 부정적으로 판단할 것을 두려워하기 때문이다(김민경, 현명호, 2013). 내면화된 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움으로 인해 타인에게 거부당할 것에 대한 두려움을 방어하고자 자신을 드러내지 않을 수 있는데, 자신의 무가치하고 바보 같은 모습을 타인에게 들리지 않기 위해 숨거나 사라지고 싶어 하고, 자신의 생각, 기대, 느낌 등을 표현하는데 어려움을 겪는다(Bradshaw, 1988). 이는 대인관계문제에 직접적으로 부정적인 영향을 끼칠 수 있다.

이상에서 고찰한 바와 같이 청소년의 내면화된 수치심은 대인관계문제에 영향을 미치며 그 과정에서 분노억제와 부정적 평가에 대한 두려움이 영향을 미칠 수 있음을 유추해 볼 수 있다. 따라서 본 연구에서는 이러한 과정을 구조모형으로 설정하여 타당성을 검증하고자 하였다. 한편, 분노감을 느끼면서도 이를 표출하지 않고 억제하는 것은 심리적 기저에 자신이 분노를 표출했을 때 타인으로부터 부정적 평가를 받을 수도 있다는 두려움이 있기 때문으로 가정해 볼 수 있다. 즉, 분노를 바로 표출하면 비난이나 부정적 평가가 돌아올 수 있기 때문에 이런 위험을 최소화하기 위해 분

노를 억제하게 된다는 가정이다. 유보라(2018)의 연구에서 부정적 평가에 대한 두려움에서 분노억제로 가는 직접경로가 정적으로 유의한 것으로 나타나 부정적 평가에 대한 두려움이 강할수록 분노를 억제하는 경향이 높음을 밝혔다. 서수균, 이훈진, 권석만(2004)의 분노표출/분노억제 태도 척도의 개발과 타당화 연구에서 분노억제에 대한 긍정적인 태도를 가진 사람은 부정적인 평가에 대한 두려움 및 부정적인 대인관계 결과 요인과 정적 상관을 보인다고 하였다. 따라서 본 연구에서는 부정적 평가에 대한 두려움에서 분노 억제로 가는 직접 경로를 추가한 경쟁모형을 설정하였다.

본 연구를 통하여 청소년들의 대인관계문제에 영향을 미치는 심리적 변인을 검증하고 이를 바탕으로 효과적인 상담개입을 위한 시사점을 얻을 수 있을 것으로 기대한다. 이에 본

연구에서는 그림 1, 2와 같은 구조모형으로 연구모형과 경쟁모형을 설정하였으며, 본 연구의 목적을 달성하기 위해 설정한 연구 문제는 첫째, 청소년의 내면화된 수치심, 분노억제, 부정적 평가에 대한 두려움, 대인관계문제는 어떠한 관계가 있는가? 둘째, 청소년의 내면화된 수치심과 대인관계문제의 관계에서 분노억제와 부정적 평가에 대한 두려움은 매개효과를 보이는가?이다.

방 법

연구 참여자 및 자료수집 절차

본 연구의 일반화 가능성을 높이기 위해 다양한 지역에서 자료를 수집하고자 노력하였다.

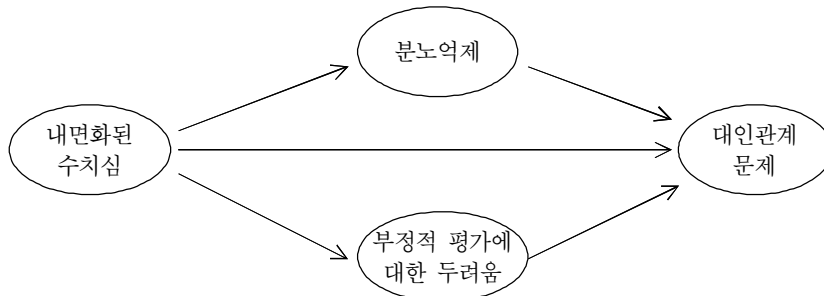


그림 1. 연구모형

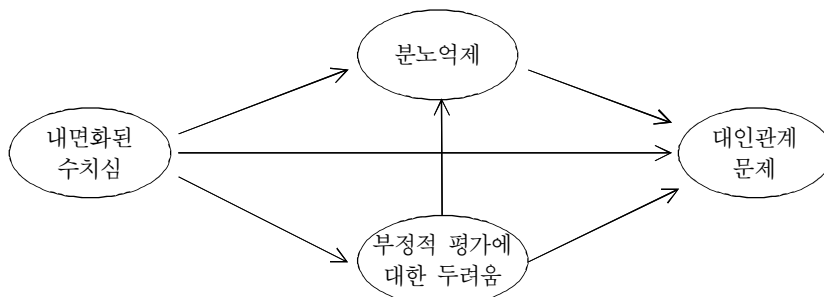


그림 2. 경쟁모형

본 연구자와 연구모임을 함께 하고 있는 교사들을 대상으로 연구의 목적을 설명하고 해당 지역의 학생들에게 설문을 실시할 수 있도록 도움을 요청하였다. 이에 경기, 강원, 충북, 충남, 전북, 경남 지역의 중·고등학생에게 교사가 설문취지를 설명하였고 참여를 희망하는 학생이 설문조사에 응하였다. 총 1,157명이 설문문에 참여하였고 수거한 설문지 중 불성실하다고 판단되는 자료 40부를 제외하여 1,117부를 분석하였다. 참여자 중 중학생은 1,23학년 학생 595명으로 남학생이 31%, 여학생이 69%였다. 고등학생은 1학년 학생 총 522명(일반계고 390명, 특성화고 132명)으로 남학생이 65%, 여학생이 35%였다. 전체성별은 남학생 47%, 여학생 53%였다.

측정도구

내면화된 수치심 척도

본 연구에서는 Cook(1987)이 개발한 내면화된 수치심 척도(Internalized shame scale; ISS)를 이인숙과 최해림(2005)이 타당화한 것을 사용하였다. 내면화된 수치심 척도는 수치심을 측정하는 24문항과 6개의 자존감 문항으로 구성되어 있다. 자존감 6문항은 문항이 같은 방향으로 주어져 있을 경우 한 방향으로 대답하려는 경향을 제어하기 위한 것으로 자료 분석에서는 제외하였다. 이인숙과 최해림(2005)은 Cook(1987)의 내면화된 수치심 척도에 대한 요인분석을 실시하였고, 그 결과 4개 요인구조를 확인하였으며 이를 각각 부적절감, 공허감, 자기 처벌, 실수 불안의 4가지 영역으로 나누었다. 내면화된 수치심의 전체 척도는 5점 Likert 방식이며, Cook(1987)의 연구에서 보고한 검사의 신뢰도(Cronbach α)는 임상집단이 .96, 비임상

집단이 .95, 검사-재검사 신뢰도는 .84였다. 이인숙, 최해림(2005)의 연구에서는 전체 신뢰도는 .93, 하위요인별로 부적절감 .89, 공허감 .86, 자기 처벌 .78, 실수 불안 .75의 신뢰도를 나타냈다. 본 연구에서는 전체 신뢰도는 .95, 하위요인별로 부적절감 .91, 공허감 .89, 자기 처벌 .80, 실수 불안 .82의 신뢰도를 나타냈다.

분노억제

본 연구에서 분노억제를 측정하기 위해 Spielberger(1988)가 제작한 상태-특성 분노표현 척도(State-Trait Anger eXpression Inventory: STAXI)를 전경구, 한덕웅, 이장호(1997)가 한국판으로 타당화한 상태-특성 분노표현척도(STAIX-K)를 사용하였다. 본래의 검사는 5개의 하위영역으로 상태분노, 특성분노, 분노억제, 분노표현, 분노조절 등으로 구성되어 있는데, 본 연구에서는 분노억제 영역의 문항만을 사용하였다. 문항 수는 8문항으로 4점 Likert방식을 사용하였다. 전경구 등(1997)의 연구에서 신뢰도는 분노억제 .78로 나타났으며 본 연구에서도 .78로 나타났다.

부정적 평가에 대한 두려움 척도

부정적 평가에 대한 두려움의 측정을 위해 이정윤과 최정훈(1997)이 번안한 Leary(1983)의 부정적 평가에 대한 두려움 척도 단축형(Fear of Negative Evaluation-Brief, Brief: FNE)을 사용하였다. 이 척도는 Watson과 Friend(1969)가 30문항으로 개발하였던 것을 Leary(1983)가 전체 척도 점수와 .50 이상의 상관이 있는 12문항을 뽑아 단축형으로 제작한 것이다. 이 척도는 단일요인으로 5점 Likert 방식으로 평정하며 2, 4, 7, 10번 문항은 역채점 문항으로 구성되어 있다. 이정윤과 최정훈(1997)이 대학생

집단을 대상으로 한 연구에서 신뢰도는 .90을 나타냈으며, 본 연구에서는 .89의 신뢰도를 나타냈다.

대인관계문제 척도

대인관계문제를 측정하기 위해 Horowitz 등 (1988)이 개발한 대인관계문제검사(Inventory of Interpersonal Problem: IIP)와 Alden, Wiggins와 Pincus(1990)가 64문항으로 재구성한 원형척도 (IIP-Circumplex Scale: IIP-C)를 바탕으로 국내에서 홍상황 등(2002)이 문항을 통합하고 한국 실정에 맞는 문항들을 추가, 보완한 한국형 대인관계문제검사의 단축형을 사용하였다. 이 척도는 통제지배(PA), 자기중심성(BC), 냉담(DE), 사회적 억제(FG), 비주장성(HI), 과순응성(JK), 자기희생(LM), 과관여(NO) 등 8개의 하위 영역으로 구성되어 있고 각 하위영역별 5문항씩 총 40문항이며 5점 Likert 척도로 측정한다. 본 연구에서는 선행연구들(김용희, 2014; 안은화, 2012; 오남경, 2009; 정혜진, 2014; 차혜련, 김종남, 2016)과 같이 Horney(이희경, 윤인, 이해라, 조한익, 2006)의 이론을 적용하여 ‘사람들에게 향함’(비주장성, 과순응성, 자기희생), ‘사람들에게 맞섬’(통제지배, 자기중심성, 과관여), ‘사람들에게서 멀어짐’(냉담, 사회적 억제)의 세 가지 영역으로 나누어 살펴보았다. 홍상황 등(2002)의 연구에서 신뢰도는 .61에서 .89의 범위로 나타났고, 본 연구에서의 전체 문항 신뢰도는 .95였고, 하위요인 ‘사람들에게 향함’은 .91, ‘사람들에게 맞섬’은 .89, ‘사람들에게 멀어짐’은 .92로 나타났다.

자료분석

본 연구에서는 청소년의 내면화된 수치심,

분노억제, 부정적 평가에 대한 두려움이 대인관계문제에 영향을 미치는지 그 관계를 검증하기 위해 수집된 자료를 SPSS 20.0과 Amos 22.0 통계프로그램을 이용하여 분석하였다. 먼저, 기초통계 분석을 실시하여 측정도구의 신뢰도를 검증하였고, 변인간의 관련성 정도를 파악하기 위해 상관분석을 실시하였으며 측정 모형의 타당성을 검증하기 위하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 다음으로 측정모형 및 구조방정식 모형의 적합도를 평가하였으며 가설 검증을 위하여 연구모형 및 경쟁모형의 구조방정식모형 분석을 실시하였다. 모형의 적합도를 평가하기 위해 TLI, CFI, RMSEA를 사용하였는데, 이러한 지수들은 표본 크기의 영향에 민감하지 않거나, 모형의 설명력과 간명성을 함께 고려한 적합도이다(홍세희, 2000). TLI와 CFI는 일반적으로 .90이상이면 좋은 적합도로 간주되며, RMSEA는 .05이하이면 좋은 적합도를 의미하고 .08이하이면 괜찮은 적합도를 나타내며 .10이하이면 보통 적합도로 간주된다. 마지막으로 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 부트스트래핑(bootstrapping) 방법을 사용하였다. 이 방법은 1,000개의 표본을 생성하여 95%의 신뢰구간을 계산하는 것으로 신뢰구간이 0을 포함하지 않을 경우 .05 수준에서 매개효과(간접효과)가 유의한 것으로 판단한다(Shrout & Bolger, 2002).

결 과

기술통계 및 상관관계

주요 변인들의 평균과 표준편차 그리고 상관관계를 표 1에 제시하였다. 각 변인들의 왜

표 1. 주요변수의 기술통계 및 상관분석

	1	2	3	4
1. 내면화된 수치심	-			
2. 분노억제	.55**	-		
3. 부정적 평가에 대한 두려움	.70**	.41**	-	
4. 대인관계문제	.69**	.52**	.58**	-
M	2.44	1.87	3.01	2.24
SD	.79	.53	.73	.64
왜도	.19	.81	-.07	.02
첨도	-.59	.78	-.09	-.65

** $p < .01$

도와 첨도는 각각 2와 4를 초과하지 않으므로 자료가 정규분포 가정을 충족하는 것으로 나타났다(Hong, Malik, & Lee, 2000). 주요 변수의 상관관계를 알아보기 위하여 Pearson 적률상관 분석을 실시하였는데 모든 변인은 유의한 정적 상관을 보였다. 먼저, 내면화된 수치심은 분노억제($r=.55, p<.01$)와 부정적 평가에 대한 두려움($r=.70, p<.01$), 대인관계문제($r=.69, p<.01$)와 높은 정적 상관을 보였다. 분노억제는 부정적 평가에 대한 두려움($r=.41, p<.01$)과 대인관계문제($r=.52, p<.01$)와 유의한 정적 상관을 보였으며, 부정적 평가에 대한 두려움은 대인관계문제($r=.58, p<.01$)와 유의한 정적 상관을 보였다.

측정모형 검증

구조모형 분석에 앞서 관찰변인 타당도 검증을 위해 확인적 요인분석을 실시하였다. 잠재변인을 내면화된 수치심, 분노억제, 부정적 평가에 대한 두려움, 대인관계문제로 구성하였다. 다른 변인과 달리 분노억제와 부정적

평가에 대한 두려움 변인은 단일차원이므로 문항묶음방법을 사용하였다. 문항묶음을 사용하면 개별문항을 사용했을 때보다 많은 모수를 추정하는 부담을 줄이며 자료의 비정규성도 줄어들고 모형의 적합도가 향상되어 안정된 추정치와 적합도 지수를 산출할 수 있다(Russell et al., 1998). 해당 잠재변인에 대한 꾸러미 효과를 최대화하기 위해서는 각 문항 꾸러미가 해당 잠재변인을 같은 수준에서 반영해야 한다(Russell et al., 1998). 따라서 문항묶음 제작방식은 요인을 한 개로 지정하고 탐색적 요인분석을 실시한 후 문항들을 요인부하량에 따라 순서를 매기는 방식으로 가장 높게 부하되는 문항과 가장 낮게 부하되는 문항을 짝짓게 하였다. 따라서 8문항으로 구성된 분노억제는 2개의 꾸러미로 12문항으로 구성된 부정적 평가에 대한 두려움 변인은 3개의 꾸러미로 만들어 측정변인으로 구성하였다. 측정모형 검증 결과 $\chi^2 = 451.39(df=48, p=.000)$, CFI=.951, NFI=.945, TLI=.932, RMSEA=.097로 양호한 적합도를 보였고, 표 2에서 제시한 바와 같이 잠재변인에 대한 측정변인의 요인부

표 2. 측정모형의 확인적 요인분석 결과

경로	B	S.E	β	C.R
내면화된 수치심				
부적절감	1.00		.86	
공허감	1.12	.04	.83	31.68***
자기처벌	1.09	.03	.89	35.56***
실수불안	1.09	.04	.83	31.53***
분노억제				
분노억제1	1.00		.87	
분노억제2	.88	.04	.80	20.05***
부정적 평가에 대한 두려움				
부정적 평가1	1.00		.83	
부정적 평가2	1.17	.04	.91	33.68***
부정적 평가3	1.17	.03	.91	33.97***
대인관계문제				
사람에게 향함	1.00		.89	
사람에게 맞섬	.67	.03	.71	24.21***
사람에게 멀어짐	1.02	.03	.83	29.87***

*** $p < .001$

하량은 모두 통계적으로 유의미하였다.

구조모형 검증

청소년의 내면화된 수치심과 대인관계문제 사이에 분노억제와 부정적 평가에 대한 두려움이 각각 매개하여 영향을 미칠 것이라고 가정한 연구모형과 부정적 평가에 대한 두려움

에서 분노억제로 영향을 미치는 직접경로를 추가한 경쟁모형에 대하여 구조방정식을 실시하고 이를 비교하였다. 연구모형과 경쟁모형과의 적합도를 비교한 결과는 표 3과 같다. 연구모형은 $\chi^2 = 451.85(df=49, p=.000)$, CFI=.951, NFI=.945, TLI=.935, RMSEA=.096으로 연구모형이 적합함을 알 수 있었다. 경쟁모형은 $\chi^2 = 451.39(df=48, p=.000)$, CFI=.951, NFI=.945,

표 3. 연구모형 및 경쟁모형의 적합도

	χ^2	df	CFI	NFI	TLI	RMSEA
연구모형	451.85	49	.95	.95	.94	.09
경쟁모형	451.39	48	.95	.95	.93	.09

TLI=.932, RMSEA=.097로 역시 적합함을 알 수 있었다.

모형을 비교하는 방법으로 한 모형이 비교하고자 하는 다른 모형에 포함된 경우와 포함되지 않은 경우로 나누어볼 수 있다. 본 연구 모형은 한 모형이 다른 모형에 포함된 경우이므로 두 모형을 χ^2 차이 검증을 통해 비교하였다. 그런데 χ^2 차이는 자유도(df) 차이가 1인 상태에서 유의확률 .05 수준의 χ^2 임계치 3.84보다 커야 하므로 본 연구 결과는 통계적으로 유의하지 않았다($\Delta\chi^2(1)=0.46, p<.05$). 이와 같이 두 모형 간의 차이가 없음은 부정적 평가에 대한 두려움에서 분노억제로의 직접경로가 유의한 영향을 주지 못하고 있음(Estimate=-.034, C.R=-.691, $p=.490$)을 의미한다. 두 모형 간에 유의한 차이가 없을 경우 보다 간명한 모형이 선택되므로(홍세희, 2009) 연구모형과 경쟁모형의 간명적합지수를 비교하였다. 각 모형의 간명적합도 지수는 표 4와 같다. PGFI, PNFI, PCFI는 0에서 1사이의 값을 가지고 이

값이 클수록 추정된 모수가 적고 단순한 모형이라도 판단한다. AIC는 모형의 복잡성이 커지면 이 값이 커지므로 AIC값은 낮을수록 좋은 모형으로 판단한다(허준, 2013). 따라서 적합도와 간명도를 모두 고려하였을 때 연구모형이 최종모형으로 채택되었다.

그림 3은 청소년의 내면화된 수치심, 분노억제, 부정적 평가에 대한 두려움, 대인관계문제 간의 구조적 관계를 나타내는 최종모형으로 직접효과 크기는 표준화 회귀계수로 제시하였다. 연구모형을 통해 내면화된 수치심이 분노억제($\beta=.63, p<.001$)와 부정적 평가에 대한 두려움($\beta=.79, p<.001$)에 유의미한 영향을 미치는 것을 알 수 있고 내면화된 수치심이 직접적으로 대인관계문제에 ($\beta=.51, p<.001$) 영향을 미침을 알 수 있다. 또한 분노억제는 대인관계문제($\beta=.20, p<.001$) 영향을 주는 것으로 나타났고, 부정적 평가에 대한 두려움도 대인관계 문제($\beta=.17, p<.001$)에 영향을 주는 것으로 나타났다.

표 4. 연구모형과 경쟁모형의 간명적합지수

	PGFI	PNFI	PCFI	AIC
연구모형	.58	.70	.71	509.86
경쟁모형	.56	.69	.69	511.39

매개효과 검증

내면화된 수치심, 분노억제, 부정적 평가에 대한 두려움, 대인관계문제의 직접효과 및 간접효과를 분석한 결과는 표 5와 같다. 전체모

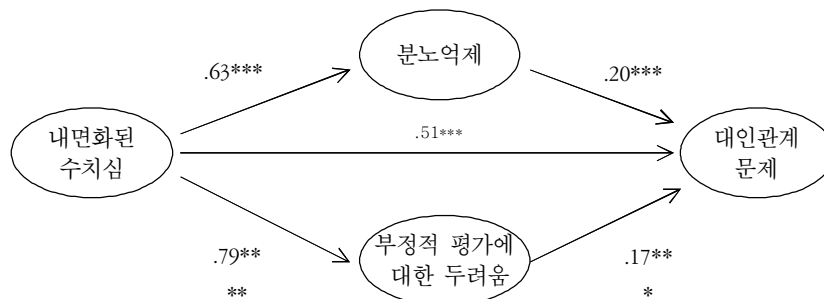


그림 3. 최종모형

표 5. 최종모형의 직접효과 및 간접효과

경로	직접효과	간접효과	총효과
내면화된 수치심 → 부정적 평가에 대한 두려움	.79***		.79***
내면화된 수치심 → 분노억제	.63***		.63***
내면화된 수치심 → 대인관계문제	.51***	.26***	.77***
분노억제 → 대인관계문제	.17***		.17***
부정적 평가에 대한 두려움 → 대인관계문제	.20***		.20***

*** $p < .001$

형에서 유의미한 결과를 나타냈으므로 내면화된 수치심이 대인관계문제에 이르는 과정에서 분노억제와 부정적 평가에 대한 두려움에 의한 매개효과의 유의성을 확인하기 위해 부트스트래핑 절차를 거쳤다. 그 결과 분노억제는 $\beta=.394$, 95% 신뢰구간 .329 ~ .464, 부정적 평가에 대한 두려움은 $\beta=.623$, 95% 신뢰구간 .560 ~ .685로 0을 포함하지 않으므로 직접효과는 유의수준 5%에서 유의한 것으로 나타났다. 따라서 내면화된 수치심이 대인관계문제에 직접적으로 영향을 미치기도 하지만, 분노억제와 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과가 통계적으로 유의하였으므로 내면화된 수치심이 분노억제 및 부정적 평가에 대한 두려움을 통하여 간접적으로 영향을 미치는 것으로 이해할 수 있다.

논 의

본 연구의 목적은 청소년을 대상으로 내면화된 수치심이 대인관계문제에 미치는 영향을 살펴보고 분노억제와 부정적 평가에 대한 두려움이 그 사이를 매개하는지를 확인함으로써 청소년 상담에 유용한 자료를 제공하는 데 있

다. 본 연구의 결과를 요약하고 주요 사항을 논의하면 다음과 같다.

첫째, 내면화된 수치심과 대인관계문제는 유의한 정적 상관을 나타냈다. 분노억제나 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과를 배제하여도 유의한 영향을 미침을 알 수 있었다. 이러한 결과를 국내 선행연구 결과와 비교해보면 남기숙(2006)과 이지연(2008)의 연구에서는 내면화된 수치심으로 인한 방어적 태도는 타인을 투사하고 비난하게 하여 대인관계문제를 일으킨다고 하였다. 이태영과 심혜숙(2011)의 연구에서는 내면화된 수치심이 건강한 자기애적 욕구를 충족시키지 못하게 하는 억제적이고 과도한 수줍음을 일으키기 때문에 대인관계문제와 정적 상관이 있다고 하였다. 안봉화(2011)의 연구에서는 내면화된 수치심은 대인관계에 효과적이지 않은 방식으로 대응하게 함으로써 대인관계에서 부적절한 행동을 했다는 정서를 느끼게 만들고, 이는 차후의 대인관계를 더욱 회피하게 하여 효과적인 대인관계방식을 배울 수 있는 새로운 기회마저 차단하는 악순환을 만든다고 하였다. 이러한 선행연구 결과와 같이 본 연구 결과는 내면화된 수치심이 대인관계문제에 부정적인 영향을 미침을 재확인한 결과이다.

둘째, 내면화된 수치심과 대인관계문제와의 관계에서 분노억제는 유의한 매개효과를 나타냈다. 이는 내면화된 수치심이 높을수록 분노억제 역시 높아진다(김수민, 2018; 성소영, 2015; 정해숙, 정남운, 2011; 최임정과 심혜숙, 2010)는 선행연구 결과를 포함한 결과이다. 분노표출이나 분노억제와 같은 분노표현 양상은 개인의 특질적인 반응경향성이므로(전경구, 한덕웅, 이장호, 1998), 분노를 지나치게 억제하는 사람들은 그 기저에 분노감정에 대한 경직되거나 회피적인 신념 및 태도가 내재해 있을 가능성이 있다. 수치심이 내면화된 사람들의 경우는 강렬한 정서를 더 많이 경험하지만 이를 적절히 표출하지 못하고, 분노 자체에 대한 수치심을 느끼기 때문에 화가 나지만 이를 겉으로 드러내지 않고 억제하려는 태도를 보인다. 본 연구를 통하여 재확인하였다. 또한 본 연구 결과 분노억제가 대인관계에 영향을 미치는 것으로 나타났는데, 분노억제는 개인의 신체적 및 심리적 건강을 해칠 뿐만 아니라 타인과의 인간관계나 직업생활에 부정적인 영향을 미치기 쉽고(김교현, 전경구, 1997), 대인관계 손상 및 사회적 회피와 비효율적인 문제해결 등을 일으키며(우현주, 2016), 내면화된 수치심과 분노억제가 대인관계문제를 일으킨다(김남연, 양난미, 2012)는 선행연구 결과와 일치한다. 결국, 내면화된 수치심과 대인관계문제를 분노억제가 매개하는 과정은 개인이 분노를 경험하는 것 자체에 수치심을 느껴 분노를 적절히 표현하지 못하고 내적으로 쌓아두게 되면서 대인관계에서 부정적인 정서를 많이 경험하게 된다. 이로 말미암아 관계에 있어서 더 많은 회피성향이 나타나 대인관계문제로 이어지는 것이라고 해석할 수 있다.

셋째, 내면화된 수치심과 대인관계문제와의

관계에서 부정적 평가에 대한 두려움은 유의한 매개효과를 나타냈다. 내면화된 수치심이 부정적 평가에 대한 두려움과의 관계에서 유의한 정적 상관을 나타냄을 많은 선행연구(김성주, 이영순, 2015; 김소연, 2015; 안현진, 2017; 이인숙, 최해림, 2005; 이지우, 2017; 최에스더, 2013) 결과에서 확인할 수 있다. 본 연구에서도 내면화된 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움은 높은 상관을 나타냈다. 부정적 평가에 대한 두려움과 수치심은 타인의 존재가 가정된 상황에서 개인이 느끼게 되는 감정이라는 것과 어떠한 평가를 받을지에 대한 불안감을 느끼는 것에서 비슷하다(Harder & Zalma, 1990). 또한 자기에 대한 스스로의 평가와 타인에 의한 평가에 대한 지각은 연결되어 있으며(Allan, Gilbert, & Goss, 1994), 잠재적으로 자신을 평가할 수 있는 사람들이 부정적으로 자신을 바라볼 것이라는 개인의 신념에서 수치심이 파생된다(Beck, Emery, G. & Greenberg, 1985). 따라서 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움은 순차적 또는 동시에 서로에게 영향을 줄 수 있는 변인임을 알 수 있다. 또한 부정적 평가에 대한 두려움이 높을수록 대인관계문제와 정적 상관을 이룬다는 연구결과(설희정, 2013; 이지유, 2018; 한은진, 2015)와 같이 본 연구결과는 부정적 평가에 대한 두려움이 대인관계문제에 영향을 미친다는 점도 재확인하였다. 본 연구 결과는 내면화된 수치심이 부정적 평가에 대한 두려움을 매개하여 대인관계문제에 영향을 미친다는 조유나(2018)의 연구와 일치하는 결과이다. 이러한 경로는 내면화된 수치심이 높은 사람의 경우는 자기 자신에 대한 부정적인 평가가 곧 타인이 자신을 부정적으로 평가할 것이라는 인식으로 이어지면서 더욱더 타인의 부정적인 평가에 민감하

게 되어 대인관계에서 평가가 예상되는 상황을 두려워하고 회피행동을 취하게 되는 것이라고 해석할 수 있다.

넷째, 본 연구에서는 부정적 평가에 대한 두려움이 분노억제에 선행하여 대인관계문제에 순차적으로 영향을 주는 이중 매개효과가 있는지를 경쟁모형으로 놓고 살펴보았다. 타인의 부정적인 평가를 받을 것에 대한 걱정으로 자신의 분노를 억제할 수 있을 것으로 가정하였으나 유의하지 않았다. 유보라(2018)의 연구에서는 부정적 평가에 대한 두려움이 분노억제로 가는 직접경로가 유의하였고, 서수균 등(2004)의 연구에서는 분노표출을 두려워하는 요인으로 부정적인 평가에 대한 두려움, 부정적 대인관계 결과 예상으로 분석하였다. 분노표출을 강하게 지지할수록 분노가 외현적으로 과격하게 표출되는 경향이 있으며, 반대로 분노표출을 두려워할수록 분노를 억제하는 경향이 있다고 하였다. 그러나 본 연구 결과는 선행연구와 상반된 결과를 얻었는데, 개인이 분노를 억제하는 것이 타인의 반응이나 평가에 직접적으로 영향을 받는다고보다는 개인의 분노 표현에 대한 태도나 신념, 또는 내면화된 수치심과 같은 개인 내적 변인과 상호작용 하였을 때 영향을 받는다는 것을 보여주는 결과로 해석할 수 있다.

지금까지의 논의를 바탕으로 청소년의 대인관계문제 상담에의 시사점을 제시하면 다음과 같다. 첫째, 내면화된 수치심이 청소년의 대인관계문제에 영향을 미치는 중요한 변인임을 볼 때, 내면화된 수치심 변인 자체에 주목할 필요가 있다. 수치심은 자기 평가적 감정인 죄책감과 함께 병인론적 정서로 인식되어왔다. 이인숙과 최해림(2005)에 의하면 기존에 수치심을 다룬 연구들이 주로 죄책감에 비중을 두

었으나, 상담에서 치료적 개입 대상은 죄책감이라는 정서보다는 수치심이라는 점을 분명히 하였다. 왜냐하면 죄책감은 특정상황과 구체적인 행동이 문제가 되기 때문에 개인의 핵심 정체성에 영향을 주지 않아 자기 통합성은 온전하게 유지된다. 반면, 수치심은 전체 자기로 문제시되는 경험으로 전반적이고 안정적인 요인에 기인하기 때문에 정서에 영향을 미치는 정도가 훨씬 크며 관찰하는 자기와 관찰당하는 자기가 분리되어 있어 자기 통합성이 상실되는 경험이기 때문이다(Lewis, 1971). 따라서 개인의 심리적 기저에 있는 내면화된 수치심이라는 개념을 충분히 이해하고 접근하는 것이 상담에 있어서 효과적일 것으로 사료된다.

차혜련과 김종남(2016)의 연구에서는 적응적인 인지전략으로 내면화된 수치심이 있는 사람에게 개입하면 대인관계 개선에 어느 정도 효과가 있다고 보았으나, 내면화된 수치심이 높은 사람들에게 갈등 상황 속에서 적응적인 인지적 정서조절이 영향력을 발휘하기 어렵다고 보았다. 즉, 감정적인 수치심 단계를 지나 개인의 기본적인 본질로써 수치심에 기초한 정체성이 형성된 경우는 인지적 접근만으로는 한계가 있을 수 있음을 예상 할 수 있다. 이에 대한 보완으로 Brown(2012)은 내면화된 수치심으로 고통 받는 사람들이 타인의 따뜻한 공감으로부터 내면화된 수치심의 수준이 낮아진다는 임상 결과를 보고하였다. 따라서 인지적 전략과 더불어 공감이 상담의 효과성을 높일 수 있다. 또한 김남연과 양난미(2012)의 연구에서는 수치심을 없애는 작업에 앞서 수치심이 충분히 반영되지 못한 자기대상의 실패에 대한 좌절을 내면화 한 것으로 파악하고 상담에서 이를 애착관계의 복구라는 관점에서 다루는 것이 필요하다고 제안하기도 하였다.

내면화된 수치심은 개인의 존재를 결함이 많은 사람이라고 느끼는 지속적이고 지배적인 감정으로 단순히 특정상황에서 유발되는 하나의 정서반응이 아니라 자신과 타인 간 관계경험의 중심을 이루는 전반적이고 지속적인 현상(이인숙, 최혜림, 2005)임을 감안할 때, 상담자의 따뜻한 공감적 이해 속에서 자신을 긍정적으로 수용함으로써 안정적인 대인관계를 재경험 할 수 있도록 돕는 것이 효과적이라 사료된다.

둘째, 바람직한 분노표현은 분노로 인한 부정적인 영향을 최소화시키고 긍정적으로 표출시켜 원만한 인간관계를 유지할 수 있게 한다. 이를 위해 청소년의 분노에 대한 상담 개입시 고려해야 할 점으로 첫째, 청소년들은 분노감정을 느꼈을 때 이를 공격성과 연합시킴으로써 자신 및 타인에 대하여 폭력행위를 한다거나 반대로 분노를 억제하여 심리·정서적 어려움을 겪을 수 있다. 둘째, 다른 정서를 분노로 대치시켰을 뿐 심리 기저에 수치심과 같은 마주하고 싶지 않은 감정들이 내재하고 있을 수 있다는 점이다. 이에 따라 차별화된 개입전략을 시도하는 것이 효과적일 것이다. 먼저 전자처럼 대인관계에서 분노를 바람직하게 표현하지 못하는 내담자는 분노표현 방식을 학습하지 못했거나 감정 표현의 어려움이 있는 경우로 분노조절 관련 프로그램을 실시하여 교육하거나 상담 장면에서 ‘억제’ 또는 ‘공격적 표출’이라는 역기능적인 분노표현 방식을 선택하기보다 적절한 분노표현 방법을 학습할 수 있도록 돕는 것이 중요할 것이다. 청소년이 주로 경험하게 되는 상담 장면인 학교 상담이 단회기 또는 단기상담 형태가 많음을 고려해 본다면 청소년 내담자의 호소 문제나 그 수준에 따라 구체적인 행동 변화에 초점을

두고 작은 행동 변화가 습관이나 태도에 긍정적인 영향을 미쳐 이것이 대인관계에서도 긍정적인 효과를 발휘할 수 있도록 하는 접근도 효과적일 수 있다고 사료된다. 후자의 경우는 대인관계문제가 밖으로 표출되는 역기능적 분노표현으로 인한 문제라기보다는 안으로 내면화되는 심리적 요인에 기인하므로 분노표현 문제를 직접 다루기에 앞서 어린 시절로 부터 형성된 애착과 수치심을 먼저 다루어 주는 등 겉으로 드러나는 현상에만 주목할 것이 아니라 심리적 기저에 대해 초점을 맞추는 것이 효과적일 수 있다.

셋째, 내면화된 수치심, 부정적 평가에 대한 두려움, 대인관계문제와 관계에서 청소년은 타인의 반응에 대해 민감하게 반응하는데 찌푸린 인상이나 지루한 표정 등 부정적 평가가 연상되는 것에 더 많이 주의를 기울인다(홍경화, 2011). 부정적 평가를 예상하거나 타인의 부정적 평가를 과하게 받아들여 불안증상이나 행동을 유발할 수 있다(Rapee, Abbott, Baillie, & Gaston, 2007). 상담 장면에서 타인의 부정적 평가를 예상하는 개인의 비합리적 신념을 완화할 수 있는 개입이 필요하다. 또한, 인간중심이론에 의하면 인간에게는 문제 상황에 대처해 나가는데 유익한 자기치유(self-healing)적인 잠재능력이 있다. 실제로 이기은과 조유진(2009)의 연구에서는 개인의 무조건적 자기수용의 수준을 높일 수 있으면 이는 다시 부정적 평가에 대한 두려움을 감소시킬 수 있다고 하였다. 자아존중감, 자기통제, 자기위로, 자기수용, 자아탄력성, 자기격려 등의 변인을 다룬 많은 연구결과들이 개인에게 자신감을 강화시켜 개인의 성장과 발달을 촉진하고 자신과 세상을 긍정적으로 바라볼 수 있도록 개인의 신념을 변화시킬 수 있다고 보고하고 있다. 이

렇게 어떤 상황이나 사건에 대한 부정적 평가에 대한 두려움을 직접 다루지 않더라도 자신을 긍정적으로 바라볼 수 있도록 돕는 접근이 필요하다. 따라서 상담 장면에서 내담자가 부정적 평가가 예상되는 상황에서도 이를 기꺼이 해볼 수 있도록 격려하고 반복적으로 시도할 수 있도록 돕는 접근이 효과적일 수 있다고 사료된다. 이렇게 내면화된 수치심에 기인한 대인관계문제를 다룰 때 이 변인을 직접 다루는 것뿐만 아니라 내면화된 수치심은 개인의 정체성, 성격과 관련된 부분이므로 상황에 따라 분노표현이나 부정적 평가에 대한 두려움과 같은 매개변인에 초점을 두고 상담 개입이 진행되는 것이 보다 더 효과적일 수 있다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 후속연구를 위한 제언을 하면 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 역기능적 분노표현 중 ‘분노억제’에 초점을 두었는데, ‘분노억제’ 뿐 아니라 ‘상태분노’, ‘특성분노’, 분노를 공격적으로 표출하는 ‘분노표출’ 측면도 고려하여 대인관계에 미치는 영향을 분석해 풍부한 결과를 도출해 볼 필요가 있다. 둘째, 내면화된 수치심 변인 자체는 청소년 대상 연구에서 많이 다루어지지 않았으므로 내면화된 수치심이 청소년의 다양한 문제에 어떠한 영향을 미치는지 검증하고 이를 조절할 수 있는 변인의 탐색이 필요하다. 셋째, 본 연구는 중학생(남, 녀)과 고등학생(일반계 남, 녀/전문계 남, 녀)으로 일반 청소년을 연구대상을 선정하였는데, 후속 연구에서는 학교부적응 유형, 또는 특수한 환경적 요소를 가지고 있는 청소년 집단으로 연구 대상을 확장하여 차이점을 분석해볼 필요가 있다. 넷째, 내면화된 수치심이 초기 애착과 관련되어지는 변인임으로 부모 또는 가족관련 변인을 함께

고려하여 내면화된 수치심에 영향을 미치는 변인을 검증하는 연구도 필요하다. 다섯째, 본 연구는 자기보고식 검사였으므로 사실과 다르게 보고했을 가능성 및 사회적 바람직성에 따라 응답하였을 가능성이 있다. 따라서 양적 연구 이외에 질적 연구가 수행되어 연구결과의 신뢰도를 높일 필요가 있다.

참고문헌

- 강지연 (2011). 대학생의 생활스트레스, 분노표현 및 대인관계문제 간의 관계. 석사학위논문, 충북대학교.
- 김남연, 양난미 (2012). 부모애착, 내면화된 수치심, 분노억제가 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향. 상담학연구, 13(5), 2309-2328.
- 김민경 (2008). 내면화된 수치심이 사회불안에 미치는 영향: 자기제시동기, 자기제시기대, 정서표현갈등의 매개효과 검증. 석사학위논문, 중앙대학교.
- 김성주, 이영순 (2015). 대학생의 내현적 자기에와 사회불안의 관계: 평가염려 완벽주의, 부정적 평가에 대한 두려움, 내면화된 수치심의 매개효과. 상담학연구, 16(1), 199-216.
- 김소연 (2015). 내면화된 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움의 관계에서 자기자비의 매개효과 검증: 대학생들을 대상으로. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 김수민 (2018). 내면화된 수치심이 전위공격성에 미치는 영향: 거부민감성과 분노억제의 매개효과, 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 김용희 (2014). 대학생의 애착이 대인관계 문

- 제에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. *청소년학연구*, 21(11), 291-316.
- 김현주, 이정운 (2011). 청소년의 애착과 분노표현의 관계: 내면화된 수치심의 매개효과. *상담학연구*, 12(3), 965-981.
- 박경애, 이재규, 권해수 (1998). *대인관계향상프로그램*. 서울, 청소년대화의 광장.
- 박상혁, 노윤경, 조은혜, 김동귀 (2011). 분노표현양식에 따른 하위집단 간 대인관계문제 및 행복의 차이. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 25(3), 77-92.
- 박지연, 양난미 (2014). 대학생의 사회부과적 완벽주의와 사회불안의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 26(2), 363-388.
- 박지현 (2007). 청소년의 내면화된 수치심과 일상적 스트레스와의 관계. 석사학위논문, 숙명여자대학교.
- 서수균, 이훈진, 권석만 (2004). 분노표출/분노억제 태도 척도의 개발과 타당화 연구. *한국심리학회지: 임상*, 23(2), 521-540.
- 서은혜 (2005). 초등학교 아동의 정서인식명확성, 정서조절양식 및 사회성과의 관계. 석사학위논문, 서강대학교.
- 설희정 (2014). 중학생의 사회부과 완벽주의와 대인불안의 관계에서 비합리적 신념과 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. 석사학위논문, 연세대학교.
- 성소영 (2015). 내면화된 수치심과 자살사고의 관계: 분노억제와 우울의 이중매개 효과. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 송지은 (2007). 분노수준 및 표현양식과 대인관계 성향의 관계. 석사학위논문, 충북대학교.
- 신나현 (2016). 청소년의 내면화된 수치심과 인지적 정서조절전략이 또래관계에 미치는 영향. 석사학위논문, 전남대학교.
- 안봉화 (2011). 내현적 자기애와 내면화된 수치심이 대인관계문제에 미치는 영향. 석사학위논문, 한국외국어대학교.
- 안은화 (2012). 대학생의 분리개별화가 대인관계문제에 미치는 영향. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 안현의, 박철옥, 주혜선 (2012). 성별에 따른 외상관련 정서가 PTSD에 미치는 영향: 대학생을 중심으로. *상담학연구*, 13(5), 2363-2378.
- 안현진 (2017). 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 미치는 영향: 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. 석사학위논문, 대구대학교.
- 오남경 (2009). 대학생의 애착요인과 분리개별화의 대인관계문제에 대한 관계. 석사학위논문, 전북대학교.
- 우현주 (2016). 내현적 자기애 성향을 가진 대학생의 분노억제가 대인관계문제에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. 석사학위논문, 경성대학교.
- 유보라 (2018). 내현적 자기애와 전위공격성의 관계: 부정적 평가에 대한 두려움과 분노억제의 매개효과. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 이규미 (1998). 청소년의 분노와 분노처리과정에서의 공격행동에 대한 체형 분석. 박사학위논문, 이화여자대학교.
- 이기은, 조유진 (2009). 성인애착과 무조건적 자기수용이 대학생의 사회불안에 미치는 영향: 사회불안 중 부정적 평가에 대한 두려움을 중심으로. *인간발달연구*, 16(2), 191-204.
- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심 척도

- (ISS) 의 타당화 연구-애착, 과민성 자기애, 외로움과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(3), 651-670.
- 이정윤, 최정훈 (1997). 사회불안증에 대한 인지행동치료와 노출치료의 효과연구. 한국심리학회 학술대회 자료집, (1), 583-598.
- 이지연 (2008). 내면화된 수치심과 방어유형, 정서 표현의 관계. 상담학연구, 9(2), 353-373.
- 이지우 (2017). 내면화된 수치심이 대학생의 발표불안에 미치는 영향: 부정적 평가에 대한 두려움과 자기비난의 매개효과. 석사학위논문, 건국대학교.
- 이지유 (2018). 부정적 평가에 대한 두려움이 대인관계문제에 미치는 영향: 안전행동과 사후반추의 매개효과. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 이태영, 심혜숙 (2011). 아동기 외상경험이 초기 성인기 인계문제에 미치는 영향에서 내면화된 수치심의 매개효과. 상담학연구, 12(6), 2273-2291.
- 전경구, 한덕용, 이장호 (1997). 한국판 STAXI 척도 개발: 분노와 혈압. 한국심리학회지: 건강, 2(1), 60-78.
- 정해숙, 정남운 (2011). 완벽주의와 분노표현양식의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. 인간이해, 32(2), 89-107.
- 정혜진 (2014). 대학생의 대인관계문제가 우울에 미치는 영향: 경험회피와 정서표현 양가성의 매개효과. 석사학위논문, 대구가톨릭대학교.
- 조유나 (2018). 대학생의 내면화된 수치심이 대인관계에 미치는 영향에서 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. 석사학위논문, 단국대학교.
- 차혜련, 김종남 (2016). 대학생의 내면화된 수치심이 대인관계문제에 미치는 영향: 거부민감성의 매개효과 및 인지적 정서조절의 조절효과. 청소년학연구, 23(12), 373-401.
- 최임정, 심혜숙 (2010). 학생의 내면화된 수치심과 분노표현양식이 대인관계문제에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 479-492.
- 한은진 (2015). 부모의 심리적 통제가 고등학생의 대인관계문제에 미치는 영향: 부정적 평가에 대한 두려움과 감정표현불능증의 매개효과. 석사학위논문, 인천대학교.
- 허준 (2013). 허준의 쉽게 따라하는 Amos구조방정식 모형. 서울: 한나래 아카데미.
- 홍경화 (2011). 부정적 평가에 대한 두려움, 인지적 정서조절 전략이 사회불안에 미치는 영향. 석사학위논문, 명지대학교.
- 홍상황, 박은영, 김영환, 권정혜, 조용래, 진유경 (2002). 한국형 대인관계문제검사 원형척도의 단축형(KIIP-SC) 구성. 한국심리학회지: 임상, 21(4), 923-940.
- 홍세희 (2009). 고급연구방법론 워크샵 시리즈 6: 구조방정식모형 초급. 서울: S&M 리서치 그룹.
- Allan, S., Gilbert, P., & Goss, K. (1994). An exploration of shame measure-II. *Psychopathology, Personality and Individual Difference*, 17(5), 713-717.
- Averill, J. (1982). *Anger and aggression: An essay on emotion*. New York: Springer-Verlag.
- Bradshaw, J. (2002). Child Poverty and Child Outcomes. *Children and Society*, 16(1), 131-140.
- Bradshaw, J. (2010). 수치심의 치유[Healing the Shame that Binds You]. (김홍찬, 고영주

- 역). 서울: 사단법인 한국상담심리연구원 (원전은 1988년에 출간).
- Brookhart, S. M., & Freeman, D. J. (1992). Characteristics of teacher candidates. *Review of Educational Research*, 62(1), 37-65.
- Cook, D. R. (1987). Measuring shame: The internalized shame scale. *Alcoholism Treatment Quarterly* 4(2), 197-215.
- Diclemente, R., Hansen, W., & Ponton, L. (1996). Adolescents at risk: A generation in Jeopardy. In R. Diclements, W. Hansen, & L. Ponton (Eds.), *Handbook of Adolescent Health Risk Behavior* (pp. 1-4). New York: Plenum.
- Gati, I., & Asher, I. (2000). Counseling and psychotherapy. In S. T. Higgins (Ed), *Psychology* (pp. 30-43). New York: Basic Books.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of personality and social psychology*, 85(2), 348.
- Harder, D. H., & Zalma, A. (1990). Two promising shame and guilt scales: A construct validity comparison. *Journal of Personality Assessment*, 55(3), 729-745.
- Harder, D. W., & Lewis, S. J. (1987). The assessment of shame and guilt. In J.N. Butcher, & C. D. Spielberger (Eds.), *Advances in personality assessment*, 6, 89-114.
- Horney, K. (2006). 신경증적 갈등에 대한 카렌 호나이의 정신분석 [Our Inner Conflicts] . (이희경, 윤 인, 이해라, 조한익 역). 서울: 학지사(원전은 1992에 출판).
- Horowitz, I. M. (1996). The study of interpersonal problems: A leary legacy. *Journal of Personality Assessment*, 66(2), 283-300.
- Kaufman, G. (1989). *The Psychology of Shame: Theory and treatment of shame-based syndromes*. New York: Springer [London: Routledge (paper edition) 1993].
- Leary, R. M. (1983). Social Anxiousness: The Construct and its Measurement. *Journal of Personality Assessment*. 47(1), 66-75.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. New York: International Universities Press.
- Lewis, M. (1993). The development of anger and rage. in Glick, R and Roose, S. (Eds.), *Rage, Power, and Aggression*. New Haven: Yale University Press.
- Lewis, R. L. (1983). Architecture Matters: What soar has to say about modularity. In Steier, D. and Mitchell, T., editors, *Mind Matters: Contributions to Cognitive and Computer Science in Honor of Allen Newell*. Erlbaum, Hillsdale, NJ. To appear.
- Marks, I. M., & Gelder, M. (1996). Different ages of onset in varieties of phobia. *American Journal of Psychiatry*, 123(2), 218-221.
- Novaco R. W. (1979). A Cognitive regulation of anger and stress. In P. C. Kendall, & S. D. Hollon (Eds.), *Cognitive-Behavioral Interventions: Theory, Research and Procedures*. New York: Academic Press, 241-285.
- Rapee, R. M., Abbott, M. J., Baillie, A. J., & Gaston, J. E. (2007). Treatment of social phobia through pure self help and therapist-augmented self help. *British Journal of psychiatry*, 191(3), 246-252.
- Sebald, H. (1986). Adolescents shifting orientation toward parents and peers: a curvilinear trend

- over recent decades. *Journal of Marriage and the family*, 48(1), 5-13.
- Spielberger, C. C., Johnson, E. H., Russell, S. F., Crane, R. J., Jacobs, G. A., & Worden, T. J. (1985). The experience and expression of anger: construction and validation of anger expression scale. In M. S. Chesney & R. H. Rosenman (Eds.), *Anger and Hostility in Cardiovascular and Behavioral Disorder* (pp.5-30). New York: Hemisphere.
- Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2002). *Shame and guilt*. New York: Guilford Press.
- Tangney, J. P., Barlow, D. H., Wagner, P., Marschall, J. E., Borenstein, L. K., Sanftner, J., Mohr, T., & Gramzow, T. (1996). Assessing individual differences in constructive versus destructive responses to anger across the lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(4), 780-796.
- Tangney, J. P., Wagner, P. E., & Gramzow, R. (1992). Shamed into anger? The relation of shame and guilt to anger and self-reported aggression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 62(4), 669-675.
- Wheeler, G. (1997). Self and Shame: A Gestalt Approach, *Gestalt Review*, 1(3), 221-224.
- 원고접수일 : 2018. 06. 26.
수정원고접수일 : 2018. 08. 13.
최종게재결정일 : 2018. 08. 27.

The Relationship between Internalized Shame and Interpersonal Problems among Adolescents: The Mediating Effect of Anger-in and Fear of Negative Evaluation

Soon-Im Nam

Bonguei High School

The purpose of this study was to verify the mediating effects of anger-in and fear of negative evaluation in the process of internalizing shame of adolescents affecting interpersonal problems. For this purpose, 595 middle school students, 522 high school students, 1,117 students were surveyed in Gyeonggi, Gangwon, Chungbuk, Chungnam, Jeonbuk, and Kyungnam areas using structural equation model. The results of the analysis are as follows. First, internalized shame of adolescents showed significant positive correlation with anger-in, fear of negative evaluation, interpersonal problem. Second, anger-in mediated the internalized shame and interpersonal problems. Third, the fear of negative evaluation in internalized shame and interpersonal problem was also mediating effect. The implications of this study for the interpersonal problems counseling were discussed. The implications and limitations of this study, and suggestions for follow-up study were suggested.

Key words : *internalizing shame, anger-in, fear of negative evaluation, interpersonal problems*