



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](#)

이 정 윤 교수 지도  
석사학위 청구논문

아동기 정서적 외상이  
역기능적 분노표현에 미치는 영향  
: 내면화된 수치심과  
정신화의 순차매개효과

2025

성신여자대학교 대학원  
심리학과  
서 지 희

아동기 정서적 외상이  
역기능적 분노표현에 미치는 영향  
: 내면화된 수치심과  
정신화의 순차매개효과

이 정 윤 교수지도

이 논문을 석사학위 논문으로 제출함


2024년 11월

성신여자대학교 대학원  
심리학과  
서 지 희


# 인 준 서

서지희의 석사학위 논문으로 인준함

2024년 12월

심사위원장 진경선 (인) 

심사위원 박혜경 (인) 

심사위원 이정연 (인) 

성신여자대학교 대학원

## 논문개요

본 연구에서는 초기 성인을 대상으로 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화가 각각 매개하는지, 나아가 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 미치는 영향에서 내면화된 수치심과 정신화가 순차적으로 매개하는지 검증하고자 하였다. 이를 위해 만 20세부터 만 39세의 초기 성인 463명을 대상으로 아동기 정서적 외상 척도, 역기능적 분노표현 척도, 내면화된 수치심 척도, 정신화 척도를 사용하여 자료를 분석하였다. 본 연구의 결과는 다음과 같다. 첫째, 아동기 정서적 외상, 역기능적 분노표현, 내면화된 수치심, 정신화는 모두 유의한 상관성이 있는 것으로 나타났다. 둘째, 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 직접 효과는 유의한 것으로 나타났다. 셋째, 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과는 유의한 것으로 나타났다. 넷째, 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 정신화의 매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 다섯째, 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화의 순차매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 본 연구는 아동기 정서적 외상으로부터 역기능적 분노표현을 경험하게 되는 기제와 경로에 대한 기초자료를 제공하였다는 점에서 의의가 있다. 이는 상담 장면에서 아동기 정서적 외상을 경험한 사람들의 역기능적 분노표현을 경감시키기 위해 내면화된 수치심을 고려하여 개입할 필요성이 있음 시사한다.

**주요어:** 아동기 정서적 외상, 역기능적 분노표현, 내면화된 수치심, 정신화

# 목 차

## 논문개요

I. 서론 .....	1
1. 연구의 필요성 및 목적 .....	1
II. 연구문제 및 가설 .....	10
1. 연구 모형 .....	10
2. 연구문제 및 가설 .....	11
III. 이론적 배경 .....	13
1. 역기능적 분노표현 .....	13
1) 역기능적 분노표현의 개념 .....	13
2. 아동기 정서적 외상 .....	14
1) 외상과 아동기 정서적 외상의 개념 .....	14
2) 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계 .....	16
3. 내면화된 수치심 .....	16
1) 내면화된 수치심의 개념 .....	17
2) 아동기 정서적 외상과 내면화된 수치심의 관계 .....	18
3) 내면화된 수치심과 역기능적 분노표현의 관계 .....	19
4. 정신화 .....	20

1) 정신화의 개념 .....	20
2) 아동기 정서적 외상과 정신화의 관계 .....	23
3) 정신화와 역기능적 분노표현의 관계 .....	24
5. 내면화된 수치심과 정신화의 관계 .....	24
<b>IV. 연구 방법 .....</b>	<b>26</b>
1. 연구 대상 및 절차 .....	26
2. 측정 도구 .....	28
1) 아동기 정서적 외상 척도 .....	28
2) 역기능적 분노표현 척도 .....	29
3) 내면화된 수치심 척도 .....	30
4) 정신화 척도 .....	31
3. 자료 분석 .....	33
<b>V. 연구결과 .....</b>	<b>34</b>
1. 연구대상자의 특성 .....	34
1) 연구대상자의 인구통계학적 특성 .....	34
2) 연구 대상자의 아동기 정서적 외상 유형별 경험 여부 .....	35
2. 주요 변인들의 기술통계 및 상관 .....	36
3. 매개효과 검증 .....	38
4. 간접효과 검증 .....	41

VI. 논의 ..... 43

참고문헌

ABSTRACT

부록

## 표 목 차

<표 1> 아동기 정서적 외상의 문항구성 .....	28
<표 2> 역기능적 분노표현의 문항구성 .....	29
<표 3> 내면화된 수치심의 문항 구성 .....	31
<표 4> 정신화의 문항구성 .....	32
<표 5> 연구대상자의 인구통계학적 특성 빈도 분석 .....	34
<표 6> 연구대상자의 정서적 외상 유형별 빈도 분석 .....	36
<표 7> 주요 변인의 상관계수 및 기술통계 결과 .....	37
<표 8> 매개효과 검증 결과 .....	39
<표 9> 간접효과 Bootstrapping 분석 결과 .....	42

## 그림 목 차

[그림 1] 연구 모형 .....	10
[그림 2] 최종 모형 .....	40

# I. 서론

## 1. 연구의 필요성 및 목적

분노는 개인이 부당함, 위협 혹은 좌절감을 느끼는 상황에서 나타나는 공격 경향성을 가진 각성 상태로, 인간에게 보편적이고 자연스러운 감정이다 (Spielberger et al., 1988). 적절한 분노는 자신의 의견을 주장하고 표현할 수 있는 긍정적인 역할을 할 수 있고(김모아, 이영호, 2013), 자신의 긴장해소는 물론 사회적 관계를 유지하거나 변화시키는데 긍정적 기능을 하지만, 적절하게 분노를 표현하지 못하면 신체적, 정신적, 사회적으로 심각한 문제를 초래할 수 있다(Silk et al., 2003).

분노로 인해 문제를 경험하는 사람들에 대한 실태를 조사한 바에 의하면, 분노를 조절하지 못해 역기능적인 방식으로 분노를 표현하는 경우가 매년 증가하고 있다. 건강보험심사평가원 빅데이터에 따르면, 적절하게 분노를 표현하지 못하고 폭발적으로 분노를 표출하는 것을 특징으로 하는 분노조절장애의 국내 입원 및 외래 환자 수는 2019년 1,968명에서 2023년 2,256명으로 4년 사이에 약 14.6%가 증가하였다. 2023년 분노조절장애 환자 수를 연령별 10세 구간으로 나눠봤을 때, 이 중 20-29세가 758명(33.6%)으로 1위를 차지했고, 그 뒤를 이어 30-39세가 441명(19.5%)으로 2위를 차지했다. 이렇게 초기 성인기에서 나타나는 역기능적으로 표현되는 분노는 개인적인 문제부터 심각한 범죄까지 다양한 문제를 일으킬 수 있다. 먼저, 분노는 개인에게 불안, 우울 등(김모아, 이영호, 2013)의 영향을 줄 수 있고, 대인관계문제를 일으킬 수 있다(김남연, 양난미, 2012; 박정은, 홍혜영, 2022). Erikson(1994)의 심리사회적 발달단계에 의하면 초기 성인기는 가족, 친구, 연인 등의 타인과

의 관계 속에서 친밀감 형성이라는 발달 과업을 달성해야 하는 시기이다. 따라서 역기능적 분노표현이 초기 성인기의 개인에게 친밀감 형성에 부정적 영향을 끼쳐서 중요한 발달 과업에 방해가 될 것으로 예상된다. 또한 경찰청이 발표한 ‘2022 통계연보’에 따르면 2022년 발생한 범죄 1,250,330건 중 262,842건인 21.0%가 화를 참지 못해 충동적으로 벌이는 분노범죄인 우발적 범죄에 해당되며, 강력범죄의 경우에는 25,017건 중 8,381건인 33.5%가 우발적 범죄에 해당됐다. 연령별로 강력범죄 현황을 보았을 때는 20-40세가 25,017건 중 11,010건으로 전체의 44.0%를 차지했다. 이처럼 적절하게 표현되지 않는 분노는 개인적, 사회적으로 심각한 문제들을 초래하고 있다. 특히 분노는 초기 성인기에 해당하는 사람들에게 더욱 부정적인 영향을 끼치는 것으로 볼 수 있는데, 이는 나이가 들수록 경험하고 표출하는 분노가 감소하기 때문이다(Brown, 2016; Schieman, 1999).

이러한 분노는 분노조절(Anger-control), 분노표출(Anger-out), 분노억제(Anger-in)라는 세 가지 분노표현 유형으로 구분된다(Spielberger et al., 1983). 분노조절은 분노를 인지하고 감독하면서 분노를 진정시키기 위한 전략들을 구사하며 자신의 분노를 조절하는 것이다. 분노표출은 자신이 경험하는 분노를 공격적인 언어나 반응으로 외부 대상을 향해 직접적으로 드러내는 것으로, 이는 욕설, 말다툼, 언어폭력, 과격한 공격성으로 표현된다(Spielberger et al., 1988). 반면, 분노억제는 속으로는 화가 난 상태이지만 이를 외부로 드러내지 않고 자신의 내부로 돌리거나, 분노를 유발하는 사건과 관련한 사고, 감정을 억제하고 부정하는 것을 말한다(Spielberger et al., 1988). 적절하게 분노를 표현하지 않고 역기능적인 방식으로 분노를 표현하는 분노표출과 분노억제가 역기능적 분노표현(dysfunction anger expression)에 해당한다(Spielberger et al., 1998).

그동안 역기능적 분노표현을 설명하는 여러 요인들이 연구되어 왔지만,

본 연구에서는 성인이 회고하거나 지각한 만 18세 이전의 아동기 정서적 외상 경험에 주목하고자 하였다. 아동기 정서적 외상은 아동기 정서적 학대와 정서적 방임을 포함하며, 양육자로부터 모욕, 수치, 무시 등을 당하는 경험을 말한다. 정서적 학대는 양육자가 언어적으로 아동의 가치감이나 안녕감에 해를 가하거나 치욕적, 모욕적 혹은 위협적인 행동을 표현하는 것이고, 정서적 방임은 양육자가 아동에게 사랑, 격려, 친밀감, 지지와 같은 기본적인 심리적, 정서적 욕구를 제공해 주지 않는 것이다(Bernstein et al., 2003).

Allen(2010)과 Bowlby(1980)의 애착 이론에 따르면, 아동기에 주 양육자로부터 겪은 학대와 방임 경험은 성인기의 성격 발달과 정서 조절에 부정적인 영향을 미친다. Dalgleish와 Power(2004)는 외상 사건으로 인해 즉각적으로 나타나는 1차 정서인 불안, 공포 등은 시간이 경과함에 따라 정도가 감소하지만, 외상 사건 발생 후 인지적 과정을 통해 나타나는 2차 정서인 분노, 수치심, 슬픔 등은 시간이 경과함에 따라 오히려 증가한다고 보고하였다. 특히 아동기 정서적 외상 중 하나인 정서적 학대는 초기 성인기인 대학생의 자기 조절에 손상을 일으켜서 때로는 과소 조절하여 정서에 압도당해 공격적인 모습을 보이기도 하고, 또 때로는 과잉 조절하여 정서적 억제의 증상을 보일 수 있다고 하였다(김해랑, 홍혜영, 2017). 특히 아동기의 정서적 외상은 초기 성인기의 만성적인 분노와 역기능적 분노표현을 초래할 수 있는 것으로 밝혀졌다(조한익, 최종환, 2013). 역기능적 분노표현을 분노억제와 분노표출로 나누어서 살펴보았을 때도 아동기 정서적 외상이 대학생의 분노억제와 분노표출에 미치는 영향력이 유의하게 나타났다(박지수, 김정민, 2020). 이에 본 연구에서는 아동기 정서적 외상을 경험한 초기 성인기의 사람들은 자신의 감정을 제대로 반영 받지 못하고 감정 표현 기술을 습득할 기회가 부족했기 때문에 역기능적 분노표현을 나타낼 가능성이 높을 것으로 가정하였다.

이와 같이 성인이 회고하거나 지각한 아동기 정서적 외상 경험이 초기 성인기의 역기능적 분노표현에 직접적으로 영향을 미칠 가능성뿐 아니라, 아동기 정서적 외상이 다른 변인을 거쳐 역기능적 분노표현에 간접적으로 영향을 미칠 가능성 또한 고려해볼 필요성이 있다. 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 영향을 미친다 하더라도, 이는 이미 과거에 일어난 일이기 때문에 경험 자체를 변화시키기는 어렵다. 따라서 연구를 통해 이들 간의 관계를 매개하는 변인들을 밝힐 수 있다면 아동기 정서적 외상으로 인해 분노표현에 어려움을 지니고 있는 사람들을 상담할 때 보다 효율적인 개입을 할 수 있을 것으로 예상된다. 그러나 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 과정에서 이들 간의 관계를 매개하는 변인을 본 국내연구는 활발히 이루어지지 않고 있다. 그러므로 본 연구에서는 지각된 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 과정에서 이들 간의 관계를 매개하는 변인을 살펴보고자 하였다.

먼저, 본 연구에서는 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계를 매개할 변인으로 내면화된 수치심에 주목하였다. 내면화된 수치심(internalized shame)이란 무가치감, 쓸모없음, 열등감을 자신의 정체성의 한 부분으로 내면화한 것으로, 이로 인해 개인은 만성적이고 지속적으로 수치심을 경험한다(Cook, 1991). 아동기 정서적 외상은 내면화된 수치심에 영향을 미치는데, Cook(1991)은 수치심을 주 양육자로부터 유능한 자기만 수용 받고 무능한 자기는 배제되어 수용 받지 못하면서 자신을 쓸모없고 열등한 존재라고 인식하여 내면화하게 되는 성격 특질로 보았다. 실제 아동기 정서적 외상과 내면화된 수치심 간의 관계에 대한 선행연구를 보면, Claesson과 Sohlberg(2002)의 대학생들을 대상으로 한 연구에서 어머니로부터 비난과 무시 받은 기억은 수치심과 상관을 보이는 것으로 나타났다. 김락경과 김은정(2019)은 아동기 정서적 학대를 받은 대학생은 부정적인 인지 양식을 형성

할 가능성이 매우 높는데, 이는 정서적 학대 상황 이외의 다른 부정적인 사건들에까지 일반화되어 부정적인 정서, 사고 등을 처리하는 것에 영향을 미친다고 설명하였다. 또한 여자대학생을 대상으로 한 선행연구에서 아동기 정서적 외상과 같은 대인간 외상 경험이 결함/수치심 도식을 발달시켜서, 자신이 부족하고 무가치하다는 부적절감과 공허감, 자기 비난, 실수에 대한 불안 등의 내면화된 수치심 증상을 일으킨다는 결과가 있었다(최은영, 안현의, 2011). 김승미와 김정규(2021)는 20-30대 성인에 있어서 아동기 정서적 외상 수준이 높을수록 타인의 의도를 왜곡하여 인식하면서 부적절감을 경험하거나, 자신에게 모든 책임을 돌리며 비난하는 자기처벌의 가능성이 높다고 설명하였다. 이는 외상 경험이 수치심을 내면화시켜 손상된 자기감을 형성하게 하여 왜곡된 지각을 하게 만든다는 것을 의미한다(김승미, 김정규, 2021). 이에 본 연구에서도 아동기 정서적 외상을 경험한 초기 성인기의 사람들이 내면화된 수치심을 형성하게 될 가능성이 높을 것으로 가정하였다.

또한 내면화된 수치심은 역기능적 분노표현에 유의미한 영향을 미칠 것으로 예상된다. Lewis(1971)에 따르면 수치심은 개인에게 강렬한 정서로 느껴지기 때문에, 수치심을 경험하게 되면 이를 타인에 대한 분노로 대치함으로써 수치심을 회피하게 된다고 보았다. Averill(2012) 또한 수치심이 높은 개인은 분노를 방어기제의 일종으로 사용하는 경우가 많다고 하였으며, 수치심 경향성이 높고 내면화된 수치심이 강한 사람은 분노를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(김수미, 2009; Tangney et al., 1996; Tangney et al., 1992). 즉, 수치심이 강한 사람은 분노를 더 많이 경험하게 될 뿐 아니라, 적절하지 않은 방식으로 분노를 사용할 가능성이 크다. 따라서 내면화된 수치심을 지닌 사람들은 역기능적 분노표현을 경험할 것으로 예상할 수 있다.

한편, 본 연구에서는 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현을 매개하는 또 다른 변인으로 정신화에 주목하였다. 정신화(mentalization)는 개인과

타인의 관계 속에서 행동 이면에 있는 욕구, 소망, 감정 등을 이해하고, 의미를 파악할 수 있는 정신적 과정이다(Bateman & Fonagy, 2004, 2007, 2016). 이러한 정신화는 아동기 정서적 외상으로부터 영향을 받을 수 있는데, 견고하고 균형 잡힌 정신화의 발달을 위해서는 아동기에 양육자와 자녀 사이의 적절한 상호작용이 필요하기 때문이다(Bateman & Fonagy, 2012). 정신화는 아동의 비언어적이고 암묵적인 단서를 아동의 정신 상태에 대한 의사 표현으로 해석할 수 있는 양육자의 민감한 반응성을 통해 생겨난다(Wallin, 2010). 이때, 양육자의 민감한 반응의 지속적인 실패는 아동의 정신화 발달을 방해한다. 특히 양육자가 아동의 감정을 충분히 담아줄 수 없게 되면, 아동의 자신과 타인의 마음을 이해하는 능력이 저해된다(Fonagy et al., 2011). 양육자가 아동을 생각과 감정을 지닌 존재로 여기지 않을 경우, 아동은 자신과 타인의 마음에 대한 명확한 감각을 발달시킬 수 없기 때문이다(Duval et al., 2018). 따라서 본 연구에서는 이러한 선행연구들을 토대로 아동기 정서적 외상이 정신화에 부적 영향을 미칠 것으로 추론하였다.

나아가, 정신화는 역기능적 분노표현에 부적 영향을 줄 것으로 예측해 볼 수 있다. 정신화 능력이 부족한 사람은 자신과 타인의 생각, 정서, 행동을 올바르게 인식하는 것에 어려움을 느끼기 때문에(김용희, 2017; 김찬양, 최한나, 2018; 김홍주, 김은영, 2018; 최희숙, 주영아, 2020), 타인의 감정과 생각, 행동의 의도를 합당하게 이해하기보다 상상만으로 타인의 감정을 예측하거나 확신하여 타인의 실제 정서와 생각을 인식하는데 어려움을 겪는다(Wallin, 2007/2010; Bateman & Fonagy, 2012). 또한 대학생을 대상으로 한 연구에서 이들은 모호한 상황을 왜곡해서 해석함으로써 상황을 위협적으로 받아들일 수 있으며, 화가 난 자신의 감정을 인식하여 조절하는 것을 어려워하기 때문에 역기능적인 분노표현인 분노억제나 분노표출을 하게 될 것으로 시사된다(김지원, 김정민, 2023). 이에 본 연구에서는 정신화 능력이 낮은

사람들일수록 역기능적 분노표현을 경험할 가능성이 커질 것으로 가정하였다.

즉 양육자가 흔히 아동을 생각과 감정을 지닌 존재로 여기지 않아 아동이 모욕, 수치, 무시 등을 경험하게 되면, 아동은 자신과 타인의 마음을 이해하고 의미를 파악하는 명확한 감각이 적절히 발달하지 않게 된다. 이러한 능력이 부족한 사람은 자신과 타인의 마음을 합당하게 이해하기보다 왜곡하여 해석함으로써 상황을 위협적으로 받아들이고, 자신의 감정을 인식하여 조절하는 것을 어려워하기 때문에 역기능적 분노표현을 하게 될 것으로 예상된다. 선행연구에서도 정신화가 아동기 정서적 외상인 정서적 방임, 정서적 학대와 역기능적 분노표현의 관계를 매개하는 것으로 나타났다(이성호, 장유진, 2022). 따라서 본 연구에서는 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계를 정신화가 매개할 것으로 추론하였다.

아울러, 본 연구에서는 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 내면화된 수치심과 정신화 간에 순차적인 관련성이 있을 것으로 가정하고, 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 과정에서 내면화된 수치심과 정신화의 순차적 매개효과를 검증하였다. 이은정과 장유진(2020)은 대학생 대상 연구에서 내면화된 수치심으로 인해 자신에 대한 깊은 열등감, 무가치감, 그리고 부적절감을 갖게 되면 부정적으로 편향되고 왜곡된 자신의 생각이나 감정에 대해 적절한 거리를 두고 성찰할 수 있는 능력이 저하된다고 설명하였다. 또한 높은 수준의 수치심을 가지고 있을 때 자신과 타인의 정신 상태에 대한 정신화 능력이 떨어지며(Gurgenidze, 2019), 내면화된 수치심과 정신화가 유의한 부적 상관을 보인다는 성인을 대상으로 한 선행연구 결과들도 있다(김수민, 김보영, 2021; 김영석, 장유진, 2021; 김희정, 홍혜영, 2021; 이상순, 김성지, 2023; 이은정, 장유진, 2020). 이러한 연구들로 미뤄보아 높은 내면화된 수치심은 자기 자신에 대한 인지 및 정서를 통합하는 것

을 방해하여 내적인 과정을 이해하고 성찰하는 정신화를 낮출 것으로 가정하였다.

정리하면, 본 연구에서는 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 유의미한 영향을 미칠 것으로 예측하였으며, 이들 간의 관계를 내면화된 수치심과 정신화가 각각 매개할 것으로 가정하여 이러한 변인들의 매개효과를 검증하였다. 아울러 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계를 내면화된 수치심과 정신화가 순차적으로 매개하는지 검증하였다.

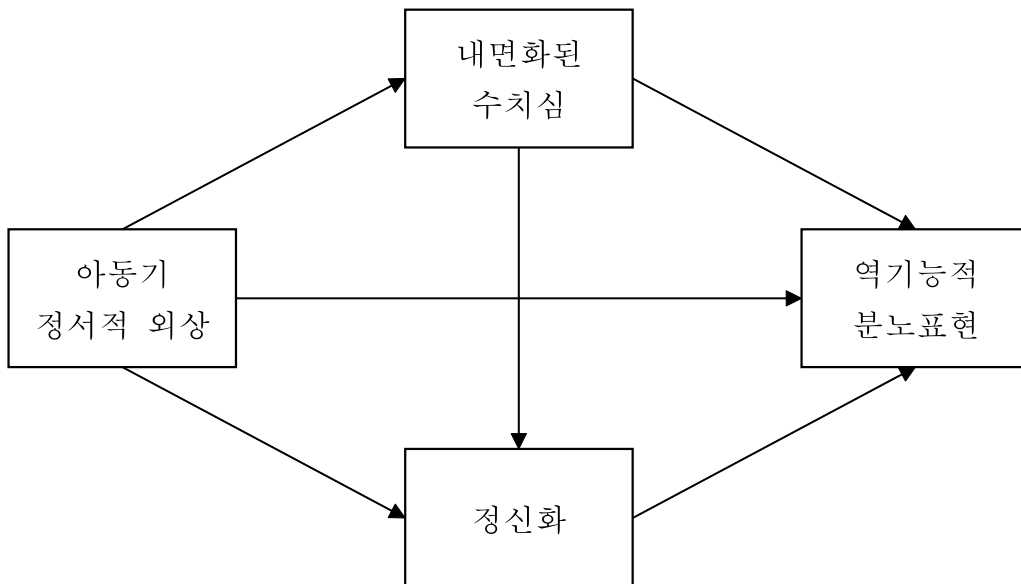
아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심(김승미, 김정규, 2021)과 정신화(이성호, 장유진, 2022)의 매개효과를 검증한 연구는 있지만, 내면화된 수치심과 정신화 순차적인 매개효과를 검증한 연구는 아직까지 없는 실정이다. 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계를 내면화된 수치심이 매개한다는 연구(김승미, 김정규, 2021)에서 내면화된 수치심의 매개 역할을 강조하며, 상담 장면에서 아동기 정서적 외상을 경험한 사람들의 부정적인 자기 지각에 대한 평가를 다룸으로써 분노표현 방식을 변화시킬 수 있다고 하였다. 그러나 Lewis(1987)가 수치심을 ‘숨겨진 정서(hidden emotion)’라고 말한 것처럼 수치심은 개인이 다루기 힘든 정서이고 직접적으로 드러내기 어려우며, 수치심을 가진 개인은 자신을 숨기고 싶어하기 때문에 내담자는 수치심에 대한 경험을 말하는 것을 꺼리거나 말하기 어려울 수 있다(Gurgenidze, 2019). 따라서 수치심에 대한 상담자의 직접적인 접근보다 좀 더 내담자가 안전하게 느낄 수 있는 효율적인 개입 방법을 찾는 것이 중요하다. 본 연구에서 내면화된 수치심과 순차적 관계에 있을 것이라고 예상하는 정신화의 촉진은 관계 내에서 이루어지는데, 상담 또한 기본적으로 관계를 기반으로 진행되기 때문에 상담자-내담자 관계는 내담자의 변화를 이끄는 궁극적인 원천이 된다(Norcross & Wampold, 2011; Wampold, 2010). 이에 따라 개입하는 방법으로서 정신화 능력을 강화

하는 것이 덜 위협적이고 더 유용할 수 있을 것이다(Gurgenidze, 2019). 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화의 순차적 관계에 대한 검증이 이루어진다면, 상담 장면에서 아동기 정서적 외상을 겪은 초기 성인기의 내담자들이 역기능적 분노표현의 어려움을 호소할 때 이들의 역기능적 분노표현 행동에 영향을 미치는 심리적 기제를 구체적으로 이해하고 정신화 능력의 향상을 통하여 내면화된 수치심을 다루고 역기능적 분노표현의 방식을 변화시킬 수 있을 것이다.

## II. 연구문제 및 가설

### 1. 연구 모형

본 연구에서는 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 과정에서 내면화된 수치심과 정신화가 각각 매개할 것으로 가정하고 이를 검증하고자 하였다. 또한, 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계를 내면화된 수치심과 정신화가 순차적으로 매개할 가능성도 추가적으로 검증하고자 하였다. 연구모형은 [그림 1]과 같다.



[그림 1] 연구모형

## 2. 연구문제 및 가설

**연구문제 1.** 아동기 정서적 외상, 역기능적 분노표현, 내면화된 수치심, 정신화의 관계는 어떠한가?

가설 1-1) 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현은 정적 상관을 보일 것이다.

가설 1-2) 아동기 정서적 외상과 내면화된 수치심은 정적 상관을 보일 것이다.

가설 1-3) 아동기 정서적 외상과 정신화는 부적 상관을 보일 것이다.

가설 1-4) 내면화된 수치심과 정신화는 부적 상관을 보일 것이다.

가설 1-5) 내면화된 수치심과 역기능적 분노표현은 정적 상관을 보일 것이다.

가설 1-6) 정신화와 역기능적 분노표현은 부적 상관을 보일 것이다.

**연구문제 2.** 아동기 정서적 외상은 역기능적 분노표현에 직접적으로 영향을 미치는가?

가설 2-1) 아동기 정서적 외상은 역기능적 분노표현에 직접적으로 영향을 미친다.

**연구문제 3.** 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심은 매개효과를 지니는가?

가설 3-1) 아동기 정서적 학대와 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심은 매개효과를 지닐 것이다.

**연구문제 4.** 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 정신화는

매개효과를 지니는가?

가설 4-1) 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 정신화는 매개효과를 지닐 것이다.

**연구문제 5.** 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화는 순차적인 매개효과를 지니는가?

가설 5-1) 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화는 순차적인 매개효과를 지닐 것이다.

### III. 이론적 배경

#### 1. 역기능적 분노표현

##### 1) 역기능적 분노표현의 개념

분노는 누구나 경험하는 보편적인 정서이고(Averill, 1983), 인간의 생존에 있어서 필수적이고 적응적인 감정이다(Lerner, 1985). 분노를 적절하게 표현하면 자신의 긴장해소는 물론 사회적 관계를 유지하거나 변화시키는데 긍정적으로 기능을 하지만, 적절하게 표현하지 못하면 신체적, 정신적, 사회적으로 심각한 문제를 초래할 수도 있다(Silk et al., 2003). 이와 같이 분노는 기능적 분노와 역기능적 분노로 구분되는데, 서수균(2004)은 기능적 분노는 개인의 기능을 불필요하게 손상시키지 않은 상태로 문제를 해결할 수 있지만 역기능적 분노는 사회적으로 과도하게 공격적이고 적대적인 형태로 표출하게 되어 보다 심각하고 장기적인 문제를 가져올 수 있다고 설명하였다.

Spielberger 등(1983)은 분노표현 양상을 분노조절(Anger-control), 분노표출(Anger-out), 그리고 분노억제(Anger-in)라는 세 가지 유형으로 구분했다. 분노조절은 분노를 인지하고 감독하면서 분노를 진정시키기 위한 전략들을 구사하며 자신의 분노를 조절하는 것이다. 나머지 분노표출과 분노억제는 역기능적 분노표현(dysfunction anger expression)에 해당하는데(Spielberger et al., 1998), 분노표출은 외부 대상을 향해 자신이 경험하는 분노를 공격적인 언어나 반응으로 직접 드러내는 것으로, 이는 욕설, 말다툼, 언어폭력, 과격한 공격성으로 표현된다(Spielberger et al., 1988). 반면, 분노억제는 속으로는 화가 난 상태이지만 이를 외부로 드러내지 않고 자신의 내부로 돌리거나, 분노를 유발하는 사건과 관련한 사고, 감정을 억제하고

부정하는 것을 말한다(Spielberger et al., 1988). 이에 본 연구에서는 부적응적으로 분노를 나타내는 역기능적 분노표현에 초점을 두었다.

## 2. 아동기 정서적 외상

### 1) 외상과 아동기 정서적 외상의 개념

외상(trauma)이란 상당한 고통이나 손상, 그리고 혼란을 야기할 수 있는 정신적 충격이나 신체적 상해로 정의되며, 일반적으로 강렬한 수준의 위협감, 공포감, 당혹감, 경악감, 무력감을 수반하는 다양한 종류의 극단적 스트레스 상황을 외상이라고 간주한다(Follette & Pistorello, 2007).

이러한 외상은 크게 발생 횟수에 따라 일회적인 외상과 반복적인 외상으로 나뉘며, 대인관계가 관여된 정도에 따라 인간 외적인 외상과 대인관계적 외상, 애착외상으로 구분한다(Allen, 2010). Allen(2010)은 발생 횟수에 따라 자연재해(예: 지진, 화재, 홍수 등), 기술적 재해(예: 건물 붕괴, 비행기 추락 등), 그리고 폭력적 범죄(예: 강도, 강간, 폭행 등)를 일회적 외상이라고 하였다. 반복적인 외상에는 전쟁 수감자가 되는 것, 가족 간에 일어나는 신체적, 정서적, 성적 학대 등이 포함된다(Allen, 2010). 한편, 인간 외적인 외상은 지진이나 토네이도와 같은 자연재해에 의한 외상을 말하며, 대인 관계적 외상은 타인에 의해 고의적으로 발생하는 외상으로 강간, 강도, 폭행 등이 포함된다(Allen, 2010). 그리고 정서적으로 긴밀하게 연결되어 있고 의존도가 높은 주 양육자나 가족과 같은 관계에서 입은 심리적 상처를 애착외상이라고 하며, 여기에는 신체적 학대, 성적 학대, 정서적 학대, 방임, 가정 폭력이 있다(Allen, 2010). Allen(2010)은 애착외상의 경우 다른 외상보다도 개인

에게 심각한 영향을 미친다고 설명하였으며, 성인기에 이르기까지 장기적이고 광범위한 영향을 미칠 가능성이 크다고 하였다.

Berstein과 Fink(1998)은 주 양육자나 가족과 같은 정서적으로 긴밀한 관계에서의 아동기 외상을 신체적 학대와 신체적 방임, 성적 학대, 정서적 학대, 정서적 방임 다섯 가지 하위요소로 구분했다. 신체적 학대는 성인이 아동에게 부상의 위험을 초래하는 신체적 공격을 하는 것이고, 신체적 방임은 보호자가 아동에게 음식, 쉼터, 의복, 안전, 건강관리를 포함한 기본적인 신체적 필요를 제공하지 않는 것이다(Berstein & Fink, 1998). 성적 학대는 아동에게 가해진 성적인 침입(Intrusion)으로서의 신체적 접촉을 의미하며, 아동에게 성적 수치심을 일으키는 성희롱과 성폭행 등 모든 학대 행위가 성적 학대에 포함된다. 정서적 학대는 양육자가 언어적으로 아동의 가치감이나 안녕감에 해를 가하거나 치욕적, 모욕적 혹은 위협적인 행동을 표현하는 것이고, 정서적 방임은 양육자가 아동에게 사랑, 격려, 친밀감, 지지와 같은 기본적인 심리적, 정서적 욕구를 제공해 주지 않는 것이다(Bernstein et al., 2003).

이 중 아동기 정서적 학대와 정서적 방임을 한 데 묶어 ‘정서적 외상’으로 정의 내린 연구들이 진행되고 있다(이성호, 장유진, 2022; 조한익, 최종한, 2013; 박지수, 김정민, 2020; 문지혜, 박성옥, 2020; 김승미, 김정규, 2021; 김태연, 남지은, 2022; 방민선, 장한소리, 2023; Kircaburun et al., 2020). 이러한 정서적 학대와 정서적 방임은 아동청소년기 학대 외상 중 외적으로 드러나는 유형의 학대보다 더 많이 일어나고, 반복적으로 행해질 가능성이 크다(최은형, 안현의, 2011). McGee 등(1997)은 다른 아동기 외상 경험을 통제한 후에도 정서적 외상이 청소년의 내재화 및 외재화 증상과 가장 연관이 높았다고 보고하였으며, Spertus 등(2003)도 어린 시절 정서적 외상은 그 밖의 외상을 통제한 후에도 성인기의 불안, 신체화 증상, 우울 증상을 예언하는

유일한 변인이라고 보고하였다. 따라서 본 연구에서는 아동기 외상 중 정서적 학대와 정서적 방임을 하위요소로 하여 정서적 외상이라고 정의하고, 성인이 회고하거나 지각한 아동기 정서적 외상의 영향력에 대해 살펴보고자 하였다.

## 2) 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계

Allen(2010)과 Bowlby(1980)의 애착 이론에 따르면 아동기에 겪은 주 양육자로부터의 학대와 방임 경험은 성인기의 성격 발달과 정서 조절에 부정적 영향을 미친다. Dalgleish와 Power(2004)는 외상 사건으로 인해 즉각적으로 나타나는 1차 정서인 불안, 공포 등은 시간이 경과함에 따라 정도가 감소하는 것으로 알려져 있지만, 외상 사건 발생 후 인지적 과정을 통해 나타나는 2차 정서인 분노, 수치심, 슬픔 등은 시간이 경과함에 따라 오히려 증가한다고 보고하였다. 특히 아동기의 정서적 외상은 초기 성인기의 만성적인 분노와 역기능적 분노표현을 초래할 수 있는 것으로 밝혀졌다(조한익, 최종환, 2013). 역기능적 분노표현을 분노억제와 분노표출로 나누어서 살펴 보았을 때도 아동기 정서적 외상이 대학생의 분노억제와 분노표출에 미치는 영향력이 유의하게 나타났다(박지수, 김정민, 2020). 이와 같이 여러 선행연구들에서 아동기 정서적 외상은 초기 성인기의 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 것으로 보고되었다(김승미, 김정규, 2021; 문지혜, 박성옥, 2020; 박지수, 김정민, 2020; 이성호, 장유진, 2022; 조한익, 최종환, 2013).

## 3. 내면화된 수치심

## 1) 내면화된 수치심의 개념

수치심이란 ‘총체적인 자기를 살펴본 결과, 자신의 부족이나 결핍 또는 부적절함에 관한 자아의식으로부터 생겨나는 고통스러운 감정의 한 형태’이다 (Kaufman, 1989; Tangney et al., 1992). 인간이라면 누구나 살면서 수치심을 느끼게 되지만, 발달과정에서 수치심이 성격으로 내면화되면 수치심을 특정한 상황에서 더 자주 경험하게 되고, 일반적인 상황에서도 자신을 부정적으로 평가하게 된다(Claesson & Sohlberg, 2002; Kaufman, 1989). Cook(1991)에 따르면 내면화된 수치심(internalized shame)은 개인의 정체성의 한 부분으로 무가치감, 쓸모없음, 열등감을 내면화한 것으로서, 이로 인해 개인은 지속적이고 만성적인 수치심을 경험한다고 보았다. 또한 Cook(1991)은 수치심을 주 양육자로부터 유능한 자기만 수용되고 무능한 자기는 배제됨으로써 자신을 열등하고 쓸모없는 존재라고 인식하여 내면화되는 성격적 특질로 보았다.

이인숙과 최해림(2005)은 내면화된 수치심 척도를 요인분석한 결과, 4개의 요인구조(부적절감, 공허감, 자기차별, 실수 불안)를 확인하였다. 첫째, 부적절감은 스스로에 대해 평가절하하며, 타인도 자신을 무시하고 알볼 것이라고 생각하고 소외감을 느끼는 특성이다. 둘째, 공허감은 내적으로 채워지지 않은 느낌과 자신의 신체 및 감정에 대해 통제감을 잃은 것처럼 느끼는 특성을 말한다. 셋째, 자기차별은 완벽을 추구하지만 부족함을 느끼며 고통스러운 사건을 반추하고, 실수했을 때 자신을 공격하고자 하거나 타인에게 자신이 과도하게 노출되었다고 느낄 때 자신의 존재감을 없애고 싶어하는 특성이다. 넷째, 실수 불안은 타인의 평가를 두려워하고 자신의 결점 노출을 두려워하는 특성이다.

이러한 내면화된 수치심은 여러 연구들에서 역기능적 분노표현(김해량, 홍

혜영, 2017), 음주문제(김누리, 이정윤, 2015), 경계선 성격장애 성향(김태연, 남지은, 2022), 우울(방민선, 장한소리, 2023) 등 다양한 변인들과 관련이 있는 것으로 나타났다. 그러나 Lewis(1987)가 수치심을 ‘숨겨진 정서(hidden emotion)’라고 말한 것처럼 수치심은 개인이 다루기 힘든 정서이고 직접적으로 드러내기 어렵다(Lewis, 1987). 따라서 내면화된 수치심과 관계된 보다 다양한 변인들을 찾아 이들의 관계를 밝히는 것이 필요하다(박현지, 2012). 이에 본 연구에서는 아동기 성장 과정을 겪으며 형성된 내면화된 수치심이 심리적 부적응이나 정신 건강 관련 문제에 영향을 미치는 과정에서 어떠한 역할을 하는지 살펴보고자 하였다.

## 2) 아동기 정서적 외상과 내면화된 수치심의 관계

아동기 정서적 학대를 받은 사람들은 부정적인 인지 양식을 형성할 가능성이 매우 높는데, 이는 정서적 학대 상황 이외의 다른 부정적인 사건들에 까지 일반화되어 부정적인 정서, 사고 등을 처리하는 것에 영향을 미치기 때문이다(김락경, 김은정, 2019). 여자대학생을 대상으로 한 연구에서 아동기 정서적 외상과 같은 대인간 외상 경험은 결함/수치심 도식을 발달시켜서, 자신이 부족하고 무가치하다는 부적절감과 공허감, 자기 비난, 실수에 대한 불안 등의 내면화된 수치심을 불러일으킨다고 하였다(최은영, 안현의, 2011). 또한 20-30대의 성인의 경우 아동기 정서적 외상 수준이 높을수록 타인의 의도를 왜곡하여 지각하면서 부적절감을 경험하거나, 모든 책임을 자신에게 돌리며 비난하는 자기처벌의 가능성이 높다(김승미, 김정규, 2021). 이는 외상 경험이 수치심을 내면화시켜 손상된 자기감을 형성하게 하여 왜곡된 지각을 하게 만든다는 것을 의미한다(김승미, 김정규, 2021). 여자대학생을 대상으로 한 연구에서 신체적 학대와 방임보다 특히 정서적 학대나 방임이 내

면화된 수치심과 높은 상관을 나타냈는데(손승희, 2017), 이는 정서적 외상은 내적작동모델(Internal Working Model)을 통해 깊이 작용하여, 아동에게 스스로가 부적절하며 사랑받기에 충분하지 않다는 자기에 대한 부정적인 표상을 보다 더 발달시킬 가능성이 있기 때문이다(손승희, 2017). 이와 더불어 대학생을 대상으로 한 연구에서 어머니로부터 비난과 무시 받은 기억이 수치심과 상관을 보인다는 연구 결과가 있었다(Claesson & Sohlberg, 2002). 또한 정서적 학대 수준이 높은 초기 성인은 수치심(Webb et al., 2007) 및 내면화된 수치심의 수준이 높다는 연구 결과들이 있었으며(김해량, 홍혜영, 2017; 김태연, 남지은, 2022), 아동기에 정서적 외상을 많이 경험한 성인은 내면화된 수치심을 많이 느낀다는 것이 보고되었다(방민선, 장한소리, 2023). 따라서 본 연구에서는 아동기 정서적 외상이 내면화된 수치심에 어떠한 영향을 주는지 살펴보려고 하였다.

### 3) 내면화된 수치심과 역기능적 분노표현의 관계

Lewis(1971)에 따르면 수치심의 경험은 개인에게 강렬한 정서로 느껴지기 때문에, 수치심을 경험하게 되면 이를 타인에 대한 분노로 대치함으로써 수치심을 회피하게 된다고 보았다. Averill(2012) 또한 수치심이 높은 개인은 분노를 방어기제의 일종으로 사용하는 경우가 많다고 하였으며, 수치심 경향성이 높고, 내면화된 수치심이 강한 사람은 분노를 더 많이 경험하는 것으로 나타났다(김수미, 2009; Tangney et al., 1992; Tangney et al., 1996). 또한 수치심이 높은 개인일수록 상황적 자극에 대해 분노를 더 높게 경험할 수 있고(장진아, 2006), 내면화된 수치심과 역기능적 분노표현인 분노표출, 분노억제가 정적 관련이 있는 것으로 나타났다(김누리, 이정윤, 2015; 김미림, 홍혜영, 2013; 김해량, 홍혜영, 2017; 김현주, 이정윤, 2011; 임정우, 2015;

장윤숙, 2016; 조영희, 정남운, 2016; 최임정, 심혜숙, 2010; 표현, 2012; 허유림, 이수림, 2020). 임혜령과 이영순(2017)은 수치심을 내면화하고 있는 경우 정서적으로 취약성을 가지고 있기 때문에, 부정적인 정서를 견디지 못하고 타인초점적으로 분노를 표출하거나 또는 자기초점적으로 분노를 억제한다고 설명하였다. 이에 따라 본 연구에서는 내면화된 수치심이 역기능적 분노표현에 미치는 경로에 대해 살펴보고자 하였다.

## 4. 정신화

### 1) 정신화의 개념

정신화는 애착이론의 발달심리학적 기반과 정신분석의 토대 위에서 개념화되었다(Fonagy, 1991). 정신화(mentalization)는 개인과 타인의 관계 속에서 행동 이면에 있는 욕구, 소망, 감정 등을 이해하고, 의미를 파악할 수 있는 정신적 과정을 말한다(Bateman & Fonagy, 2004, 2007, 2016). 초창기에는 정신화가 경계선 성격장애를 가진 개인에게서 관찰되는 발달적인 손상을 드러내는 개념으로서 등장하였다. 그러나 최근에는 경계선 성격장애뿐만 아니라 다양한 성격장애와 정신장애 등이 다차원적 정신화 차원에서의 균형 문제와 관련이 있다는 주장이 제시되고 있으며(Bateman & Fonagy, 2016; Luyten et al., 2019), Bateman & Fonagy(2006a)는 대부분의 정신장애를 마음이 자신의 경험을 잘못 해석한 결과로 나타나는 일종의 정신화 장애라고 보았다.

정신화는 개인과 타인의 관계 속에서 이뤄지는 정신적 과정인 만큼, 정신화의 촉진이라는 치료적 결과를 낳기 위한 변화 기제로 관계를 활용한다.

상담 또한 기본적으로 관계를 기반으로 진행되며, 그렇기 때문에 상담자-내담자 관계는 내담자의 변화를 이끄는 궁극적인 원천이 된다(Wampold, 2010; Norcross & Wampold, 2011). 이러한 점에서 정신화는 내담자의 발달적 손상을 고려할 때 주목해야 할 요소일 뿐만 아니라, 상담 과정 그 자체를 효과적으로 이끌어갈 때 개입하는 방법으로서도 그 필요성이 부각 된다. 이에 정신화 촉진을 통한 치료적 변화를 목표로 하는 정신화 기반치료(Mentalization Based Therapy: MBT; Bateman & Fonagy, 2006a, 2007)가 등장하였다.

이러한 정신화 능력은 초기 애착 관계 맥락에서 4-6세 경에 발달하며, 정신화는 마음 상태에 대한 표상으로서 자기감과 정체성, 정서 조절에서 핵심적인 요소이다. Target과 Fonagy(1996)는 정신화가 발달하기 전의 단계에 대해 세 가지 모드를 소개하였다. 이러한 세 가지 모드는 시간대별로 발달하는 것은 아니며, 정신화가 붕괴될 경우 각 개인은 이들 중 한 가지 모드로 퇴행 또는 전환하게 된다. 첫째는 영유아가 내적 세상과 외적 세계를 동일하게 여기는 정신적 동등 모드(psychic equivalence mode)이다. 이 단계에서는 상상과 꿈, 깨우침 등이 내적 세계에서 생기는 현상임을 이해하지 못한다. 둘째는 영유아가 외적 현실과 내적 세상이 완전히 분리되어 있다고 생각하는 가장 모드(pretend mode)이다. 예를 들어 가혹한 환경에 노출된 영유아가 감당하기 힘든 외적 현실과 마주하기보다는 자신이 신데렐라의 삶을 사는 것으로 환상을 구축하는 것과 동일하다. 셋째는 목적론적 모드(teleologic mode)로서, 영유아는 자신과 타인이 각각 목표가 있으며 행동은 목적달성을 위한 표현이라고 인식한다. 타인의 행동을 ‘이렇다면 저래야지(if this then that)’라는 당위성의 전제에서 파악한다. 예를 들면 사랑한다면 꽃을 선물하는 행위가 뒤따를 것으로 생각하며, 꽃을 선물한다는 것은 사랑하고 있다는 것으로 간주하는 것이다. 영유아는 이 세 가지 모드를 거쳐 최종

적으로 정신화 모드(mentalization mode)로 발전한다. 정신화 능력이 발달하면 자동적이고 감정적인 반응에 사로잡히게 될 가능성이 감소하고(Fonagy & Target, 1997; 이현주, 안명희, 2012, 재인용), 타인의 행동이 어떤 의미를 지니고 있는지 보다 명확하게 인식하고 예측함으로써 대인관계 내에서 적절한 정서적 대처를 할 수 있게 된다(Fonagy et al., 1998). 그러나 정신화가 발달되고 나서도 정신적 동등 모드와 가장 모드는 계속될 수 있으며, 힘든 상황에서는 어른들도 두 모드로 퇴행할 수 있다.

한편 정신화 역량은 초기 애착 관계에서 발달할 뿐만 아니라, 개인의 밀접한 사회적 맥락에서 후천적으로도 획득될 수 있다(Bateman & Fonagy, 2016). 이에 Fonagy(1991)는 초기 애착 경험 자체보다 과거와 현재의 애착대상과의 부정적 정서 경험에 대해 개인이 가지는 성찰적 태도가 대인관계 양상과 성격에 근본적으로 훨씬 큰 영향력을 미친다고 주장하였다. 예를 들면, 초기 관계에서 내면화된 수치심이 형성된 경우라도 정신화 능력을 향상시킬 경우 애착 관련 외상적 사고와 정서가 활성화되는 상황에서 병리적인 대처방법 혹은 부정적 정서 경험이 중재 가능하다고 가정할 수 있다. 이렇듯 선행연구는 개인의 정신화 역량이 발달 초기 외상 경험으로 인해 발생하는 정신 병리 등의 심리적 부적응에 대한 보호요인이 된다고 하였다(Fonagy et al., 2000). 더 구체적으로, Fonagy 등(2002)은 개인이 고통스러운 경험을 할 때 정신화를 통해서 감정을 지각하고 명명(labeling)할 수 있으며, 역경으로 인한 부정적 영향을 덜 받을 수 있다고 주장하였다. 즉, 정신화는 외상 경험의 맥락 속에서 회복 요인 또는 긍정적인 적응력을 키워줄 수 있다고 볼 수 있다(Luthar et al., 2000). 따라서 본 연구에서는 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 정신화가 어떤 역할을 하는지 살펴보고자 하였다.

## 2) 아동기 정서적 외상과 정신화의 관계

정신화는 아동기에 양육자와 자녀 사이의 역동적인 상호작용의 결과로 형성된다(Bateman & Fonagy, 2012). 아동의 비언어적이고 암묵적인 단서를 아동의 정신적 상태에 대한 의사전달로 해석할 수 있는 양육자의 민감한 반응성을 통해 견고하고 균형 잡힌 정신화가 생겨난다(Wallin, 2010). 이때, 양육자의 민감한 반응의 지속적인 실패는 아동의 균형 잡힌 정신화의 발달을 방해한다. 특히 양육자가 아동의 감정을 충분히 담아줄 수 없게 되면, 아동의 자신과 타인의 마음을 이해하는 능력이 저해된다(Fonagy et al., 2011). 양육자가 흔히 아동을 생각과 감정을 지닌 존재로 여기지 않을 경우, 아동은 자신과 타인의 마음에 대한 명확한 감각을 지닐 수 없기 때문이다(Duval et al., 2018).

이러한 외상으로 인한 고통은 적절한 신뢰감에 대한 발달을 저해함으로써, 과도하거나 엇나가는 방식으로 마음 상태를 상상하게 된다(Fonagy et al., 2019). 즉, 실제 현실과 관련 없이, 자신의 주관적인 마음과 선호에 따라 심리 상태를 확신하는 과도한 정신화가 나타난다(Bateman & Fonagy, 2006). 또한 양육자로부터 학대를 당하거나 마음을 가진 주체로 대우받지 못할 때, 자신과 타인의 마음을 추론하고 상상하는 것을 회피하게 되어 정신화의 어려움을 겪게 된다(Fonagy et al., 2007; Fonagy & Allison, 2014; 백윤미, 2020). 김정운(2023)은 만 18-39세의 성인을 대상으로 한 연구에서 아동기 정서적 외상을 많이 경험한 사람일수록 자기와 타인에 대한 성찰 수준이 낮고, 경직된 사고를 가지며, 정서 자각에 어려움이 있다고 하였다. 즉, 아동기 정서적 외상을 경험한 사람은 정신화의 어려움을 겪는다고 할 수 있다(Fonagy & Allison, 2014; 김홍주, 2020; 이성호, 장유진, 2022).

### 3) 정신화와 역기능적 분노표현의 관계

정신화 능력이 부족한 사람은 자신과 타인의 생각, 정서, 행동을 올바르게 인식하는 것에서 어려움을 느낀다(김용희, 2017; 김찬양, 최한나, 2018; 김홍주, 김은영, 2018; 최희숙, 주영아, 2020). 따라서 합당하게 타인의 감정과 생각, 행동의 의도를 이해하기보다, 상상만으로 타인의 감정을 예측하거나 확신하여 타인의 실제 정서와 생각을 인식하는데 어려움을 겪는다(Wallin, 2007/2010; Bateman & Fonagy, 2012). 또한 이들은 모호한 상황을 왜곡하여 해석함으로써 위협적으로 받아들일 수 있으며 화가 난 자신의 감정을 인식하여 조절하는 것이 어려워져 역기능적 분노표현인 분노억제나 분노표출을 할 것으로 시사된다(김지원, 김정민, 2023). 이와 같이 초기 성인기를 대상으로 정신화가 분노억제, 분노표출과 부적 상관을 나타낸다는 선행연구들이 있으며(김용희, 2017; 이성호, 장유진, 2022; 허유림, 이수림, 2020), 역기능적 분노표현에 유의한 영향을 미친다고 밝혀진 바 있다(김지원, 김정민, 2023).

## 5. 내면화된 수치심과 정신화의 관계

수치심을 지속적으로 느끼게 되면 자신의 내적 경험에 집중하여 들여다보는 과정에서 자신의 마음 상태를 평온하고 건강하게 유지하는 것이 어려워진다(Bradshaw, 2010). 대학생을 대상으로 한 선행연구에서 이은정과 장유진(2020)은 내면화된 수치심으로 인해 자신에 대한 깊은 열등감, 무가치감, 그리고 부적절감을 갖게 되면 부정적으로 편향되고 왜곡된 자신의 생각이나 감정에 대해 적절한 거리를 두고 성찰할 수 있는 능력이 저하된다고 하였

다. 허유림과 이수림(2020)의 만 20세-39세의 성인을 대상으로 한 연구에서도 내면화된 수치심은 정신화의 관계에서 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다. 김수민과 김보영(2021)의 만 30세-49세의 성인 대상 연구에서도 내면화된 수치심은 정신화에 부적인 영향을 미치는 것으로 나타났다. 또한 높은 수준의 수치심을 가지고 있을 때 자신과 타인의 정신 상태에 대한 정신화 능력이 떨어지며(Gurgenidze, 2019), 내면화된 수치심과 정신화가 유의한 부적 상관을 보인다는 선행연구 결과들이 있다(김수민, 김보영, 2021; 김영석, 장유진, 2021; 김희정, 홍혜영, 2021; 이상순, 김성지, 2023; 이은정, 장유진, 2020). 이러한 연구들로 미뤄볼 때, 높은 내면화된 수치심은 자기 자신에 대한 인지 및 정서를 통합하는 것을 방해하여 내적인 과정을 이해하고 성찰하는 정신화를 낮추는 것과 관련 있다고 해석할 수 있다.

## IV. 연구 방법

### 1. 연구 대상 및 절차

본 연구는 성신여자대학교 IRB의 승인을 받아(승인번호: SSWUIRB-2024-042) 진행된 연구이며, 만 20세에서 만 39세에 해당하는 초기 성인 510명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 연구 참여자 모집은 온라인 설문조사 업체(마켓링크)를 통해 실시되었고, 연구대상자에 해당하는 업체 내 회원에게 설문 링크가 배포되었다. 표본 수의 경우 본 연구에서 설정한 순차 매개모형과 같이 복잡한 모형의 경우에는 G\*Power 프로그램을 적용하여 연구대상자 수를 산출하는 것이 적합하지 않다(Schoemann et al., 2017). 이에 관련 선행연구를 살펴본 결과, 최소 159명에서 최대 624명을 대상으로 연구를 진행하였다(김승미, 김정규, 2021; 김해랑, 홍혜영, 2017). 본 연구에서는 아동기 정서적 외상 경험이 있는 사람만을 대상으로 자료를 분석하고자 하므로, 아동기 정서적 외상 경험을 묻는 설문 문항에 모두 ‘전혀 없었다(1점)’로 응답하여 정서적 외상 경험이 전무한 경우를 대략 25 내지 30%로 추정하고(채송화, 2018), 아울러 설문지에 무작위로 응답하거나 문항을 누락하는 것과 같이 불성실하게 응답하여 최종 분석대상에서 탈락하는 경우를 약 5%로 추정하여, 설문조사에 응한 연구 대상자 가운데 대략 30%에 해당하는 자료가 최종 분석대상에서 탈락할 가능성이 있다고 보았다. 이에 본 연구에서는 약 360부 정도를 최종 분석대상자료로 사용될 수 있도록 하기 위해 총 510명의 연구대상자를 모집하였다. 총 수거된 510부의 설문 응답 중, 아동기 정서적 외상 여부를 묻는 문항에 모두 ‘전혀 없었다(1점)’로 응답

하여 아동기 정서적 외상 경험이 전무한 경우에 해당하는 47부를 제외하여  
총 463부를 최종 분석에 사용하였다.

## 2. 측정 도구

### 1) 아동기 정서적 외상 척도

본 연구에서는 Bernstein 등(2003)이 개발하여 김은정과 김진숙(2010)이 번안 및 타당화한 아동기 외상 질문지(Childhood Trauma Questionnaire-Short Form: CTQ-SF)를 사용하였다. 본 척도는 총 25문항으로 5가지 하위요인인 신체적 학대(5문항), 신체적 방임(5문항), 성적 학대(5문항), 정서적 학대(5문항), 정서적 방임(5문항)으로 구성되어 있다. 하위요인 중 정서적 학대와 정서적 방임은 ‘정서적 외상’으로 분류되어 연구되어 왔다(김승미, 김정규, 2021; 김태연, 남지은, 2022; 문지혜, 박성옥, 2020; 박지수, 김정민, 2020; 방민선, 장한소리, 2023; 이성호, 장유진, 2022; 조한익, 최종한, 2013). 이를 근거로 본 연구에서 연구 목적에 부합하게 정서적 학대(5문항)와 정서적 방임(5문항)만을 사용하였다. 각 문항은 4점 Likert 척도로 응답하도록 되어있으며, 점수가 높을수록 아동기 정서적 학대나 방임의 경험이 많은 것으로 간주한다. 각 하위 척도 내용을 살펴보면, 정서적 학대는 ‘가족 중에 나에게 모욕적인 이야기나 심한 말 등을 해서 마음이 상한 적이 있다.’, 정서적 방임은 ‘가족 안에서 내가 중요한 존재라는 생각이 들었다.’와 같은 문항(역채점)들이 포함되어 있다. 김은정과 김진숙(2010)의 연구에서 내적 일치도(Cronbach’s  $\alpha$ )는 .89이고, 학대 .86, 방임 .85이었다. 본 연구에서 하위 요인별 문항구성과 내적 일치도 <표 1>과 같다.

<표 1> 아동기 정서적 외상의 문항구성

하위영역	문항 수	문항번호	Cronbach’ $\alpha$
정서적 학대	5	1, 2, 3, 4, 5	.850

정서적 방입	5	6*, 7*, 8*, 9*, 10* (역채점 문항)	.912
전체		10	.869

## 2) 역기능적 분노표현 척도

본 연구에서는 Spielberger, Krasner와 Solomon(1988)이 개발한 상태-특성 분노표현척도(State-Trait Anger Expression Inventory: STAXI)를 전검구, 한덕웅, 이장호(1997)가 번안하고 한국판으로 개발한 한국판 상태-특성 분노표현척도(State-Trait Anger Expression Inventory-Korean Version: STAXI-K)을 사용하였다. 총 44문항으로 구성되어 있으며, 5가지 하위요인인 특성분노(Trait Anger) 10문항, 상태분노(State Anger) 10문항, 분노표출(Anger Out) 8문항, 분노억제(Anger In) 8문항, 분노조절(Anger Control) 8문항으로 구성되어 있다. 이 중 본 연구에서는 연구 목적에 맞게 분노표출(8문항)과 분노억제(8문항) 하위척도를 사용하였다. 각 문항은 4점 Likert 척도로 응답하도록 되어있으며, 점수가 높을수록 역기능적인 분노표현인 분노표출이나 분노억제를 자주 나타내는 것으로 시사된다. 각 하위 척도 내용을 살펴보면, 분노표출은 ‘나는 화난 감정을 표현한다.’ 등이 있고, 분노억제는 ‘나는 말을 하지 않는다.’ 등의 문항이 포함되어 있다. 전검구, 한덕웅, 이장호(1997)의 연구에서 내적합치도(Cronbach'  $\alpha$ )는 분노표출 .67, 분노억제 .67이었다.

본 연구에서 하위 요인별 문항구성과 내적 일치도 <표 2>과 같다.

<표 2> 역기능적 분노표현의 문항구성

하위영역	문항 수	문항번호	Cronbach' $\alpha$
------	------	------	--------------------

분노표출	8	1, 5, 6, 8, 10, 13, 15, 16	.855
분노억제	8	2, 3, 4, 7, 9, 11, 12, 14	.839
전체		16	.886

### 3) 내면화된 수치심 척도

본 연구에서는 Cook(1988)이 개발한 내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale: ISS)를 이인숙과 최해림(2005)이 타당화한 척도를 사용하였다. 총 30문항으로 수치심을 측정하는 24문항(부적절감, 공허감, 자기처벌, 실수 불안)과 자존감을 측정하는 6문항으로 구성되어 있다. 자존감 척도는 같은 방향으로 주어진 문항이 있을 때 한 방향으로 대답하려는 경향을 방지하기 위해 Rosenberg의 자존감 척도를 내면화된 수치심 척도에 포함시킨 것이다. 따라서 수치심 점수는 자존감 문항을 제외한 24문항이며, 각 문항은 5점 Likert 척도로 응답하도록 되어있고, 점수가 높을수록 강한 수준의 내면화된 수치심을 가지고 있음을 의미한다. 각 하위 척도 내용을 살펴보면, 부적절감 영역은 스스로에 대해 평가절하하며, 타인 또한 자신을 무시하고 알 볼 것이라고 생각하고 소외감을 느끼는 특성(예: ‘나는 스스로 꽤 괜찮다고 느낀 적이 없다.’)을 나타낸다. 공허감 영역은 채워지지 않은 내적인 느낌과 자신의 신체 및 감정에 대해 통제감을 잃은 것처럼 느끼는 특성(예: ‘나는 뭔가 있어야 할 것이 없는 것 같은 느낌이다’)을 포함한다. 자기처벌 영역은 완벽함을 추구하지만 부족함을 느끼며 고통스러운 사건을 반추하고, 타인에게 과도하게 노출이 되었다고 느낄 때 자신의 존재감을 없애고 싶어 하거나 실수를 했을 때 자신을 공격하고자 하는 특성(예: ‘때로 내가 노골적으로 드러난 것 같을 때 땅이 열려 나를 삼켜버렸으면 싶다’)을 나타낸다. 실수 불

안 영역은 자신의 결점이 타인에게 노출되는 것을 두려워하거나, 타인의 평가를 두려워하는 특성(예: '다른 사람이 나를 어떻게 볼까 불안하다')을 포함한다. Cook(1988)의 연구에서 보고한 검사의 내적 일치도(Cronbach'  $\alpha$ )는 임상집단이 .96, 비임상집단이 .95였으며, 검사-재검사 신뢰도는 .84, 이인숙, 최해림(2005)의 연구에서는 .93이었다.

본 연구에서 하위 요인별 문항구성과 내적 일치도 <표 3>과 같다.

**<표 3> 내면화된 수치심의 문항 구성**

하위영역	문항 수	해당문항	Cronbach' $\alpha$
부적절감	10	1, 2, 3, 5, 7, 8, 10, 11, 12, 24	.929
공허감	5	23, 26, 27, 29, 30	.909
자기처벌	5	15, 17, 20, 22, 25	.844
실수 불안	4	6, 13, 16, 19	.823
전체		24	.962

#### 4) 정신화 척도

본 연구에서는 박세미(2016)가 개발하고 타당화한 자기보고식 척도인 정신화 척도 (Self-Rated Mentalization Questionnaire: SRMQ)를 사용하였다. 총 25문항이며, 자기 및 타인 성찰(6문항), 타인의 마음에 대한 확신(5문항), 정서 자각 실패(5문항), 경직된 사고(9문항)의 4요인으로 구성되어 있다. 하위요인 중 타인의 마음에 대한 확신, 정서 자각 실패, 경직된 사고는 역채점을 하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 응답하도록 되어있으며, 점수가 높을수록 정신화의 수준이 높은 것을 의미한다. 각 하위척도 내용을 살펴보면 자기 및 타인성찰은 '내가 왜 그런 방식으로 행동했는지에 대해 생각한다.'

타인의 마음에 대한 확신은 ‘다른 사람이 무슨 생각을 하고 있는지에 대한 내 직감은 정확하다.’, 정서 자각 실패는 ‘내가 뭔가를 느낀다는 것은 알지만, 그 감정이 무엇인지는 모른다.’, 경직된 사고는 ‘나한테 친절하지 않은 사람은 나를 싫어하는 것이다.’ 등으로 구성되어 있다. 박세미(2016)의 연구에서 자기 및 타인 성찰의 내적 신뢰도는 .76, 타인의 마음에 대한 확신은 .85, 정서 자각 실패는 .80, 경직된 사고는 .85로 나타났으며, 전체 내적 신뢰도는 .77이었다.

본 연구에서 하위 요인별 문항구성과 내적 일치도 <표 4>과 같다.

<표 4> 정신화의 문항구성

하위요인	문항 수	문항번호	Cronbach' $\alpha$
자기 및 타인 성찰	6	1, 2, 3, 4, 10, 11	.834
타인의 마음에 대한 확신	5	12*, 13*, 14*, 15*, 16*(역채점 문항)	.859
정서 자각 실패	5	5*, 6*, 7*, 8*, 9* (역채점 문항)	.832
경직된 사고	9	17*, 18*, 19*, 20*, 21*, 22*, 23*, 24*, 25* (역채점 문항)	.901
전체		25	.836

### 3. 자료 분석

본 연구에서는 자료 분석을 위해 SPSS 23.0와 SPSS PROCESS Macro 4.2 프로그램을 사용하여 다음과 같은 방식으로 분석을 실시하였다.

첫 번째, 측정 도구의 신뢰도를 검증하기 위해 내적합치도(Cronbach's  $\alpha$ )를 산출하여 분석하였다. 두 번째, 연구참여자들의 인구통계학적 특성을 살펴보기 위해 빈도분석을 실시하였고, 각 변인의 평균과 표준편차를 알아보기 위해 기술통계를 실시하였다. 세 번째, 주요 변인 간의 관련성을 알아보기 위해 아동기 정서적 외상, 역기능적 분노표현, 내면화된 수치심, 정신화에 대한 상관분석을 실시하였다. 네 번째, 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화가 순차적 매개효과를 보이는지 알아보기 위해 Hayes(2015)가 제안한 직렬다중매개모형(model 6)을 사용하여 검증하며 그 후 Bootstrapping 방식을 10,000번으로 설정하여 간접효과 유의성을 검증하였다.

## V. 연구결과

### 1. 연구대상자의 특성

#### 1) 연구대상자의 인구통계학적 특성

연구대상자의 인구통계학적 특성을 살펴보기 위하여 빈도 분석을 실시하였다. 분석 결과, 본 연구에 참여한 만 20-39세 연구대상자 510명 중 아동기 정서적 외상 경험에 '전혀 없다'고 응답한 연구대상자는 47명(9.2%)를 제외한 463명(90.8%)이 최종 연구대상자로 선정되었다. 이를 성별로 분석해보면, 여성 237명(51.2%), 남성 226명(48.8%)이었다. 연구 대상자의 평균 연령은 30.6세(SD=4.96)였으며, 연령대별로 살펴보면 만 20세 이상 만 29세 미만이 228명(49.2%), 만 30세 이상 만 39세 미만이 235명(50.8%)이었다. 학력의 경우 대학교 졸업이 359명(77.5%), 고등학교 졸업 이하가 44명(9.5%), 대학교 재학이 41명(8.9%), 대학원 재학 이상이 19명(4.1%) 순으로 나타났다. 거주 지역은 서울 140명(30.2%), 경기 127명(27.4%), 인천 34명(7.3%), 그 외 지역 162명(35.1%) 순으로 나타났다.

<표 5> 연구대상자의 인구통계학적 특성 빈도 분석 (N=463)

특성	구분	사례수(명)	백분율(%)
성별	여자	237	51.2
	남자	226	48.8
	전체	463	100
연령	만 20-29세	228	49.2
	만 30-39세	235	50.8
	전체	463	100

학력	고등학교 졸업 이하	44	9.5
	대학교 재학	41	8.9
	대학교 졸업	359	77.5
	대학원 재학 이상	19	4.1
	전체	463	100
거주지역	서울	140	30.2
	경기	127	27.4
	부산	19	4.1
	인천	34	7.3
	대구	30	6.5
	경남	17	3.7
	경북	10	2.2
	울산	9	1.9
	대전	16	3.5
	충남	16	3.5
	충북	10	2.2
	광주	8	1.7
	전남	10	2.2
	전북	10	2.2
	강원	6	1.3
	제주	0	0
	기타	1	0.2
	전체	463	100

## 2) 연구 대상자의 아동기 정서적 외상 유형별 경험 여부

연구에 참여한 연구 대상자들의 아동기 정서적 외상 유형별 경험 여부를 살펴보기 위해 기술통계를 실시하였다. 결과를 살펴보면, 아동기 정서적 외상의 ‘경험이 없다’고 응답한 수는 정서적 학대의 경우 94명(20.3%)으로 나타났고, 아동기 정서적 방임은 40명(8.6%)으로 나타났다. 아동기 정서적 외상의 ‘경험이 있다’고 응답한 수는 정서적 학대는 369명(79.7%)으로 나타났고, 아동기 정서적 방임은 423명(91.4%)으로 나타났다. 빈도분석 결과는 <표 6>에 제시하였다.

<표 6> 연구대상자의 정서적 외상 유형별 빈도 분석 (N=463)

구분	없음		있음	
	사례수(명)	백분율(%)	사례수(명)	백분율(%)
정서적 학대	94	20.3	369	79.7
정서적 방임	40	8.6	423	91.4

## 2. 주요 변인들의 기술통계 및 상관

먼저, 주요 변인에 대한 기술통계를 실시하여 각 변인의 평균과 표준편차를 산출하였으며, 측정 자료의 정규성 여부를 판단하기 위하여 기술 통계 분석을 실시하여 [표 7]에 제시하였다. Kline(2010)에 의하면, 왜도의 절대값이 3이고 첨도의 절대값이 10 이내의 기준에 부합해야 정규성을 가정할 수 있다. 본 연구의 경우 각 변인들의 왜도는 [-0.62~1.03]의 범위 안에 있고, 첨도의 경우 [-0.92~1.08]의 범위 안에 있어 Kline(2010)이 제시한 정규성 가정의 기준을 충족한다고 볼 수 있다.

다음으로, 변인 간 상관 분석을 실시한 결과 아동기 정서적 외상, 역기능적 분노표현, 내면화된 수치심, 정신화는 모두 통계적으로 유의미한 상관 관계가 있는 것으로 나타났다. 구체적으로 살펴보면, 아동기 정서적 외상은 역기능적 분노표현( $r=.356, p<.001$ ), 내면화된 수치심( $r=.498, p<.001$ )과 유의한 정적 상관을 갖는 것으로 나타났으며, 정신화( $r=-.385, p<.001$ )와 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 역기능적 분노표현은 내면화된 수치심( $r=.570, p<.001$ )과 유의한 정적 상관, 정신화( $r=-.274, p<.001$ )와는 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 마지막으로, 내면화된 수치심은 정신화( $r=-.552, p<.001$ )와 유의미한 부적 상관을 갖는 것으로 나타났다.

<표 7> 주요 변인의 상관계수 및 기술통계 결과

	1	1a	1b	2	2a	2b	3	3a	3b	3c	3d	4	4a	4b	4c	4d
1	1															
1a	.777***	1														
1b	.855***	.339***	1													
2	.356***	.529***	.097*	1												
2a	.306***	.450***	.086	.879***	1											
2b	.318***	.476***	.084	.872***	.533***	1										
3	.498***	.628***	.227***	.570***	.542***	.455***	1									
3a	.502***	.620***	.240***	.535***	.489***	.447***	.960***	1								
3b	.514***	.623***	.255***	.520***	.464***	.447***	.905***	.820***	1							
3c	.453***	.580***	.199***	.492***	.469***	.391***	.928***	.841***	.833***	1						
3d	.252***	.375***	.067	.517***	.582***	.320***	.783***	.691***	.580***	.683***	1					
4	-.385***	-.439***	-.213***	-.274***	-.209***	-.272***	-.552***	-.536***	-.550***	-.554***	-.290***	1				
4a	-.188***	.023	-.300***	.134**	.138**	.095**	.050	-.009	.036	.068	.168***	.211***	1			
4b	-.070	.072	-.164***	-.040	-.025	.096*	.068	-.041	-.081	-.125***	.006	.326***	.410***	1		
4c	-.276***	-.361***	-.116*	-.302***	-.312***	-.216**	-.557***	-.513***	-.518***	-.560***	-.416***	.670***	-.118*	-.066	1	
4d	-.378***	-.461***	-.185***	-.317***	-.245***	-.310**	-.544***	-.524***	-.549***	-.525***	-.314***	.894***	.039	-.173***	.516***	1
평균	19.75	8.61	11.14	36.36	19.26	17.10	55.75	22.37	11.13	11.21	11.04	83.76	20.73	15.47	15.55	32.01
SD	6.40	3.52	4.28	8.40	4.86	4.74	20.15	8.85	5.08	4.58	3.58	11.25	4.12	3.84	4.06	7.01
왜도	0.52	1.03	0.30	0.09	-0.01	0.45	0.58	0.66	0.67	0.73	0.17	0.04	-0.62	-0.21	0.02	-0.32
첨도	-0.34	0.41	-0.92	-0.27	-0.36	-0.04	-0.39	-0.35	-0.46	-0.08	-0.57	1.08	0.87	-0.00	-0.23	-0.15

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

1. 정서적 외상 1a. 정서적 확대 1b. 정서적 방임 2. 역기능적 분노표현 2a. 분노억제 2b. 분노표출 3. 내면화된 수치심 3a. 부적절감 3b. 공허감 3c. 자기 처벌 3d. 실수불안 4. 정신화 4a. 자기 및 타인 성찰 4b. 타인의 마음에 대한 확신 4c. 정서자각실패 4d. 경직된 사고

### 3. 매개효과 검증

아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화가 매개효과를 가지는지 살펴보기 위해 Hayes(2015)가 제안한 직렬 다중매개모형 분석 방법인 Process Macro의 Model 6을 이용하여 분석하였다.

먼저, 준거변인인 역기능적 분노표현을 예측하는 아동기 정서적 외상의 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며( $F(1,461)=67.028, p<.001$ ), 설명력은 12.7%였다( $R^2=.127$ ). 즉, 아동기 정서적 외상의 1 표준편차 증가는 역기능적 분노표현의 .468 표준편차 증가를 가져왔다( $B=.468, t=8.187, p<.001$ ).

다음으로, 내면화된 수치심을 예측하는 아동기 정서적 외상의 회귀모형은 통계적으로 유의하였으며( $F(1,461)=151.955, p<.001$ ), 설명력은 24.8%로 나타났다( $R^2=.248$ ). 구체적으로 살펴보면, 내면화된 수치심에 대한 아동기 정서적 외상의 영향력은 정적으로 유의미한 영향을 미치는 것으로 나타났으며( $B=1.568, t=12.327, p<.001$ ), 아동기 정서적 외상의 1 표준편차 증가는 내면화된 수치심의 1.568 표준편차 증가를 가져왔다.

세 번째로, 정신화를 예측하는 아동기 정서적 외상과 내면화된 수치심의 회귀모형의 경우 통계적으로 유의하였으며( $F(2,460)=108.408, p<.001$ ), 설명력은 32.0%로 나타났다( $R^2=.320$ ). 구체적으로 살펴보면, 아동기 정서적 외상은 정신화에 유의하게 영향을 미치는 것으로 나타났다( $B=-.254, t=-3.301, p<.01$ ). 즉, 아동기 정서적 외상의 1 표준편차 증가는 정신화의 .254 감소를 가져왔다. 내면화된 수치심은 정신화를 유의하게 예측하는 것으로 나타났다( $B=-.264, t=-10.801, p<.001$ ). 즉, 내면화된 수치심의 1 표준편차 증가는 정신화의 .264 표준편차 감소를 가져왔다.

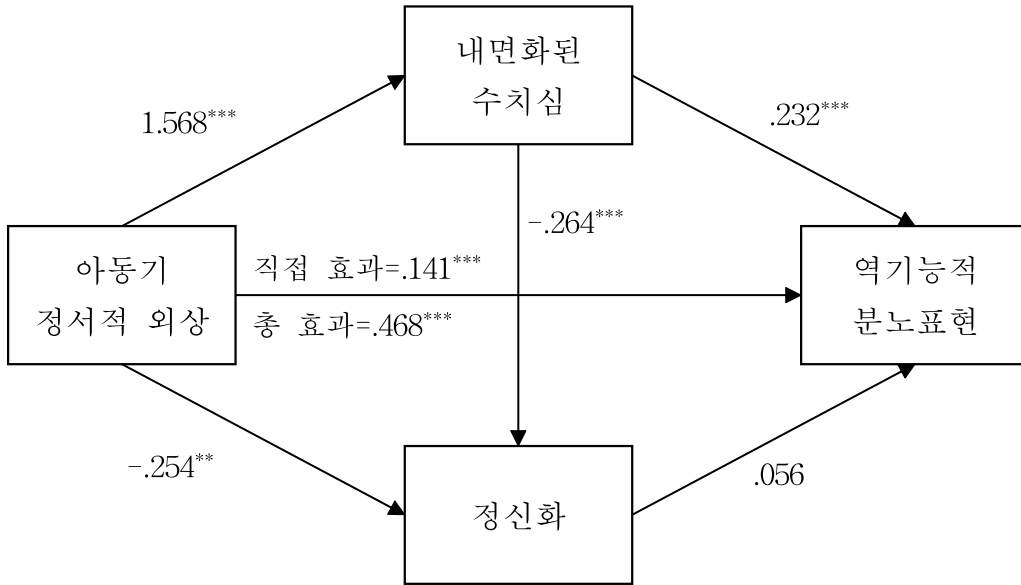
네 번째로, 역기능적 분노표현을 예측하는 아동기 정서적 외상, 내면화된 수치심, 정신화의 회귀모형은 통계적으로 유의미한 것으로 나타났으며 ( $F(3,459)=77.239, p<.001$ ), 설명력은 33.5%로 나타났다( $R^2=.335$ ). 구체적으로 살펴보면, 아동기 정서적 외상의 경우 역기능적 분노표현을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다( $B=.141, t=2.418, p<.05$ ). 즉, 아동기 정서적 외상의 1 표준편차 증가는 역기능적 분노표현의 .141 표준편차 증가를 가져왔다. 내면화된 수치심도 역기능적 분노표현을 유의미하게 예측하는 것으로 나타났다 ( $B=.232, t=11.346, p<.001$ ). 내면화된 수치심의 1 표준편차 증가는 역기능적 분노표현의 .232 표준편차 증가를 가져왔다. 한편 정신화의 경우는 역기능적 분노표현을 유의미하게 예측하지 못하는 것으로 나타났다( $B=.056, t=1.610, p=.108$ ). 지금까지 살펴본 결과는 <표 8>과 [그림 2]에 제시하였다.

<표 8> 매개효과 검증 결과 (N=463)

종속변인	독립변인	B	SE	$\beta$	t
역기능적 분노표현	아동기 정서적 외상	.468	.057	.356	8.187***
	F(1,461)=67.028, p=.000, R <sup>2</sup> =.127				
내면화된 수치심	아동기 정서적 외상	1.568	.127	.498	12.327***
	F(1,461)=151.955, p=.000, R <sup>2</sup> =.248				
정신화	아동기 정서적 외상	-.254	.077	-.146	-3.301**
	내면화된 수치심	-.264	.024	-.479	-10.801***
	F(2,460)=108.408, p=.000, R <sup>2</sup> =.320				
역기능적 분노표현	아동기 정서적 외상	.141	.058	.107	2.418*
	내면화된 수치심	.232	.020	.557	11.346***
	정신화	.056	.035	.074	1.610

F(3,459)=77.239,  $p=.000$ ,  $R^2=.335$

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



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

[그림 2] 최종 모형

#### 4. 간접효과 검증

마지막으로, 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화가 매개하는 모형의 간접효과를 살펴보기 위해 Bootstrapping을 10,000회로 설정하여 실시하였으며, 95%의 신뢰구간에서 매개효과를 검증하였다.

먼저, 아동기 정서적 외상이 내면화된 수치심을 거쳐 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 경로는 신뢰구간에 0을 포함하고 있지 않아 통계적으로 유의하였다( $B=.365$ , 95% Bias-corrected CI=.276~.463). 즉, 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과가 유의할 것이라는 가설 3-1은 채택되었다.

다음으로, 아동기 정서적 외상과 정신화를 거쳐 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 경로는 신뢰구간에 0을 포함하고 있어서 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났다( $B=-.014$ , 95% Bias-corrected CI=-.040~.003). 이에 따라 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 정신화의 매개효과가 유의할 것이라는 가설 4-1은 기각되었다.

마지막으로 아동기 정서적 외상과 내면화된 수치심과 정신화를 순차적으로 거쳐 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 경로 또한 신뢰구간에 0을 포함하고 있어서 통계적으로 유의미하지 않은 것으로 나타났다( $B=-.023$ , 95% Bias-corrected CI=-.054~.006). 즉, 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화의 순차적인 매개효과가 유의할 것이라는 가설 5-1은 기각되었다.

자세한 결과는 <표 9>에 제시하였다.

<표 9> 간접효과 Bootstrapping 분석 결과

간접효과 경로	Bootstrapping estimates			95% 신뢰구간	
	<i>B</i>	$\beta$	<i>SE</i>	<i>LLCI</i>	<i>UCLI</i>
아동기 정서적 외상 → 내면화된 수치심 → 역기능적 분노표현	.365	.278	.048	.276	.463
아동기 정서적 외상 → 정신화 → 역기능적 분노표현	-.014	-.011	.011	-.040	.003
아동기 정서적 외상 → 내면화된 수치심 → 정신화 → 역기능적 분노표현	-.023	-.018	.051	-.054	.006

주. bootstrap은 10,000회 실시하였음.

## VI. 논의

본 연구는 만 20-30대 초기 성인 463명을 대상으로 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 영향을 미치는지 살펴보았다. 또한 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계를 내면화된 수치심과 정신화가 각각 매개하는지, 나아가 내면화된 수치심과 정신화가 순차적으로 매개하는지에 대해 추가적으로 검증하고자 하였다. 본 연구의 주요 연구 결과를 요약하고 논의하면 다음과 같다.

첫째, 본 연구의 변인인 아동기 정서적 외상, 역기능적 분노표현, 내면화된 수치심, 정신화 간에는 유의미한 상관성이 있을 것이라 가정했던 연구가설은 지지되었다. 구체적으로 살펴보면, 아동기 정서적 외상은 역기능적 분노표현과 유의미한 정적 상관을 보였다. 이러한 결과는 외상 사건 발생 후 인지적 과정을 통해 나타나는 2차 정서인 분노, 수치심, 슬픔 등은 시간이 경과함에 따라 오히려 증가한다고 보고한 선행연구(Dalgleish & Power, 2004)를 지지한다. 더불어 아동기 정서적 외상이 초기 성인기의 역기능적 분노표현을 초래하며(조한익, 최종환, 2013), 아동기 정서적 외상이 초기 성인기의 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 것으로 보고된 선행연구(김승미, 김정규, 2021; 문지혜, 박성옥, 2020; 박지수, 김정민, 2020; 이성호, 장유진, 2022; 조한익, 최종환, 2013)와 일치하는 결과이다.

또한 아동기 정서적 외상은 내면화된 수치심과 유의미한 정적 상관을 보였으며, 아동기 정서적 외상을 아동기 정서적 학대와 아동기 정서적 방임으로 나누어서 보았을 때도 아동기 정서적 학대와 정서적 방임 모두 내면화된 수치심과 유의미한 정적 상관을 보였다. 이는 어머니로부터 비난과 무시 받은 기억이 수치심과 상관을 보인다는 선행연구(Claesson & Sohlberg, 2002)

와 정서적 확대와 정서적 방임이 내면화된 수치심과 정적 상관을 나타낸 선행연구(김승미, 김정규, 2021; 손승희, 2017; 송연주, 2019)와 일치하는 결과이다.

또한 아동기 정서적 외상과 정신화 간에도 유의미한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 이는 양육자로부터 학대를 당하거나 마음을 가진 주체로 대우받지 못할 때, 자신과 타인의 마음을 추론하고 상상하는 것을 회피하게 되어 정신화의 어려움을 겪게 된다는 선행연구 결과(Fonagy et al., 2007; Fonagy & Allison, 2014; 백윤미, 2020)와 맥을 같이 한다. 또한 아동기 외상을 많이 경험할수록 자기와 타인에 대한 성찰 수준이 낮고, 정서 자각에 어려움이 있으며, 경직된 사고를 가진다는 연구(김정운, 2023)를 지지하는 결과이다.

내면화된 수치심과 정신화 간에도 유의한 부적 상관을 보였다. 이는 높은 수준의 수치심을 가지고 있을 때 자신과 타인의 정신 상태에 대한 정신화 능력이 떨어진다는 선행연구(Gurgenidze, 2019)와 맥을 같이하며, 내면화된 수치심의 수준이 높을수록 정신화 수준이 낮을 가능성이 크다는 선행연구(김수민, 김보영, 2021; 허유림, 이수림, 2020)와 부합하는 결과이다.

다음으로 내면화된 수치심과 역기능적 분노표현은 유의한 정적 상관을 보였고, 역기능적 분노표현을 분노표출, 분노억제로 나누어서 봤을 때도 내면화된 수치심은 이들 변인과 정적 상관을 보였다. 이는 수치심이 높은 개인은 분노를 방어기제의 일종으로 사용하는 경우가 많다는 선행연구(Averill, 2012)와 부합하는 결과이다. 또한 수치심이 높은 개인일수록 상황적 자극에 대해 분노를 더 높게 경험할 수 있고(장진아, 2006), 내면화된 수치심과 역기능적 분노표현인 분노표출, 분노억제가 정적 관련이 있다는 선행연구(김누리, 이정운, 2015; 김미림, 홍혜영, 2013; 김해량, 홍혜영, 2017; 김현주, 이정운, 2011; 임정우, 2015; 장윤숙, 2016; 조영희, 정남운, 2016; 최임정, 심혜

숙, 2010; 표현, 2012; 허유림, 이수림, 2020)와 일치한다.

마지막으로 정신화와 역기능적 분노표현은 유의미한 부적 상관을 보였으며, 이러한 결과는 정신화 수준이 낮을수록 역기능적 분노표현을 나타낼 가능성이 높다는 것을 시사한다. 이는 초기 성인기를 대상으로 정신화가 분노억제, 분노표출과 부적 상관을 나타낸다는 선행연구(김용희, 2017; 이성호, 장유진, 2022; 허유림, 이수림, 2020)와 부합하는 결과이다.

둘째, 지각된 아동기 정서적 외상은 역기능적 분노표현을 유의미하게 예측하는 요인으로 확인되었다. 이는 아동기의 정서적 외상은 초기 성인기의 역기능적 분노표현에 영향을 미친다는 선행연구(김승미, 김정규, 2021; 문지혜, 박성옥, 2020; 박지수, 김정민; 2020; 이성호, 장유진, 2022; 조한익, 최종환, 2013)와 일치한다. 즉, 아동기 정서적 외상의 경험은 초기 성인기에 직접적으로 역기능적 분노표현을 초래할 수 있는 것으로 볼 수 있다. 따라서 초기 성인기의 역기능적 분노표현을 예방하기 위해서는 양육자는 정서적 외상으로 인한 고통에 관심을 갖고 아동에게 사랑, 인정, 친밀감 지지와 같은 심리적, 정서적 욕구를 제공하는 것이 필요하다.

셋째, 지각된 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심이 부분매개효과를 지니는 것이 확인되었다. 이러한 결과는 아동기 정서적 외상 경험이 내적작동모델(Internal Working Model)을 통해 깊이 작용하여(손승희, 2017), 수치심을 내면화시켜 부적절감을 경험하거나 자기차별과 같은 손상된 자기감을 형성하게 한다(김승미, 김정규, 2021)는 선행연구와 일치하는 결과이며, 내면화된 수치심이 강한 사람은 분노를 더 많이 경험한다는 선행연구(김수미, 2009; Tangney et al., 1996; Tangney et al., 1992)와 일치한다. 즉, 아동기에 양육자가 사랑, 격려, 친밀감, 인정, 관심 등을 제공하지 않거나 직접적으로 비난하거나 언어적인 위협을 가하면 아동은 자신의 부적절함을 반영하는 결과라고 해석하여 수치심을 내면화한다.

이러한 수치심으로 인해 부정적인 정서와 고통감을 느끼게 되고 감정 조절의 어려움을 초래하여 역기능적으로 분노를 표현하게 된다. 이에 따라, 역기능적 분노표현의 어려움을 호소하는 아동기 정서적 외상을 경험한 내담자의 경우 기저에 있는 수치심을 염두 하여 자기에 대한 왜곡된 부적절감을 다룰 수 있게 도와야 한다. 특히 내면화된 수치심은 숨겨진 정서이며 내담자가 드러내기 어려운 정서이기 때문에(Lewis, 1987) 상담자는 직접적으로 수치심을 다루기 보다 내담자의 정서에 공감하고 긍정적인 자기 가치감을 증진시키는 것이 필요할 것으로 보인다.

넷째, 지각된 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 정신화는 유의한 매개효과를 보이지 않았다. 구체적으로 살펴보면, 아동기 정서적 외상은 정신화에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타났지만, 정신화는 역기능적 분노표현에 직접적인 영향을 미치지 않았다. 이는 양육자로부터 학대를 당하거나 마음을 가진 주체로 대우받지 못할 때, 자신과 타인의 마음을 추론하고 상상하는 것을 회피하게 되어 정신화의 어려움을 겪게 된다(Fonagy et al., 2007; Fonagy & Allison, 2014; 백윤미, 2020)는 선행연구와는 일치하지만, 정신화가 역기능적 분노표현에 유의한 영향을 미친다는 선행연구(김지원, 김정민, 2023; 이성호, 장유진, 2022)와는 일치하지 않는 결과이다. 본 연구에서 정신화와 역기능적 분노표현은 부적 상관관계( $r=-.274, p<.001$ )가 있는 것으로 나타났으나, 다른 변인들을 추가하여 매개효과를 검증할 때는 이들 변인 간의 경로계수( $B=.073, p<.05$ )가 정적으로 나타났다. 정신화는 Fonagy 등(2002)이 개념을 정교화한 이후 연구가 이루어졌고, 국내에서는 2012년부터 정신화 관련 연구가 등장하여(강민진, 이지연, 2022), 아직까지 정신화에 대한 연구가 충분히 이루어지지 않은 것이 사실이다. 또한 정신화가 역기능적 분노표현에 직접적인 영향을 주는지 검증한 선행연구도 부족한 실정이다. 따라서 추후 두 변인의 관계를 밝혀줄 연구가 보다 더

필요할 것으로 보인다. 아울러 정신화 변인의 경우 국내에서 이루어진 선행 연구마다 서로 다른 척도를 사용하고 있고, 각 척도마다 다른 하위요인이 포함되어 있다. 이성호, 장유진(2022)의 연구에서 사용한 한국판 정신화 척도(Korean Version of The Mentalization Scale: K-Ments)의 경우 하위요인은 자신에 대한 정신화, 타인에 대한 정신화, 정신화 동기로 이루어져 있고, 또 다른 김지원, 김정민(2023)의 연구에서 사용한 정신화 질문지(Mentalization Questionnaire: MZQ)의 하위요인의 경우 거부적 자기 조망, 정서인식, 정신적 동등 모드, 정서 조절로 이루어져 있다. 이에 연구마다 서로 다른 결과가 도출되었던 것으로 보인다. 이러한 점으로 미루어 볼 때, 정신화 변인에 관한 추후 연구의 필요성이 시사된다.

다섯째, 지각된 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계에서 내면화된 수치심과 정신화를 매개변인으로 차례대로 투입한 결과, 이들의 순차적 매개효과는 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 아동기 정서적 외상의 경험이 수치심을 내면화시켜 손상된 자기감을 형성하게 하고(김승미, 김정규, 2021), 이러한 내면화된 수치심은 부정적으로 편향되고 왜곡된 자신의 생각이나 감정에 대해 적절한 거리를 두고 성찰할 수 있는 정신화 능력을 저하시킨다(이은정, 장유진, 2020)는 선행연구와는 일치하는 결과이다. 그러나 앞에서 언급했듯이 정신화가 역기능적 분노표현에 유의한 영향을 미친다는 선행연구(김지원, 김정민, 2023; 이성호, 장유진, 2022)와는 일치하지 않는 결과이다. 다시 말해, 아동기 정서적 외상을 경험한 사람들은 높은 수준의 내면화된 수치심을 갖게 되며, 내면화된 수치심은 정신화 수준을 감소시킨다고 볼 수 있다. 그러나 본 연구에서는 이렇게 낮아진 정신화 수준이 직접적으로 역기능적 분노표현의 수준을 높이는데 기여하지 않는 것으로 보인다.

본 연구의 결과는 아동기의 정서적 학대나 방임의 외상을 경험한 개인이

스스로 가치 없고 보잘 것 없다고 생각하며 수치심을 느끼는 것이 역기능적인 분노표현을 일으키게 되는 중요한 요인임을 시사하며, 아동기 정서적 외상 경험으로 인한 역기능적 분노표현의 어려움을 호소하는 내담자에게 정신화 수준을 높이는 개입은 효과적이지 않을 가능성이 있을 것으로 보인다. 그러므로 아동기 정서적 외상으로 인해 역기능적 분노표현의 어려움을 지닌 사람들에게는 정신화 수준을 직접적으로 증진시키기보다, 상담자의 공감적인 태도로 내담자에게 내면화되어 있는 부적절감과 공허감, 자기차별, 실수 불안에 대한 정서를 다루는 것이 필요할 것으로 보인다. 그러나 정신화를 기반으로 한 치료인 MBT(Mentalization-Based Treatment)는 내담자로 하여금 정서 상태를 정확하게 표현하도록 돕고(Ramires et al., 2012), 경계선 성격장애 관련 증상 감소, 불안과 우울 수준 감소, 삶의 질 향상 등 치료적 효과가 검증되고 있는 중이다(Bales et al., 2012; Jørgensen et al., 2014; Laurensen et al., 2018; Rossouw & Fonagy, 2012). 따라서 다양한 차원의 정신화 능력을 충분히 반영하는데 일부 제한이 있었던 본 연구의 결과만으로 상담 장면에서 역기능적 분노표현의 어려움에 대해 개입할 때 정신화 수준의 증진이 효과적이지 않다고 단정 짓기는 어려울 수 있으므로, 추후 연구들을 통해 반복 검증이 필요할 것으로 생각된다.

본 연구가 갖는 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구는 자기보고식 설문지를 통해 진행되었다. 이에 따라, 연구 대상자들이 사회적으로 바람직하다고 생각되는 방향으로 응답했을 가능성이 있고, 아동기 정서적 외상 경험과 같은 민감한 내용을 묻는 문항들이 포함되어 있어서 방어적으로 응답했을 가능성이 있다. 이러한 자기보고식 검사의 한계를 보완하기 위하여 추후 연구에서는 사회적 바람직성을 측정하는 문항을 추가하거나, 면접 또는 사례분석을 활용하여 연구를 수행할 필요성이 있을 것으로 보인다.

둘째, 본 연구에서 정신화 능력이 타당하게 측정되지 않았을 가능성이 있다. 본 연구에서 쓰인 정신화 척도(SRMQ)는 자기보고식 평가 방식으로서, 정신화 능력이 부족한 피검사자가 자신의 정신화 능력을 신뢰롭고 타당하게 평정하는 것에 한계가 있을 가능성이 있다. 그리고 관계 장면에서의 암묵적이고 자동적인 정신화 과정이나 정신화 문제의 기저에 자리한 정신화 차원에서의 불균형을 충분히 확인하기 어렵다는 한계가 있다(김은석, 2023). 따라서 정신화 능력을 측정하기 위해서는 다양한 방법을 사용해야 보다 정확한 결과를 얻을 수 있을 것이다. 예를 들어, 자기보고식 평가가 아닌 임상이나 내담자의 정신화 체계를 평정하는 방식으로 실시할 수 있는 한국판 정신화 불균형 척도(김은석, 2023), 만화의 시나리오를 해석하는 것을 통하여 정신화를 측정하는 카툰 정신화 능력 측정 도구(A Novel Cartoon-based task)(Brune et al., 2015) 등을 활용하여 정신화를 측정할 수 있으며, 후속 연구에서는 보다 정확한 정신화의 측정을 위하여 이와 같은 방법을 활용할 필요성이 있다.

셋째, 본 연구에서 쓰인 정신화 척도(SRMQ)의 하위요인이 정신화 능력을 타당하게 반영하고 측정하지 못하였을 가능성이 있다. 본 연구에서 정신화 변인은 총점수가 높을수록 정신화 수준이 높은 것으로 해석하기 위하여 하위요인 중 타인의 마음에 대한 확신, 정서 자각 실패, 경직된 사고를 역채점하였다. 그러나 정신화 변인의 하위요인 간의 상관관계를 살펴보았을 때 자기 및 타인 성찰과 정서자각실패는 유의한 부적 상관( $r=-.118, p<.05$ )이 나타났고, 경직된 사고와는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 또한 타인의 마음에 대한 확신은 정서자각실패와 유의한 상관이 나타나지 않았고, 경직된 사고와는 유의한 부적 상관( $r=-.173, p<.001$ )이 나타났다. 그리고 본 연구에서 정신화의 하위요인 중 타인의 마음에 대한 확신은 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현, 내면화된 수치심과 모두 유의한 상관관계가 나타나지 않

았다. 정신화 척도(SRMQ)를 사용한 김정운(2023)의 연구에서도 정신화 총점이 높을수록 정신화 수준이 높음을 의미하였는데, 정신화 하위요인 간의 상관관계를 살펴보면 타인의 마음에 대한 확신은 자기 및 타인 성찰( $r=-.39, p<.01$ )과 정서자각실패( $r=-.10, p<.05$ )와 유의한 부적상관이 나타났고, 경직된 사고와는 유의한 상관이 나타나지 않았다. 더불어 정신화 수준에 부정적 영향을 줄 것이라고 예상한 아동기 외상은 정신화 하위유형 중 타인의 마음에 대한 확신과는 정적 상관( $r=.12, p<.01$ )을 보였다(김정운, 2023). 또 다른 서영주, 김영근(2019)의 연구에서는 정신화 척도(SMRQ)의 하위요인 중 타인의 마음에 대한 확신이 신뢰도 분석에서 평균 공분산이 음수로 나와 신뢰도 모형에 위배되어 개발자의 논의를 근거로 본 연구에서 제외하였다. 그러나 서영주, 김영근(2019)의 연구에서도 정신화의 하위요인 간의 상관관계를 살펴보았을 때 자기 및 타인 성찰이 정서인식실패( $r=-.30, p<.001$ )와 경직된 사고( $r=-.31, p<.001$ )와 유의한 부적 상관을 보였고, 정신화 능력의 발달에 부정적인 영향을 미칠 것으로 예상한 아동기 성학대 변인은 정서인식실패( $r=.28, p<.001$ ), 경직된 사고( $r=.39, p<.001$ )와 유의한 정적 상관을 보였다. 이러한 결과는 정신화 척도(SRMQ) 하위요인의 타당화 연구의 필요성을 시사한다. 특히 정신화 수준이 낮을수록 타인의 마음을 확신하는 수준이 높아질 것이라고 예상하여 타인의 마음에 대한 확신 하위요인은 역채점을 하였는데, '나는 다른 사람의 마음을 잘 읽는다.'와 같은 문항은 읽는 사람에 따라 해석의 오해가 있을 수 있다. 따라서 일부 하위요인과 문항의 경우 역채점이 타당한지에 대한 의문이 제기된다.

넷째, 본 연구는 횡단적 연구방법을 활용하였으므로 각 변인들의 인과관계에 대해 설명하는데 한계가 있다. 특히 아동기 발달과정과 관련이 있는 연구이기 때문에 추후 종단적 연구를 통해 각 변인의 인과관계와 매개효과를 보다 정확하게 설명할 수 있을 것이다.

다섯째, 본 연구에서는 아동기 정서적 확대와 방임을 통합하여 아동기 정서적 외상의 개념으로 변인 간 관계를 살펴보았다. 하지만 정서적 확대와 정서적 방임이 각각 다른 역할을 할 가능성이 있으므로, 후속 연구에서 이 요인들을 나누어 살펴본다면 아동기 정서적 외상의 하위요인이 역기능적 분노표현에 미치는 영향과 변인 간의 관계에 대해 보다 상세한 정보를 얻을 수 있을 것이다.

마지막으로, 본 연구는 20대, 30대 성인만을 대상으로 진행한 연구이기 때문에 본 연구 결과를 성인 전체로 일반화하는 것에 한계가 있다. 따라서 다양한 연령대를 대상으로 연구 결과를 반복하여 검증할 필요가 있다.

이런 제한점에도 불구하고, 본 연구의 의의와 시사점은 다음과 같다.

첫째, 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 과정에서 내면화된 수치심의 매개효과를 검증하였다는 데 의의가 있다. 이에 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계를 이해함에 있어 내면화된 수치심이 강력한 설명 변인임을 자료를 통해 확인하였다. 아동기 정서적 외상의 경험이 있는 내담자가 역기능적 분노표현을 호소할 때 내면화된 수치심을 고려하여 개입할 수 있는 단서를 제공함으로써 이들에 대한 이해와 아울러 상담을 통해 역기능적 분노표현을 경감시킬 수 있는 가능성을 제시하였다.

둘째, 비록 아동기 정서적 외상이 역기능적 분노표현에 영향을 미치는 과정에서 내면화된 수치심과 정신화의 순차매개효과가 유의하지 않게 나왔다. 하지만 초기 성인기의 역기능적 분노표현은 개인에게 대인관계문제와 불안, 우울 등의 문제는 물론이거니와 사회적 질서에 혼란을 일으킬 수도 있는 중요한 요인이므로 아동기 정서적 외상을 경험한 초기 성인이 어떤 과정을 거쳐 역기능적 분노표현을 하게 되는지 앞으로 보다 더 많은 연구가 필요할 것으로 보인다. 이러한 점에서 본 연구는 아동기 정서적 외상을 경험한 초

기 성인이 어떤 과정을 거쳐 역기능적 분노표현을 하게 되는지 선행연구의 가설을 확장하여 검증한 점에서 의의가 있다.

## 참고문헌

- 강민진, 이지연 (2022). 정신화(Mentalization) 관련 국내 연구 동향 분석: 국내 학술지를 중심으로. 학습자중심교과교육연구, 22(12), 257-273.
- 건강보험심사평가원 (2023). 국민관심질병통계. <https://opendata.hira.or.kr/op/opc/olapMfrnIntrsIInsInfoTab1.do>에서 2024. 08. 06. 인출
- 건강보험심사평가원 (2023). 국민관심질병통계. <https://opendata.hira.or.kr/op/opc/olapMfrnIntrsIInsInfoTab3.do>에서 2024. 08. 11 인출
- 경찰청 (2022). 2022년 경찰통계연보.
- 김남연, 양난미 (2012). 부모애착, 내면화된 수치심, 분노억제가 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향. 상담학연구, 13(5,) 2309-2328.
- 김누리, 이정윤 (2015). 내면화된 수치심이 대학생의 음주문제에 미치는 영향: 역기능적 분노표현양식의 매개효과. 상담학연구, 16(3), 253-270.
- 김락경, 김은정 (2019). 아동기 정서적 학대와 성인기 우울증상과의 관계: 인지적 취약성과 경험회피의 연속매개효과. 한국심리학회지: 임상심리 연구와 실제, 5(2), 135-151.
- 김모아, 이영호 (2013). 분노신념과 분노표현이 불안, 우울, 신체화, 정신병질, 자기애에 미치는 영향. 人間理解, 34(2), 193-213.
- 김미림, 홍혜영 (2013). 중학생의 수치심 경향성과 역기능적 분노표현양식이 학교적응에 미치는 영향. 한국 심리학회지: 상담 및 심리치료, 25(1), 135-156.
- 김수미 (2009). 수치심경향성과 내외통제성이 분노경험에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

- 김수민, 김보영 (2021). 내면화된 수치심과 대인관계문제의 관계: 정신화와 고통감내력의 이중매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 33(3), 1179-1199.
- 김승미, 김정규 (2021). 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현 간의 관계: 내면화된 수치심의 매개효과. 인문사회21, 12(5), 3133-3147.
- 김영석, 장유진 (2021). 수치심과 공격성의 관계에서 정신화와 적대적 귀인 편향의 매개효과. 인간이해, 42(2), 125-144.
- 김용희 (2017). 대학생의 정신화 및 역기능적 분노표현방식이 우울에 미치는 영향에서 성 인애착의 매개효과. 청소년학연구, 24(10), 223-251.
- 김은석 (2023). 한국판 정신화 불균형 척도 타당화. 발달지원연구, 12(1), 71-93.
- 김은정, 김진숙 (2010). 아동기 외상과 초기 성인기 우울수준과의 관계: 초기 부적응도식과 정서표현양가성 및 회피대처방식의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(3), 650-630.
- 김정운(2023). 아동기 외상이 대인관계 능력에 미치는 영향: 정신화와 정서 조절 능력의 매개효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김지원, 김정민 (2023). 대학생의 내현적 자기애가 역기능적 분노표현에 미치는 영향: 정신화와 고통감내력의 순차적 이중매개효과. 정서·행동장애연구, 39(2), 137-163.
- 김찬양, 최한나 (2018). 대학생의 성인애착과 정서조절의 관계: 마음챙김과 정신화의 매개 효과. 복지상담교육연구, 7(1), 47-74.
- 김태연, 남지은 (2022). 아동기 정서적 외상이 성인진입기 경계선 성격장애 성향에 미치는 영향: 불안정 성인애착과 내면화된 수치심의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 34(2), 577-598.
- 김혜량, 홍혜영 (2017). 아동기 정서적 학대가 대학생의 역기능적 분노표현

- 에 미치는 영향: 자기체계손상과 내면화된 수치심의 매개효과. 상담학연구, 18(6), 321-340.
- 김현주, 이정윤 (2011). 청소년의 애착과 분노표현의 관계: 내면화된 수치심의 매개 효과. 상담학연구, 12(3), 965-981.
- 김홍주 (2020). 청소년의 정서적 외상과 외현화 문제행동의 관계: 성찰기능의 매개효과를 중심으로. 청소년학연구, 27(5), 1-35.
- 김홍주, 김은영 (2018). 한국판 청소년 성찰기능척도 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리 치료, 30(2), 297-316.
- 김희정, 홍혜영 (2021). 대학생의 내면화된 수치심과 대인관계문제의 관계: 자기자비와 정신화의 매개효과. 상담학연구, 22(5), 275-298.
- 문지혜, 박성옥 (2020). 아동기 정서적 외상이 전위공격성에 미치는 영향: 역기능적 분노표현의 매개효과. 인문사회21, 11(2), 169-181.
- 박세미, 정남운 (2019). 자기보고식 심리화 척도의 개발과 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 31(3), 929-965.
- 박정은, 홍혜영 (2022). 아동기 정서적 학대 경험이 대학생의 대인관계문제에 미치는 영향: 분노억제와 분노표출의 매개효과. 청소년시설환경, 20(4), 27-37.
- 박지수, 김정민 (2020). 아동기 정서적 외상이 대학생의 역기능적 분노표현에 미치는 영향: 거부민감성과 분노반추의 이중매개효과. 정서·행동장애연구, 36(2), 191-208.
- 박현지 (2012). 내면화된 수치심이 외로움에 미치는 영향: 거절민감성의 매개효과. 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 방민선, 장한소리 (2023). 아동기 정서적 외상과 내면화된 수치심이 성인기 우울에 미치는 영향: 자기자비의 조절된 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 35(3), 1079-1099.

- 백윤미 (2020). 애착외상과 대인관계문제의 관계. 용문상담심리대학원대학교 석사학위논문.
- 서수균 (2004). 분노와 관련된 인지적 요인과 그 치료적 함의. 서울대학교 대학원 박사학위논문.
- 손승희 (2017). 아동기외상과 관계증독의 관계에서 내면화된 수치심의 매개 효과 검증: 여자대학생을 중심으로. 한국심리학회지 상담 및 심리치료, 29(3), 743-763.
- 송연주 (2019). 아동기 정서적 외상이 성인기 관계증독 성향에 미치는 영향에서 불안애착과 내면화된 수치심의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 19(9), 939-959.
- 이상순, 김성지 (2023). 불안정 성인애착과 우울의 관계: 내면화된 수치심과 정신화의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 23(10), 199-214.
- 이성호, 장유진 (2022). 아동기 정서적 외상과 역기능적 분노표현의 관계: 정신화와 적대적 귀인편향의 순차적 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 34(4), 1129-1156.
- 이은정, 장유진 (2020). 대학생의 내면화된 수치심이 경험회피에 미치는 영향: 정신화와 고통감내력의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 20(13), 477-501.
- 이인숙, 최해림 (2005). 내면화된 수치심척도(ISS)의 타당화 연구- 애착, 과민성-자기애, 외로움과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 17(3), 651-670.
- 이지영, 손정락(2009). 대학생의 아동기 정서적 외상경험, 성인애착유형 및 역기능적 분노표현과의 관계. 스트레스研究, 17(1), 81-89.
- 임정우 (2015). 내면화된 수치심이 대학생의 관계적 공격성에 미치는 영향: 역기능적 분노표현을 매개변인으로. 명지대학교 사회교육대학원 석사학

위논문.

- 임혜령, 이영순 (2017). 내면화된 수치심과 분노표현양식의 관계에서 고통감 내력의 매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(1), 159-178.
- 장윤숙 (2016). 내면화된 수치심이 분노표현 양식에 미치는 영향: 경험회피의 조절효과. 건국대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 장진아 (2006). 여성의 대상관계가 내면화된 수치심을 매개로 분노에 미치는 영향. 경북대학교 대학원 석사학위논문.
- 전검구, 한덕웅, 이장호, Spielberg, C. D. (1997). 한국판 STAXI 척도 개발: 분노와 혈압. 한국심리학회지: 건강, 2(1), 60-78.
- 조영희, 정남운 (2016). 성인애착, 기본 심리적 욕구 만족, 내면화된 수치심이 분노 표현 방식에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 28(1), 169-190.
- 조한익, 최종환 (2013). 아동기 정서적 외상이 초기 성인기 역기능적 분노표현에 미치는 영향에서 부정적 용서신념의 매개효과. 청소년학연구, 20(9), 125-148.
- 채송화 (2018). 아동기 정서적 외상경험과 전위공격성 간의 관계. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 최은영, 안현의 (2011). 여대생의 아동 청소년기 대인간 외상 경험과 자기역량 손상의 관계에서 내면화된 수치심의 매개효과. 한국심리학회지 여성, 16(3), 285-302.
- 최임정, 심혜숙 (2010). 대학생의 내면화된 수치심과 분노표현양식이 대인관계문제에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 479-492.
- 최희숙, 주영아 (2020). 여대생의 경계선 성격특성이 대인관계문제에 미치는 영향: 정신화와 분노반추의 매개효과. 한국심리학회지: 건강, 25(3),

585-610.

표현 (2012). 청소년의 내면화된 수치심과 분노표현양식이 또래관계문제에 미치는 영향 -일반집단과 잠재비행집단 비교-. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.

허유림, 이수림 (2020). 내면화된 수치심이 역기능적 분노표현양식에 미치는 영향: 분노반추를 통한 정신화의 조절된 매개효과. *재활심리연구*, 27(1), 49-71.

황은수, 성영혜 (2006). 아동의 학대경험이 우울과 불안에 영향을 미치는 자기인식정서의 매개효과. *놀이치료연구*, 9(2), 73-89.

Bales, D. L., Timman, R., Andrea, H., Busschbach, J. J., Verheul, R., & Kamphuis, J. H. (2014). Effectiveness of day hospital mentalization based treatment for patients with severe borderline personality disorder: A matched control study. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 22(5), 409-417.

Laurensen, E. M. P., Luyten, P., Kikkert, M. J., Westra, D., Peen, J., Soons, M. B. J., Van Dam, A.-M., Van Broekhuizen, A. J., Blankers, M., Busschbach, J. J. V., & Dekker, J. J. M. (2018). Day hospital mentalization-based treatment v. specialist treatment as usual in patients with borderline personality disorder: Randomized controlled trial. *Psychological Medicine*, 48(15), 2515-2521.

Ramires, V. R. R., Schwan, S., & Midgley, N. (2012). Mentalization-based therapy with maltreated children living in shelters in southern Brazil: A single case study. *Psychoanalytic Psychotherapy*, 26(4), 308-326.

Rossouw, T. I., & Fonagy, P. (2012). Mentalization-based treatment for

self-harm in adolescents: A randomized controlled trial. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 51(12), 1304-1313.

Allen, J. G. (2010). 트라우마의 치유 [Coping with trauma: Hope through understanding]. (권정혜, 김정범, 조용래, 최혜경, 최윤경, 권호인 공 역). 서울: 학지사. (원전은 2005년 출판).

Averill, J. R. (1983). Studies on anger and aggression: implications for theories of emotion. *American Psychologist*, 38(11), 1145- 1160.

Averill, J. R. (2012). *Anger and aggression: An essay on emotion*. Springer Science & Business Media.

Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2006a). *Mentalization-Based Treatment for Borderline Personality Disorder*. Oxford University Press.

Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2007). Mentalizing and borderline personality disorder. *Journal of Mental Health*, 16(1), 83-101

Bateman, A., & Fonagy, P. (2012). *Handbook of mentalizing in mental health practice*. Washington, DC: American Psychiatric Publishing, Inc.

Bateman, A., & Fonagy, P. (2016). *Mentalizationbased treatment for personality disorders: A practical guide*. UK: Oxford University Press.

Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D., Ahlivalia, T., Stokes, J., Handelsman, L., Medrano, M., Desmond, D., & Zule, W. (2003). Development and validation of a brief screening version of the childhood trauma questionnaire. *Child Abuse & Neglect*, 169-190.

Bernstein, D. P., Stein, J. A., Newcomb, M. D., Walker, E., Pogge, D.,

- Ahluvalia, T., & Desmond, D. (2003). Development and validation of a brief screening version of the childhood trauma questionnaire. *Child Abuse & Neglect*, 27(2), 169-190.
- Berstein, D. P, & Fink, L. (1998). *Childhood Trauma Questionnaire: A retrospective self-report manual* San Antonio, TX: The Psychological Corporation.
- Bowlby J. (1980). *Attachment and loss: Vol. 3. Loss*. New York: Basic Books.
- Bradshaw, J. (2010). 수치심의 치유 [Healing the shame that binds you]. (김홍찬 역). 서울: 한국기독교 상담연구원. (원전은 2005에 출판).
- Brown, R. L. (2016). The influence of stressor exposure and psychosocial resources on the age-anger relationship: A longitudinal analysis. *Journal of Aging and Health*, 28(8), 1465-1487.
- Brune, M., Walden, S., Edel, M. A., & Dimaggio, G. (2015). Mentalization of complex emotions in borderline personality disorder: The impact of parenting and exposure to trauma on the performance in a novel cartoon-based task. *Comprehensive psychiatry*.
- Claesson, K., & Sohlberg, S. (2002). Internalized shame and early interactions characterized by indifference, abandonment and rejection: replicated findings. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 9(4), 277-284.
- Claesson, L., & Sohlberg, S. (2002). Internalized shame and other-scripts characterized by indifference, abandonment and rejection: Replicated findings based on affect theory and structural analysis of social behavior. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 9, 277-284.

- 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.
- Dagleish, T., & Power, M. J. (2004). Emotion-specific and emotion-non-specific components of posttraumatic stress disorder (PTSD): Implications for a taxonomy of related psychopathology. *Behaviour Research and Therapy*, 42(9), 1069-1088.
- Duval, J., Ensink, K., Normandin, L., & Fonagy, P. (2018). Mentalizing mediates the association between childhood maltreatment and adolescent borderline and narcissistic personality traits. *Adolescent Psychiatry*, 8(3), 156-173.
- Erikson, E. H. (1994). *Identity and the life cycle*. WW Norton & company.
- Follette, V. M., & Pistorello, J. (2007). *Finding life beyond trauma: Using acceptance and commitment therapy to heal from post-traumatic stress and trauma-related problems*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.
- Fonagy, P. (1991). Thinking about thinking: Some clinical and theoretical considerations in the treatment of a borderline patient. *International Journal of Psycho-Analysis*, 72, 639-656.
- Fonagy, P., & Allison, E. (2014). The role of mentalizing and epistemic trust in the therapeutic relationship. *Psychotherapy*, 51(3), 372-380.
- Fonagy, P., & Bateman, A. (2004). *Psychotherapy for Borderline personality disorder: Mentalization based treatment*. Oxford University

Press.

Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization, and the development of the self*. NY: Other Press.

Fonagy, P., Gergely, G., Jurist, E., & Target, M. (2002). *Affect regulation, mentalization and the development of the self*. New York: Other Press.

Fonagy, P., Luyten, P., & Strathearn, L. (2011). Borderline personality disorder, mentalization, and the neurobiology of attachment. *Infant Mental Health Journal*, 32(1), 47-69.

Fonagy, P., Luyten, P., Allison, E., & Campbell, C. (2019). Mentalizing, epistemic trust and the phenomenology of psychotherapy. *Psychopathology*, 52(2), 94-103.

Gurgenidze, A. (2019). *Mentalization and shame in context of early relational misattunement* (Order No. 27540577). Available from ProQuest Dissertations & Theses Global. (2307785607).

Hayes, A. F. (2015). PROCESS macro를 이용한 매개분석 조절분석 및 조절된 매개분석. 이형권 (번역). 신영사. (원전은 2013에 출판).

Jørgensen, C. R., Bøye, R., Andersen, D., Døssing Blaabjerg, A. H., Freund, C., Jordet, H., Kjølbye, M., Jørgensen, C. R., Boye, R., Andersen, D., Blaabjerg, A. H. D., Freund, C., Jordet, H., & Kjolbye, M. (2014). Eighteen months post-treatment naturalistic follow-up study of mentalization-based therapy and supportive group treatment of borderline personality disorder: Clinical outcomes and functioning. *Nordic Psychology*, 66(4), 254-273.

- Kaufman, G. (1989). *The psychology of shame: Theory and treatment of shame-based syndromes*. New York: Springer Publishing Company Inc.
- Kircaburun, K., Demetrovics, Z., Király, O., & Griffiths, M. D. (2020). Childhood emotional trauma and cyberbullying perpetration among emerging adults: A multiple mediation model of the role of problematic social media use and psychopathology. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 18(3), 548-566.
- Kline, R. B. (2010). 구조방정식모형: 원리와 적용[Principles and Practice of Structural Equation Modeling]. (이현숙, 김수진, 전수현 공역). 서울: 학지사. (원전은 2004년 출판).
- Lerner, H. G. (1985). *The dance of anger: a woman's guide to changing the pattern of intimate relationships*. NY: Harper & Row.
- Lewis, H. B. (1971). *Shame and guilt in neurosis*. NY: International Universities Press.
- Luthar, S. S., Cicchetti, D., & Becker, B. (2000). The construct of resilience: A critical evaluation and guidelines for future work. *Child Development*, 71(3), 543-562.
- Luyten, P., Malcorps, S., & Ensink, K. (2019). Assessment of mentalizing. In Bateman & Fonagy (Eds.), *Handbook of Mentalizing in Mental Health Practice* (2nd) (pp. 37-62). NJ: John Wiley & Sons.
- McGee, Wolfe, & Wilson. (1997). Multiple maltreatment experiences and adolescent behavior problems: Adolescents' perspectives, *Development and Psychopathology*, 9, 131-149
- Norcross, J. C., & Wampold, B. E. (2011). *Evidence-based therapy*

- relationships: Research conclusions and clinical practices. *Psychotherapy*, 48(1), 98 - 102.
- Schieman, S. (1999). Age and anger. *Journal of Health and Social Behavior*, 40(3), 273-89.
- Schoemann, A. M., Boulton, A. J., & Short, S. D. (2017). Determining power and sample size for simple and complex mediation models. *Social Psychological and Personality Science*, 8(4), 379-386.
- Silk, J. S., Steinberg, L & Morris, A. S.(2003). Adolescents' emotion regulation in daily life: Links to depressive symptoms and problem behavior. *Child Development*, 74(6), 1869-1880.
- Spielberger, C. D., Jacobs, G. A. Russell, S. F., & Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The State-Trait Anger Scale. *Advances in Personality Assessment*, 2, 161-189.
- Spielberger, C. D., Krasner, E. C., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression and control of anger. In M. P. Janisse (Ed.), *Health and Psychology: Individual difference, stress, health and psychology*, 89-108.
- Spielberger, C. D., Reheiser, E. C., & S. J. Sydeman. (1998). Measuring the experience, expression, and control og anger. *Issues in comprehensive pediatric nursing*, 18(3), 207-232, <DOI:10.3109/01460869509087271>.
- Tangney, J. P. (1996). Conceptual and methodological issues in the assessment of shame and guilt. *Behaviour Research and Therapy*, 34(9), 741-754.
- Tangney, J. P., Wagner, P. E., & Gramzow, R. (1992). Proneness to

shame, proneness to guilt, and psychopathology. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(3), 469-478.

Tangney, J. P., Wagner, P. E., Hill-Barrow, D., Marschall, D. E., & Gramzow, R. (1996). Relation of shame and guilt to constructive versus destructive response to anger across the lifespan. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(4), 797-809.

Target M, Fonagy P. (1996). Playing with reality: II. The development of psychic reality from a theoretical perspective. *Int J Psychoanal*, 77(3), 459-479.

Wallin, D. J. (2010). 애착과 심리치료[Attachment psychotherapy]. (김진숙, 이지연, 윤숙경 역). 서울: 학지사. (원전은 2007에 출판).

Wampold, B. E. (2010). The research evidence for the common factors models: A historically situated perspective. *The heart and soul of change: Delivering what works in therapy*. Washington, DC: American Psychological Association.

Webb, M., Heisler, D., Call, S., Chickering, S. A., & Colburn, T. A. (2007). Shame, guilt, symptoms of depression, and reported history of psychological maltreatment. *Child Abuse & Neglect*, 31, 1143-1153.

## ABSTRACT

### The Influence of Childhood Emotional Trauma on Dysfunctional Anger Expression: The Sequential Mediating Effect of Internalized Shame and Mentalization

Seo Jihee

Department of Psychology

Graduate School of

Sungshin University

This study aimed to examine whether internalized shame and mentalization mediate the relationship between childhood emotional trauma and dysfunctional anger expression in early adults, and further, whether internalized shame and mentalization sequentially mediate the effect of childhood emotional trauma on dysfunctional anger expression. For this purpose, data were analyzed using the Childhood Emotional Trauma Scale, Dysfunctional Anger Expression Scale, Internalized Shame Scale, and Mentalization Scale, with a sample of 463 early adults aged 20 to 39. The results of this study are as follows. First, childhood emotional trauma, dysfunctional anger expression, internalized shame, and mentalization were all significantly correlated. Second, the direct effect of childhood emotional trauma on dysfunctional anger expression was

significant. Third, internalized shame significantly mediated the relationship between childhood emotional trauma and dysfunctional anger expression. Fourth, mentalization did not significantly mediate the relationship between childhood emotional trauma and dysfunctional anger expression. Fifth, the sequential mediation effect of internalized shame and mentalization in the relationship between childhood emotional trauma and dysfunctional anger expression was not significant. This study is significant in providing foundational data on the mechanisms and pathways through which childhood emotional trauma leads to dysfunctional anger expression. It suggests the necessity of interventions that address internalized shame in counseling settings to alleviate dysfunctional anger expression in individuals who have experienced childhood emotional trauma.

*Keywords: Childhood emotional trauma, Dysfunctional Anger Expression, Internalized Shame, Mentalization*

## 부록

- 부록 1    인구통계학적 정보 질문지
- 부록 2    아동기 정서적 외상 척도  
(Childhood Trauma Questionnaire-Short Form: CTQ-SF)
- 부록 3    한국판 상태-특성 분노표현척도  
(State-Trait Anger Expression Inventory-Korean Version:  
STAXI-K)
- 부록 4    내면화된 수치심 척도  
(Internalized Shame Scale: ISS)
- 부록 5    자기보고식 정신화 척도  
(Self-Rated Mentalization Questionnaire: SRMQ)

## 부록 1. 인구통계학적 정보 질문지

1. 귀하의 성별은 무엇입니까?

- ① 남성 ② 여성

2. 귀하의 연령은 어떻게 되십니까? (만 나이 적용 기준)

만 \_\_\_\_\_ 세

3. 귀하의 거주지역은 어디입니까?

- ① 서울 ② 경기 ③ 부산 ④ 인천 ⑤ 대구 ⑥ 경남 ⑦ 경북 ⑧ 울산 ⑨ 대전  
⑩ 충남 ⑪ 충북 ⑫ 광주 ⑬ 전남 ⑭ 전북 ⑮ 강원 ⑯ 제주 ⑰ 기타 ( )

4. 귀하의 학력은 어떻게 되십니까?

- ① 고등학교 졸업 이하 ② 대학교 재학 ③ 대학교 졸업 ④ 대학원 재학 이상

## 부록 2. 아동기 정서적 외상 척도(Childhood Trauma Questionnaire-Short Form: CTQ-SF)

● 다음은 당신이 만 18세 이전에 당신과 부모님 혹은 다른 가족구성원들과의 사이에서 겪었던 경험을 나타낸 문항입니다. 문항들을 잘 읽고, 자신의 경험과 가장 가깝다고 생각하는 곳에 √ 표시해 주십시오.

번호	문항	전혀 없음	드물 게 있음	가끔 있음	자주 있음
1	내가 듣기 싫은 별명으로 부르곤 했다. (예: 멍청이, 똥뽕이)	1	2	3	4
2	나에게 “너 같은 애는 태어나지 말았어야 했어”라고 말한 적이 있다.	1	2	3	4
3	가족 중에 나를 미워하는 사람이 있다고 느꼈다.	1	2	3	4
4	가족 중에 나에게 모욕적인 이야기나 심 한 말 등을 해서 마음이 상한 적이 있다.	1	2	3	4
5	나는 정서적으로 학대를 당한 적이 있다.	1	2	3	4
6	가족 안에서 사랑받았다고 느꼈다.	1	2	3	4
7	가족 안에서 내가 중요한 존재라는 생각 이 들었다.	1	2	3	4
8	우리 가족들은 서로 가깝다고 느꼈다.	1	2	3	4
9	우리 가족은 나를 지지해준다고 느꼈다.	1	2	3	4
10	우리 가족은 서로를 배려한다고 느꼈다.	1	2	3	4

### 부록 3. 한국판 상태-특성 분노표현척도(State-Trait Anger Expression Inventory-Korean Version: STAXI-K)

● 다음 문항들은 평소에 화가 나거나 분노를 느꼈을 때 어떻게 반응하고 행동하는가에 관한 것입니다. 문항들을 잘 읽고, 자신과 가장 가깝다고 생각하는 곳에 V 표시 해주십시오.

번호	문항	전혀 없음	드물 게 있음	가끔 있음	자주 있음
1	나는 화난 감정을 표현한다.	1	2	3	4
2	나는 말을 하지 않는다.	1	2	3	4
3	나는 똥해지거나 토라진다.	1	2	3	4
4	나는 사람들을 피한다.	1	2	3	4
5	나는 소리를 지른다.	1	2	3	4
6	나는 문을 쾅 닫아버리는 식의 행동을 한다.	1	2	3	4
7	나는 상대의 시선을 피한다.	1	2	3	4
8	나는 사람들과 말다툼한다.	1	2	3	4
9	나는 아무에게도 말하지 않으나, 안으로 앙심을 품는 경향이 있다.	1	2	3	4
10	나는 목소리를 높인다.	1	2	3	4
11	나는 속으로 다른 사람을 비판한다.	1	2	3	4
12	나는 나 자신이 인정하고 있는 것보다 화가 더 나 있다.	1	2	3	4
13	나는 욕을 한다.	1	2	3	4

14	나는 다른 사람들이 알고 있는 것 보다 분통이 더 나있다.	1	2	3	4
15	나는 자제심을 잃고 화를 낸다.	1	2	3	4
16	나는 화난 표정을 짓는다.	1	2	3	4

## 부록 4. 내면화된 수치심 척도(Internalized Shame Scale: ISS)

● 다음 문항들을 평소에 스스로에 대해 어떻게 느끼고 생각하는지에 대한 것입니다. 다음의 문항들을 잘 읽고, 자기 자신의 느낌이나 생각과 가장 가까운 곳에 V표를 해주십시오.

번호	문항	그런 경우가 없다	가끔 그렇다	그렇다	자주 그렇다	거의 항상 그렇다
1	나는 스스로 꽤 괜찮다고 느낀 적이 없다.	1	2	3	4	5
2	나는 어쩐지 내쳐진 느낌이다.	1	2	3	4	5
3	다른 사람들이 나를 무시한다고 느낀다.	1	2	3	4	5
4	나는 대체로 내가 성공한 사람이라고 생각하는 경향이 있다.	1	2	3	4	5
5	나는 스스로를 비웃고 자신을 얕본다.	1	2	3	4	5
6	다른 사람이 나를 어떻게 볼까 불안하다.	1	2	3	4	5
7	다른 사람과 비교할 때, 나는 결코 기대(이상)에 부합하지 못한다고 느낀다.	1	2	3	4	5
8	나는 내 자신이 매우 작고 보잘 것 없이 느껴진다.	1	2	3	4	5
9	나에게는 자랑스러워할 점이 많은 것 같다.	1	2	3	4	5
10	나는 부적절감을 강하게 느끼고 자신에 대한 회의로 가득 차있다.	1	2	3	4	5

11	나는 기본적으로 잘못된 어떤 부분이 있는 것 같고, 인간으로서 뭔가 결함이 있는 것 같다.	1	2	3	4	5
12	내가 내 자신을 다른 사람과 비교해 볼 때, 나는 그들만큼 중요하지 않다.	1	2	3	4	5
13	다른 사람 앞에서 내 결점이 드러나는 것이 나는 아주 무섭다.	1	2	3	4	5
14	나는 많은 장점을 갖고 있다.	1	2	3	4	5
15	나는 완벽을 추구하지만 늘 부족함을 볼 뿐이다.	1	2	3	4	5
16	다른 사람들이 내 결점을 볼 수 있을 거라고 생각한다.	1	2	3	4	5
17	나는 실수를 하면 몽둥이로 내 자신의 머리를 내리치고 싶다.	1	2	3	4	5
18	대체적으로 나는 내 자신에 만족한다.	1	2	3	4	5
19	실수를 하면 나는 움츠러드는 것 같다.	1	2	3	4	5
20	나는 고통스러운 사건을 마음 속으로 반복적으로 생각해서 결국 압도되고 만다.	1	2	3	4	5
21	다른 사람과 똑같이 나는 가치있는 사람이다.	1	2	3	4	5
22	때로 내가 수천 조각으로 부서질 것 같이 느껴진다.	1	2	3	4	5
23	나는 내 신체와 감정에 대한 통제감을 잃어버린 것처럼 느껴진다.	1	2	3	4	5
24	때로 나는 몽알처럼 아주 작게 느껴진다.	1	2	3	4	5
25	때로 내가 노골적으로 드러난 것 같을 때 땅이 열려 나를 삼켜버렸으면 싶다.	1	2	3	4	5
26	내 안에는 내가 채울 수 없는 고통스러운 괴리가 있다.	1	2	3	4	5
27	나는 공허하고 채워지지 않음을 느낀다.	1	2	3	4	5

28	나는 내 자신에 대해 긍정적인 태도를 가지고 있다.	1	2	3	4	5
29	나의 외로움은 텅 빈 공허함과 같다.	1	2	3	4	5
30	나는 뭔가 있어야 할 것이 없는 것 같은 느낌이다.	1	2	3	4	5

**부록 5. 자기보고식 정신화 척도(Self-Rated Mentalization Questionnaire: SRMQ)**

● 다음 문항들은 평상시 귀하의 생각, 감정, 태도 등에 관한 것입니다. 다음의 문항들을 잘 읽고, 자신의 모습에 가장 가깝다고 생각되는 번호에 V 표를 해주십시오.

번호	문항	전혀 그렇지 않다	그렇지 않다	보통이다	그렇다	매우 그렇다
1	내가 왜 그런 방식으로 행동했는지에 대해 생각한다.	1	2	3	4	5
2	나는 내 생각에 대해 생각해본다.	1	2	3	4	5
3	나는 내 감정에 주의를 기울인다.	1	2	3	4	5
4	내가 느끼는 감정의 의미를 이해하려고 노력하는 것은 중요하다.	1	2	3	4	5
5	내가 뭔가를 느낀다는 것은 알지만, 그 감정이 무엇인지는 모른다.	1	2	3	4	5
6	누가 내 마음 상태에 대해 말해보라고 하면 뭐라고 해야 할지 모르겠다.	1	2	3	4	5
7	생각을 말하는 것은 곧잘 하지만 느꼈던 감정에 대해 말하는 것은 어렵다.	1	2	3	4	5

8	사람들은 내가 어떤 특정한 감정(예: 화)을 갖고 행동한다고 말하는데, 나는 그 감정을 못 느끼는 경우가 많다.	1	2	3	4	5
9	내 감정 상태가 어떤지 모르겠다.	1	2	3	4	5
10	나는 다른 사람들의 관점이 나와 어떻게 다를지 생각해봄으로써 사람들을 더 잘 이해하려고 한다.	1	2	3	4	5
11	결정을 내리기 전에 다른 의견을 가진 사람 처지에서도 살펴보려고 한다.	1	2	3	4	5
12	나는 다른 사람의 마음을 잘 읽는다.	1	2	3	4	5
13	나는 내 친한 친구(혹은 가족, 연인, 배우자)가 무슨 생각을 하는지 정확히 안다.	1	2	3	4	5
14	다른 사람이 무슨 생각을 하고 있는지에 대한 내 직감은 정확하다.	1	2	3	4	5
15	어떤 사람과 몇 마디 얘기만 나눠보면 그 사람이 어떤 유형의 사람인지 알 수 있다.	1	2	3	4	5
16	나는 사람들의 눈만 봐도 그 사람이 어떻게 느끼고 있는지 알 수 있다.	1	2	3	4	5
17	나한테 친절하지 않은 사람은 나를 싫어하는 것이다.	1	2	3	4	5
18	내가 원하는 것을 부모님(혹은 다른 가족, 배우자, 연인)이 들어주지 않는다면 나를 사랑하지 않는 것이다.	1	2	3	4	5

19	누군가 나에게 화를 낸다면 그 사람은 분명 내게 악의적인 마음을 품고 있는 것이다.	1	2	3	4	5
20	나와 생각이 다른 사람과는 친구가 될 수 없다.	1	2	3	4	5
21	내가 한 일이나 행동에 대해 지적하는 것은 나에게 대한 공격이나 위협이다.	1	2	3	4	5
22	다른 사람이 내가 원하는 대로 행동하지 않는 것은 나를 무시하기 때문이다.	1	2	3	4	5
23	실제적인 증거(예: 데이트, 선물, 포옹 등)가 있어야만 나를 좋아한다고 믿을 수 있다.	1	2	3	4	5
24	친구(혹은 친밀한 사람)가 약속을 취소하는 것은 나에게 대한 거절을 의미한다.	1	2	3	4	5
25	사람들이 내가 원하는 행동을 하도록 (혹은 하지 않도록) 일방적으로(예: 고향지르기, 욕설, 폭력 등) 강요한다.	1	2	3	4	5