



저작자표시-비영리-변경금지 2.0 대한민국

이용자는 아래의 조건을 따르는 경우에 한하여 자유롭게

- 이 저작물을 복제, 배포, 전송, 전시, 공연 및 방송할 수 있습니다.

다음과 같은 조건을 따라야 합니다:



저작자표시. 귀하는 원저작자를 표시하여야 합니다.



비영리. 귀하는 이 저작물을 영리 목적으로 이용할 수 없습니다.



변경금지. 귀하는 이 저작물을 개작, 변형 또는 가공할 수 없습니다.

- 귀하는, 이 저작물의 재이용이나 배포의 경우, 이 저작물에 적용된 이용허락조건을 명확하게 나타내어야 합니다.
- 저작권자로부터 별도의 허가를 받으면 이러한 조건들은 적용되지 않습니다.

저작권법에 따른 이용자의 권리는 위의 내용에 의하여 영향을 받지 않습니다.

이것은 [이용허락규약\(Legal Code\)](#)을 이해하기 쉽게 요약한 것입니다.

[Disclaimer](#)

석사학위논문

대학생의 내면화된 수치심이  
관계적 공격성에 미치는 영향에서  
우울의 매개효과

제주대학교 교육대학원

상담심리전공

차 윤 영

2022년 8월



# 대학생의 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 미치는 영향에서 우울의 매개효과




지도교수 최 보 영

차 윤 영

이 논문을 교육학 석사학위 논문으로 제출함

2022년 6월

차윤영의 교육학 석사학위 논문을 인준함

심사위원장 김성봉   
위 원 박정환   
위 원 최보영 

제주대학교 교육대학원

2022년 8월

<국문초록>

# 대학생의 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 미치는 영향에서 우울의 매개효과

차 윤 영

제주대학교 교육대학원 상담심리전공

지도교수 최 보 영

본 연구에서는 대학생의 내면화된 수치심, 관계성 공격성, 우울의 관계를 살펴보고, 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개효과를 검증하고자 한다. 이를 통하여 대학생이 관계적 공격성을 낮추기 위해 내면화된 수치심과 우울 같은 정서적인 측면을 개입함으로써 대학생들의 정신 건강을 증진시킬 수 있도록 하는데 그 목적이 있다. 이러한 연구목적을 달성하기 위해 연구문제를 다음과 같이 설정했다.

연구문제 1. 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 간에 어떠한 관계가 있는가?

연구문제 2. 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울은 매개효과가 있는가?

본 연구는 전국의 4년제 대학생 총 444명을 임의 표집 하고 온라인 설문조사로 진행했다. 자료 수집은 2021년 10월 22일부터 25일까지 약 4일에 걸쳐 이루어졌고, 불성실 응답 및 응답시간 초과된 8부를 제외한 436부의 설문자료를 분석에 사용했다. 측정도구는 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 및 인구통계학적 특성 조사문항으로 구성된 자기보고식 설문지를 사용했다.

본 연구에서 수집한 자료는 통계분석 프로그램인 SPSS 28.0, SPSS Process Macro v4.0을 사용하여 다음과 같이 분석했다. 첫째, 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 척도의 문항내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )를 산출했다. 둘째, 연구대상의 인구통계학적 특성을 확인하고자 빈도분석을 실시했다. 셋째, 각 변인 간의 관련성을 확인하기 위해 각 변수 간 상관분석을 실시했다. 넷째, 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 미치는 관계에서 우울의 매개효과를 검증하기 위해, Baron과 Kenny(1986)가 제시한 매개효과 3단계 검증 절차를 사용하고, 매개효과의 통계적 유의성 검증을 위해 Bootstrapping을 실시했다. 이러한 분석결과를 바탕으로 본연구의 결과를 요약하면 다음과 같다.

첫째, 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울의 상관분석을 실시한 결과 서로 유의미한 정적 상관이 있는 것으로 나타났다.

둘째, 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울은 완전매개효과가 있는 것으로 나타났다.

연구 결과를 종합해보면, 대학생의 내면화된 수치심이 높다는 것은 관계적 공격성을 높이는 변인으로 작용하고, 우울은 이 두 변인들 관계에서 완전매개효과가 있는 것을 검증했다. 이는 대학생의 관계적 공격성을 낮추기 위해서는 내면화된 수치심과 우울이 다루어져야 함을 시사한다. 이 후, 대학생들의 정신건강을 위한 상담프로그램을 개발하고, 임상집단과 비교연구 등 후속연구들이 이루어져야 할 것이다.

**주요어 : 대학생, 관계적 공격성, 내면화된 수치심, 우울, Bootstrapping**

# 목 차

<b>I. 서론</b> .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
2. 연구문제 및 가설 .....	7
3. 연구모형 .....	8
4. 용어의 정의 .....	8
<b>II. 이론적 배경</b> .....	10
1. 내면화된 수치심 .....	10
가. 수치심의 개념 .....	10
나. 내면화된 수치심의 개념 .....	12
2. 관계적 공격성 .....	15
3. 우울 .....	18
가. 우울의 개념 .....	18
나. 대학생의 우울 .....	20
4. 연구변인 간 관계 .....	22
가. 내면화된 수치심과 관계적 공격성 .....	22
나. 우울과 관계적 공격성 .....	24
다. 내면화된 수치심과 우울 .....	25
라. 수치심, 관계적 공격성, 우울의 관계 .....	27
<b>III. 연구방법</b> .....	29
1. 연구대상 및 절차 .....	29
2. 측정도구 .....	31
가. 내면화된 수치심 .....	31
나. 관계적 공격성 .....	32
다. 우울 .....	33

3. 자료처리 및 분석 .....	35
<b>IV. 연구결과 및 해석 .....</b>	<b>36</b>
1. 주요 변인의 기술통계 .....	36
2. 주요 변인의 상관관계 .....	37
3. 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개효과 .....	38
<b>V. 논의 및 결론 .....</b>	<b>40</b>
1. 논의 .....	40
2. 결론 .....	42
<b>참고문헌 .....</b>	<b>46</b>
<b>Abstract .....</b>	<b>65</b>
<b>부록 .....</b>	<b>68</b>

## 표 목 차

표Ⅲ-1	연구대상의 인구통계학적 특성 .....	30
표Ⅲ-2	내면화된 수치심 척도의 문항구성 및 신뢰도 .....	32
표Ⅲ-3	관계적 공격성 척도의 문항구성 및 신뢰도 .....	33
표Ⅲ-4	우울(CES-D) 척도의 문항구성 및 신뢰도 .....	34
표Ⅳ-1	주요 변인들의 기술통계 .....	36
표Ⅳ-2	대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 간 상관 .....	37
표Ⅳ-3	내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개효과 .....	38
표Ⅳ-4	Bootstrapping을 통한 간접효과 유의성 검증 .....	39



## 그림 목 차

그림 I -1 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개모형 .....	8
그림 IV-1 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 완전매개 모형 .. .....	39

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

우리나라의 대학생들은 치열한 입시경쟁 이후 학점, 스펙 쌓기, 취업 등 지속적으로 경쟁하는 구조에 놓여있다. 이러한 현상들은 대학생 시기의 주요 발달과업인 타인과의 친밀한 관계 형성을 어렵게 하고, 결국엔 고립감을 가지게 된다(Erikson, 1966). 이로 인해 다양한 문제가 발생할 것이라 예측할 수 있는데, 친밀감 형성을 어렵게 하는 요인을 살펴볼 필요가 있다.

관계적 공격성(relational aggression)은 대인관계를 이용한 공격성의 유형으로 다른 공격성과는 다르게 관계에 초점을 두고 타인에게 상처를 주는 행동을 말한다. Crick & Grotpeter(1995)는 관계적 공격성을 관계를 손상시키기 위해 뒷말하기, 악의적인 소문 퍼트리기, 의도적으로 무시하기, 배제하기 등과 같은 간접적인 형태로 타인의 사회적인 위치나 평판을 해하는 비신체적인 공격성이라고 정의하였다. 다시 말해, 관계적 공격성은 밖으로 드러나는 외현적 공격성과 다르게 우회적인 방법으로 표현된다는 특징을 지닌다.

선행연구에 따르면 관계적 공격성이 높은 것은 외현적 공격성이 높은 것과 유사하게 또래 거부, 외로움, 우울, 소외, 친구관계의 어려움 등을 보였다(Crick & Bigbee, 1998; Crick & Grotpeter, 1995). 또한, 관계적 공격성은 연령이 높아질수록 우울, 불안, 알코올 문제(Bagner, Storch, & Preston, 2007; Dahlen, Czar, Prather, & Dyess, 2013; Goldstein, Chesir-Teran, & McFaul, 2008)와 같은 심리 사회적 부적응뿐만 아니라 경계선 성격장애, 반사회적 성격장애가 나타났으며, 여성의 경우 더 많은 폭식증상을 보이기도 했다(Ostrov & Houston, 2008; Werner & Crick, 1999). 이러한 결과로 관계적 공격성이 높을수록 친밀감의 형성이 어렵고, 적응상의 어려움뿐만 아니라 심각한 성격장애가 나타날 수 있다는 점에서 간과할 수 없는 문제이다.

대학생의 관계적 공격성은 언어적 기술과 인지적, 사회적 기술의 발달로 더 정교한 형태의 사회적 공격 행동이 가능하다. 그렇기 때문에 신체적 공격성보다 사회적 비난이나 법적 제재를 받기 어려운 관계적 공격성을 사용하게 된다(Archer & Coyne, 2005; Björkqvist, 1994; Young, Boye, & Nelson, 2006). 또한, 고의성이나 악의성을 부인하기 쉽고, 은밀하게 이루어지는 특성으로 인해 공격을 당하는 당사자 외에는 자각이 힘들어 타인에게 도움을 요청하기가 어렵다. 그 결과 악영향이 드러나기까지 시간이 소요되어 피해가 누적될 가능성이 크다(김정균, 장석진, 2014; Kaj Björkqvist, Karin Österma, 2018; Mishna, 2012). 따라서 관계적 공격성에 영향을 미치는 변인을 찾아 관계적 공격성으로 인한 피해를 조기에 파악하고 예방할 수 있는 대책 마련이 필요하다.

관계적 공격성은 연령에 상관없이 나타나지만(백민경, 2013; Basow & Marshall, 2015), 국내에서는 아동과 청소년을 대상으로 한 연구가 대부분이다. 성인을 대상으로 한 연구(김예은, 2018; 김현진, 김혜란, 2018; 노우빈, 2015; 윤율리안나, 2019; 임정우, 홍혜영, 2016; 정유지, 2019)는 대부분 최근에 이루어졌는데 그에 비해 외국의 연구에서는 아동·청소년에서부터 대학생과 성인까지 다양한 연구가 이루어졌다. 연구결과로 보아 관계적 공격성은 사회적 관계를 맺는 모든 연령에 상관없이 나타나 연령의 범위를 성인으로 확장하여 연구가 이루어질 필요가 있다.

관계적 공격성은 내적인 부적응과 더 많은 관련을 보인다(Card, Stucky, Sawalani, & Little, 2008). 내적인 부적응과 관련된 변인을 살펴보면 내면화된 수치심(김은진, 2016; 김현진, 김혜란, 2018; 송혜란, 2013; 윤율리안나, 2019; 임정우, 홍혜영, 2016; 최두환, 2013; 하혜석, 2018), 우울(강병철, 2019; 김덕건, 2019; 김수희, 2020; 남지훈, 2017), 사회불안(김윤희, 장혜인, 2021; 김경숙, 김완일, 2015; 이화목, 김현아, 2019; 노우빈, 2015) 등이 관계적 공격성에 영향을 미치는 변인으로 알려졌다.

관계적 공격성과 관련된 변인 중 개인의 성격적 특성으로 내면화된 수치심(Internalized shame)이 거론된다. 내면화된 수치심은 자신의 존재 가치에 대해 부정적으로 평가하고 그로 인해 발생하는 고통스러운 감정을 말한다. 이러한 감정은 특정 상황에서 유발되는 정서 반응이 아니라 타인과의 관계 경험이 중심을

이루는 전반적이고 지속적인 현상이다(이인숙, 최해림, 2005; Allan, Gilbert & Goss, 1994).

개인의 정체성에 수치심이 자리 잡힌 사람들은 어떤 감정을 느낄 때마다 수치심을 느낄 가능성이 높다. 이로 인해 자신의 정서를 느끼고 표현하는데 어려움을 겪게 되고(김민경, 현명호, 2013), 의사소통을 왜곡하며 모든 상황에서 최악의 일이 일어날 것이라 생각한다. 또한 긍정적이고 일반적인 대인관계나 상황에서도 모욕과 상처를 받는 경향(Schore, 1994)이 있기 때문에 대학생 시기의 발달과업인 타인과 상호작용을 통해 친밀감을 느끼기 어려울 것이다.

내면화된 수치심은 개인이 매순간 경험하고, 느낌이 매우 강렬해서 고통스럽기 때문에 회피하고 숨기고자 하는 특성이 있다(김현진, 김해란 2018). 이러한 고통스러운 정서를 방어하기 위해 자신이 느낀 수치심을 타인에게 투사하고, 수치심을 숨기기 위해 타인에게 공격성을 드러낸다(Nathanson, 1987). 그 결과, 진정한 자신의 모습을 드러내지 못해(Schoenleber & Berenbaum, 2012), 대인관계에서 친밀감을 형성하는 것이 어려워지고, 결국엔 스스로를 고립시킴으로써 우울해질 수 있다(Nathanson, 1992). 이러한 경험의 반복은 또 다른 문제를 야기할 가능성이 높다는 점에서 대학생의 내면화된 수치심은 다루어 져야 한다.

내면화된 수치심 관련 선행연구들을 살펴보면, 우울, 불안과 같은 내재화 문제가 발생하기도 하지만, 관계적 공격성과 같은 외현화 문제로도 나타난다(김현주, 이정윤, 2011; 김현주, 홍혜영, 2013; 박민정, 최보가, 2004; 최인선, 최한나, 2013). 또한, 내면화된 수치심과 공격성, 충동 조절 장애 및 중독가능성 간의 유의한 정적 상관을 확인했다(유은영, 2012; Bradshaw, 1988; Cook, 1991). 따라서 내면화된 수치심이 공격성 중 하나의 유형인 관계적 공격성을 유발하는 원인이 될 수 있다.

이처럼 수치심이 다양한 심리적 증상과 관련성을 보고하는 연구 결과가 꾸준히 나오고 있다. 수치심 치유의 시작은 방어적으로 피하는 것이 아닌 경험에서부터 시작되고, 개인의 정서적 문제를 근본적으로 이해하고 치유하기 위해서는 반드시 수치심에서부터 연구가 필요하다(Kaufman, 1989). 그렇기 때문에 내면화된 수치심을 독립변인으로 설정하고 관계적 공격성 사이의 매개변인이 존재할 것으로 가정하여 연구를 진행하고자 한다.

관계적 공격성에 대한 연구는 비교적 최근에 이루어지기 시작했고, 특히 내면화된 수치심과 관계를 살펴본 연구는 드물다. 지금까지 이루어진 연구를 살펴보면, 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계를 매개하는 변인으로 거부민감성(김현진, 김해란, 2018), 역기능적 분노표현(임정우, 홍혜영, 2016), 반추(최두환, 2013) 등이 있다. 이러한 연구결과들을 통해 관계적 공격성이 내면화된 수치심으로 인해 발전하기도 하지만 내면화된 수치심과 관계적 공격성 사이에 다른 변인이 연결되어 있다는 것을 나타낸다.

다수의 선행연구에서 내면화된 수치심은 대학생의 적응 및 대인관계 문제와 관련이 있으며, 정신건강 문제에도 영향을 주는 것으로 확인되었다. 특히 내면화된 수치심이 우울을 예측하는 주요한 변인임을 보고하였고, 여러 학자들에 의해 우울을 유발하는 성격 특성으로 알려졌다(강미애, 백용매, 2017; 곽현민, 정남운, 2022; 김영석, 배영광, 2021; 김현주, 홍혜영, 2013; 서정민, 박재우, 2019; 이진, 송미경, 2017). 이를 통해 대학생 시기에 발달과업인 친밀감을 형성하는데 부정적인 영향을 미칠 것으로 예상되는 내면화된 수치심과 우울 변인을 함께 연구해볼 필요가 있다.

국민건강보험공단 자료(2020)에 따르면, 우울증 진료 인원 65만 1810명 중 20대의 우울증 환자가 16.9%로 가장 많은 것으로 나타났으며, 청년 우울증 환자가 지속해서 증가하고 있다. 우울증은 감기에 비교될 만큼 흔하게 발생하지만, 오래 지속될 경우 광범위한 부분에 부정적인 영향을 미치게 된다(Beck, 1967). 심각한 우울은 자살 생각과 관련이 있었으며(Owen, Slee, & Shute, 2000; Zimmer Gembeck, 2012), 선행연구에서도 관계적 공격성과 자살 충동 사이에서 우울증상이 완전매개 하는 것으로 나타났다(Fite PJ, 2011).

이렇게 우울은 대학생의 정신건강에 많은 영향을 끼치고 있으며, 심각한 경우에는 스스로 목숨을 끊기도 한다는 점에서 심각한 질병이다. 2020년 2월 청년위원회가 발표한 ‘코로나19와 청년노동 실태’ 보고서에 따르면 우울함의 원인은 구직과 생계인 것으로 조사되었다. 이는 대학생의 우울을 개인적인 증세로 취급하기 보다는 사회가 주의를 기울이고 대책 마련이 필요한 문제이다.

대학생을 포함하는 20대는 진로에 대한 고민, 정서적·경제적 독립, 새로운 대인관계 형성 등 발달과업의 급변한 변화를 겪는다. 이러한 변화에 적응하지 못하거

나 주어진 과제를 균형 있게 해내지 못하면 스트레스와 우울, 불안 등 심리적 위기에 직면하게 된다(권중돈, 2021; 박수진, 김종남, 2018). 이로 인해 우울은 성인 초기인 대학생 시기에 급증하는 경향이 있으며(American Psychiatric Association, 2013), 이 시기의 우울은 성인기 까지 지속되어 만성적인 심리적 어려움을 야기할 수 있기 때문에 초기에 관리하고 사전에 예방하는 것이 중요하다.

대학생의 우울은 삶의 다양한 영역에서 부적응과 기능 저하를 경험할 것이다(이동미, 2016). 그리고 우울은 관계적 공격성 사이에도 유의미한 관련성이 있고(김동기, 최윤정, 2012; 김태순, 강차연, 2008; 김희숙, 이성희, 2008; 정주영, 2014; Panak & Garber, 1992), 아동, 청소년의 공격성과의 공병이 자주 관찰되는 요인으로 나타났다(신현숙, 2013). 공격성이 높은 청소년은 성인이 되어서도 공격성을 가지고 있을 가능성이 높다(Eron, 1987; Huseman, 1988; Loeber & hay, 1997; Olweus, 1979). 이러한 선행연구를 토대로, 우울은 내면화된 수치심과 관계적 공격성 간의 매개변인임을 가정한다.

종합해보면, 대학생의 내면화된 수치심은 우울에 영향을 미치는 요인이며, 우울은 관계적 공격성에 영향을 주는 요인으로 작용한다. 따라서 내면화된 수치심이 우울을 발달하게 한다고 설명한 선행연구(남기숙, 2008; Lewis, 1971; Retzinger, 1991)와 관계적 공격성을 예측하는 특성으로 우울을 설명한 선행연구들(강병철, 2019; 김덕건, 2019; 남지훈, 2017; 신민진, 하은혜, 2020)이 존재한다. 그리고 내면화된 수치심과 관계적 공격성에 관계를 설명한 선행연구들(노우빈, 2015; 박민정, 최보가, 2004; 배라영, 최지영, 2018)도 있다.

세 변인의 관련 연구로는 국외에서 이루어진 자기애성 성격장애를 가진 우울증 환자의 내면화된 수치심과 공격성의 연구(Fjermestad-Noll & Ronningstam, 2020)와 국내의 부부갈등과 청소년의 우울 및 공격성의 관계에서 수치심과 유기공포의 매개효과 연구(차정은, 이지연, 황상희, 2009)가 있다. 두 연구에서 내면화된 수치심, 우울, 공격성 각 변인은 상관을 나타냈다. 이러한 선행연구를 바탕으로 대학생의 발달과업인 친밀감 형성을 어렵게 하는 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 변인의 관계를 살펴보고, 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개 경로를 확인하여 하나의 틀을 제시하고자 한다. 이를 통해, 관계적 공격성을 낮추기 위한 기초자료를 제공할 것이다. 또한 재발이 잦

은 우울은 지속적이고 체계적인 관리가 필요하고, 만성적 우울로 진행되기 전에 초기대응이 중요한 만큼, 본 연구는 우울을 낮추기 위한 기초자료를 제공하는데 목적이 있다.

## 2. 연구문제 및 가설

본 연구에서는 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성 및 우울 간의 상관관계를 살펴보고, 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성 간의 관계에서 우울의 매개효과를 검증하고자 한다. 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 간 상관관계가 있는가?

연구가설 1-1. 내면화된 수치심과 관계적 공격성은 정적 상관을 보일 것이다.

연구가설 1-2. 우울과 관계적 공격성은 정적 상관을 보일 것이다.

연구가설 1-3. 내면화된 수치심과 우울은 정적 상관을 보일 것이다.

연구문제 2. 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울은 매개효과가 있는가?

연구가설 2-1. 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울은 매개효과가 있을 것이다.



### 3. 연구모형

본 연구는 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개효과를 검증하고자 한다. 연구문제에 대한 연구모형은 그림1-1 과 같다.

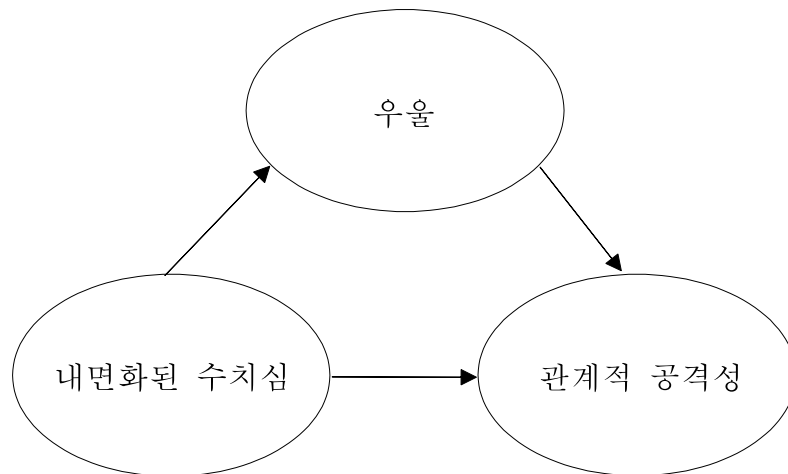


그림1-1 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개모형

### 4. 용어의 정의

본 연구에서는 주요 용어로 사용된 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울을 정의하면 다음과 같다.

#### 가. 내면화된 수치심

내면화된 수치심(Internalized Shame Scale)은 반복적으로 경험한 수치심이 자아정체감으로 내면화되어 스스로에 대한 열등감, 부적절감, 부족함 등을 느끼고,

지속적이고 만성적인 특성으로 심화되는 수치심(Cook, 1991)이라 정의하였다. 본 연구에서는 개인의 자기(self)안으로 내면화된, 자기를 향한 강한 부정적 정서로서의 수치심을 측정하기 위해 Cook(2001)이 개발하고 이인숙과 최해림(2005)이 번안한 내면화된 수치심(ISS) 척도를 사용하여 측정한 점수를 사용하였다.

#### 나. 관계적 공격성

관계적 공격성은 신체적 손상을 입히는 외현적 공격과는 달리 관계를 손상시키기 위해 뒷말하기, 악의적 소문 퍼트리기, 의도적으로 무시하기, 배척하기 등과 같은 간접적인 형태로 타인의 사회적인 위치나 평판을 해하는 비신체적 공격성의 개념이다(Crick, 1996; Crick & Grotpeter, 1995). 본 연구에서는 관계적 공격성을 측정하기 위해 Marsee, Kimonis와 Frick(2004)이 개발하고, 한영경(2008)이 번안한 또래갈등 척도(Peer Conflict Scale, PCS)를 사용하였다.

#### 다. 우울

우울(Depression)은 지각, 사고, 인지, 태도에서부터 대인관계까지 일상생활에 부정적인 영향을 주는 정서 상태를 말한다(Beck, 1967). Radloff(1977)에 의하면 우울 증상은 우울한 기분, 죄책감, 무가치함, 무력감, 절망감, 식욕 저하, 그리고 수면 장애와 같은 증상들이 나타나게 된다고 하였다. 본 연구에서는 지난 일주일 동안 경험한 우울을 측정한 것으로 개념을 정의하고, 대학생의 우울을 측정하기 위해 통합적 한국판 우울 척도(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale : CES-D)를 사용하였다(전경구, 양병창, 최상진, 2001).

## II. 이론적 배경

본 연구는 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개효과를 알아보고자 하며, 선행연구를 바탕으로 이론적 배경을 고찰해보고자 한다.

### 1. 내면화된 수치심

#### 가. 수치심의 개념

수치심(Shame)은 독일어의 'scame'란 말에서 유래된 것으로 수치심을 느끼면 땅속으로 들어가거나 사라지고 싶은 마음으로 '자신을 숨기다'라는 의미를 가지고 있다(Harper & Hoopers, 1990). 수치심은 실제 혹은 가상의 부정적인 판단을 받았다고 느끼게 되면 스스로를 비난함으로써 겪게 되는 불쾌한 정서적 반응으로 정의된다(Ausubel, 1955).

그러나 수치심은 누구나 보편적으로 경험하는 감정이고, 인간발달에 반드시 필요한 정서이다. 또한 수치심은 도덕성을 발달시키는데 중요한 작용을 하고, 양심과 정체성이 형성 되어 바람직한 행동을 하게 한다(Dost & Yagmurlu, 2008; Kaufman, 1989). 그리고 사회적 일탈 행동을 줄일 수 있다는 점에서 항상 부정적인 것만은 아니며, 개인내적 조절이나 대인관계에서 사회조절 기능을 한다는 점에서 긍정적인 면도 가지고 있다.(김시업, 김기범, 2003; 김용태, 2010; Shadbolt, 2009). 하지만 자신의 단점에만 초점을 맞추어 극단적으로 자기부정 및 비난을 할 때 다양한 심리적 부적응이 야기된다(김시업, 김기범, 2003).

수치심 발생과 관련된 이론을 살펴보면, 수치심 연구 초기의 Freud 정신분석적 관점에서는 수치심이 병리에 영향을 미친다고 보았고, 성적 충동에 대한 반응이

라고 하였다. 이에, 상대적으로 수치심에 대한 연구는 간과되었고, 수치심 연구는 죄책감과 혼용되어 이루어졌다. 수치심과 죄책감은 몇 가지 차원에서 구분할 수 있다(남기숙, 2008).

첫째, 유발 상황이 다르다. 수치심은 다른 사람의 눈에 비춰진 자신을 바라볼 때 수치심을 느낀다. 이때 나는 원하지 않은 사람, 되고 싶지 않은 사람이 되어 있다. 반면, 죄책감은 도덕적 질서를 위반한 상황으로 해야 할 일을 하지 않았거나 하지 말아야 할 일을 하는 상황이다.

둘째, 수치심, 죄책감이 가져오는 변화가 다르다. 수치심을 느끼는 사람은 자신이 타인의 시선 앞에 노출되었다고 느낀다. 자신을 부끄럽게 하는 하나의 특징으로 인해 내가 어떤 사람인지 결정되는 것 같고, 가치 없는 사람이라고 생각한다. 죄책감을 느끼는 사람은 자신이 속한 공동체에 소속될 수 없고, 설 자리를 잃어버린 것 같음을 경험한다.

셋째, 수치심과 죄책감의 기능이 다르다. 수치심을 느끼는 사람은 자신의 이상적 이미지를 회복하고자 하고, 개인의 이상을 지지하는 역할을 한다. 죄책감을 느끼는 사람은 자식이 속한 공동체로부터 용서를 받고 다시 받아들여지기를 바라므로 도덕 질서를 지킨다.

넷째, 지시하는 후속 행동이 다르다. 수치심은 대체로 숨은 행동을 유발시키고, 다른 사람 앞에 고통스럽게 노출되는 것을 피한다. 그러나 죄책감은 일을 원래대로 회복하고 도덕 질서를 복구하기를 바란다.

이 후 Piers와 Singer(1953)에 의해서 수치심은 심리 내적인 기제로 자신이 세운 이상이 기준에 도달하지 못하면, 현실과 이상의 괴리에서 발생한다고 보았다. 즉, 이상이 설정한 기대에 도달하지 못했을 때, 자신의 결점과 관련이 있으며 성적 기준 외에도 실패를 경험하면서 촉발 되는 현상이다. Wurmser(1981)도 수치심은 실제와 자기와 이상적 자기간의 불일치에서 일어난다고 보았다. 즉, 수치심은 기대와 현실의 차이에 의해서 발생하는 감정으로 보여 지고 싶은 나와 실제로 그러한 나 사이의 긴장이라고 했다.

한편, 수치심의 내면화와 병리적으로 변환되는 과정을 알아보기 위해서는 수치심과 애착의 관련성을 살펴보고자 한다. Erickson(1971)의 심리사회 발달단계 이론에 따르면 수치심(Shame)은 8단계 발달단계 중 18개월부터 3세까지에 해당하

는 2단계이다. 이 시기는 걸음마와 배변 훈련 등으로 성공과 실패를 경험하고, 충분히 세상을 탐색하면 자기통제와 자율성을 형성하게 된다. 그러나 부모가 지나치게 통제하고 간섭하면 수치심과 회의를 느낀다. 이렇게 유아기 초기에 형성된 수치심은 전생애에 걸친 성격적 특성으로 나타난다고 보고 있다(Cook, 1987).

Lewis(1971)는 인지귀인모델에 근거하여 수치심은 자기(self)에 대한 것으로 자신을 부정적으로 평가하며 실패의 결과로 자신을 평가하는 감정이라고 하였다. 이러한 수치심의 가장 큰 원인을 사랑의 철회로 보았다. Tomkins(1987)에 의하면 수치심은 양육자의 무시나 거부로 인해 즐겁고 긍정적인 감정이 중단될 때 생기는 반응이고, Kaufman(1989)은 한번 내면화된 수치심은 다양한 대인관계 상황에서 유발되고, 개인의 성격을 수치심에 기초한 정체성(shame-based identity)이라고 표현하기도 한다.

최근 현대인의 정신건강 문제가 수치심과 개인 내적 정신병리 문제인 우울, 불안, 분노, 타인을 비난하는 경향성, 자살, 부정적 평가에 대한 두려움 등 성격 구성개념 및 정신병리 지표와 관련성이 입증되었다(Piers & Singer, 1971; Erikson, 1971). 이러한 이론적 근거를 바탕으로 본 연구에서는 수치심을 실제 혹은 가상의 부정적인 판단을 받았다고 느끼게 되면 스스로를 비난함으로써 겪게 되는 불쾌한 정서적 반응으로 정의한다(Ausubel, 1955).

#### 나. 내면화된 수치심의 개념

수치심은 상태 수치심(state shame)과 특질수치심(trait shame)으로 구분하여 볼 수 있다. 상태수치심은 수치심을 유발하는 특정상황에서 일시적으로 고통스럽게 느끼는 수치심을 말한다(Goss et al., 1994). 그리고 수치심을 느끼는 것은 때때로 개인의 양심과 관련되어 있는 긍정적인 측면을 포함하고 있기 때문에 무조건적으로 역기능적인 특성이라고 보기는 어렵다. 그러나 특질수치심은 개인이 수치심을 느낄 필요가 없음에도 불구하고 수치심을 느끼는 것이다. 이는 한순간의 정서가 아니라, 지속적이고 만성적인 특성으로 인해 수치심이 개인의 내면에 자리 잡아 성격특성으로 나타나는 경우를 내면화된 수치심(internalized shame)이라고 한다(Cook, 2001).

수치심이 개인의 내면에 성격적 특성으로 굳어지게 되면 스스로를 가치 없고, 부적절한 존재로 왜곡해서 인식하게 된다. 이러한 내면화된 수치심이 개인의 정체성의 일부로 받아들여지면, 자신에게 결핍감, 부적절감, 열등감을 느끼고, 만성적이고 지속적으로 내면화된 수치심을 경험한다(Cook, 2001; Tangney, Wagner, & Grmzow, 1992). 수치스러운 감정은 받아들이기 힘들고 고통스럽기 때문에 우울이나 분노 같은 감정으로 대치되거나, 방어기제를 사용하여 나타난다(Lewis, 1971).

내면화된 수치심은 자기 존재에 대해 부적절하다고 느끼며 열등하고 공허한 존재로 여기는 자기 초점적 정서이기도 하다(최인선, 최한나, 2013). 그리고 누군가에게 나의 치명적인 결함이 드러났다고 느끼는 것과 관련이 있으며(Kaufman, 1989), ‘자기가 없어졌으면’, ‘쥐구멍에라도 들어갔으면’ 하는 자기 존재에 대한 공허감과 부적절감을 가진다(이인숙, 최해림, 2005). 또한 수치심을 유발하는 상황이 아님에도 수치심을 경험하고, 일반적인 상황에서도 부정적인 자기로 인해, 올바른 자기 형성을 막는다(Claesson & Sohlberg, 2002). 결국은 자신을 부적절하고 무가치하다 여기고, 자기의 기준에 도달하지 못하면 숨거나 도망치기를 원한다(Lewis, 1971; Tangney & Dearing, 2003).

개인의 성장과 발달과정에서 내면화된 수치심은 성인이 된 후에도 개인의 기질이나 성격과 같은 안정적인 특성으로 자리 잡아 변화하기 어려운 취약성을 나타낸다(Lutwak & Ferrari, 1997). 그리고 한 번 내면화된 수치심은 대인 관계적 상황에서 다양하게 유발된다(Kaufman, 1989). 이러한 자신의 열등한 모습을 숨기기 위해 포장된 거짓 자아를 만들며 살아가게 되고, 결국 자신으로부터도 소외되고, 타인과의 진실한 교류와 성장이 어려워진다(Bradshaw, 2002).

Cook(2001)은 내면화된 수치심의 하위요인을 부적절감, 공허, 자기차별, 실수 불안으로 나누었다. 부적절감의 영역은 스스로를 평가절하하면서 타인 역시 자신을 부족하게 볼 것이라고 생각하는 것이고, 공허의 영역은 내적으로 채워지지 않은 정서를 느끼는 것을 나타낸다. 그리고 자기차별의 영역은 완벽함을 추구하면서 스스로에게 부족함을 느끼는 것을 말하며, 실수 불안의 영역은 스스로에 대한 결점 노출과 타인의 평가에 대한 두려움을 느끼는 것으로 그 특성을 구분했다.

선행연구에 따르면 내면화된 수치심은 상태수치심에 비해 우울, 불안, 분노 등

정신 병리 지표들과 높은 관련을 보였고(남기숙, 2008; Lewis, 1971; Retzinger, 1991), 성별과 관계없이 애착, 중독, 섭식장애, 정체감, 폭력과 분노 등의 다양한 부적응적인 심리적 특성과 연관된 것으로 나타났다(Balcom, 1991; Cook, 1991; Fischer, 1987; Gramzow & Tangney, 1992; Grosch, 1994; Morrison, 1983, 1999; Murray & Waller, 2002; Rosario & White, 2006 재인용; Wells, Bruss, & Katrin, 1998; Wells & Hansen, 2003). 내면화된 수치심과 관련된 국내 연구들을 살펴보면 우울(강미애, 백용매, 2017; 곽현민, 정남운, 2022; 김영석, 배영광, 2021; 김현주, 홍혜영, 2013; 박세현, 이희경, 2022; 서정민, 박재우, 2019; 이진, 송미경, 2017), 대인관계 문제(김아름, 2018; 심현례, 2016; 차혜련, 2016), 사회불안(강미옥, 2018; 서은비, 2017; 신선영, 2016; 하태순, 구훈정, 2017), 공격성(김현진, 김해란, 2018; 안현진, 금명자, 2018; 임정우, 홍혜영, 2016; 하혜석, 2018), 분노(임혜령, 이영순, 2017; 장윤숙, 2016; 조현아, 2018) 등 다양한 심리적 어려움과 관련성을 보였다.

지금까지 내면화된 수치심은 매개변인으로 연구가 많이 이루어 졌다. 그러나 내면화된 수치심은 개인의 기질이나 성격처럼 안정적인 특성으로 자리 잡으며, 변화하기 어려운 특성을 가지고 있다(Lutwak & Ferrari, 1997). 또한, Kaufman(1989)는 수치심이 자신의 병, 영혼의 병으로 스스로를 고통스럽게 만드는 근원이기 때문에 인간을 이해하고 치유하기 위해서는 내면화된 수치심의 연구에서부터 시작되어야 함을 주장하고 있다. 이에 따라 내면화된 수치심을 독립변인으로 두고 연구를 진행하고자 한다.

이러한 이론적 근거를 바탕으로 본 연구에서는 수치심을 반복적으로 경험한 수치심이 자아정체감으로 내면화되어 자신에게 열등감, 부적절감, 부족함 등을 느끼는 지속적이고 만성적인 특성으로 정의한다. 그리고 특질 수치심인 내면화된 수치심에 초점을 맞추고 부적절감, 공허, 자기차별, 실수 불안의 하위요인을 포함하여 측정했다. 이를 통해 대학생들의 내면화된 수치심과 관계적 공격성, 우울간의 관계를 분석하고자 한다.

## 2. 관계적 공격성

공격성은 타인을 해하고자 하는 목적으로 행하는 행동이라고 정의할 수 있으며(Anderson & Bushman, 2002), 연구자에 따라 다양하게 구분하고 있다. 일반적으로 공격성의 형태를 기준으로 신체적(physical), 언어적(verbal), 그리고 관계적(relational) 공격성으로 구분할 수 있다(Dodge, Coie, 1998; Ostrov & Houston, 2008). 신체적 공격성은 외현적으로 드러나는 공격성의 한 형태로, 때리기, 밀치기, 발로 차기 등 물리적인 힘을 사용해서 타인에게 해를 가하는 공격성을 의미한다(Dodge, Coie, 1998). 언어적 공격성은 타인에 대한 모욕, 욕설 등 언행을 사용한 위협을 말하고, 또 다른 형태의 공격성인 관계적 공격성은 악의적인 소문, 거짓, 비밀을 퍼트리거나 상대방을 의도적으로 무시하고 집단에서 배제시키는 등 해를 가하기 위한 수단으로 관계적인 측면을 활용하는 공격성을 의미한다(Crick & Grotpeter, 1995; Ostrov & Crick, 2007).

공격성 발달 이론을 살펴보면, Freud(1955)의 본능이론에서 인간은 파괴하고 공격하는 죽음의 본능(타나토스)을 타고난 것이라고 했다. 이러한 본능은 인간의 자연스러운 특성으로 보았으며, 억제될 수 없고, 공격에너지가 결정적인 수준에 도달하면 폭력적이고 파괴적인 행동을 통해 방출된다고 보았다. 그렇기 때문에 공격성을 발산할 수 있는 통로를 제공하는 것이 중요하다고 주장했다. Lorenz(1966)의 본능이론에서는 공격성을 동물과 인간이 가지고 있는 일종의 투쟁의 본능으로 본능체계 전체 가운데 일부라고 보았다. Dollard(1939)의 욕구좌절 이론은 인간의 생리적·본능적 힘에 의해서라기보다는 기대했던 목표를 이루지 못했을 때 겪는 좌절에 의해 공격성이 유발된다고 주장했고, 좌절하는 경험이 인지되면 좌절 경험으로 인해 분노가 발생하고, 분노는 공격적인 모습으로 표출된다. 따라서 좌절은 반드시 공격을 낳고 모든 공격적 행동의 원인이 된다.

Bandura(1973)의 사회학습이론은 공격성을 본능이나 충동의 결과가 아닌 부모나 또래 친구, 혹은 다른 매체에서 나타난 공격행동을 관찰 학습한 결과로 강화 받을수록 빈도가 증가한다고 보았다. Dodge(1987)의 사회정보처리 이론은 좌절, 분노, 분명한 도발에 대한 반응은 상황 속의 사회적 단서에 의해서보다는 정보를



처리하고 해석하는 방식에 달렸다고 생각한다. 즉, 개인은 자신에게 놓인 사회적 상황으로부터 어떤 사회적 단서를 받아들이며 어떻게 해결하느냐에 따라 행동 반응이 달라진다.

초기 공격성에 대한 연구들은 신체적 공격 행동과 같은 단일 개념으로 이해되었지만(Parrott & Giancola, 2007), 공격성에 대한 연구가 진행되면서 하위요인을 구분하는 것이 필요하다는 주장을 제기했다. 그 결과 현재는 외현적 공격성(overt aggression)과 관계적 공격성(relational aggression)으로 공격성을 구분하고 있으며, 관계적 공격성이 공격성의 한 유형으로 다루어지고 있다(Crick & Grotpeter, 1995). 또한 과거와는 다르게 공격성의 유형이 다양하게 구분되면서 외현적 공격성뿐만 아니라 관계적 공격성 또한 주목을 받고 있으므로 관계적 공격성에 관한 연구를 진행하고자 한다.

관계적 공격성은 사회적 상호작용 가운데 특정 개인을 배제시키거나 관계를 손상시키기 위해 뒷말하기, 악의적인 소문 퍼트리기, 의도적으로 무시하기, 배척하기 등과 같은 간접적인 형태로 타인의 사회적인 위치나 평판에 해를 입히는 관계에 초점을 둔 비신체적 공격성으로 정의할 수 있다(Crick & Grotpeter, 1995).

Crick & Grotpeter(1995)는 표현 형태에 따라 외현적 공격성(overt aggression)과 관계적 공격성(relational aggression)으로 구분하였다. 외현적 공격성은 공격을 유발하는 대상에게 신체적 공격성과 언어적 공격성을 뜻한다.

이전의 공격성에 대한 연구들이 주로 신체적, 언어적으로 타인에게 해를 주려는 의도를 가진 외현적 행위들에 초점을 맞추었다면(이경희, 오경자, 1998), 관계적 공격성은 발현되는 장면을 포착하기 어려워 외현적인 공격성에 비해 뒤늦게 주목받았다(Crick, Grotpeter, & Bigbee, 2002). 관계적 공격성은 Crick과 Grotpeter(1995)에 의해 관계적 특성을 강조하는 공격성의 한 유형으로 개념화되어 1990년대 이후로 본격적인 연구가 이루어졌다(최지영, 배라영, 2014).

관계손상을 목적으로 하는 관계적 공격성(Crick & Grotpeter, 1995)은 사회적 관계를 이용한 독특한 유형의 공격성으로 직접적인 양상뿐만 아니라 간접적인 양상으로 표현될 수 있다(Leff, Waasdorf, & Crick, 2010). 관계적 공격성은 교묘하고 미묘하여 공격행동으로 보이지 않아 아무것도 하지 않았다고 하면 알 수 없다.(Young et al., 2011). 관계적 공격성의 구체적인 예로는 무시하기, 험담하기,

은근히 보이지 않게 소외시키기, 나쁜 소문 퍼뜨리기, 침묵을 통해 위협하기, 의도적으로 따돌리기, 이간질시키기 등이 있다(박우람, 홍상황, 2015; 이은숙, 2017; Archer & Coyne, 2005).

관계적 공격성은 기능에 따라 주도적 관계성과 관계적 공격성으로 구분할 수 있다. 구체적으로 하위요인을 살펴보자면, 주도적 관계적 공격성(proactive relational aggression)과 반응적 관계적 공격성(reactive relational aggression)의 두 가지 하위 유형으로 구분할 수 있다(한영경, 김은정, 2011). 주도적 관계적 공격성은 자신이 원하는 바를 이루기 위해 하는 고의적인 행동을 말하고, 반응적 관계적 공격성은 집단 안에서 관계 안에서 배제시키거나 자신이 놀림을 당했을 때, 보복적인 행동으로 상대방을 놀리는 등 보복적인 반응으로 표현되는 것이 특징이다(Caron, 2011).

Crick과 Grotpeter(1995)는 신체적인 우세함을 중시하는 남아보다 사회적 상황과 대인관계를 중시하는 여아에게서 관계적 공격성이 더 많이 나타난다고 보고하였다. 이후 관계적 공격성은 인구학적 변인을 중심으로 연구 되었고, 관계적 공격성에 대한 성차 연구는 그 결과가 일관되게 나타나지 않고 있다. 관계적 공격성 연구에서 주로 여아로부터 나타나는 특성과 행동이라고 밝힌 연구(박성연, 2002; 심희옥, 2007; 이경희, 오경자, 1998; Crick, Bigbee, & Howes, 1996; Crick & Grotpeter, 1995; French, Jansen & Pidada, 2002)와 외현적 공격성과 관계적 공격성 모두 여자보다 남자가 높게 나타난 연구가 공존한다(김지현, 박경자, 2006).

그리고 성별에 따라 유의한 차이가 나타나지 않음을 밝힌 해외 연구들(Card, Stucky, Sawalani, & Little, 2008; Roecker Phelps, 2001; Rys & Bear, 1997)과 국내 연구들(김민정, 도현심, 2001; 이경미, 박주희, 2016; 정다운, 2015)이 있으며, 성별의 차이가 없고, 나이와 관련한 관계도 유의미하지 않다는 연구들(이서란, 2013; 최지영, 배라영, 2014; Marshall, 2015)도 있다. 이렇게 연구마다 성차가 일관되지 않게 나타나는 이유를 Underwood와 Galen, Paquette(2001)는 연구대상 연령대에의 차이나 공격성을 측정하는 평가 방법으로 인한 것이라 설명하고 있다.

관계적 공격성 관련 변인 연구를 살펴보면, 우울(강병철, 2019; 김덕건, 2019; 남지훈, 2017; 신민진, 하은혜, 2020), 사회불안(김경숙, 김완일, 2015; 김윤희,

2021; 이화목, 김현아, 2019), 거부민감성(김현진, 김해란, 2018; 박다영, 2020; 전아영, 2020) 등과 관련이 높은 것으로 나타났다. 관계적 공격성은 외현적인 공격성에 비해 공격행동의 표출이 직접적이지 않아 겉으로 드러나는 않지만(한나, 이승연, 2015; Pellegrini & Long, 2002), 신체적 공격성만큼 해로운 결과를 야기한다(Crick, 1996). 관계적 공격성은 아동기에서 초기 청소년으로 연령이 증가하면서 표현능력 및 사회적 인지능력의 발달로 인해, 직접적이고 신체적 공격행동인 외현적 공격성은 감소하고, 간접적으로 은밀하게 행해지는 관계적 공격성은 증가하는 것으로 나타났다(심은신, 이동훈, 2011; 서미정, 2011). 그러나 관계적 공격성의 특성상 성인을 대상으로 실시한 연구는 많지 않다.

본 연구에서는 관계적 공격성을 사회적 상호작용 가운데 특정 개인을 배제시키거나 관계를 손상시키기 위해 뒷말하기, 악의적인 소문 퍼트리기, 의도적으로 무시하기, 배척하기 등과 같은 간접적인 형태로 타인의 사회적인 위치나 평판에 해를 입히는 관계에 초점을 둔 비신체적 공격성으로 정의한다. 그리고 관계적 공격성은 모든 연령층에서 성별에 관계없이 일어날 수 있다고 가정하고 있다. 관계적 공격성의 연구대상 확장이 필요함에 따라 성인초기에 해당하는 대학생을 대상으로 성별은 통제된 이후, 변인들과의 관계를 검증하고, 관계적 공격성에 대해 고찰하고자 한다.

### 3. 우울

#### 가. 우울의 개념

APA(2013)에 따르면 우울(depression)은 정도는 개인에 따라 차이를 보이며 발생 빈도나 기간이 다양하게 나타나는 역기능적인 장애이다. 우울이란 누구나 경험할 수 있기 때문에 일상생활과 임상장면에서 흔히 관찰 할 수 있다. 우울은 스트레스 사건에 의해 흔하게 경험하게 되는 가벼운 우울에서부터 증상의 지속 기간과 심각성에 따라 치료가 병행되어야 하는 정신병적 우울에 이르기까지 다

양하게 나타난다(서송이, 2001).

DSM-5(2015)에 따르면 우울 증상을 겪는 사람은 슬프고 우울한 기분, 거의 모든 활동에 있어서 흥미나 즐거움의 상실, 불면증, 체중 변화, 식욕에 있어서 변화, 주의력 집중력 저하, 활동력 감소, 무가치감, 죄책감, 자살 충동 및 자살 시도 등의 증상을 보인다. 권석만(2013)은 우울증의 증상으로 정서적, 인지적, 행동적 그리고 신체·생리적 영역 등에서 다양하게 나타난다고 하였다. 첫째, 정서적으로 슬픔, 공허함, 고립감, 좌절 등의 고통스러운 정서를 수반하고, 일상에서 즐거움을 느끼지 못하고 삶이 무의미하다고 느낀다. 둘째, 인지적으로는 현재와 미래에 대해 부정적인 생각이 나타난다. 셋째, 행동적으로는 행동과 사고가 느려지며, 해야 할 일을 미루거나 지연시키는 일을 반복한다. 마지막으로 신체 생리적으로는 지연행동, 식욕부진과 피로감, 수면의 어려움을 느끼는 불면증 또는 과다 수면증을 호소하기도 하며, 식욕과 체중에 현저한 변화가 나타날 수 있으며, 성욕의 감소, 두통 등 증상이 나타날 수 있다.

Freud(1917)의 정신분석적 관점에서 우울은 무의식적으로 분노가 자신에게 향한 현상이라고 보았다. 애정능력의 상실, 극도로 고통스러운 낙담, 모든 활동의 억제, 자기책망이나 자포자기, 처벌에 대한 망상적인 생각 등 다양한 방식으로 자기 존중감이 저하되는 것이다. 그리고 우울은 실제이든 상상이든 어린 시절 사랑하는 대상의 상실에서 비롯되며, 낮은 자존감과 무기력에 초점을 맞추어 실제 자아와 이상적 자아 간의 괴리에서 야기된다고 보았다.

학습이론에서는 강화 및 활동의 감소라는 개념으로 설명할 수 있는데, 사랑하는 사람으로부터 받았던 긍정적 강화의 상실이 우울을 야기한다고 보았다. Lewinsohn(1974)은 우울증에서 보이는 활동성 감소나 불행감은 혐오적이고 불쾌한 경험이 증가하고, 긍정적 강화가 감소함에 따라 발생하며 학습된 무기력으로 인해 나타날 수도 있다(Seligman, 1973).

인지이론에 따르면, Beck(1979)은 우울의 원인은 부정적인 사건 자체가 아닌 부정적 인지 양식으로 보고 있다. 자신, 미래, 세상을 향한 부정적이고 비합리적인 사고(인지 삼제)가 우울증을 유발하는 원인이라고 보았다. 개인이 경험하는 사건 그 자체보다 사건에 의미를 부여하고 부정적으로 해석하는 인지가 우울감을 형성한다. 즉, 우울한 사람은 비합리적 신념과 같은 논리적 오류 때문에 우울

상태에 빠진다는 것이다. 우울한 사람은 생활 사건의 의미를 왜곡시키는 인지적 오류를 범하는 경향이 있고, 자신과 세상에 대해서 비현실적인 기대와 믿음을 지니고 있으며, 이처럼 부정적인 사고 내용, 신념체계, 사고과정과 인지적 오류가 우울증을 유발한다고 개념화 한다(권석만, 2013).

이와 같이 우울은 다양한 이론에 의해서 설명 되고 있다. 그리고 원인과 증상이 개인에 따라 가벼운 우울에서부터 치료가 필요한 정신병적 우울, 심각한 경우 자살에 이르게 할 수 있다는 점에서 지속적인 연구가 필요한 변인이다. 이러한 이론적 근거를 바탕으로 본 연구에서는 우울을 슬프고 우울한 기분, 거의 모든 활동에 있어서 흥미나 즐거움의 상실, 불면증, 체중 변화, 식욕에 있어서 변화, 주의력 집중력 저하, 활동력 감소, 무가치감, 죄책감, 자살 충동 및 자살 시도 등의 증상을 나타내는 정서, 인지, 행동, 신체 생리적인 반응으로 정의한다.

#### 나. 대학생의 우울

대학생 시기는 청년기(Adolescence)로 아동기와 성인기 사이의 과도기적 발달 단계에 해당하고, 성인으로 독립하기 위해 다양한 준비를 하는 시기이다. 그리고 부모로부터 정서적인 독립을 추구하고 자아정체감을 형성하며 성인기로의 진입을 앞두고 있는 과도기적 단계라고 할 수 있다. Havinghurst(1973)는 이 시기에 정체감을 갖기 위해 다양한 것을 시도하고 동시에 많은 혼란과 불안정성을 경험한다고 하였다. 그리하여 심리적 부담과 스트레스를 경험할 가능성이 높아진다.

이 시기는 타인과 친밀한 관계를 형성하는 발달과업을 수행하고, 개인의 독립성과 유능감을 개발한다. 그리고 다양한 가능성을 탐색하지만, 정서적, 사회적 발달 또한 대학생 시기에 급속하게 이루어지는 경향으로 심리적 부담을 경험하게 된다(장희숙, 2002). 또한, 대학이라는 새로운 환경에서 학업적, 경제적, 관계적 측면에서 많은 변화가 대학생들에게 스트레스를 주게 될 것이다. 특히, 한국의 대학생들은 이전까지 통제적이고 타율적인 생활 방식에서 갑작스럽게 개인의 자율성과 책임이 부여되며, 혼란을 겪는다(윤명숙, 이효선, 2012). 이처럼 다양한 발달 과업과 갈등들을 겪게 되는데 이러한 갈등을 적절하게 해결하지 못하게 되면, 우울 증상을 경험할 가능성은 높아 질 수 있다(이동미, 2016).

이 시기는 국내외에서 정신 건강 문제가 증가하는 기간이라고 보고한다. 정신 장애 중에도 우울증은 대학생 시기에 갑자기 증가하는 것으로 알려져 있다. 국민건강보험공단 자료(2020)에 의하면 20대가 우울증으로 병원을 가장 많이 찾았고, 우울척도검사를 통해 측정한 결과 청년의 우울 원인은 구직과 생계가 원인인 것으로 나타났다.

특히 우리나라 대학생들의 우울증상은 비교적 심각하다고 할 수 있다(이은희, 2004). 이러한 현상은 지나친 입시경쟁으로 자기의 적성이나 가치관, 진로 등을 탐색할 기회를 충분히 갖지 못하고 진로문제에 직면하기 때문이다. 이 후 심각한 취업난과 청년실업으로 미래에 대한 불안, 급격한 환경변화, 경쟁 등을 겪게 되면 더욱 심한 갈등과 함께 우울, 불안을 경험할 수 있다(강슬아, 2016; 김효정, 2010; 조혜정, 이윤주, 2014). 대학생 시기에 우울을 경험하게 되면 확대된 대인관계, 정체감 확립, 독립 등과 같은 발달과업의 성취가 어려워지고(공수자, 이은희, 2006), 이 시기의 우울은 정신병적인 장애로 발전되기 쉽다(Beck & Young, 1978).

이렇듯 다양한 사회 문제와 경쟁적인 사회현상들이 대학생의 우울에 많은 영향을 미친다. 우울은 누구나 경험할 수 있지만, 회복 이후에도 재발 가능성과 만성화 될 가능성이 높다. 그리고 지속시간이 길어지면 우울증상이 심화되어 일상생활의 부적응을 일으킬 수 있으며 삶의 기능을 저하시키기도 한다. 그뿐만 아니라 우울한 상태에서는 부정적이고 비관적인 생각이 증폭되는데 자신을 무능하고 무가치한 존재로 여기며 자기비하적인 생각과 함께 미래가 비관적이고 절망적이라고 느낀다. 이로 인해 죽음과 자살에 대한 생각을 자주 하게 되는 상당히 치명적인 심리적 장애라고 할 수 있다(권석만, 2013).

Erikson(1971)의 발달 단계에 따르면 대학생 시기는 초기 성인기로 친밀감이 주요 발달 과업이며, 이 시기는 타인과의 의미 있는 대인관계를 형성하는 것이 중요하다. 그러나 현실은 경쟁으로 인해 의미 있는 대인관계를 형성하는데 어려움이 있으며, 이로 인해 우울은 발생한다(Lewinsohn, 1974). 우울은 살면서 누구나 겪을 수 있는 정서이지만 재발이 잦기 때문에 개인 문제가 아닌 사회 전체의 문제로 관심을 가지고 예방에서 사후관리까지 체계적인 관리 시스템 구축이 필요하다. 본 연구에서는 대학생들이 겪는 우울 증상의 정도를 측정하기 위해 정상

인들을 대상으로 우울을 측정할 수 있는 한국판 CES-D를 사용하여 우울을 측정하고자 한다.

#### 4. 연구변인 간의 관계

##### 가. 내면화된 수치심과 관계적 공격성

대학생은 청소년기에 급격한 발달경험과 성인역할에 대한 기대, 사회적 평가 등으로 인해 수치심을 경험하게 된다(Reimer, 1996). 수치심은 정서적 느낌이 강렬해서 정체감을 위협하는 고통이 뒤따르기 때문에 억압, 투사, 부인, 회피 등의 방어를 사용하여 고통을 회피하고자 하고, 방어적인 태도를 취한다(Freud, 1905). 수치심은 다른 감정으로 대치되어 나타나는 경향이 있는데, 수치심으로 인해 발생하는 열등감을 견디지 못하고 ‘부끄러움을 느끼는 것은 내가 아닌 너’라고 타인을 경멸하며 공격한다(Nathanson, 1987). 지속적으로 느끼는 수치심은 성격으로 굳어져 수치심을 느끼지 않아도 될 상황에서도 수치심을 느끼게 되는데 이러한 개념을 내면화된 수치심이라고 한다(Tangney & Dearing, 2003).

내면화된 수치심이 높으면 여러 가지 심리적 문제들이 발생할 수 있다(Tangney, Wangner & Gramzow, 1992). 감정을 느낄 때마다 수치심을 느끼고, 감정 표현하는데 어려움을 겪기도 한다(김민경, 현명호, 2013). 또한 스스로를 비하하기도 하지만 타인을 비난하고 공격할 가능성이 높게 나타난다(Lutwak, Panish & Ferrari, 2002; Tangney, 1991).

내면화된 수치심이 발생하면 이를 숨기기 위해 타인에게 공격적인 행동을 한다(Harper & Hoopes, 1990). 그러나 자신의 부적절함을 감추고 수치심을 유발하는 상황으로부터 숨고 싶은 욕구로 인해 직접적인 공격 행동을 사용할 가능성이 줄어들 수 있다(Tangney, 2001). 그리고 직접적인 신체적·언어적 공격성 대신에 사회적 상호작용에 부정적 영향을 줄 수 있는 관계적 공격성을 나타낼 수 있다(최지영, 배라영, 2014).



내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계를 설명하는 선행연구들을 살펴보면, 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 직접적인 영향을 미친다는 연구결과(송혜란, 2013; 최두환, 2013)와 간접적인 영향을 미친다는 상반된 연구결과(김현진, 김해란, 2018; 안현진, 금명자, 2018; 임정우, 홍혜영, 2016)가 공존하고 있다. 그러나 앞서 살펴보았듯이 내면화된 수치심이 높은 대학생의 경우 사회적 비난에 대한 자각이 가능해져 신체적이고 언어적인 공격성이 줄어든다. 대신에 표면적으로 잘 드러나지 않는 관계를 이용한 공격성을 보일 가능성이 높다(노우빈, 2015; 박민정, 최보가, 2004; 배라영, 최지영, 2018).

관계적 공격성 또한 성인이 될수록 학습의 영향으로 타인을 공격하는 행동이 도덕적으로 비난받을 행동임을 인지한다(배라영, 최지영, 2018). 그렇기 때문에 익명성을 보장 받을 수 있고, 자신의 행동에 따른 비난을 피할 수 있는(Loudin, Loukas, & Robinson, 2003) 관계적 공격성을 드러낸다. 수치심은 대인관계에서 가장 빈번하게 일어나는 경험임을 입증하였고, 수치심이 공격적 반응과 같은 부정적 대인행동과 상관이 있음을 보고하였다(Lopez, 1997).

수치심 수준이 높은 사람일수록 행동화, 수동공격, 투사 등의 미성숙한 방어를 많이 사용한다. 또한 자기에게 수치심을 준다고 여겨지는 대상을 직간접적으로 공격하는 행동을 나타낸다(이지연, 2008). 최지영, 배라영(2014). 내면화된 수치심이 높은 개인은 타인의 평가를 의식하여 자신의 부정적인 모습을 보이는 것에 대한 두려움이 높다. 이로 인해 직접적으로 드러나는 공격성이 아닌 간접적인 공격성을 사용할 가능성이 높으므로(Tangney et al, 1996), 관계적 공격성이 나타나는 원인이 될 수 있다.

관계적 공격성에 영향을 미치는 심리적 특성을 살펴보면, 개인 내면적 요인과(Mathieson & Crick, 2010), 우울, 불안, 외로움, 고독감(Dahlen, Czar, Prather, & Dyess, 2013)과 자기에, 내면화된 수치심(송혜란, 2013; 안현진, 금명자, 2018; 임정우, 홍혜영, 2016; 최지영, 배라영, 2014) 등과 관련을 살펴볼 수 있다. 특히, 내면화된 수치심이 높은 대학생은 신체적 공격성이나 언어적 공격성 대신에 관계적 공격성을 보일 수 있다는 선행연구를 바탕으로 내면화된 수치심과 관계적 공격성간의 관계를 살펴보고자 한다.



## 나. 우울과 관계적 공격성

아동과 청소년기에 나타나는 우울과 공격성은 동시에 발생할 가능성이 높고 (Hale, Vik, Akse, & Meeus, 2008), 우울한 청소년에게 공격성은 자주 나타난다 (Knox et al, 2000). 청소년 시기는 급격한 정서발달로 정서가 강렬해지고 감정의 기복이 심해지는데, 이로 인해 우울이나 공격성과 같은 심리문제를 겪을 위험이 높아진다(Berk, 2010). 많은 사람들은 우울 증상에 대한 반응을 철회하지만, 어떤 사람들은 우울 증상을 불쾌한 것으로 지각하고 분노감을 높게 느낄 수 있다(김동기, 최윤정, 2012). 그렇기 때문에 우울 증상은 충동적인 공격성으로 이어지고 (Ferguson, Averil, & Rhoades, 2005), 행동장애나 공격성을 유의미하게 예측한다고 보고된다(Cole & Carpentieri, 1990).

청소년 시기는 급격한 정서발달로 정서가 강렬해지고 감정의 기복이 심해진다. 이로 인해 우울이나 공격성과 같은 심리문제를 겪을 위험이 높아질 수 있다 (Berk, 2010). 그리고 아동·청소년기 우울은 성인기로 이어지며 알코올 사용의 증가, 분노, 충동성 등을 포함한 공격성의 위험을 증가시키고(Dutton & Karakanta, 2013), 광범위하게 심리, 사회적인 손상으로 확대된다(Aronen & Soininen, 2000; Harrington, 1990).

선행연구들에 의하면, 우울과 관계적 공격성은 유의미한 관련성이 있는 것으로 나타났다(강병철, 2019; 김덕건, 2019; 남지훈, 2017; 신민진, 하은혜, 2020; Kolbert & Schreiber, 2010; Bagner, 2007; Goldstein, 2008; Panak & Garber, 1992; Storch, 2004). 그리고 우울 증상이 높은 아동과 청소년은 쉽게 화를 내고 성급한 행동으로 문제를 해결하려는 경향이 있다. 이로 인해 공격성을 초래하기도 하고(Wolff & Ollendick, 2006), 좌절감을 공격성으로 표현하기도 한다 (Berkowitz, 1989; Knox, King, Hanna, Logan, & Ghaziuddin, 2000).

또한, 청소년의 비행과 관련된 연구들에서는 공격적 행동을 보여주는 가해자의 심리·정서적 특성 중 하나로 우울이 보고되고 있다(곽금주, 문은영, 1993; 김유자, 백용매, 2000; 김혜영, 2000; 한상우, 안정희, 한선호, 1997). 현재의 우울 수준이 청소년 폭력을 가장 잘 예측하는 것으로 나타났고(Ferguson, 2005), 공격성과 같은 문제 행동의 기저에는 가면성 우울이 내재하는 경우가 많은 것으로 보고되고

있다(Chiles, Miller, & Cox, 1980). 이는 우울 증상이 높아지면 공격성이 증가할 수 있다는 것을 의미한다.

공격성이 높은 청소년은 성인이 되어서도 공격성을 가지고 있을 가능성이 높다(Eron, 1987; Huseman, 1988; Loeber & hay, 1997; Olweus, 1979). 그리고 성인은 외현적 공격성 보다는 간접적이고 은밀하게 행해지는 관계적 공격성이 증가하는 것으로 나타났다(심은신, 이동훈, 2011; 서미정, 2011). 이러한 선행연구를 바탕으로 본 연구에서는 우울이 관계적 공격성에 관계를 미친다는 전제로 대학생이 겪는 우울과 관계적 공격성의 관계를 검증하고자 한다.

#### 다. 내면화된 수치심과 우울

내면화된 수치심이 다양한 심리적 어려움과 관련된다는 사실은 수많은 연구들을 통해 입증되었다. 그 중 내면화된 수치심과 관련하여 중요하게 다루어지는 변인으로 우울이 있다. 기존 연구에서도 내면화된 수치심과 우울의 관계는 많이 다루어졌고, 유의미한 정적 상관 나타났다.

Lewis(1987)에 의하면 우울증은 무기력에 대한 정서적 반응이고, 자신과 타인의 시선에 비추어 사랑받지 못함을 느끼는 경우에 발생하는 반응이라고 하였다. 또한 우울에서 공격성이 나타나는 것은 창피함에서 파생되는 분노와 관련이 있다. 즉, 우울증 환자의 무가치감은 죄책감이라기보다 수치심이 문제인 것으로 보았다(Lewis, 1987; Nathanson, 1992). 내면화된 수치심은 주관적으로 느끼는 긍정적 정서를 감소시키는 특징이 있어 우울과 관련이 되어 있다(Clark & Wation, 1991). 내면화된 수치심은 전체 자기에 대한 부적절감과 무가치감을 경험하게 하므로 자신의 부적절감이 노출되지 않도록 하기 위해 대인관계를 회피하는 행동으로 자신을 고립시키며, 이러한 행동이 우울한 감정을 지속되게 만드는 요인이 된다(김영석, 2008).

내면화된 수치심이 높을수록 일상적인 상황이나 대인관계에서 자신의 모습을 드러내는 것을 두려워하여(김민경, 현명호, 2013), 스스로를 고립시켜 우울을 경험할 수 있을 것으로 생각된다. 또한, 내면화된 수치심은 자기 손상을 예견하는 심리적 특성으로 다양한 심리적 어려움과 관련이 깊다고 하였다(황지선, 안명희,

2015). 내면화된 수치심과 다른 정신병리 지표들은 높은 상관을 나타낸다.

내면화된 수치심과 변인들 간의 관계에 대한 연구들은 꾸준히 이루어져 왔으며, 내면화된 수치심과 우울과 정적 상관이 여러 연구에서 밝혀졌다(강미애, 백용매, 2017; 서은아, 2017; 이인숙, 이지연, 2009; 이인숙, 최해림, 2005; 이진, 송미경, 2017; 황지선, 안명희, 2015; Hoblitzelle, 1987; Orth, 2006). 이러한 결과로 비추어 봤을 때, 내면화된 수치심은 우울에 영향을 미치는 중요한 요인이라는 것을 의미한다.

수치심이 내면화된 개인은 전반적인 자기에 대한 무가치함을 느끼고 비관적인 자기평가를 한다(Kaufman, 1989; Lewis, 1971; Tangney & Dearing, 2002). 이들이 느끼는 모든 감정은 수치심에 묶이므로 다른 감정을 느끼는 상황에서도 적절한 감정표현을 하지 못하고, 방어하거나 철회하게 되는데 이는 정서적 문제에도 부정적인 영향을 미치게 된다(Bradshaw, 2005). 수치심을 반복적으로 느끼는 것은 매우 고통스럽기 때문에 이를 피하기 위해 방어기제를 사용하거나(홍은수, 2002), 이차 정서로 대처하여 표출하게 된다(장진아, 2006). 따라서 내면화된 수치심 수준이 높은 사람일수록 관계에서 불안, 우울, 두려움 등 부정적이고 고통스러운 정서를 더 자주 경험하게 된다(차혜련, 2016).

내면화된 수치심과 우울은 유사한 점이 있다. 내면화된 수치심과 우울은 자기 전체를 비난함으로써 형성되며, 자기 자체가 결함이 있고 가치가 없는 것 같은 가치감의 손상을 느낀다. 또한, 귀인 하는 방식이 전반적이고 안정적이며, 자신의 내부로 향한 다는 점에서 유사하다(김지연, 2010). 그 외에도 우울장애를 경험하는 사람들은 자신이나 타인의 시선에 자기를 비취봤을 때, 자신이 사랑받지 못할 것이라 여겨지면 무기력과 무가치감을 경험하게 되는데 이러한 정서적 반응의 기저에는 내면화된 수치심이 자리 잡고 있다는 연구 결과가 있다(Lewis, 1987).

내면화된 수치심은 자신의 존재 자체에 대한 결함을 느끼는 정서이다(Chan, Hess, Whelton, & Yonge, 2005). 이러한 수치심의 경험은 고통스럽기 때문에 사람들은 다양한 대처전략을 사용하는데, 대처전략으로 수치심을 분노나 우울과 같은 다른 감정으로 대처하고, 부인, 억제와 같은 대처전략을 반복하게 되면 이러한 방어적인 대처방식은 고착화되어 성격적 특성이 될 수 있는 것이다(Lewis, 1971).

내면화된 수치심은 친숙한 관계 형성을 어렵게 만들어 대학생 생활 적응에 어려

움을 초래하고, 내면화된 수치심을 느끼게 하는 실패를 경험하지 않기 위해 새로운 과업에 도전하지 않게 될 것이다(이진, 송미경, 2017). 이렇게 새로운 시도를 하지 않음으로써 새로운 능력을 개발할 수 없게 하여 실패의 경험이 더 늘어나게 될 수 있다(하정희, 송수민, 정은선, 2010).

이처럼 내면화된 수치심은 우울을 증가 시키는 요인임이 선행 연구들을 통해 반복적으로 확인되었다. 수치심이 내면화되면 자신에 대해 무가치함을 느끼고 비관적인 자기평가를 하게 되고, 이러한 경험은 너무 고통스럽기 때문에 우울에 영향을 미칠 것으로 예상된다.

#### 라. 수치심, 관계적 공격성, 우울의 관계

수치심은 다른 감정으로 대치되어 나타나는 경향이 있으며, 수치심으로 인해 발생하는 열등감을 견디지 못하고 타인을 공격하는 특성을 나타낸다(Nathanson, 1987). 또한 수치심은 자기가 손상되는 매우 고통스러운 감정이기 때문에 자신이 느끼는 수치심을 조금이라도 줄여보고자 다양한 방어 전략을 사용하게 된다.(홍이화, 2010; Lewis, 1971; Tangney & Dearing, 2002). 수치심에 대한 방어로는 자신에게 수치심을 느끼게 한 대상을 공격하는 분노 행동, 부적절한 자기에 대해서 느끼는 자책으로 수치심 대신 우울을 느끼기 등이 있다(이지연, 2008; Lewis, 1971; Tangney & Dearing, 2002). 이를 통해 수치심과 분노 행동이라고 할 수 있는 공격성 그리고 우울간의 상호작용에 주목할 필요가 있다.

내면화된 수치심과 우울의 관계는 여러 연구(강미애, 백용매, 2017; 서은아, 2017; 이인숙, 이지연, 2009; 이인숙, 최해림, 2005; 이진, 송미경, 2017; 황지선, 안명희, 2015; Hoblitzelle, 1987; Orth, 2006)에서 밝혀졌다. 그리고 내면화된 수치심이 높은 대학생의 경우에는 사회적 비난에 대한 자각이 가능해져 신체적이고 언어적인 공격성 대신에 표면적으로 잘 드러나지 않는 관계적 공격성을 보일 가능성이 높다(노우빈, 2015; 박민정, 최보가, 2004; 배라영, 최지영, 2018)는 연구결과가 있다. 또한, 우울과 관계적 공격성의 연구들(강병철, 2019; 김덕건, 2019; 남지훈, 2017; 신민진, 하은혜, 2020; Kolbert & Schreiber, 2010; Bagner, 2007; Goldstein, 2008; Panak & Garber, 1992; Storch, 2004)이 존재한다.

앞선 연구에서는 고등학생을 대상으로 청소년이 지각하는 부부갈등이 우울과 공격성(차정은, 이지현, 황상희, 2009)에 어떤 관계가 미치는지 살펴보고, 수치심이 청소년의 우울과 공격성에 유의한 정적 상관을 나타냈다. 그리고 Fjermestad-Noll & Ronningstam(2020)의 연구에서는 자기애적 성격장애를 가진 우울증 환자의 완벽주의, 수치심, 공격성의 관계에서 정적 상관을 보였다. 이러한 결과로 수치심, 공격성, 우울간의 상관을 확인하였지만, 공격성의 한 유형인 관계적 공격성 관련 연구는 아직 이루어지지 않았다.

따라서 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울은 서로 유기적인 관계를 맺고 있을 것이라 예상한다. 그러나 이들 변인 사이에 관계를 밝힌 연구는 아직 진행되지 않았다. 이에 본 연구에서는 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울의 관계를 살펴보고, 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 역할을 검증 하고자 한다.

### Ⅲ. 연구방법

#### 1. 연구대상 및 절차

본 연구는 전국의 4년제 대학생 436명을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하여 분석했다. 자료 수집은 온라인과 모바일 조사 뿐 아니라 오프라인 조사와 공공정책 조사, 선거 캠페인 조사, 사회현안 조사 등을 실시하고 있는 M사를 통해 실시했다. 해당 리서치 기관의 패널 수는 전국의 온라인조사 패널 1,575,272명(2022년 6월 초 기준) 중 200,498명의 대학생 패널을 보유하고 있으며, 실명확인을 통한 회원가입과 패널 등급제도, 3진 아웃 제도 등으로 철저히 패널을 관리한다. 특히, 데이터 검증 단계에서 패널의 DB를 활용한 검증, 응답시간 검증, 온라인 실사단계에서 시간 제어, Step by Step을 통해 무응답 문항을 사전에 방지하며, 이를 통해 조사 품질을 확보하고 있다.

코로나 19로 인해, 오프라인 설문조사를 실시하는데 한계가 있어 온라인 설문조사를 실시했다. 권익현(2005)의 연구에서는 온라인 설문조사와 오프라인 설문조사의 유사한 결과를 나타냈는데, 남궁상(2008) 또한 온라인 조사의 품질이 오프라인 조사에 비해 데이터 품질이 결코 낮은 수준이 아니며, 효율성 측면에서는 온라인 조사가 앞서고 있다. 그리고 이윤석(2008)은 분석결과에서 설문 응답시간을 통해 불성실 응답자를 차단하여 설문의 신뢰도를 향상시킬 수 있다고 보았다.

본 연구의 자료 수집은 2021년 10월 22일부터 25일까지 약 4일에 걸쳐 이루어졌다. M사를 통해 실제 참여한 인원은 1068명으로, 데이터 검증단계에서 4년제 대학생이 아닌 393명과 진행 중 포기한 231명이 제외되었다. 조사된 총 444부(남자 222명, 여자 222명) 중 불성실 응답 및 응답시간 초과된 8부를 제외한 436부(남자 216명, 여자 220명)의 설문자료가 분석에 사용되었다. 본 연구대상의 인구통계학적 특성은 표 III-1 과 같다.

첫째, 연구대상자 436명의 성별 분포는 남자 216명(49.5%), 여자 220명(50.5%)

으로 남학생과 여학생의 비율은 큰 차이가 없다.

둘째, 학년은 4학년이 162명(37.2%)으로 가장 많았고, 3학년 120명(27.5%), 2학년 117명(26.8%), 1학년 37명(8.5%) 순으로 나타났다.

셋째, 거주 지역은 인천·경기·강원이 160명(36.7%)으로 가장 높은 비율을 나타냈고, 서울 116명(26.6%), 부산·대구·울산·경상도 83명(19.0%), 광주·전라도·제주 42명(9.6%), 대전·세종·충청도 35명(8.1%) 순으로 분포하고 있다.

표Ⅲ-1 연구대상의 인구통계학적 특성 (N=436)

	구분	빈도(명)	구성 비율(%)
성별	남	216	49.5
	여	220	50.5
연령	만20~29세	436	100.0
학년	1학년	37	8.5
	2학년	117	26.8
	3학년	120	27.5
	4학년	162	37.2
거주 지역	서울	116	26.6
	인천·경기·강원도	160	36.7
	부산·대구·울산·경상도	83	19.0
	대전·세종·충청도	35	8.1
	광주·전라도·제주	42	9.6

## 2. 측정도구

본 연구에서는 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개효과를 알아보기 위해 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 척도를 사용했다. 본 연구에서 사용한 척도는 다음과 같다.

### 가. 내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale, ISS)

Cook(2001)이 개발한 내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale, ISS) 제 5판의 원문을 이인숙과 최해림(2005)이 타당화한 척도를 사용해 내면화된 수치심을 측정했다. 이 척도는 수치심을 측정하는 24문항과 문항이 같은 방향으로 주어 있을 경우 한 방향으로 대답하려는 경향을 방지하기 위해 Rosenberg의 자존감 척도 6문항을 포함한 30문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 자료 분석 시 자존감을 측정하기 위한 6문항을 제외하고 내면화된 수치심을 측정하는 24문항만을 사용했다.

내면화된 수치심 척도의 각 문항은 ‘그런 경우가 없다(0)’에서 ‘거의 항상 그렇다(4)’까지 Likert식 5점 척도로 평정하도록 되어 있으며, 수치심 점수는 자존감 문항을 제외한 24문항의 합계로 측정된다. 점수 범위는 0~96점으로, 수치심 점수가 높을수록 수치심이 높다는 것을 나타내고, Cook의 연구에서 50점 이상의 점수는 내면화된 수치심 경험이 상대적으로 자주 있었다는 것이고, 60점 이상은 현재 우울 증상을 경험하고 있을 가능성이 있으며, 70점 이상은 우울증이나 다른 정서적 행동적 문제의 징후로 볼 수 있다.

이인숙과 최해림(2005)은 국내 표본에서 4개의 요인 구조를 확인하고, 4가지 영역 부적절감 10문항, 공허 5문항, 자기 처벌 5문항, 실수 불안 4문항으로 나누었다. Cook(2001)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 임상집단이 .96, 비임상집단이 .95이고, 이인숙과 최해림(2005)의 연구에서 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .93으로 측정되었다. 4개의 하위요인별 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 각각 .89, .86, .78, .74로 본 연구에서의 전체 문항에 대한 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .92로 나타났으며, 각



하위요인에 따른 문항구성 및 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 표 III-2 와 같다.

표III-2 내면화된 수치심 척도의 문항구성 및 신뢰도 (N=436)

하위요인	문항번호	문항수	본연구
부적절감	1, 2, 3, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 24	10	.93
공허	23, 26, 27, 29, 30	5	.92
자기 처벌	15, 17, 20, 22, 25	5	.86
실수 불안	6, 13, 16, 19	4	.87
<b>전체</b>	<b>24</b>	<b>24</b>	<b>.92</b>

#### 나. 관계적 공격성(Peer Conflict Scale, PCS)

Marsee, Kimonis와 Frick(2004)이 개발하고, 한영경(2008)이 번안한 또래갈등 척도(Peer Conflict Scale, PCS)를 사용해 관계적 공격성을 측정했다. 이 척도는 외현적 공격성을 측정하는 척도 20문항과 관계적 공격성 척도를 측정하는 20문항으로 구성되어 있으며, 각 하위요인은 주도적 공격성과 반응적 공격성이다. 즉 주도적 외현적 공격성, 반응적 외현적 공격성, 주도적 관계적 공격성, 반응적 관계적 공격성으로 총 4개의 하위요인으로 구성되어 있다.

Crick과 Grotpeter(1995)에 따르면 외현적 공격성과 관계적 공격성은 서로 다른 공격성으로 구분될 수 있다. 본 연구에서는 관계적 공격성을 측정하고자 외현적 공격성 20문항을 제외한 관계적 공격성을 측정하는 20문항만 선택하여 사용했다. 이와 같이 관계적 공격성 문항만을 사용한 선행연구는 노우빈(2015), 임정우, 홍혜영(2016), 김정균, 장석진(2014) 등이 있다.

관계적 공격성 척도의 각 문항은 ‘전혀 그렇지 않다’(0)에서 ‘매우 그렇다’(3)의

Likert식 4점 척도로 평정하도록 되어 있으며, 점수 범위는 0~60점으로 점수가 높을수록 관계적 공격성이 높은 것을 의미한다. 한영경(2008)의 연구에서 전체 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .88로 나타났고, 2개의 문항 구성별 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 각각 .76, .80 로 측정되었다. 본 연구에서의 전체 문항에 대한 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .91으로 나타났으며, 각 하위요인에 따른 문항구성 및 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 표 III-3 과 같다.

표III-3 관계적 공격성 척도의 문항구성 및 신뢰도 (N=436)

하위요인	문항번호	문항수	본연구
반응적 관계적 공격성	4, 7, 10, 15, 17, 22, 31, 34, 38, 40	10	.84
주도적 관계적 공격성	2, 6, 9, 13, 19, 23, 26, 29, 32, 39	10	.84
<b>전체</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>.91</b>

#### 다. 우울(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale : CES-D)

전경구, 양병창, 최상진(2001)이 우울의 측정을 위해 국내에서 사용한 세 가지 한국판 CES-D를 통합한 통합적 한국판 우울 척도(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale : CES-D)를 사용해 우울을 측정하였다. 이 척도는 총 20문항으로, 각 하위요인은 우울감정, 긍정적 감정, 신체 및 행동둔화, 대인관계로 구성되어 있다.

우울 척도의 각 문항은 지난 일주일 동안 각 문항에 해당하는 상태가 얼마나 자주 일어났는지를 0점에서 3점까지 4점 척도[0점: 극히 드물게(1일 이하), 1점: 가끔(1~2일), 2점: 자주(3~4일), 3점: 거의 대부분(5~7일)]로 평정하게 되어 있으며, 점수 범위는 0점에서 60점으로 21점 이상이면 우울증상이 있는 것으로 보며, 25점 이상일 때 주요우울증으로 선별이 가능하다(김계희, 조맹제, 1993). 통합

적 한국판 CES-D의 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .91이었다. 본 연구에서의 전체 문항에 대한 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 .92로 나타났으며, 각 하위요인에 따른 문항구성 및 신뢰도(Cronbach's  $\alpha$ )는 표 III-4 와 같다.

표III-4 우울(CES-D) 척도의 문항구성 및 신뢰도 (N=436)

하위요인	문항번호	문항수	본연구
우울 감정	3, 6, 9, 10, 14, 17, 18	7	.87
긍정적 감정	4*, 8*, 12*, 16*	4	.80
신체 및 행동둔화	1, 2, 5, 7, 11, 13, 20	7	.83
대인관계	15, 19	2	.84
<b>전체</b>	<b>20</b>	<b>20</b>	<b>.92</b>

(\*역채점)

### 3. 자료처리 및 분석

본 연구에서 수집된 자료는 통계분석 프로그램인 SPSS 28.0을 활용했고, Bootstrapping 분석을 위해 SPSS process Macro v4.0을 활용하여 다음과 같이 통계분석을 실시했다.

첫째, 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 척도의 신뢰도 검증을 위해 각 척도의 신뢰도 계수(Cronbach's  $\alpha$ )를 산출했다.

둘째, 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울의 기술통계 분석을 통해, 각 연구변인들의 평균, 표준편차, 최소값, 최대값을 산출했다.

셋째, 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 간의 관계를 살펴보기 위하여 Pearson 상관분석을 실시했다.

넷째, Baron과 Kenny(1986)의 위계적 회귀분석 방법을 실시해 매개효과를 검증하고, 매개효과의 유의성을 검증하기 위해 Bootstrapping을 실시했다. 표본의 수를 10,000번 반복 추출하고, 신뢰구간을 95%로 설정하여 간접효과의 결과가 유의한지 확인했다.

## IV. 연구결과 및 해석

본 연구에서는 전문 리서치 기관인 M사로부터 회수한 436부의 온라인 설문 조사 자료를 기초로 통계 분석을 실시했다. 이를 통해 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울의 관계를 살펴보고, 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울이 매개 역할을 하는지 분석했다.

### 1. 주요 변인의 기술통계

주요 변인인 내면화된 수치심, 우울, 관계적 공격성에 대한 기술통계 분석을 실시하여 각 변인의 평균과 표준편차를 산출한 결과는 표 IV-1 과 같다.

주요 변인의 평균은 내면화된 수치심 23.1399점 관계적 공격성 4.3830점 우울 17.7110점으로 나타났다. 대학생의 내면화된 수치심은 50점 이상을 수치심이 있다고 볼 때, 연구 대상들은 자신의 내면화된 수치심을 비교적 낮게 지각하고 있다. 우울은 21점 이상을 우울하다고 할 때, 17.7110으로 정상범위에 속하지만 우울한 기분이 지속될 때 주의가 필요한 정도이다. 관계적 공격성은 4.3830으로 나타났다.

표IV-1 주요 변인들의 기술통계

(N=436)

주요변인	M	SD	최소값	최대값	가능범위
1. 내면화된 수치심	23.1399	19.6304	0	96	0-96
2. 관계적 공격성	4.3830	10.3310	0	52	0-60
3. 우울	17.7110	5.9563	0	58	0-60

## 2. 주요 변인의 상관관계

대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 간의 관계를 살펴보고자 pearson 상관분석을 실시한 결과는 표 IV-2 와 같다.

대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울은 통계적으로 유의미한 상관 관계를 나타냈다. 내면화된 수치심과 관계적 공격성은 유의미한 정적 상관( $r=.264, p<.01$ )을 보였고, 내면화된 수치심과 우울도 유의미한 정적 상관( $r=.830, p<.01$ )을 보였다. 이는 내면화된 수치심이 높을수록 우울함을 더 많이 경험할 수 있다. 우울과 관계적 공격성은 유의미한 정적 상관( $r=.274, p<.01$ )을 나타냈는데, 이는 우울함을 느낄수록 관계적 공격성이 높아질 수 있다는 것을 의미한다.

표IV-2 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 간 상관 (N=436)

	1. 내면화된 수치심	2. 관계적 공격성	3. 우울
1. 내면화된 수치심	1		
2. 관계적 공격성	.264**	1	
3. 우울	.830**	.274**	1

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

### 3. 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개효과

본 연구에서는 대학생의 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 미치는 관계에서 우울의 매개효과를 검증하기 위해 Baron과 Kenny(1986)가 제시한 매개효과 3단계 검증 절차를 사용했다.

표 IV-3 과 같이 1단계 독립변인인 내면화된 수치심과 매개변인인 우울에 미치는 영향( $\beta=.830, p<.001$ )은 통계적으로 유의한 수준으로 나타났다.

2단계에서는 독립변인인 내면화된 수치심이 종속변인인 관계적 공격성에 미치는 영향은 통계적으로 유의한 수준( $\beta=.264, p<.001$ )으로 나타났다.

3단계에서 우울을 매개변인으로 투입한 후에 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 미치는 효과가 통계적으로 유의한 수준이 아닌 것( $\beta=.117, p>.05$ )으로 나타났다. 반면 매개변인으로 투입된 우울이 관계적 공격성에 미치는 영향은 통계적으로 유의한 것( $\beta=.177, p<.05$ )으로 나타나 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 완전매개효과를 검증했다. 추가적으로 변인들의 다중공선성 문제를 확인하기 위해 공차와 VIF 지수를 살펴보았다. 그 결과 공차 .310과 VIF 지수 3.221로 공차는 0.1 이상이며, VIF는 10 미만으로 다중공선성의 문제가 발생하지 않음을 검증하였다.

표IV-3 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 매개효과 (N=436)

단계	독립변인	종속변인	B	SE	$\beta$	t	R <sup>2</sup>	F
1	내면화된 수치심	우울	.524	.017	.830	31.047***	.690	963.916***
2	내면화된 수치심	관계적 공격성	.096	.017	.264	5.708***	.070	35.351***
3	내면화된 수치심	관계적 공격성	.043	.030	.117	1.416	.070	18.719***
	우울	공격성	.102	.048	.177	2.141*	.080	
공차=.310 / VIF 지수=3.221								

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

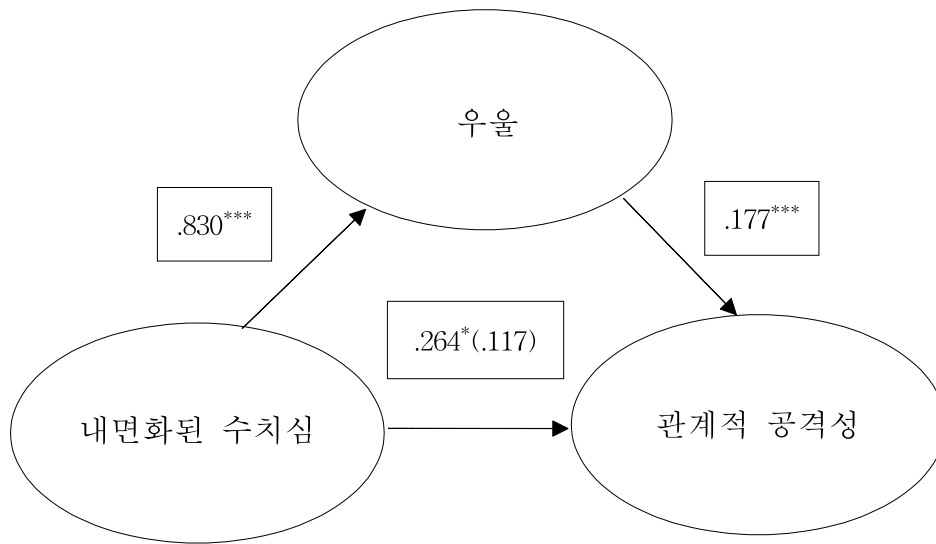


그림 IV-1 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 완전매개 모형

내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울이 완전매개효과를 나타내는지 파악하기 위해 10,000회의 Bootstrapping을 지정하고 신뢰구간을 95%로 설정하여 효과 분석을 실시하였다. 매개효과의 검증 결과는 표IV-4 와 같다.

표IV-4 Bootstrapping을 통한 간접효과 유의성 검증 (N=436)

변수	간접효과	BootSE	95% 신뢰구간	
			BootLLCI	BootULCI
우울	.0536	.0278	.0042	.1131

표IV-4 와 같이 매개효과 계수의 하한값과 상한값이 각각 0.0042와 0.1131로 두 값 사이에 0이 포함되지 않으므로 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 완전매개효과가 검증되었음을 알 수 있다.



## V. 논의 및 결론

본 연구는 대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울 간의 관계를 살펴보고, 대학생의 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 미치는 관계에서 우울의 매개효과를 검증하고자 한다. 이러한 결과를 통해 대학생을 상담하는 기관 및 상담자에게 도움이 될 수 있는 기초자료를 제공하는데 목적이 있다. 주요 연구 결과에 대한 논의 및 결론은 다음과 같다.

### 1. 논의

첫째, 대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 우울의 완전매개효과가 나타났다. 구체적으로 살펴보면 내면화된 수치심이 우울에 직접적인 영향을 미치고, 우울은 관계적 공격성에 직접적인 영향을 미치는 것을 확인했다. 그리고 내면화된 수치심은 우울을 매개로 하여 관계적 공격성에 간접적인 영향을 나타냈다.

이는 대학생의 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 직접적으로 영향을 미치기 보다는 내면화된 수치심이 우울을 증가시키고, 그 결과 관계적 공격성이 높아 질 수 있음을 의미한다. 연구결과와 같은 맥락을 가지고 있는 선행연구로는 내면화된 수치심이 역기능적 분노 표현을 매개로 관계적 공격성에 간접적인 영향을 미친다고 보고한 임정우, 홍혜영(2016), 내면화된 수치심이 분노 반추를 매개로 하여 간접적으로 관계적 공격성에 영향을 미친다고 보고한 최두환(2013)의 연구결과와 같은 맥락이다. 그리고 내면화된 수치심이 거부민감성을 매개로하여 관계적 공격성에 영향을 미친다고 보고한 김현진, 김해란(2018)의 연구도 있다.

둘째, 내면화된 수치심보다 상대적으로 증상이 드러나는 우울에 대한 개입을 통해 내면화된 수치심을 줄이는 방법을 제시한다. 내면화된 수치심은 개방하는 것만으로도 많은 치료적인 효과를 나타낸다. 그리고 내면화 수치심 경험을 스스

로 수용 할수록 우울이 완화된다는 선행연구(정은영, 신희천, 2014)가 있다. 그러나 내면화된 수치심의 특성은 숨거나 도망치고 싶어 하는 회피행동을 하게 한다(남기숙, 2002). 이러한 점으로 인해 자신의 심리적 상태를 수치로 인식하지 못하고, 우울한, 긴장된, 형편없는 느낌을 갖는다고 하였다(Lewis, 1971). 또한 내면화된 수치심을 조금이라도 줄여보기 위해 방어를 사용하는데 내면화된 수치심을 느끼게 한 대상에게 공격을 하거나, 자책으로 수치심 대신 우울을 느끼는 등의 방어로 나타난다(이지연, 2008; Lewis, 1971).

이러한 결과는 생각의 변화 보다는 수용을 강조하는 수용 전념치료(ACT)적 접근이 도움이 될 것이다. 수용 전념치료는 경험을 회피하지 않고 지금 여기에서 일어나는 마음에 주의를 기울이면서 어떠한 경험이든 기꺼이 받아들이고 수용하여 가치 있는 행동에 전념하도록 돕는다(Folke, Parling & Melin, 2012). 이를 통해 내면화된 수치심을 수용하고 우울감을 감소 시켜 관계적 공격성으로 이어지는 것을 예방할 수 있을 것이다.

셋째, 대학생의 내면화된 수치심은 관계적 공격성에 유의미한 정적 상관관계를 보였다. 이와 같은 결과는 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 영향을 미친다고 보고한 선행연구(김은진, 2016; 김현진, 김해란, 2018; 송혜란, 2013; 안현진, 금명자, 2018; 임정우, 홍혜영, 2016; 장호연, 2016; 최두환, 2013)와 일치하는 결과이다. 구체적으로 살펴보면, 자신의 내면화된 수치심을 숨기기 위해 타인에게 먼저 공격적인 행동을 한다(Harper & Hoopes, 1990). 그리고 자신의 부적절함과 수치심을 유발하는 상황으로부터 숨고 싶은 욕구가 나타난다. 직접적인 공격 행동을 사용할 가능성이 줄어들 수 있다(Tangney, 2001).

내면화된 수치심이 높은 대학생의 경우 사회적 비난에 대한 지각이 가능해져 신체적이고 언어적인 공격성이 줄어들고, 표면적으로 잘 드러나지 않는 관계를 이용한 공격성을 보일 가능성이 높다(노우빈, 2015; 박민정, 최보가, 2004; 배라영, 최지영, 2018). 즉, 대학생의 내면화된 수치심이 높을수록 관계적 공격성을 보다 더 많이 경험한다는 것을 알 수 있다.

넷째, 대학생의 우울과 관계적 공격성의 관계 또한 유의미한 정적 상관관계를 나타냈다. 대학생의 우울과 관계적 공격성 간의 국내연구는 부족하지만, 아동과 청소년을 대상으로 한 연구에서 우울이 높을수록 관계적 공격성을 많이 보인다

는 기존의 연구결과들과 일치한다(김동기, 최윤정, 2012; 김수희, 2020; 김태순, 강차연, 2008; 김희숙, 이성희, 2008; 남지훈, 2017; 손주형, 2017; 이익섭, 최정아, 2008; 정주영, 2014; 주지영, 2005). 이러한 결과는 우울이 높을수록 관계적 공격성을 더 많이 나타낸다는 것을 의미한다.

다섯째, 대학생의 내면화된 수치심과 우울의 관계는 유의미한 정적 상관관계를 나타냈다. 이는 내면화된 수치심과 우울의 관계를 살펴본 기존의 연구 결과들(강미애, 백용매, 2017; 김현주, 홍혜영, 2013; 박시현, 김명식, 2014; 서은아, 2017; 이나라, 2016; 이진, 송미경, 2017; 차혜련, 2016; 최준호, 2018)과 일치하는 결과이다. 이는 수치심이 내면화된 사람은 자기 자신을 부적절하고 무가치하게 느끼고 우울을 경험하기 쉽다는 것을 의미하는데(Lewis, 1986), 내면화된 수치심은 우울과 관련이 높고, 우울을 유발시키는 특성으로 규명되고 있다(임진영, 2011; Kaufman, 1996; Lewis, 1986). 즉, 내면화된 수치심이 높을수록 우울감을 보다 더 많이 경험한다는 것을 알 수 있다.

## 2. 결론

대학생의 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울의 관계와 내면화된 수치심이 우울을 매개로 관계적 공격성에 미치는 영향에 대해 살펴보았다. 본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 내면화된 수치심과 관계적 공격성 사이의 우울이 완전매개 한다는 것을 확인하였다. 이는 관계적 공격성을 감소시키기 위해서는 우울의 개입이 필요하고, 우울과 함께 내면화된 수치심이 다루어져야 한다는 것이다. 지금까지 내면화된 수치심은 숨기고 회피하려는 특성으로 인해 자기 개방을 막기 때문에 상담현장에서 다루기 어려운 부분이었다. 내면화 수치심은 인식되지 못하고 우울한 감정으로 대치되어 나타난다는 선행연구 결과(Lewis, 1971)가 있다. 내면화된 수치심과 관계적 공격성 관계에서 우울의 완전매개효과를 검증하였기에 내면화된 수치심에 비해 증상이 드러나는 심리적 어려움인 우울과 함께 내면화된 수치심 또

한 다뤄야 할 것이다. 이는 내면화된 수치심이 숨겨져 있음을 염두하고 우울에 접근 방법을 모색할 필요가 있다.

우울증은 재발 가능성이 높다. 일반적으로 우울증 치료는 약물치료가 가장 널리 사용되고 있지만(삼성서울병원), 약물을 중단하면 재발 가능성이 높고, 임산부와 같이 약물을 사용할 수 없거나, 약물에 강한 거부감을 느끼는 환자들도 많기 때문에 비 약물적인 치료도 고려해야 한다. 수용전념치료(ACT)와 함께 자동적 사고가 떠오르는 것을 알아차리고 수용하며 거리를 둬으로써 자동적 사고의 부정적 영향력을 약화시키는 마음챙김에 근거한 인지치료(MBCT)가 우울을 낮추기 위한 비 약물적인 치료 방안으로 도움(최연희, 변상해, 2017)이 된다는 것이 입증되었기 때문에 프로그램 적용을 통한 연구가 필요하다.

둘째, 본 연구에서는 관계적 공격성 연구의 대상을 대학생으로 확장했다. 관계적 공격성은 비교적 최근 관심을 갖고 연구가 이루어지고 있는 변인이다. 연령이 높아질수록 신체적 공격성에 비해 사회적 비난이나 법적 제재를 받기 어려운 관계적 공격성을 사용하게 되는데(Archer & Coyne, 2005; Young, Boye, & Nelson, 2006), 공격을 당하는 당사자 외에는 자각이 힘들고 악영향이 드러나기까지 시간이 소요되어 피해가 누적 된다는 점에서(Kaj Björkqvist, Karin Österma, 2018; Mishna, 2012) 관계적 공격성에 관한 연구는 추후 지속해서 연구될 필요성이 있는 주제이다. 지금까지 주로 청소년을 대상으로 이루어져 왔고, 대학생을 대상으로 한 관계적 공격성 연구가 부족하였기 때문에 연구결과는 기초자료로 도움이 될 것이다.

셋째, 내면화된 수치심을 독립변인으로 설정하여 살펴보았다. 수치심은 자신의 병, 영혼의 병으로 스스로를 고통스럽게 만드는 근원이기 때문에 인간을 이해하고 치유하기 위해서는 내면화된 수치심의 연구에서부터 시작되어야 한다(Kaufman, 1989). 내면화된 수치심은 개인의 기질이나 성격처럼 안정적인 특성으로 자리 잡으며, 변화하기 어려운 취약성을 보이게 된다(Lutwak & Ferrari, 1997). 이러한 수치심은 인식하는데 어려움이 있고, 전이된 감정으로 드러나는 특성이 있다(김용태, 2010). 내면화된 수치심은 생애초기에 형성된 성격특성으로 변화하기는 어렵지만 반드시 연구가 필요하다는 점에서 독립변인으로 설정하여 우울, 관계적 공격성의 관계를 살펴보았다는 점에서 의의가 있다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서 사용된 측정 도구는 자기보고식 유형의 설문지를 사용했다. 내면화된 수치심, 관계적 공격성, 우울의 측정도구 문항을 살펴보면, 대부분 부정적인 문항을 담고 있어 방어적인 태도를 가질 수 있다. 그렇기 때문에 연구의 자료 수집 과정에서 발생할 수 있는 오류나 왜곡을 모두 통제하는 것은 어렵다는 한계점을 보인다. 후속 연구에서는 연구자의 방어적인 태도를 줄일 수 있는 타당도 척도를 포함한 설문지 사용, 사전에 면담을 실시하는 반구조화 면담법 등을 포함하여 객관성과 신뢰성, 타당성을 보완해야 할 것이다.

둘째, 본 연구는 학력이 높은 일반 대학생을 대상으로 표집한 표본이기 때문에 결과를 일반화하기에는 어려움이 있다. 이에 후속 연구에서는 모든 연령집단이나 일반인을 대상으로 한 연구를 통해 보완이 필요하고, 연구대상의 학력, 증상의 정도 등 표집의 확장을 통해 연구결과의 일반화 가능성을 높일 필요가 있다.

셋째, 본 연구에서는 독립변인인 내면화된 수치심은 정서의 상당 부분 무의식적으로 존재하는 특성을 지니고 있고(Harder, 1995), 내면화된 수치심 척도를 읽기만 해도 고통스러울 수 있다(Cook, 1987)는 점에서 내면화된 수치심을 방어했을 가능성 배제할 수 없다. 추후에 내면화된 수치심 여부를 파악할 수 있는 사전 문항을 통해 내면화된 수치심의 경험을 인지하고 있는 학생을 대상으로 한 후속 연구와 내면화된 수치심 경험이 상대적으로 자주 있었다고 느끼는 50점 이상 집단과 우울 증상을 경험하고 있을 가능성이 있는 60점 이상 집단, 우울증이나 다른 정서·행동적 문제를 지닐 수 있는 70점 이상 집단으로 구분한 비교연구가 이루어져야 한다.

넷째, 관계적 공격성의 척도에 대한 보완이 필요하다. Crick과 Grotpeter(1995)가 처음 관계적 공격성이라는 용어를 사용했고, 우리나라에서 관계적 공격성에 관한 연구는 2004년 국내학술지에 처음 발표한 비교적 최근에 이루어진 연구이다. 일반학생을 대상으로 한 선행연구에서도 본 연구와 비슷한 수치로 관계적 공격성의 평균이 낮음(노우빈, 2015; 박다영, 2020; 윤율리안나, 2019; Marsee, 2011)을 알 수 있다. 성인의 경우 법적으로 외현적인 공격성으로 인한 피해는 즉시 법적으로 처벌이 가능하다. 하지만 관계적 공격성은 피해가 드러나기까지 시간이 소요되고, 외현적 공격성만큼이나 심각한 피해가 있지만, 즉시 처벌이 어렵

다는 점에서 증상의 정도를 파악할 수 있는 척도의 개발이 시급하다. 우리나라 사회문화적인 맥락 특성을 반영하고, 관계적 공격성 측정만을 위한 도구가 있다면, 측정값의 신뢰도와 타당도를 높일 수 있을 것이다.

다섯째, 본 연구는 COVID-19로 인해, 온라인 설문조사로 진행했다. 학생들은 전염병 때문에 사회적 거리두기가 시행되어 비대면으로 수업에 참여했다. 그래서 1~2학년 학생들은 성인이 되고 난 후, 대인관계를 맺을 기회가 상대적으로 적다고 할 수 있다. 이와 같은 상황적인 요인이 작용하여 내면화된 수치심과 관계적 공격성은 낮게, 우울은 높게 지각하여 조사결과에 반영했을 가능성에 대해 고려해야 한다.

## 참고문헌

- 강미애, 백용매 (2017). 내면화된 수치심과 우울과의 관계에서 불안정 성인애착과 반추적 반응의 매개효과. **청소년학연구**, 24(8), 415-416.
- 강미옥 (2018). **대학생의 내면화된 수치심과 사회불안의 관계: 정서인식 명확성과 정서표현 양가성의 매개효과**. 인제대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 강병철 (2019). **중학생의 우울과 사이버 불링 가해의 관계에서 관계적 공격성의 조절효과**. 제주대학교 교육대학원.
- 강슬아, 김효원, 박부진 (2016). 대학생의 취업스트레스, 사회적으로 부과된 완벽주의, 우울의 관계에서 회복탄력성의 조절효과. **청소년학연구**, 23(1), 77-98.
- 공수자, 이은희 (2006). 여자대학생들의 생활스트레스와 우울간의 관계에서 대처방식의 매개효과. **한국심리학회지: 여성**, 11(1), 21-40.
- 곽금주, 문은영 (1993). 청소년의 심리적 특징 및 우울과 비행간의 관계. **한국심리학회지: 발달**, 6(2), 29-43.
- 곽현민, 정남운 (2022). 평가염려 완벽주의가 우울에 미치는 영향: 내면화된 수치심을 통한 자기수용의 조절된 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 34(1), 111-133.
- 권석만 (2013). **현대 이상심리학**. 서울: 학지사
- 권석만 (2018). **젊은이를 위한 인간관계 심리학**. 서울: 학지사.
- 권익현, 이상원 (2005). 패널을 이용한 온라인 서베이와 오프라인 서베이 데이터 사이의 신뢰도에 대한 탐색적 연구. **경영학연구**, 34(4), 1261-1278.
- 권중돈 (2021). **인간사회와 행동환경**. 서울: 학지사.
- 김경숙, 김완일 (2015). 청소년의 사회 불안과 관계적 공격성의 관계에서 긍정적 착각의 매개효과. **청소년학연구**, 22(12), 515-541.
- 김동기, 최윤정 (2012). 청소년의 스트레스 유형이 공격성에 미치는 영향 및 우울의 매개효과에 관한 연구. **청소년학연구**, 19(6), 249-268.
- 김덕건 (2019). **학교 밖 청소년의 복합외상이 우울 및 관계적 공격성에 미치는**



- 영향.** 이화여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김민경, 현명호 (2013). 내면화된 수치심과 사회불안의 관계에서 자기제시동기, 자기제시기대 및 정서표현갈등의 매개효과. **Korean Journal of Clinical Psychology, 32**(1), 161-176.
- 김보람 (2016). **아동이 지각한 어머니의 심리적 통제가 관계적 공격성에 미치는 영향: 내현적 자기애의 매개효과.** 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 김소연 (2015). **내면화된 수치심과 부정적 평가에 대한 두려움의 관계에서 자기자비의 매개효과 검증: 학생을 대상으로.** 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김수희 (2020). **중학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 관계적 공격성에 미치는 영향에서 우울의 매개효과.** 제주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김아름 (2018). **내면화된 수치심이 대인관계 유능성에 미치는 영향.** 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영석 (2008). **완벽주의, 수치심, 우울과의 관계.** 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 김영석, 배영광 (2021). **대학생의 내면화된 수치심과 우울 간의 관계: 고통 감내력의 매개효과.** **인문사회 21, 12**(2), 1177-1191.
- 김예은 (2018). **대학생의 내면화된 수치심이 대인관계 문제에 미치는 영향.** 건양대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김용태 (2010). **사회-심리적 특성으로서 수치심의 이해와 해결.** **상담학연구, 11**(1), 59-73.
- 김유자, 백용매 (2000). **정상청소년과 비행청소년의 부모양육태도와 자아개념 및 우울과의 관계.** **한국동서정신과학회, 3**(1), 139-160.
- 김은진 (2016). **부모의 심리적 통제가 초등학생의 관계적 공격성에 미치는 영향: 내면화된 수치심의 매개효과.** 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김윤희, 장혜인 (2021). **사회불안과 관계적 공격성의 관계: 관계적 적대적 귀인편향과 충동성의 조절된 매개효과.** **인지행동치료, 21**(1), 1-27.
- 김정균, 장석진 (2014). **중학생의 내현적 자기애와 관계적 공격성의 관계에서 비합리적 신념의 매개효과.** **상담학연구, 15**(2), 791-810.



- 김지은 (2017). **부모의 심리적 통제와 우울의 관계에서 내면화된 수치심과 속박감의 매개효과**. 충북대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 김지연. (2010). **수치심, 죄책감과 우울의 관계에서 자기용서의 매개효과**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김지현, 박경자 (2006). 아동의 공격성에 영향을 미치는 개인 내적·외적요인에 대한 구조방정식 모형검증. **한국아동학회**, 27(3), 149-168.
- 김태순, 강차연 (2008). 고등학생 우울과 공격성. 85-100. **심리치료: 다학제적 접근**, 8(1).
- 김현주, 이정윤 (2011). 청소년의 애착과 분노표현의 관계: 내면화된 수치심의 매개효과. **상담학연구**, 12(3), 965-981.
- 김현주, 홍혜영 (2013). 고등학생의 내면화된 수치심이 청소년 우울에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. **청소년학연구**, 20(12), 181-209.
- 김현진, 김혜란 (2018). 대학생의 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 미치는 영향-거부민감성의 매개효과. **청소년시설환경**, 16(3), 93-102.
- 김혜영 (2000). 보호관찰청소년의 비행과 정신건강과의 관계 및 부모양육행동의 영향력. **한국아동복지학**, 10, 9-31.
- 김효정, 정미애 (2010). 대학생의 가족기능과 자기효능감이 자살생각에 미치는 영향. **한국간호교육학회지**, 16(1), 43-50.
- 김희숙, 이성희 (2008). 실업계 고등학생의 분노표현방식, 우울 및 공격성과의 관계. **지역사회간호학회지**, 19(2), 270-279.
- 남궁상 (2008). **온-오프라인조사 데이터품질 비교연구**. 서울시립대학교 일반대학원 석사학위논문.
- 남기숙 (2002). 정신건강과 관련하여 수치심과 죄책감의 구분 문제. **심리과학**, 11, 35-52.
- 남기숙 (2008). **수치심, 죄책감 경험과 대처가 심리증상에 미치는 영향**. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 남지훈 (2017). **부모의 양육행동이 아동의 관계적 공격성에 미치는 영향에서 우울과 정서조절능력의 매개효과**. 인천대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 노우빈 (2015). **대학생의 내현적 자기가 관계적 공격성에 미치는 영향: 자존**

- 감과 사회불안의 매개효과 분석. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 박다영 (2020). **대학생의 내현적 자기애와 관계적 공격성의 관계에서 거부민감성의 매개효과**. 조선대학교 대학원 석사학위논문.
- 박민정, 최보가 (2004). 청소년의 관계적 공격성에 영향을 미치는 생태학적 변인들. **한국가정관리학회지**, 22(4), 95-104.
- 박성연. (2002). 아버지의 양육행동과 남아의 공격성간의 관계 및 세대간 전이. **아동학회지**, 23(5), 35-50.
- 박수진, 김종남 (2018). 초기 성인의 우울과 자살사고의 관계: 지각된 짐스러움, 좌절된 소속감의 매개효과 및 삶의 이유의 조절효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 30(3), 877-908.
- 박시현, 김명식 (2014). 지각된 아동·청소년기 외상경험이 대학생의 대인불안과 우울에 미치는 영향: 내면화된 수치심을 매개변인으로. **영유아아동정신건강연구**, 7(1), 69-86.
- 박우람, 홍상황 (2015). 아동의 거부민감성과 친구관계의 질의 관계: 적대감, 관계적 공격성의 매개효과. **서울대학교 초등교육연구원**, 26(2), 285-302.
- 배라영, 최지영 (2018). 한국판 관계적 공격성 척도의 타당화 연구: 대학생을 대상으로. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 30(1), 55-79.
- 백민경 (2013). **초등학교 고학년의 사회적 기술과 자기애에 따른 관계적 공격성의 차이**. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 서미정 (2011). 아동과 청소년의 외현적, 관계적 공격성의 성별 차이 및 관련변인에 대한 메타분석. **한국아동학회**, 32(3), 143-162.
- 서송이 (2001). **대학생의 사회적 지지와 분노 및 우울의 표현과의 관계**. 홍익대학교 대학원 석사학위논문.
- 서은비 (2017). **내면화된 수치심과 사회불안의 관계**. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 서은아 (2017). **내면화된 수치심과 우울의 관계에서 자기자비의 매개효과**. 동신대학교 대학원 석사학위논문.
- 서정민, 박재우 (2019). 침습적 반추와 의도적 반추가 외상 후 성장 및 우울에 미치는 영향 : 사건중심성과 내면화된 수치심의 매개효과. **한국심리치료학회**

- 지, 11(2), 59-73.
- 송혜란 (2013). **청소년의 내현적자기애와 관계공격성의 관계에서 내면화된 수치심의 중재효과**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 신민진, 하은혜 (2020). 중학생의 부정적 인지와 공격성의 하위유형과의 관계. **보건과 복지**, 22(3), 139-169.
- 신선영 (2016). **대학생의 내면화된 수치심 및 자기수용이 사회불안에 미치는 영향**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 신현숙 (2013). 남녀 청소년의 공격성 군집에 따른 우울, 자극추구성향, 정서조절의 차이. **청소년학연구**, 20(2), 191-215.
- 심은신, 이동훈 (2011). 여중생의 우정관계 질투와 관계적 공격성 간의 관계: 의도귀인과 또래동조성의 매개효과. **한국심리학회지: 발달**, 24(2),
- 심종은, 이영호 (2000). 수치심 경향성, 죄책감 경향성 및 사건귀인이 우울증상에 미치는 영향. **한국심리학회지: 임상**, 19(3), 485-499.
- 심현례 (2016). **대학생의 내면화된 수치심이 대인관계 만족도에 미치는 영향: 자기자비와 만추의 매개된 조절효과**. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 심희옥. (2007). 또래 괴롭힘과 외현과 관계적 공격성에 관한 횡단 및 종단 연구. **한국생활과학회지**, 16(6), 1107-1118.
- 안현진, 금명자 (2018). 청소년의 내면화된 수치심이 관계공격성에 미치는 영향: 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. **Korea Journal**, 26(1), 173-187.
- 유은영 (2012). **내면화된 수치심, 자기통제력, 공격성 증독가능성의 관계**. 가톨릭대학교 상담심리대학원 석사학위논문.
- 윤율리안나 (2019). **대학생의 내면화된 수치심과 관계적 공격성의 관계에서 인지적 정서조절전략의 매개효과**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이경희, 오경자 (1998). 관계지향 공격성 및 외현화 공격성과 심리사회적 적응간의 관계. **한국 심리학회: 논문집**, 173-187.
- 이나라 (2016). **내면화된 수치심과 자기용서가 우울에 미치는 영향**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 이동미, 김호정, 박주희 (2016). 가족분화가 대학생의 우울에 미치는 영향에 대한 자율성의 매개효과 검증. **한국아동학회 학술발표논문집**, 188-189.

- 이서란 (2013). **부모의 심리 통제가 분노와 관계적공격성에 미치는 영향. 수치심과 죄책감의 매개효과.** 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 이윤석, 이지영, 이경택 (2008). 온라인 조사의 응답오차에 대한 연구: 설문 응답 시간과 응답 성실성의 관계. **조사연구**, 9(2), 51-83.
- 이은숙 (2017). 부모의 심리적 통제가 청소년의 관계적 공격성에 미치는 영향: 정서조절능력의 매개효과. **정서·행동장애연구**, 33(3), 111-131.
- 이은희 (2004). 대학생들이 경험하는 생활스트레스와 우울: 공변량 구조모형을 통한 대처방식의 조절효과 검증. **한국심리학회지, 건강**, 9(1), 25-48.
- 이인숙, 이지연 (2009). 여성의 대상관계, 수치심, 자기침묵이 우울에 미치는 영향. **상담학연구**, 10(4), 1951-1969.
- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심 척도(ISS)의 타당화 연구 - 애착, 과민성 자기애, 외로움과의 관계. **한국심리학회지 상담 및 심리치료**, 17(3), 651-670.
- 이지연 (2008). 상담일반 : 내면화된 수치심과 방어유형, 정서표현의 관계. **상담학연구**, 9(2), 353-373.
- 이진, 송미경 (2017). 대학생의 내면화된 수치심과 우울의 관계: 역기능적 분노표현 방식의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 29(2), 411-419.
- 이화목, 김현아 (2019). 초등학교 고학년 여학생의 사회불안이 관계적 공격성에 미치는 영향: 정서조절능력의 매개효과. **한국산학기술학회 논문지**, 20(8), 352-361.
- 임정우, 홍혜영 (2016). 내면화된 수치심이 대학생의 관계적 공격성에 미치는 영향-역기능적 분노표현을 매개변인으로. **청소년시설환경**, 14(1), 63-75.
- 임진영 (2011). **청소년의 수치심과 우울증상 성차의 관계에서 인지적 대처의 매개효과.** 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 임혜령, 이영순 (2017). 내면화된 수치심과 분노표현양식의 관계에서 고통감내력의 매개효과. **한국심리학회지: 상담 및 심리치료**, 29(1), 159-178.
- 장애경, 이지연 (2011). 대학생의 평가염려 완벽주의와 우울, 불안간의 관계에서 타인에 의한 타당화 매개효과. **상담학연구**, 12(3), 881-896.
- 장윤숙 (2016). **내면화된 수치심이 분노표현 양식에 미치는 영향.** 건국대학교 교육대학원 석사학위논문.

- 장진아 (2006). **여성의 대상관계가 내면화된 수치심을 매개로 분노에 미치는 영향**. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 장호연 (2016). **부모의 심리적 통제가 청소년의 또래관계에 미치는 영향: 관계적 공격성과 내면화된 수치심의 매개효과**. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 전검구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. **한국심리학회지: 건강**, 6(1), 59-76.
- 전아영, 김은하 (2020). 청소년의 거부민감성이 관계적 공격성에 미치는 영향: 분노반추의 매개효과. **한국웰니스학회지**, 15(2), 381-393.
- 정다운, 김지웅, 홍현주, 김승준, 이나현, 양지선, 정경운 (2015). 국내 초등학생 및 중학생의 성별에 따른 직접적 공격성과 관계적 공격성의 차이. **정신신체의학**, 23(2), 86-92.
- 정민교 (2014). **초기 성인기의 성인애착불안과 우울의 관계 : 내면화된 수치심과 자기용서의 매개효과**. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 정유지 (2019). **내면화된 수치심이 연인관계 내에서의 관계적 공격성에 미치는 영향**. 서강대학교 대학원 석사학위논문.
- 정은영, 신희천 (2014). 수치심 경험이 우울에 미치는 영향: 자기수용의 조절효과. **상담학연구**, 15(1), 183-194.
- 정주영 (2014). 부모-자녀의 부정적 상호작용이 우울, 분노를 매개로 청소년의 공격성에 미치는 영향: 성별차이를 중심으로. **한국청소년연구**, 25(2), 237-263.
- 정현임 (2005). **청소년의 자아존중감이 우울과 공격성에 미치는 상관관계에 관한 연구**. 광운대학교 정보복지대학원 석사학위논문.
- 조현아 (2018). **대학생의 내면화된 수치심과 역기능적 분노표현의 관계에서 자기자비의 조절효과**. 대전대학교 대학원 석사학위논문.
- 조혜정, 이윤주 (2014). 대학생의 부모화 경험과 자아분화가 우울에 미치는 영향. **상담학연구**, 15(6), 2345-2360.
- 주지영 (2005). **고등학생의 분노표현방식, 우울 및 공격성간의 관계 연구**. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 차혜련 (2016). **내면화된 수치심이 대인관계문제에 미치는 영향: 거부민감성의**

- 매개효과 및 인지적 정서조절의 조절효과. 서울여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최두환 (2013). 청소년의 내현적 자기애와 관계적 공격성 간의 관계: 내면화된 수치심과 분노반추의 매개효과. 충북대학교 대학원 석사학위논문.
- 최연희, 변상혜 (2017). 만성 우울증에 대한 마음챙김 기반 인지치료(MBCT)의 치료기제와 임상적 적용 효과. **한국산학기술학회 논문지**, 18(7), 237-248.
- 최인선, 최한나 (2013). 내현적 자기애가 사회불안에 미치는 영향: 내면화된 수치심과 사회적 자기효능감의 매개효과. **상담학연구**, 14(5), 2815-2831.
- 최준섭 (2019). 관계적 공격성에 관한 최근 연구 동향과 과제: 초등학교를 중심으로. **초등상담연구**, 18(4), 401-415.
- 최준호. (2018). 여자중학생의 내면화된 수치심과 우울의 관계에서 정서조절곤란의 매개효과. 공주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 최지영, 배라영 (2014). 관계공격성에 대한 국내 연구동향 분석: 2000~2013년. **인간발달연구**, 21(1), 183-202.
- 하예린 (2015). 대학생의 부모화 경험이 친밀감에 대한 두려움에 미치는 영향. 명지대학교 대학원 석사학위논문.
- 하정희, 송수민, 정은선 (2010). 상담일반: 자기제시동기에 따른 수치심경향성과 대인관계와의 관계. **상담학연구**, 11(3), 993-1006.
- 하태순, 구훈정 (2017). 내면화된 수치심과 사회불안의 관계에서 탈중심화, 사후반추와 자기자비의 조절된 매개효과. **인지행동치료**, 17(3), 365-391.
- 하혜석 (2018). 중학생의 내면화된 수치심이 관계적 공격성에 미치는 영향에서 부적응적 인지적 정서조절전략의 조절효과. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 한나, 이승연 (2015). 부/모의 심리적 통제와 청소년의 관계적 공격성: 가족 삼각화와 불인정 기반 자기평가의 매개효과. **한국심리학회지, 발달**, 28(4), 181-203.
- 한상우, 안정희, 한선호 (1997). 부모의 양육태도에 따른 비행청소년의 정신병리 연구. **순천향의대논문집**, 3(2), 613-625.
- 한세영 (2007). 초기 청소년의 도덕적 정서와 공격성 - 죄책감, 수치심, 감정이입을 중심으로 -. **대한가정학회지**, 45(7), 17-33.

- 한영경 (2008). **학생의 관계공격성에 영향을 주는 개인 내적 요인**. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 한영경, 김은정 (2011). 초기청소년기 관계공격성 하위유형의 특성 탐색: 사회평가불안과 인정에 대한 과도한 요망을 중심으로. **한국심리학회지, 임상**, **31**(4), 985-1002.
- 한주연, 박경 (2011). 대학생의 부적응적 완벽주의와 우울과의 관계에서 수치심과 인지적 정서조절 전략의 매개효과. **청소년학연구**, **18**(9), 169-188.
- 홍은수 (2002). **수치심의 이해 및 치유**. 연세대학교 대학원 석사학위논문.
- 황지선, 안명희 (2015). 불안정 성인애착이 거절민감성에 미치는 영향: 외로움과 수치심의 매개효과. **인간이해**, **36**(1), 1-20.
- Adams, F. D., & Lawrence, G. J. (2011). Bullying victims: The effects last into college. *American Secondary Education*, 4-13.
- American Psychiatric Association. (2015). *Depressive disorders: DSM-5® selections*. American Psychiatric Pub.
- Archer, J., & Coyne, S. M. (2005). An integrated review of indirect, relational, and social aggression. *Personality and social psychology review*, **9**(3), 212-230.
- Aronen, E. T., & Soininen, M. (2000). Childhood depressive symptoms predict psychiatric problems in young adults. *The Canadian Journal of Psychiatry*, **45**(5), 465-470.
- 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.
- Bagner, D. M., Storch, E. A., & Preston, A. S. (2007). Romantic Relational Aggression: What about Gender? 19-24. *Journal of Family Violence*, **22**(1),
- Bandura, A., & Walters, R. H. (1977). *Social learning theory*(Vol. 1). Prentice



- Hall: Englewood cliffs.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental, and theoretical aspects*. University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. T. (1979). *Cognitive therapy of depression*. Guilford press.
- Beck, A. T., & Young, J. E. (1978). College blues. *Psychology Today*, 80-92.
- Berk, L. E. (2010). *Exploring lifespan development*. Boston, MA: Pearson Education, Inc.
- Berkowitz, L. (1989). Frustration reformulation. aggression hypothesis: *Examination and Psychological Bulletin*, 106(1), 59-73.
- Birmaher, B., Ryan, N. D., Williamson, D. E., Brent, D. A., Kaufman, J., Dahl, R. E., & Nelson, B. (1996). Childhood and adolescent depression: a review of the past 10 years. Part I. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 35(11), 1427-1439.
- Björkqvist, K. (1994). Sex differences in physical, verbal, and indirect aggression : A review of recent research. *Sex Roles*, 30, 177-188.
- Björkqvist, K., & Österman, K. (1992). Parental influence on children's self estimated aggressiveness. *Aggressive behavior*, 18(6), 411-423.
- Björkqvist, K., & Österman, K. (2018). Sex differences in aggression. In *The Routledge international handbook of human aggression* 19-30. Routledge.
- Bradshaw, J. (2005). *Healing the shame that binds you: Recovery classics* edition. Health Communications, Inc.
- Card, N. A., Stucky, B. D., Sawalani, G. M., & Little, T. D. (2008). Direct and indirect aggression during childhood and adolescence: A meta analytic review of gender differences, intercorrelations, and relations to maladjustment. *Child development*, 79(5), 1185-1229.
- Caron, K. M. (2011). *Reactive and proactive aggression: Validation of a two-factor model in relational aggression using emotional functioning variables*. The Florida State University.
- Chan, M. A., Hess, G. C., Whelton, W. J., & Yonge, O. J. (2005). A



- comparison between female psychiatric outpatients with BPD and female university students in terms of trauma, internalized shame and psychiatric symptomatology. *Traumatology*, 11(1), 23-40.
- Chiles, J. A., Miller, M. L., & Cox, G. B. (1980). Depression in an adolescent delinquent population. *Archives of General Psychiatry*, 37(10), 1179-1184.
- Ciacio, N. V. (1971). A test of Erikson's theory of ego epigenesis. *Developmental Psychology*, 4(3), 306.
- Clark, L. A., & Watson, D. (1991). Tripartite model of anxiety and depression: *Psychology*, 100(3), 316-336.
- Coie, J. D., & Dodge, K. A. (1998). *Aggression and antisocial behavior*.
- Cole, D. A., & Carpentieri, S. (1990). Social status and the comorbidity of child depression and conduct disorder. *Journal of consulting and clinical psychology*, 58(6), 748.
- Cook, D. R. (1988). Measuring shame: The internalized shame scale. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 4(2), 197-215.
- Cook, D. R. (1991). Shame, attachment, and addictions: Implications for family therapists. *Contemporary Family Therapy*, 13(5), 405-419.
- Cook, D. R. (2001). International Shame: The internalized shame scale. *Alcoholism Treatment Quarterly*, 4(2), 197-215.
- Crick, N. R., Bigbee, M. A., & Howes, C. (1996). Gender differences in children's normative beliefs about aggression: How do I hurt thee? Let me count the ways. *Child development*, 67(3), 1003-1014.
- Crick, N. R., & Grotpeter, J. K. (1995). Relational aggression, gender, and social psychological adjustment. *Child Development*, 66(3), 710-722.
- Crick, N. R., Grotpeter, J. K., & Bigbee, M. A. (2002). Relationally and physically aggressive children's intent attributions and feelings of distress for relational and instrumental peer provocations. *Child development*, 73(4), 1134-1142.
- Dahlen, E. R., Czar, K. A., Prather, E., & Dyess, C. (2013). Relational

- aggression and victimization in college students. *Journal of College Student Development*, 54(2), 140-154.
- Dodge, K. A., & Coie, J. D. (1987). Social-information-processing factors in reactive and proactive aggression in children's peer groups. *Journal of personality and social psychology*, 53(6), 1146-1158.
- Dollard, J. (1939). *Frustration and aggression*.
- Dost, A., & Yagmurlu, B. (2008). Are constructiveness and destructiveness essential features of guilt and shame feelings respectively? *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 38(2), 109-129.
- Dutton, D. G., & Karakanta, C. (2013). Depression as a risk marker for aggression: A critical review. *Aggression and Violent Behavior*, 18(2), 310-319.
- Edition, F. (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders. *Am Psychiatric Assoc*, 21(21), 591-643.
- Elsaesser, C., Gorman-Smith, D., & Henry, D. (2013). The role of the school environment in relational aggression and victimization. *Journal of Youth and Adolescence*, 42(2), 235-249.
- Erikson, E. H. (1966). Eight ages of man. *International Journal of Psychiatry*, 2(3), 281 - 300.
- Erikson, E. H. (1993). *Childhood and society*. WW Norton & Company.
- Erlbaum. Mishna, F. (2012). *Bullying: A guide to research, intervention, and prevention*. New York: Oxford University Press.
- Eron, L. D. (1987). The development of aggressive behavior from the perspective of a developing behaviorism. *American psychologist*, 42(5), 435-442.
- Ferguson, C. J., Averill, P. M., Rhoades, H., Rocha, D., Gruber, N. P., & Gummattira, P. (2005). Social isolation, impulsivity and depression as predictors of aggression in a psychiatric inpatient population. *Psychiatric quarterly*, 76(2), 123-137.
- Fite, P. J., Stoppelbein, L., Greening, L., & Preddy, T. M. (2011). Associations

- between relational aggression, depression, and suicidal ideation in a child psychiatric inpatient sample. *Child Psychiatry & Human Development*, 42(6), 666-678.
- Fjermestad-Noll, J., Ronningstam, E., Bach, B. S., Rosenbaum, B., & Simonsen, E. (2020). Perfectionism, shame, and aggression in depressive patients with narcissistic personality disorder. *Journal of personality disorders*, 34(Supplement), 25-41.
- Folke, F., Parling, T., & Melin, L. (2012). Acceptance and commitment therapy for depression: A preliminary randomized clinical trial for unemployed on long-term sick leave. *Cognitive and Behavioral Practice*, 19(4), 583-594.
- French, D. C., Jansen, E. A., & Pidada, S. (2002). United States and Indonesian children's and adolescents' reports of relational aggression by disliked peers. *Child development*, 73(4), 1143-1150.
- Freud, S. (1905). On psychotherapy. *Standard edition*, 7(267), 64-145.
- Freud, S. (1917). Mourning and melancholia. *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud*, 14(1914 - 1916), 237-258.
- Freud, S. (1955). Beyond the pleasure principle. In *The standard edition of the complete psychological works of Sigmund Freud, Volume XVIII (1920-1922): Beyond the pleasure principle, group psychology and other works*, 1-64.
- Frodi, A., Macaulay, J., & Thome, P. R. (1977). Are women always less aggressive than men? A review of the experimental literature. *Psychological bulletin*, 84(4), 634-660.
- Gilbert, P. (1998). *What is shame?* Some core issues and controversies.
- Goldstein, S. E., Chesir-Teran, D., & McFaul, A. (2008). Profile and Correlates of Relational Aggression in Young Adults' Romantic Relationship. *Journal of Youth and Adolescence*, 37, 251-165.
- Goss, K., Gilbert, P., & Allan, S. (1994). An exploration of shame measures – I: The other as Shamer scale. *Personality and Individual differences*,

- 175), 713-717.
- Hale, W. W., VanderValk, I., Akse, J., & Meeus, W. (2008). The interplay of early adolescents' depressive symptoms, aggression and perceived parental rejection: A four-year community study. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(8), 928-940.
- Harder, D. W. (1995). *Shame and guilt assessment, and relationships of shame-and guilt-proneness to psychopathology*. Guilford Press New York.
- Harder, D. W., Cutler, L., & Rockart, L. (1992). Assessment of shame and guilt and their relationship to psychopathology. *Journal of Personality Assessment*, 59(3), 584-604.
- Hare, Brian(2021). *Survival of the Friendliest*.
- Harper, J. M., & Hoopes, M. H. (1990). *Uncovering shame: An approach integrating individuals and their family systems*. WW Norton & Co.
- Harrington, R., Fudge, H., Rutter, M., Pickles, A., & Hill, J. (1990). Adult outcomes of childhood and adolescent depression: I. *Psychiatric status*. *Archives of general psychiatry*, 47(5), 465-473.
- Havighurst, R. J. (1973). History of developmental psychology: Socialization and personality development through the life span. *In Life-span developmental psychology*, 3-24. Academic Press.
- Hawkey, L. C., Williams, K. D., & Cacioppo, J. T. (2011). Responses to ostracism across adulthood. *Social cognitive and affective neuroscience*, 6(2), 234-243.
- Hoblitzelle, W. (1987). Differentiating and measuring shame and guilt: The relation between shame and depression. In H. B. Lewis (Ed.), *The role of shame in symptom formation*, 207 - 235. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Huesmann, L. R. (1998). An information processing model for the development of aggression. *Aggressive Behavior*, 14, 13-24.
- J. K., Sanftner, J., & Gramzow, R. (1996). Assessing individual differences in

- constructive versus destructive responses to anger across the lifespan. *Journal of personality and social psychology*, 70(4), 780.
- Kaufman, G. (1989). *The Psychology of Shame. Theory and treatment of Shame-based Syndromes*. New York: Springer Publishing Co. Inc.
- Kernberg, O. (1966). *Structural derivatives of object relationships*. The International Journal of Psychoanalysis.
- Knox, M., King, C., Hanna, G. L., Logan, D., & Ghaziuddin, N. (2000). Aggressive behavior in clinically depressed adolescents. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 39, 611-618.
- Kohut, H. (1971). *The analysis of the self* new york: Int.
- Kolbert, J. B., Field, J. E., Crothers, L. M., & Schreiber, J. B. (2010). Femininity and depression mediated by social and relational aggression in late adolescence. *Journal of School Violence*, 9(3), 289-302.
- Leff, S. S., Waasdorp, T. E., & Crick, N. R. (2010). A review of existing relational aggression programs: Strengths, limitations, and future directions. *School Psychology Review*, 39(4), 508-535.
- Lewinsohn, P. M. (1974). A behavioral approach to depression. *Essential papers on depression*, 150-172.
- Lewis, H. B. (1971). Shame and guilt in neurosis. *Psychoanalytic review*, 58(3), 419-438.
- Lewis, H. B. (1987). Shame and the narcissistic personality. *Them any faces of shame*, 93-132.
- Loader, P. (1998). Such a shame—A consideration of shame and shaming mechanisms in families. *Child Abuse Review*, 7(1), 44-57.
- Loeber, R., & Hay, D. (1997). Key issues in the development of aggression and violence from childhood to early adulthood. *Annual review of psychology*, 48(1), 371-410.
- Lopez, F. G., Gover, M. R., Leskela, J., Sauer, E. M., Schirmer, L., & Wyssmann, J. (1997). Attachment styles, shame, guilt, and collaborative

- problem solving orientations. *Personal Relationships*, 4(2), 187-199.
- Lorenz, K. Z. (1966). A. The psychobiological approach: methods and results-Evolution of ritualization in the biological and cultural spheres. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B, Biological Sciences*, 251(772), 273-284.
- Loudin, J. L., Loukas, A., & Robinson, S. (2003). Relational aggression in college students: Examining the roles of social anxiety and empathy. *Aggressive behavior*, 29(5), 430-439.
- Loukas, A., Paulos, S. K., & Robinson, S. (2005). Early adolescent social and overt aggression: Examining the roles of social anxiety and maternal psychological control. *Journal of Youth and Adolescence*, 34(4), 335-345.
- Lutwak, N., Panish, J., & Ferrari, J. (2003). Shame and guilt: Characterological vs. behavioral self-blame and their relationship to fear of intimacy. *Personality and individual differences*, 35(4), 909-916.
- Maccoby, E. E., & Jacklin, C. N. (1974). *The psychology of sex differences*. Stanford University Press.
- Marsee M. A, Barry C. T, Childs K. K, Frick P. J, Kimonis E. R, Muñoz L. C, Aucoin K. J, Fassnacht G. M, Kunimatsu M. M, Lau K. S. L.(2011). Assessing the forms and functions of aggression using self-report: factor structure and invariance of the Peer Conflict Scale in youths. *Psychol Assess.* 23(3), 792-804.
- Marsee, M. A., Kimonis, E. R., & Frick, P. J. (2004). *Peer conflicts cale. Unpublished rating scale*. University of New Orleans.
- Marshall, N. A., Arnold, D. H., Rolon-Arroyo, B., & Griffith, S. F. (2015). The association between relational aggression and internalizing symptoms: A review and meta-analysis. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 34(2), 135-160.
- Mathieson, L. C., & Crick, N. R. (2010). Reactive and proactive subtypes of relational and physical aggression in middle childhood : Links to

- concurrent and longitudinal adjustment. *School Psychology Review*, 39(4), 601-611.
- Nathanson, D. L. (1987). The many faces of shame. In *Partially based on a symposium held in Los Angeles, 1984 for the 137th Annual Meeting of the American Psychiatric Association..* The Guilford Press.
- Nathanson, D. L. (1992). *Shame and Pride: Affect, Sex, and the Birth of the Self*. New York.
- Olweus, D. (1979). Stability of aggressive reaction patterns in males: A review. *Psychological bulletin*, 86(4), 852-875.
- Orth, U., Berking, M., & Burkhardt, S. (2006). Self-Conscious Emotions and Depression: Rumination Explains Why Shame But Not Guilt is Maladaptive. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(12), 1608-1619.
- Ostrov, J. M., & Houston, R. J. (2008). The utility of forms and functions of aggression in emerging adulthood: Association with personality disorder symptomatology. *Journal of Youth and Adolescence*, 37(9), 1147-1158.
- Owens, L., Slee, P., & Shute, R. (2000). 'It Hurts a Hell of a Lot...' The Effects of Indirect Aggression on Teenage Girls. *School Psychology International*, 21(4), 359-376.
- Panak, W. F. & Garber, J. (1992). Role of aggression, rejection, and attributions in the prediction of depression in children. *Psychopathology*, 4(1), 145-165.
- Parrott, D. J., & Giancola, P. R. (2007). Addressing "The criterion problem" in the assessment of aggressive behavior: Development of a new taxonomic system. *Aggression and Violent Behavior*, 12(3), 280-299.
- Pellegrini, A. D., & Long, J. D. (2002). A longitudinal study of bullying, dominance, and victimization during the transition from primary school through secondary school. *British journal of developmental psychology*, 20(2), 259-280.
- Piers, G., & Singer, M. B. (1971). Shame and guilt: A psychoanalytic and a

- cultural study. print name : *Journal of School Violence*, 9(3), 289-302.
- Reimer, M. S. (1996). "Sinking into the ground": The development and consequences of shame in adolescence. *Developmental Review*, 16(4), 321-363.
- Roecker Phelps, C. E. (2001). Children's responses to overt and relational aggression. *Journal of Clinical Child Psychology*, 30(2), 240-252.
- Rys, G. S., & Bear, G. G. (1997). Relational aggression and peer relations: Gender and developmental issues. *Merrill-Palmer Quarterly (1982-)*, 87-106.
- Schoenleber, M., & Berenbaum, H. (2012). Shame regulation in personality pathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 121(2), 433.
- Schore, A. N. (1994). *Affect regulation and the origin of the self: The neurobiology of emotional development*. Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Seligman, M. E., & Johnston, J. C. (1973). *A cognitive theory of avoidance learning*.
- Shadbolt, C. (2009). Sexuality and shame. *Transactional Analysis Journal*, 39(2), 163-172.
- Shadbolt, C. (2009). Sexuality theory and development of depression. *Ethical Human Psychology and Psychiatry*, 11(1), 37-49.
- Storch, E. A., Bagner, D. M., Geffken, G. R., & Baumeister, A. L. (2004). Association between overt and relational aggression and psychosocial adjustment in undergraduate college students. *Violence and Victims*, 19(6), 689-700.
- Tangney, J. P. (1991). Moral affect; The good the, bad, and the ugly. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 598-607.
- Tangney, J. P. (2001). *Constructive and destructive aspects of shame and guilt*.
- Tangney, J. P., & Dearing, R. L. (2003). *Shame and guilt*. Guilford Press.
- Tangney, J. P., Hill-Barlow, D., Wagner, P. E., Marschall, D. E., Borenstein,
- Tangney, J. P., Miller, R. S., Flicker, L., & Barlow, D. H. (1996). Are shame, guilt, and embarrassment distinct emotions? *Journal of personality and*



- social psychology*, 70(6), 1256-1269.
- Tangney, J. P., Wagner, P., Fletcher, C., & 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.
- Tangney, J. P., Wagner, P., & Gramzow, R. (1992). Proneness to shame, proneness to guilt, and psychopathology. *Journal of abnormal psychology*, 101(3), 469-478.
- Underwood, M. K., Galen, B. R., & Paquette, J. A. (2001). Top ten challenges for understanding gender and aggression in children: Why can't we all just get along? *Social development*, 10, 248-266.
- Wells, M. & Jones, R.(2000). Childhood parentification and shame-proneness: A preliminary study. *The American Journal of Family Therapy*, 28, 19-27.
- Wolff, J. C., & Ollendick, T. H. (2006). The comorbidity of conduct problems and depression in childhood and adolescence. *Clinical child and family psychology review*, 9(3), 201-220.
- Winnicott, D. W. (1971). *Playing and reality*. Psychology Press.
- Young, E. L., Boye, A. E., & Nelson, D. A. (2006). Relational aggression: Understanding, identifying, and responding in schools. *Psychology in the Schools*, 43(3), 297-312.
- Zimmer Gembeck, M. J., & Pronk, R. E. (2012). Relation of depression and anxiety to self and peer reported relational aggression. *Aggressive behavior*, 38(1), 16-30.

<Abstract>

The Influence of Internalized Shame in College  
Students on Relational Aggression  
The Mediating effect of Depression

Cha Yun-Yeong

Major in Counseling Psychology Graduate School of  
Education Jeju National University

Supervised by Professor Choi Bo-Young

This study examines the relationship between internalized shame, relational aggression, and depression in college students, and tries to verify the mediating effect of depression on the relationship between internalized shame and relational aggression. The purpose of this study is to improve the mental health of college students by intervening emotional aspects such as internalized shame and depression to lower their relational aggression. In order to achieve this research purpose, the research questions were set as follows.

Research Question 1. What is the relationship between internalized shame, relational aggression, and depression in college students?

Research Question 2. Does depression have a mediating effect on the relationship between internalized shame and relational aggression in college students?

In this study, a total of 444 four-year college students across the country were randomly sampled and conducted through an online survey. Data collection took place over 4 days from October 22 to 25, 2021, and 436 questionnaires were used for the analysis, excluding 8 copies with insincere responses and time-outs. As a measurement tool, a self-report questionnaire consisting of internalized shame, relational aggression, depression, and demographic characteristics was used.

The data collected in this study were analyzed using the statistical analysis programs SPSS 28.0 and SPSS Process Macro v4.0 as follows. First, the intra-item fit of internalized shame, relational aggression, and depression scales (Cronbach's  $\alpha$ ) was calculated. Second, a frequency analysis was conducted to confirm the demographic characteristics of the study subjects. Third, correlation analysis was performed between each variable to confirm the relationship between each variable. Fourth, to verify the mediating effect of depression in the relationship between internalized shame and relational aggression, the three-step mediating effect verification procedure suggested by Baron and Kenny(1986) was used, and Bootstrapping was used to verify the statistical significance of the mediating effect. was carried out Based on these analysis results, the results of this study are summarized as follows.

First, as a result of correlation analysis of internalized shame, relational aggression, and depression of college students, it was found that there was a significant positive correlation with each other.

Second, it was found that depression had a fully mediating effect on the relationship between internalized shame and relational aggression in college

students.

Combining the results of the study, it was verified that high internalized shame among college students acts as a variable to increase relational aggression, and that depression has a fully mediating effect in the relationship between these two variables. This suggests that internalized shame and depression should be dealt with in order to lower the relational aggression of college students. After that, a counseling program for the mental health of college students should be developed, and follow-up studies such as clinical groups and comparative studies should be conducted.

**Key words: College Student, Relational Aggression, Internalized Shame, Depression, Bootstrapping**

## 부 록

### 설 문 지

안녕하십니까?

본 설문지는 여러분이 평소에 가지고 있는 생각과 느낌, 행동에 대해 알아보고자 하는 것입니다.

설문조사는 약 10 분 정도의 시간이 소요되며, 각 문항을 잘 읽고 모든 문항에 응답해 주시기 바랍니다. 설문조사 문항은 정답을 요구하는 것이 아니므로 여러분의 의견과 생각에 따라 부담 없이 응답하시면 됩니다.

본 설문지를 통해 얻어진 여러분의 응답은 비밀이 보장되며 모두 익명으로 처리됩니다. 오직 학문적 목적으로만 사용됨을 약속드리니 솔직하게 응답해 주기 바랍니다.

소중한 시간을 내주셔서 진심으로 감사드립니다.

연구자 : 차 윤 영 (제주대학교 교육대학원 상담심리전공)

지도교수 : 최 보 영 (제주대학교 교육대학원 교육학과)

- ※ 설문과 관련하여 궁금하신 사항은 메일(kiacyymail@hanmail.net)로 문의하여 주시기 바랍니다.
- ※ 본 조사의 통계는 통계법 제33조에 의거하여 비밀이 보장되며 통계 목적 이외에는 사용되지 않습니다.

■ 다음은 기본적인 인적사항에 관한 질문입니다. 해당란에 O또는√표시해 주십시오.

1. 성 별    ①남    ②여
2. 나 이    (       세)
3. 학 년    ①1학년    ②2학년    ③3학년    ④4학년
4. 사는 지역    ①서울 ②부산 ③대구 ④인천 ⑤광주 ⑥대전 ⑦울산  
⑧경기 ⑨강원 ⑩충북 ⑪충남 ⑫전북 ⑬전남 ⑭경북  
⑮경남 ⑯제주 ⑰세종

《 주의사항 》

정확한 연구를 위하여 한 문장도 빠짐없이 솔직하게 답하여 주세요.

정답이 없으므로, 너무 오랫동안 생각하지 마세요.

1. 내면화된 수치심

번호	문항내용	그런경우가없다	가끔그렇다	그렇다	자주그렇다	거의항상그렇다
1	나는 스스로 꽤 괜찮다고 느낀 적이 없다.	0	1	2	3	4
2	나는 어쩐지 내쳐진 느낌이다.	0	1	2	3	4
3	다른 사람들이 나를 무시한다고 느낀다.	0	1	2	3	4
4	나는 대체로 내가 성공한 사람이라고 생각하는 경향이 있다.	0	1	2	3	4
5	나는 스스로를 비웃고 자신을 알본다.	0	1	2	3	4
6	다른 사람이 나를 어떻게 볼까 불안하다.	0	1	2	3	4
7	다른 사람과 비교할 때 나는 결코 이상(기대)에 부합하지 못한다고 느낀다.	0	1	2	3	4
8	나는 내 자신이 매우 작고 보잘 것 없이 느껴진다.	0	1	2	3	4
9	나는 자부심이 강하다.	0	1	2	3	4
10	나는 부적절감을 강하게 느끼고 자신에 대한 회의로 가득 차 있다.	0	1	2	3	4
11	나는 기본적으로 잘못된 어떤 부분이 있는 것 같고 인간으로서 뭔가 결함이 있는 것 같다.	0	1	2	3	4
12	다른 사람과 비교할 때 나는 그들만큼 중요하지 않다.	0	1	2	3	4
13	다른 사람 앞에서 내 결점이 드러나는 것이 나는 아주 무섭다.	0	1	2	3	4

14	나는 많은 장점을 가지고 있다.	0	1	2	3	4
15	나는 완벽을 추구하지만 늘 부족함을 볼 뿐이다.	0	1	2	3	4
16	다른 사람들이 내 결점을 볼 수 있을 거라고 생각한다.	0	1	2	3	4
17	나는 실수를 하면 몽둥이로 내 자신의 머리를 내리치고 싶다.	0	1	2	3	4
18	대체로 나는 내 자신에 대해 만족한다.	0	1	2	3	4
19	실수를 하면 나는 움츠러드는 것 같다.	0	1	2	3	4
20	나는 고통스러운 사건을 마음속에서 반복적으로 생각해서 결국 압도되고 만다.	0	1	2	3	4
21	다른 사람과 똑같이 나는 가치있는 사람이다.	0	1	2	3	4
22	때로 내가 수천 조각으로 부서질 것 같이 느껴진다.	0	1	2	3	4
23	나는 내 신체와 감정에 대한 통제감을 잃어버린 것처럼 느껴진다.	0	1	2	3	4
24	때로 나는 콩알처럼 아주 작게 느껴진다.	0	1	2	3	4
25	때로 내가 노골적으로 드러난 것 같을 때 땅이 열려 나를 삼켜버렸으면 싶다.	0	1	2	3	4
26	내 안에는 내가 채울 수 없는 고통스러운 괴리가 있다.	0	1	2	3	4
27	나는 공허하고 채워지지 않음을 느낀다.	0	1	2	3	4
28	나는 내 자신에 대해 긍정적인 태도를 가지고 있다.	0	1	2	3	4
29	나의 외로움은 텅 빈 공허감과 같다.	0	1	2	3	4
30	나는 뭔가 있어야 할 것이 없는 것 같은 느낌이다.	0	1	2	3	4

## 2. 관계적 공격성

다음의 문항들을 읽고 평소에 자신이 생각하고 느낀대로 **자신과 가장 일치하는 숫자에 O 또는 V**를 해 주십시오.

번호	문항내용	전혀 그렇지 않다	약간 그렇다	매우 그렇다	확실히 그렇다
1	게임이나 경쟁에서 이기려고 다른 사람을 다치게 했다	0	1	2	3
2	다른 사람을 놀리는 것이 재미있다.	0	1	2	3
3	놀림당하면, 다른 사람을 다치게 하거나 무언가를 부술 것이다.	0	1	2	3
4	누군가에게 화가 났을 때 때때로 그 사람에 대해 뒷말을 한다.	0	1	2	3
5	내가 원하는 것을 얻기 위해 싸움을 건다.	0	1	2	3
6	나에게 아무 짓도 하지 않은 사람도 내 집단에서 의도적으로 제외시킨다.	0	1	2	3
7	누군가 나에게 잘못을 했을 때 그 사람에 대한 소문과 거짓말을 퍼뜨린다.	0	1	2	3
8	누군가 나를 다치게 하면, 결국 싸움으로 번진다.	0	1	2	3
9	내가 원하는 것을 얻기 위해 다른 사람을 나쁘게 보이도록 한다.	0	1	2	3
10	누군가 나를 짜증나게 하면, 친구들에게 그 사람을 좋아하지 말라고 얘기 한다.	0	1	2	3
11	누군가 나에게 잘못을 하면 그 사람을 위협한다.	0	1	2	3
12	다른 사람을 다치게 할 때, 내 자신이 강하고 대단한 것처럼 느껴진다.	0	1	2	3
13	누군가 얼마 전에 나에게 한 일 때문에 그 사람의 비밀을 다른 사람들에게 말한다.	0	1	2	3
14	누군가 나를 위협하면, 결국 싸움으로 번진다.	0	1	2	3
15	나를 화나게 한 사람에게 복수하기 위해 새로운 친구들과 사귀다.	0	1	2	3
16	누군가에게 화나면 그 사람을 다치게 한다.	0	1	2	3
17	누군가 나를 화나게 하면, 그 사람에 대한 나쁜 쪽지를 써서 돌린다.	0	1	2	3
18	내가 원하는 것을 얻기 위해 다른 사람을 위협한다.	0	1	2	3



19	인기 있으려고 다른 사람에 대한 뒷말을 한다.	0	1	2	3
20	누군가 나를 화나게 하면, 그 사람을 다치게 한다.	0	1	2	3
21	나에게 아무 짓도 하지 않은 사람이라도 고의적으로 못되게 군다.	0	1	2	3
22	누군가에게 화가 나면, 그 사람이 나쁘게 보이도록 한다.	0	1	2	3
23	내가 원하는 것을 얻기 위해 다른 사람의 친구를 뺏으려고 한다.	0	1	2	3
24	다른 사람을 어떻게 다치게 할지 신중히 계획한다.	0	1	2	3
25	누군가 나를 화나게 하면, 그 사람에게 물건을 던진다.	0	1	2	3
26	다른 사람에 대해 뒷말을 하면 내가 인기 있어지는 것처럼 느껴진다.	0	1	2	3
27	누군가 얼마 전에 나에게 한 일 때문에 그 사람을 다치게 한다.	0	1	2	3
28	다른 사람을 다치게 하는 게 재미있다.	0	1	2	3
29	내가 원하는 것을 얻기 위해 다른 사람에 대한 소문과 거짓말을 퍼뜨린다.	0	1	2	3
30	내가 말다툼이나 몸싸움을 했을 때, 보통은 생각 없이 한 행동이었다.	0	1	2	3
31	누군가 나를 화나게 하면, 그 사람의 비밀을 다른 사람에게 말한다.	0	1	2	3
32	다른 사람이 내가 원하는 것을 하게 만들기 위해서, 그 사람을 무시하거나 말을 안 건다.	0	1	2	3
33	나보다 작은 애들을 해코지하는 것이 재미있다.	0	1	2	3
34	누군가 나를 화나게 하면, 나는 그 사람의 친구를 뺏으려 한다.	0	1	2	3
35	나에게 아무 짓도 하지 않은 사람도 위협한다.	0	1	2	3
36	화가 나면, 누군가를 해코지 할 것이다.	0	1	2	3
37	다른 사람으로부터 받는 사소한 무시에도 싸움을 하게 된다.	0	1	2	3
38	내가 누군가에 대한 소문을 퍼뜨렸을 때, 보통은 생각 없이 한 행동이었다.	0	1	2	3
39	나에게 아무 짓도 하지 않은 사람이라도 그 사람에 대한 나쁜 이야기를 한다.	0	1	2	3
40	누군가 나를 화나게 하면, 그 사람을 내 집단에서 제외시키려고 한다.	0	1	2	3

### 3. 우울

아래 항목들을 잘 읽어보고 **지난 일주일 동안** 다음과 같은 일들을 얼마나 자주 겪었는지 해당되는 칸에 O 또는 V를 해주십시오.

번호	문항내용	극히 드물게 (1일 이하)	가끔 (1일~ 일2)	자주 (3일~ 4일)	거의 대부분 (5~7 일)
1	평소에는 아무렇지도 않던 일들이 귀찮게 느껴진다.	0	1	2	3
2	먹고 싶지 않았다; 입맛이 없었다.	0	1	2	3
3	가족이나 친구가 도와주더라도 울적한 기분을 떨쳐 버릴수 없었다.	0	1	2	3
4	다른 사람들만큼 능력이 있다고 느꼈다.	0	1	2	3
5	무슨 일을 하든 정신을 집중하기가 힘들었다.	0	1	2	3
6	우울했다.	0	1	2	3
7	하는 일마다 힘들게 느껴졌다.	0	1	2	3
8	미래에 대하여 희망적으로 느껴졌다.	0	1	2	3
9	내 인생은 실패작이라는 생각이 들었다.	0	1	2	3
10	두려움을 느꼈다.	0	1	2	3
11	잠을 설쳤다; 잠을 이루지 못했다.	0	1	2	3
12	행복했다.	0	1	2	3
13	평소보다 말을 적게 했다; 말수가 줄었다.	0	1	2	3
14	세상에 홀로 있는 듯한 외로움을 느꼈다.	0	1	2	3
15	사람들이 나에게 차갑게 대하는 것 같았다.	0	1	2	3
16	생활이 즐거웠다.	0	1	2	3
17	갑자기 울음이 나왔다.	0	1	2	3
18	슬픔을 느꼈다.	0	1	2	3
19	사람들이 나를 싫어하는 것 같았다.	0	1	2	3
20	도무지 무엇을 시작할 기운이 나지 않았다.	0	1	2	3

★ 설문에 참여해 주셔서 진심으로 감사드립니다. ★