

대학생의 내현적 자기에 성향이 대인관계 유능성에 미치는 영향: 정서인식명확성과 분노조절의 순차매개효과*

최 범 주

이 주 영[†]

동덕여자대학교
아동·심리학과
석사과정 졸업


동덕여자대학교
아동학전공
부교수

본 연구는 내현적 자기에 성향이 대인관계 유능성에 미치는 영향에서 정서인식명확성과 분노조절의 매개효과를 알아보기 위해 실시되었다. Invitation-Based Panel(IBP)을 보유하고 있는 인바이트 패널 사이트를 통해 대학생 400명(남성 125명, 여성 275명)이 연구에 참여하였다. SPSS PROCESS Macro에서 성별을 통제 후 매개효과를 분석한 결과, 내현적 자기에 성향이 대인관계 유능성에 미치는 영향에서 정서인식명확성의 단순매개효과는 유의하였으나 분노조절의 단순매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다. 아울러, 내현적 자기에 성향이 대인관계 유능성에 미치는 영향에서 정서인식명확성과 분노조절의 순차매개효과는 유의한 것으로 나타났다. 본 연구는 내현적 자기에 성향이 대인관계 유능성을 예측하는 과정에서 정서를 인식하고 다루는 방식의 작동 기제에 대해 통합적으로 살펴보고, 이를 통해 대인관계에서 유능성을 발휘하는 데 어려움을 경험하는 내현적 자기에 성향의 대학생들을 위한 치료적 시사점을 제공했다는 점에서 의의가 있다.

주요어 : 대학생, 내현적 자기에, 대인관계 유능성, 정서인식명확성, 분노조절

* 본 연구는 교신저자의 지도로 제 1저자의 석사 졸업 논문을 수정 및 보완한 것이며, 장훈장학회로부터 후원을 받아 인바이트 패널 플랫폼에서 데이터를 수집한 연구임.

† 교신저자(Corresponding Author) : 이주영 / 동덕여자대학교 아동학전공 부교수 / (02748) 서울특별시 성북구 화랑로13길 60 / E-mail: jylee7694@dongduk.ac.kr

 Copyright ©2025, Clinical Psychology in Korea: Research and Practice
This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Non-Commercial License(<http://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/>), which permits unrestricted non-commercial use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited.

건강한 자기에의 발달은 자존감을 유지할 수 있도록 돕는 개인의 심리적 강점이 될 수 있으나, 병리적인 자기에 대해서는 자기에 과도하게 몰두한 나머지 대인관계에서 기능적 손상을 야기한다(Miller & Campbell, 2008). 자기에 대해서는 ‘거대성-과시성’과 ‘취약성-민감성’이라는 서로 상반된 특징으로 분류되며(Wink, 1991), 발현 양상에 따라 ‘외현적 자기에(overt narcissism)’와 ‘내현적 자기에(covert narcissism)’로 구분할 수 있다(Hendin & Cheek, 1997). 자기에적 속성이 외적으로 드러나는 외현적 자기에는 Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th edition (DSM-5; American Psychiatric Association [APA], 2013)에 제시된 ‘자기애성 성격장애’의 진단기준에 부합하는 유형으로, 과도하게 팽창된 자기표상과 오만함이 주요 특징이다. 반면, 내현적 자기에는 자기중심적이고 과장된 자기 이미지에 대한 환상을 공유하는 점에서 외현적 자기에와 유사하지만, 이러한 자기에적 욕구를 외현적으로 표현하지 않고 억제하는 경향을 보인다(백승혜, 현명호, 2008).

내현적 자기에 성향을 지닌 개인은 대인관계 속에서 자신의 상태나 처지를 지나치게 의식하며, 자존감의 손상이나 위협이 예상되는 상황을 의도적으로 회피함으로써 자존감을 방어하려는 경향을 보인다(한수정, 2016). 또한 이들은 타인의 평가에 민감하고 자기 확신이 낮으며, 외현적 자기에와는 달리 오만함보다는 불안정성과 취약성이 두드러진다(강선희, 정남운, 2002; 백승혜, 현명호, 2008). 그 결과, 대인관계에서 부정적인 피드백에 쉽게 위협을 느끼게 되고, 이는 우울, 불안, 과민성과 같은 내면화된 정서 반응으로 이어질 수 있으며(이준득 외, 2007; Akhtar & Thomson, 1982; Atlas & Them, 2008), 나아가 개인의 정서조절의 어

려움과 맞물려 정신건강에 대한 위험 요인으로 작용할 수 있다(Atlas & Them, 2008; Zhang et al., 2015). 특히 내현적 자기에 성향자의 대인관계 어려움은 이들이 경험하는 정서 반응의 특성과 그 처리 방식의 미숙함과 밀접하게 관련되어 있다. 많은 선행 연구들에서는 정서를 인식하고 조절하는 능력이 사회적 적응에 핵심적인 역할을 한다고 보았으며(이경희, 김봉환, 2010; 최은주, 홍정순, 2023; Eckland & Thompson, 2023; Lane & Smith, 2021), Greenberg(2002) 또한 정서중심치료의 관점에서 개인의 정서 경험을 탐색하고 조절하여 변화를 이끌어내는 것이 심리적 건강과 대인관계 회복의 핵심 기제임을 강조한 바 있다. 이에 본 연구에서는 내현적 자기에 성향자의 대인관계 유능성을 설명하는 주요 심리기제로서 정서를 인식하고 조절하는 능력에 주목하고자 한다.

친밀한 인간관계를 형성하는 것이 핵심 발달 과업으로 간주되는 초기 성인기에는(Erikson, 1968) 사회적 상호작용에서의 만족감과 유능감이 이후 삶에서 건강한 인간관계를 형성하고 유지하는데 중요한 기반이 된다. 대인관계 유능성(interpersonal competence)은 Thorndike(1920)의 ‘사회지능(social intelligence)’ 개념에서 출발하여, 자신과 타인의 내적 동기, 정서 상태, 행동을 인식하고, 이를 바탕으로 사회적 맥락에 맞는 적절한 행동을 수행하는 능력으로 정의된다(한나리, 이동귀, 2010). Spitzberg와 Cupach(1989)는 대인관계 유능성을 타인과 효과적인 관계를 형성하고 유지할 수 있는 능력으로 정의하였고, 사회적 기대나 규범, 규칙 등에 적절하게 반응하며 관계를 형성하는 능력인 ‘적절성(appropriateness)’과 타인과의 상호작용을 통해 개인이 원하는 결과를 성취하고

정서적 만족을 얻는 ‘효과성(effectiveness)’의 두 차원에 의해 결정된다고 보았다(한나리, 이동귀, 2010). 그래서 대인관계 유능성이 높은 사람은 타인과의 상호작용 과정에서 어려움이 발생하더라도 이를 회피하지 않고 적극적으로 대처하는 경향이 있어, 긍정적이고 성공적인 관계를 형성할 가능성이 높다(한나리, 이동귀, 2010). 대학생의 경우, 대인관계 유능성은 주관적인 심리적 안녕감과 밀접하게 관련되어 있어 대학 생활 적응에 긍정적인 영향을 미치는 것으로 나타났다(박효진 외, 2019). 반면, 대인관계 유능성이 낮은 경우에는 관계의 폭이 제한될 뿐만 아니라, 새로운 관계에서도 부적응을 반복하는 악순환에 빠질 가능성이 높고, 이는 우울이나 불안과 같은 정신건강 문제의 위험 요인으로 작용할 수 있다(김여진 외, 2019; 설보경, 김희경, 2018; Markey et al., 2003). 따라서 내현적 자기에 성향과 같은 심리적 취약성과 대인관계 유능성의 관계에 영향을 미치는 다양한 심리적 요인들을 탐색하는 것은 실제 대인관계 상황에서 경험하는 갈등과 어려움에 대한 상담 및 치료적 개입 전략을 마련하는 데 중요한 과제라고 할 수 있다.

선행 연구에 따르면, 내현적 자기에 성향자는 타인의 비판을 부정적으로 지각하고 이에 대한 두려움을 크게 느끼는 경향이 있으며(한수정, 권석만, 2010), 상황에 대한 민감성이 높아 부정적 정서를 자주 경험한다(강선희, 정남운, 2002). 이러한 부정적 정서를 회피하고 자존감을 보호하기 위해, 이들은 흔히 정서를 억제하거나 정서를 유발할 수 있는 상황 자체를 피하는 회피적 정서조절 전략을 사용한다(한수정, 2016). 이러한 전략은 일시적으로 정서적 불편을 줄일 수 있으나, 정서 자체에 대

한 충분한 인식과 처리를 방해하여 오히려 정서인식명확성을 저하시킬 수 있다(Gohm, 2003; Greenberg, 2002). 실제로 정서 억제를 중심으로 한 조절 방식은 감정 경험의 회피와 의미 축소를 초래하며, 감정의 종류나 강도를 명확히 구분하는 능력에 부정적 영향을 미친다(Gohm, 2003). 유현아와 송원영(2018)은 내현적 자기에 성향이 높을수록 정서의 구분과 명명에 어려움을 겪으며, 감정 표현에 대한 욕구가 있음에도 정서를 인식하지 못하거나 표현을 회피하는 부적응적 대처가 나타난다고 보고하였다. 이는 내현적 자기에 성향자가 정서를 억제하고 회피하는 과정에서 정서에 대한 명확한 인식 능력이 손상될 수 있음을 시사한다. 신정미와 조성호(2014) 역시 정서인식명확성이 낮을 경우 정서의 표현과 조절이 어려워져 대인관계 갈등을 경험할 가능성이 높다고 지적하였다. 이처럼 정서인식 능력이 저하되면, 정서조절 전략의 유연성 또한 떨어지게 되고, 이는 부정적 정서의 효과적인 처리를 방해하여 대인관계에서 오해와 갈등을 유발할 가능성이 커진다. 따라서 대인관계에서 심리적 안정감을 경험하고 갈등 상황에 적응적으로 대처하기 위해서는, 개인이 자신이 느끼는 정서를 명확하게 인식할 수 있는 능력이 선행되어야 한다. 정서인식명확성(emotional clarity)은 개인이 자신의 정서를 명확하게 인식하고 설명할 수 있는 능력을 의미하며(Salovey & Mayer, 1990), 이는 곧 감정 상태에 대한 자기 이해의 수준을 반영한다(이수정, 이훈구, 1997). 정서인식명확성이 높은 사람은 자신의 정서뿐만 아니라 정서를 유발한 사건과의 관계를 논리적으로 추론할 수 있어, 다양한 갈등 상황에서 보다 효과적으로 대처할 수 있다(박찬미, 2019). 또한 정서의 명확한 인식을 바탕으로

적응적이고 능동적인 정서조절이 가능하며, 부정적 정서로부터의 회복력 또한 높은 것으로 나타났다(Goldman et al., 1996; Salovey et al., 1995). 반면, 정서인식명확성이 낮은 경우, 감정의 정확한 해석 없이 조절을 시도하게 되어 처리되지 않은 정서가 누적되며, 이는 갈등과 혼란을 반복하는 악순환으로 이어질 수 있다(윤자영, 정남운, 2020; Gohm, 2003).

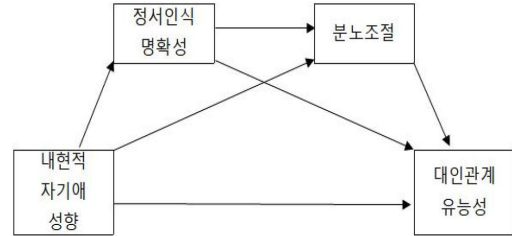
분노(anger)는 타인과의 상호작용 과정에서 빈번하게 나타나는 감정이며, 그 표현 방식에 따라 관계의 질에 결정적인 영향을 미친다. Spielberger 외(1983)는 분노를 표현 방식에 따라 분노표출(anger-out), 분노억제(anger-in), 분노조절(anger-control)의 세 가지 형태로 제시하였는데, 분노표출과 분노억제는 역기능적 분노 표현 방식에 속하며, 분노조절은 기능적 분노 표현 방식에 해당된다. 특히 분노조절은 분노를 즉각적으로 표출하지 않고 자제하면서도, 적절한 시기에 적절한 방식으로 정서를 표현하려는 기능적인 분노표현 전략이다(Spielberger et al., 1983). 이러한 방식은 내면의 분노 감정을 합리적으로 완화시키는 데 도움을 주며, 궁극적으로 문제 상황에 효과적으로 대처할 수 있는 적응적인 정서조절 전략으로 간주된다(김민환, 이은경, 2018). 선행연구들을 살펴보면, 내현적 자기에 성향 집단은 외현적 자기에 집단보다 더 높은 수준의 적대감을 지니고 있음에도 불구하고, 분노를 외현적으로 표출하기보다는 억제하는 경향이 강한 것으로 나타났다(백승혜, 현명호, 2008; 이준득 외, 2007). 다만 수치심이 유발되는 상황에서는, 억제되어 있던 적대적 정서가 자기에서 타인으로 전가되며 분노가 폭발할 가능성이 높아지는 것으로 보고되었다(이혜란, 홍혜영, 2012). 또한 내현적 자기에 성향자의 억제된 분노는

시간이 지날수록 증폭되는 경향이 있어 결국에는 공격적 언행이나 부적절한 방식의 감정 표출로 나타날 가능성이 높아 대인관계에서 역기능적인 결과를 초래하는 것으로 밝혀졌다(황지연, 연구진, 2018). 즉, 내현적 자기에 성향의 개인들은 분노가 자주 외현화되지 않더라도, 이들의 미숙한 정서조절 능력은 대인관계 악화의 핵심적 요인으로 작용할 수 있다. 결국 수치심이나 적대감과 같은 내재적 정서 반응 그 자체보다, 정서를 어떻게 표현하고 조절하는가가 대인관계 행동에 보다 직접적으로 영향을 미치는 요인임을 고려할 필요가 있다.

이러한 관점은 해외 연구에서도 일관되게 지지된다. Tafrate 외(2002)는 분노 수준이 높고 이를 효과적으로 조절하지 못할 경우, 신체적 공격성, 부정적인 언어 반응, 약물 사용 등 다양한 문제행동이 더 빈번하게 나타났다고 보고하였다. 이는 분노조절의 부재가 단순한 정서 문제를 넘어, 실제적인 사회적 기능 저하로 직결될 수 있음을 보여주는 결과라고 할 수 있다. 아울러 Deffenbacher 외(2002)는 인지행동적 중재를 통해 분노조절 능력이 향상된 개인일수록 대인관계에서 공격적 행동을 덜 보이고, 사회적 적응 수준이 높다는 점을 실증적으로 제시하였다. 이처럼 기능적인 분노조절은 단순한 정서 억제가 아닌, 사회적 기능과 적응을 뒷받침하는 핵심 조절 전략임을 시사한다. 그럼에도 불구하고, 내현적 자기에 성향과 관련한 기존 연구들은 대부분 역기능적인 분노표현 양식에 초점을 맞추었으며, 기능적인 분노조절 능력에 대한 체계적 탐색은 상대적으로 부족하였다. 따라서 본 연구는 내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성 간의 관계를 설명하는 핵심 심리적 매커니즘으로서,

개인이 경험하는 분노를 얼마나 효과적으로 조절하는가에 주목하고자 한다. 즉, 내현적 자기에 성향자들이 흔히 보이는 역기능적 분노 표현 양식으로 인해 발생하는 부정적인 결과에 초점을 맞추기 보다는 이들의 대인관계 유능성을 설명할 수 있는 정서조절 요인으로서 기능적인 분노조절의 역할을 확인하고자 하였다.

한편 여러 선행연구들에 따르면, 정서인식 명확성과 분노조절도 서로 밀접한 관련성을 보인다. Greenberg(2002)는 정서를 변화시키기 위해서는 해당 정서를 먼저 충분히 경험하고 인식하는 과정이 선행되어야 한다고 강조하였으며(김은영, 2009), 이는 정서인식명확성이 정서조절의 핵심 전제 조건임을 시사한다. 실제로 임전옥과 장성숙(2003)도 정서에 대한 인식이 정서조절과 밀접하게 관련되어 있으며, 정서인식명확성이 선행되어야만 효과적인 정서조절이 가능하다는 연구결과를 보고하였다. 더불어, 신정미와 조성호(2014)의 연구에서는 정서인식명확성과 기능적인 분노표현 방식인 분노조절 간에 정적 상관관계가 있다고 하였으며, 이로써 정서인식명확성이 상위인지적 기능으로 작용하여 분노를 적절하게 조절하고 표현할 수 있도록 돕는 역할을 수행한다는 일련의 정서처리 기제를 밝혀냈다. 결국 정서를 명확히 인식하는 능력은 분노와 같은 부정적 정서의 부적절한 표현을 예방하고, 그 감정을 조절하여 적응적으로 표현할 수 있도록 지원하는 심리적 자원이라 할 수 있다. 따라서 이상의 선행 연구들을 바탕으로 본 연구에서는 앞서 서술한 네 가지 변인들간의 관계를 검증함으로써 내현적 자기에 성향이 높은 대학생들의 대인관계 유능성을 증진시킬 수 있는 개입 방안을 마련하는 데 유용한 경험적 근거를



주. 유의한 경로는 실선으로 표기
그림 1. 연구모형

제공하고자 하였다. 본 연구의 가설 및 연구 모형(그림 1)은 다음과 같다.

가설 1. 내현적 자기에 성향이 높을수록 대인관계 유능성이 낮게 나타날 것이다.

가설 2. 내현적 자기에 성향이 높을수록 정서인식명확성 수준이 낮으며 이는 낮은 수준의 대인관계 유능성을 예측할 것이다.

가설 3. 내현적 자기에 성향이 높을수록 분노조절 수준이 낮으며 이는 낮은 수준의 대인관계 유능성을 예측할 것이다.

가설 4. 내현적 자기에 성향이 높을수록 정서인식명확성 수준이 낮고, 이는 낮은 분노조절 수준으로 이어지며, 결국 낮은 수준의 대인관계 유능성을 예측할 것이다.

방 법

연구대상

본 연구는 동덕여자대학교 기관생명윤리위원회(IRB)의 승인을 받고(승인번호: DDWU 2105-02), 장훈장학회로부터 후원을 받아 인바이트 패널 사이트(<https://www.esurvey.kr>)를 통해 진행되었다. 인바이트는 국내 상업용 온라인 패널 제공업체로, 패널 구성 시 사전에 인구

통계학적 정보를 등록한 응답자들 가운데 연구 목적에 부합하는 대상자를 선별하여 조사 참여를 유도하는 방식이다. 이에 국내 소재 4년제 대학교에 재학 중인 대학생을 대상으로 온라인 설문조사를 실시하였는데, 총 400명(남성 125명, 여성 275명)이 연구에 참여하였으며, 평균 연령은 22.51세($SD = 2.43$)이었다. 연구 참여에 대한 보상으로 조사 참여자에게 인터넷 패널에서 2,000 상당의 적립금이 지급되었다. 단, 4년제 대학생 조건을 충족하는 응답자를 모집하는 과정에 있어서 대상자의 거주 지역, 재학 중인 대학의 유형, 전공 등의 세부적인 표본 특성은 수집되지 않았다.

측정도구

내현적 자기에 성향

강선희와 정남운(2002)이 자기에적 성격장애의 임상적 특성(Akhtar & Thompon, 1982)을 참고 하여 비임상 집단을 대상으로 개발한 내현적 자기에 척도(Covert Narcissism Scale [CNS])를 사용하였다. 총 45문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 응답하도록 되어 있다. 강선희와 정남운(2002)은 요인분석을 통해 5개 하위 요인을 도출하였는데, 각각의 요인은 목표불안정(9문항), 인정욕구/거대자기 환상(9문항), 착취/자기중심성(9문항), 과민/취약성(10문항), 소심/자신감 부족(8문항)으로 명명하였다. 이중 내현적 자기에의 고유요인은 ‘목표불안정’, ‘과민/취약성’, ‘소심/자신감 부족’으로, 본 연구에서는 연구 목적에 부합되는 내현적 자기에의 고유요인 27문항만을 사용하였다. 총점의 평균이 높을수록 내현적 자기에 성향이 높음을 의미하며, 본 연구에서는 총점의 평균을

분석에 활용하였다. 강선희와 정남운(2002)의 연구에서는 45문항에 대한 전체 내적 합치도(Cronbach's α)가 .90로 나타났으며, 하위 요인 별 내적 합치도는 목표불안정 .89, 과민/취약성 .80, 소심/자신감 부족 .77이었다. 본 연구에서는 내현적 자기에의 고유요인인 27문항에 대한 전체 내적 합치도가 .93로 나타났으며, 하위 요인 별 내적 합치도는 목표불안정 .91, 과민/취약성 .88, 소심/자신감 부족 .79로 나타났다.

정서인식명확성

이수정과 이훈구(1997)가 Salovey 외(1995)의 메타-기분 척도(Trait Meta-Mood Scale [TMMS])를 변안 및 타당화한 것을 사용하였다. 총 21문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도(1 = 전혀 그렇지 않다, 5 = 매우 그렇다)로 응답하도록 되어 있다. 각각의 하위요인은 정서인식의 명확성(11문항), 정서에 대한 주의(5문항), 정서 개선(5문항)의 3개 요인으로 구성된다. 본 연구에서는 임전옥과 장성숙(2003)의 연구에서 착안하여, 하위요인 중 정서인식의 명확성 11문항만을 사용하였다. 문항의 합산 점수의 평균이 높을수록 정서인식명확성이 높음을 의미하며, 본 연구에서는 총점의 평균을 분석에 활용하였다. 이수정과 이훈구(1997)의 연구에서 하위 요인 별 내적 합치도(Cronbach's α)는 정서에 대한 주의 .74, 정서인식명확성 .84, 정서 개선 .72이었다. 임전옥과 장성숙(2003)의 연구에서 정서인식의 명확성을 측정하는 11문항의 내적 합치도는 .83이었으며, 본 연구에서의 내적 합치도는 .81로 나타났다.

분노조절

한덕웅 외(1997)가 Spielberger 외(1988)의

상태-특성 분노표현 척도(State-Trait Anger Expression Inventory [STAXI])를 한국 문화에 맞도록 번안하고 표준화한 한국판 상태-특성 분노표현 척도(STAXI-K)를 사용하였다. 총 44문항으로 구성되어 있으며, 4점 Likert 척도(1 = 전혀 아니다, 4 = 매우 그렇다)로 응답하도록 되어 있다. 점수가 높을수록 역기능적 분노 특성이 높음을 의미한다. 각각의 하위요인은 상태분노(10문항)와 특성분노(10문항) 그리고 분노표현의 세 가지 방식인 분노억제(8문항), 분노표출(8문항), 분노조절(8문항)를 각각 측정할 수 있도록 구성된다. 본 연구에서는 분노표현 방식을 역기능적 분노표현 방식인 분노억제와 분노표출 그리고 기능적인 분노표현 방식인 분노조절로 구분하여 살펴본 신정미와 조성호(2014)의 연구에서 착안하여, 하위요인 중 분노조절 8문항만을 분석에 사용하였다. 문항의 합산점수의 평균이 높을수록 분노조절 수준이 높음을 의미하며, 본 연구에서는 총점의 평균을 분석에 활용하였다. 한덕웅 외(1997)의 연구에서 하위 요인 별 내적 합치도(Cronbach's α)는 분노억제 .78, 분노표출 .73, 분노조절 .79였다. 신정미와 조성호(2014)의 연구에서 분노조절을 측정하는 8문항의 내적 합치도는 .85였으며, 본 연구에서의 내적 합치도는 .81로 나타났다.

대인관계 유능성

한나리와 이동귀(2010)가 Buhrmester 외(1988)의 대인관계 유능성 척도(Interpersonal Competence Questionnaire [ICQ])를 한국의 대학생에게 적합하도록 번안하고 타당화한 한국판 대인관계 유능성 척도(K-ICQ)를 사용하였다. 총 31문항으로 구성되어 있으며, 5점 Likert 척도(1 = 잘 못한다, 5 = 매우 잘한다)로 응답

하도록 되어 있다. 각각의 하위요인은 관계형성 및 개시(8문항), 권리나 불쾌함에 대한 주장(7문항), 타인에 대한 배려(7문항), 갈등 관리(6문항), 적절한 자기 개방(3문항)의 5개 요인으로 구성되어 있다. 총점의 평균이 높을수록 대인관계 유능성이 높음을 의미하며, 본 연구에서는 총점의 평균을 분석에 활용하였다. 한나리와 이동귀(2010)의 연구에서 내적 합치도(Cronbach's α)는 .88로 보고되었으며, 본 연구에서의 내적 합치도는 .94로 나타났다.

분석방법

수집한 자료는 IBM SPSS Statistics 25와 SPSS PROCESS macro(v.3.5) 통계프로그램을 활용하여 다음의 방법으로 분석하였다. 우선, 기술통계 분석을 통해 주요 변인들의 평균, 표준편차를 확인하였으며, 각 변인 간의 상관관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률 상관분석을 실시하였다. 또한 독립표본 t 검정을 실시하여 주요 변인들에서 성별에 따른 차이가 나타나는지 확인하였다. 다음으로, SPSS PROCESS macro(v.3.5)의 Model 4를 사용하여 내현적 자기애 성향과 대인관계 유능성의 관계를 정서인식명확성과 분노조절이 각각 매개하는지 검증하고자 하였으며, Model 6를 사용하여 내현적 자기애 성향과 대인관계 유능성의 관계를 정서인식명확성과 분노조절이 순차매개하는지를 분석하였다. 모든 매개모형에서 성별을 통제하였으며, 간접효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 표본 수를 5000으로 하여 95% 신뢰구간(confidential interval)에서 부트스트래핑(bootstrapping) 분석을 실시하였다.

결 과

주요변인의 기술통계 및 상관분석

주요 변인들의 평균, 표준편차, 상관분석 결과를 표 1에 제시하였다. 주요 변인들의 상관관계를 파악하기 위해 Pearson의 적률 상관분석을 실시한 결과, 독립변인인 내현적 자기에 성향은 매개변인인 정서인식명확성($r = -.45, p < .01$)과 분노조절($r = -.10, p < .05$)과 유의한 부적 상관을 나타냈으며, 종속변인인 대인관계 유능성($r = -.38, p < .01$)과도 유의한 부적 상관을 보였다. 매개변인인 정서인식명확성은 분노조절($r = .16, p < .01$)과 정적 상관을 나타냈으며, 종속변인인 대인관계 유능성($r = .27, p < .01$)과도 유의한 정적 상관을 보

였다. 마지막으로 매개변인인 분노조절은 대인관계 유능성과 정적 상관($r = .28, p < .01$)을 보였다. 성별에 따른 주요 변인들의 차이를 검증하기 위해 독립표본 t 검정을 실시한 결과(표 2), 종속변인인 대인관계 유능성과 매개변인인 정서인식명확성 및 분노조절에서는 성차가 유의하지 않았다. 반면 내현적 자기에 성향에 대해서는 성별에 따른 차이가 통계적으로 유의하게 나타나($t = -3.18, p < .01$) 이후 매개효과 분석에서는 성별을 통제변인으로 설정하였다.

정서인식명확성의 단순매개효과

내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성의 관계에서 정서인식명확성의 매개효과를 알아

표 1. 주요 변인들의 기술통계 및 상관분석

	평균	표준편차	1	2	3	4
1. 내현적 자기에 성향	3.00	.66	-			
2. 정서인식명확성	3.33	.59	-.45**	-		
3. 분노조절	2.44	.54	-.10*	.16**	-	
4. 대인관계 유능성	3.15	.61	-.38**	.27**	.28**	-

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

표 2. 성별에 따른 독립표본 t 검정 결과 (남 $n = 125$, 여 $n = 275$)

	평균(표준편차)		$t(398)$
	남성	여성	
내현적 자기에 성향	2.85 (0.63)	3.07 (0.67)	.00**
정서인식명확성	3.37 (0.53)	3.30 (0.62)	.29
분노조절	2.50 (0.55)	2.41 (0.53)	.11
대인관계 유능성	3.17 (0.61)	3.15 (0.61)	.71

** $p < .01$.

보고자 Process macro의 Model 4를 사용하였고, 분석한 결과는 표 3에 제시하였다. 성별을 통제하였을 때, 내현적 자기애 성향은 대인관계 유능성을 부적으로 예측하였으며($B = -.30, p < .001$), 정서인식명확성도 부적으로 예측하였다($B = -.41, p < .001$). 반면, 정서인식명확성은 대인관계 유능성을 정적으로 예측하였다($B = .13, p < .05$). 다음으로 내현적 자기애 성향이 대인관계 유능성에 미치는 간접효과로서 정서인식명확성의 단순매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 5000번의 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다(표 4). 95% 신뢰구간에서 매개효과 추정치에 대한 경로계수의 상한 값과 하한 값 사이에 '0'이 포함되어 있

지 않기 때문에 정서인식명확성의 단순매개효과는 유의한 것으로 나타났다($B = -.05, 95\% CI [-.11, -.01]$).

분노조절의 단순매개효과

내현적 자기애 성향과 대인관계 유능성의 관계에서 분노조절의 매개효과를 알아보고자 Process macro의 Model 4를 사용하였고, 분석한 결과는 표 5에 제시하였다. 성별을 통제하였을 때, 내현적 자기애 성향은 대인관계 유능성을 부적으로 예측하였으며($B = -.33, p < .001$), 분노조절은 대인관계 유능성을 정적으로 예측하였다($B = .29, p < .001$). 그러나 내

표 3. 내현적 자기애 성향과 대인관계 유능성의 관계에서 정서인식명확성의 단순매개효과

종속변인	독립변인	B	SE	t	95% CI		F	df1	df2	
					LL	UL				
정서인식 명확성	성별	.02	.06	.40	-.09	.14	51.36***	2	397	.21
	내현적 자기애 성향	-.41	.04	-10.06***	-.48	-.33				
대인관계 유능성	성별	.05	.06	.84	-.07	.17	24.17***	3	396	.15
	내현적 자기애 성향	-.30	.05	-6.24***	-.40	-.21				
	정서인식 명확성	.13	.05	2.35*	.02	.23				

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

주. CI = confidence interval; LL = low limit; UL = upper limit.

표 4. 정서인식명확성의 간접효과 부트스트래핑 결과

	B	SE	95% CI	
			LL	UL
정서인식명확성	-0.05	0.03	-0.11	-0.01

주. CI = confidence interval; LL = low limit; UL = upper limit.

표 5. 내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성의 관계에서 분노조절의 단순매개효과

종속변인	독립변인	B	SE	t	95% CI		F			
					LL	UL	F	df1	df2	
분노조절	성별	-.08	.06	-1.32	-.19	.04	2.81	2	397	.01
	내현적 자기에 성향	-.07	.04	-1.74	-.15	.01				
	성별	.08	.06	1.29	-.04	.20				
대인관계 유능성	내현적 자기에 성향	-.33	.04	-7.92***	-.41	-.25	34.15***	3	396	.21
	분노조절	.29	.05	5.59***	.19	.39				

*** $p < .001$.

주. CI = confidence interval; LL = low limit; UL = upper limit.

표 6. 분노조절의 간접효과 부트스트래핑 결과

	B	SE	95% CI	
			LL	UL
분노조절	-.02	.01	-.05	.00

주. CI = confidence interval; LL = low limit; UL = upper limit.

현적 자기에 성향은 분노조절에 유의한 영향을 미치지 않았다($B = -.07, m$). 다음으로 내현적 자기에 성향이 대인관계 유능성에 미치는 간접효과로서 분노조절의 단순매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 5000번의 부트스트래핑(bootstrapping)을 실시하였다(표 6). 95% 신뢰구간에서 매개효과 추정치에 대한 경로계수의 상한 값과 하한 값 사이에 '0'을 포함하고 있어 분노조절의 단순매개효과는 유의하지 않은 것으로 나타났다($B = -.02, 95\% CI = [-.05, -.00]$).

정서인식명확성과 분노조절의 순차매개효과

내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성의

관계에서 정서인식명확성과 분노조절의 순차매개효과를 알아보기로 하자 Process macro의 Model 6를 사용하여 분석을 실시하였다. 결과는 표 7에 제시하였다. 성별을 통제하였을 때, 내현적 자기에 성향은 대인관계 유능성에 부적적으로 영향을 미쳤다($B = -.30, p < .001$). 내현적 자기에 성향은 정서인식명확성을 부적적으로 예측하였으나($B = -.41, p < .001$), 분노조절에는 유의한 영향을 미치지 않았다($B = -.02, m$). 한편 정서인식명확성은 분노조절을 정적으로 예측하였으나($B = .13, p < .01$), 대인관계 유능성에는 유의한 영향을 미치지 않았다($B = .09, m$). 마지막으로 분노조절은 대인관계 유능성을 정적으로 예측하였다($B = .27, p < .001$). 다음으로 내현적 자기에 성향이 대인관

표 7. 내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성의 관계에서 정서인식명확성과 분노조절의 순차매개효과

종속변인	독립변인	B	SE	t	95% CI		F			
					LL	UL	F	df1	df2	
정서인식 명확성	성별	.02	.06	.40	-.09	.14	51.36***	2	397	.21
	내현적 자기에 성향	-.41	.04	-10.06***	-.49	-.33				
분노조절	성별	-.08	.06	-1.39	-.20	.03	4.25**	3	396	.03
	내현적 자기에 성향	-.02	.05	-.36	-.11	.07				
	정서인식 명확성	.13	.05	2.66**	.04	.23				
대인관계 유능성	성별	.07	.06	1.24	-.04	.19	26.47***	4	395	.21
	내현적 자기에 성향	-.30	.05	-6.35***	-.39	-.21				
	정서인식 명확성	.09	.05	1.71	-.01	.19				
	분노조절	.27	.05	5.35***	.17	.38				

p < .01, *p < .001.

주. CI = confidence interval; LL = low limit; UL = upper limit.

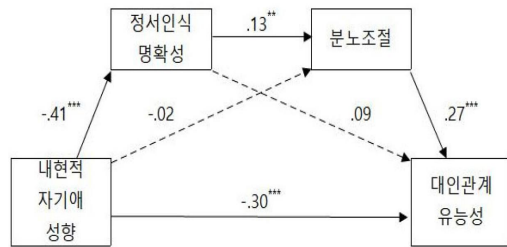
표 8. 정서인식명확성과 분노조절의 간접효과 부트스트래핑 결과

경로	B	SE	95% CI	
			LL	UL
직접효과	-.30	.05	-.39	-.21
간접 효과(total)	-.06	.03	-.11	-.01
매개효과1: X → M1 → Y	-.04	.02	-.09	.01
매개효과2: X → M2 → Y	-.01	.01	-.03	.02
매개효과3: X → M1 → M2 → Y	-.02	.01	-.03	-.00

주. X = 내현적 자기에 성향; M1 = 정서인식명확성; M2 = 분노조절; Y = 대인관계 유능성.

주. CI = confidence interval; LL = low limit; UL = upper limit.

계 유능성에 미치는 간접효과로서 정서인식명확성과 분노조절의 순차매개효과의 통계적 유의성을 검증하기 위해 5000번의 부트스트래핑 (bootstrapping)을 실시하였다(표 8).



주. 유의한 경로는 실선, 유의하지 않은 경로는 점선으로 표기

그림 2. 내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성의 관계에서 정서인식명확성과 분노조절의 순차매개 효과

내현적 자기에 성향이 정서인식명확성을 거쳐 대인관계 유능성으로 가는 경로는 신뢰구간 내의 하한 값과 상한 값 사이에 '0'을 포함하고 있어 간접효과가 통계적으로 유의하지 않았다($B = -.04$, 95% CI = $[-.09, .01]$). 다음으로 내현적 자기에 성향이 분노조절을 통해 대인관계 유능성으로 가는 경로 또한 신뢰구간 내의 하한 값과 상한 값 사이에 '0'을 포함하고 있어 간접효과가 통계적으로 유의하지 않았다($B = -.01$, 95% CI = $[-.03, .02]$). 마지막으로 내현적 자기에 성향이 정서인식명확성과 분노조절을 거쳐 대인관계 유능성으로 가는 순차매개효과 경로는 신뢰구간 내에 '0'을 포함하지 않으므로 간접효과 통계적 유의성이 검증되었다($B = -.02$, 95% CI = $[-.03, -.00]$). 이러한 결과를 바탕으로 그림 2에 본 연구의 최종모형을 제시하였다.

논 의

본 연구는 내현적 자기에 성향이 대인관계 유능성에 미치는 영향에서 정서처리에 기반한

구체적인 심리기제를 확인하기 위해 정서인식 명확성과 분노조절의 매개효과를 검증하였다. 본 연구의 주요 결과는 다음과 같다.

첫째, 내현적 자기에 성향은 대인관계 유능성을 부적으로 유의하게 예측하는 것으로 나타나, 가설 1이 지지되었다. 이는 내현적 자기에 성향이 높을수록 대인관계 유능성이 저하되는 경향이 있다는 선행연구들과 일치하며 (배미정, 조한익, 2014; 이성욱, 송현주, 2011; 한유정, 2017; Given-Wilson et al., 2011; Morf & Rhodewalt, 2001), 내현적 자기에 성향자가 지닌 정서적 취약성과 대인관계에서의 불안정성이 효과적인 관계 형성을 저해하는 요인으로 작용할 수 있음을 보여준다. 내현적 자기에 성향은 자신감 부족, 평가 민감성, 그리고 정체감의 불안정성과 밀접한 관련이 있고 (Given-Wilson et al., 2011), 이러한 심리적 요인들은 개인이 타인과의 관계 속에서 안정적인 상호작용을 유지하는 데 어려움을 초래할 수 있음이 확인되었다. 이러한 결과는 내현적 자기에 성향이 단순한 내면화된 성격 특성에 머무르지 않고, 실제 사회적 기능의 저하와도 밀접하게 관련되어 있다는 점에서 중요한 함의를 가진다. 다시 말해, 내현적 자기에 성향은 자기 인식이나 감정조절과 같은 개인 내 심리 기능뿐만 아니라, 일상생활에서의 사회적 적응에도 영향을 미치는 요인임을 보여준다. 다만 모든 내현적 자기에 성향자가 동일하게 대인관계의 어려움을 겪는 것은 아니므로 그 과정에 개입되는 구체적인 매커니즘을 확인할 필요가 있다.

둘째, 내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성의 관계에서 정서인식명확성의 단순매개효과는 유의한 것으로 나타나, 가설 2가 지지되었다. 이는 내현적 자기에 성향이 클수록 자

신의 정서인식명확성의 수준이 낮으며, 이러한 정서인식의 부족이 결과적으로 대인관계 유능성 저하로 이어질 수 있음을 의미한다. 이러한 결과는 정서인식명확성이 정서조절과 대인관계 기능 사이의 핵심적인 연결 고리로 작용한다는 선행연구들(박찬미, 2019; 신정미, 조성호, 2014; Gohm, 2003; Salovey et al., 1995)과 맥락을 같이한다. 특히 내현적 자기에 성향자는 자신에 대한 과도한 민감성과 방어적 성향으로 인해 감정 그 자체를 외면하거나 회피하는 경향이 강하며(유현아, 송원영, 2018; 조영재, 이동훈, 2013; Cain et al., 2008), 이로 인해 자신의 정서를 명확하게 인식하고 조절하는 데 어려움을 겪는다. 이에 따라 타인과의 관계에서도 감정적 반응을 적절하게 조율하지 못하고, 결과적으로 효과적인 대인관계 형성과 유지가 어려워질 수 있다. 따라서, 정서인식명확성은 내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성 간의 경로에서 개인의 정서를 이해하고 다루는 능력의 중요성을 부각시킨다는 점에서 향후 연구 및 실천적 개입의 주요한 매개 변수로 주목될 수 있다.

셋째, 내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성의 관계에서 분노조절의 단순매개효과는 유의하지 않아 가설 3은 지지되지 않았다. 이는 내현적 자기에 성향자에게 분노조절이라는 기능적 정서조절 전략이 유의미하게 작동하지 않는다는 것을 의미하기보다는, 분노조절이 효과적으로 발현되기 위해서는 추가적인 요인이 관여할 수 있음을 시사한다. 실제로 선행 연구에 따르면, 분노조절은 개인이 자신의 감정을 명확히 인식하고 해석한 이후에야 효과적으로 수행될 수 있는 이차적 정서조절 전략으로 간주된다(신정미, 조성호, 2014; Gohm, 2003; Greenberg, 2002). 그러나 내현적 자기에

성향자는 정서에 대한 민감성과 회피 성향이 강하며, 억제 중심의 정서표현에 익숙하여 기능적인 조절 전략을 충분히 학습하거나 활용할 기회가 부족할 가능성이 높다(백승혜, 현명호, 2008; 유현아, 송원영, 2018). 이러한 특성은 단순히 역기능적인 정서표현의 문제가 아니라, 정서인식에서 조절에 이르는 정서처리 과정 전반의 미숙함을 반영한다고 볼 수 있다. 이러한 맥락에서 본 연구의 결과는 내현적 자기에 성향자들이 기능적인 분노조절 전략을 활용하기 위해서는, 선행 단계로서 자신의 정서를 명확히 인식하는 과정이 필요할 가능성을 시사하며, 이는 다음에서 보고하는 정서인식명확성과 분노조절의 순차매개효과가 유의하다는 결과와도 부합한다.

넷째, 내현적 자기에 성향과 대인관계 유능성의 관계에서 정서인식명확성과 분노조절의 순차매개효과가 유의한 것으로 나타나, 가설 4가 지지되었다. 이러한 결과는 정서인식명확성과 분노조절이 연속적으로 작용하는 중요한 심리적 경로임을 보여준다. 즉, 내현적 자기에 성향이 높은 사람은 자신의 정서를 명확히 인식하는 능력이 낮고, 이는 다시 분노와 같은 부정적 정서를 적절하게 조절하는 데 어려움을 초래하며, 이러한 정서조절의 어려움이 결과적으로 대인관계에서의 유능성을 저해하는 방식으로 작용한다는 것을 보여준다. 이는 정서적 정보 처리 과정에서 정서인식이 정서조절로 이어지고, 정서조절이 다시 사회적 기능으로 이어지는 일련의 심리적 메커니즘이 존재함을 보여주는 결과로(Dixon-Gordon et al., 2015), 정서인식명확성이 정서조절을 가능하게 하는 선행적 조건임을 뒷받침하는 선행연구들과 일치한다(임전옥, 장성숙, 2003; Gohm, 2003; Salovey et al., 1995).

특히 주목할 점은, 분노조절의 단순매개효과가 유의하지 않았음에도 불구하고, 정서인식명확성을 포함한 순차매개효과는 유의하게 나타났다는 점이다. 이는 분노조절만으로는 내현적 자기에 성향자들의 대인관계 유능성을 설명하기 어렵지만 정서에 대한 명확한 인식이 선행하는 경우에는 분노조절이 대인관계 유능성을 높일 수 있는 기능적인 정서조절 전략으로 작동함을 시사한다. 이러한 결과는 Greenberg(2002)가 강조한 바와 같이, 정서 변화의 전제 조건은 그 정서를 충분히 경험하고 인식하는 것이라는 이론적 관점과도 부합한다. 또한 신정미와 조성호(2014)의 연구에서 정서인식명확성이 분노조절과 유의한 정적 상관을 보였다는 점, 그리고 정서인식이 정서조절 전략의 선택과 실행을 가능하게 하는 상위인지로 작용한다는 해석과도 맥을 같이 한다. 본 연구에서 정서인식명확성은 내현적 자기에와 대인관계 유능성의 관계에서 유의미한 단순매개효과를 보였지만, 순차매개모형에서는 대인관계 유능성에 직접적인 영향을 미치지 않았다. 즉, 정서인식명확성이 낮을 경우, 대인관계 유능성 저하가 단순히 정서인식 부족 때문이 아니라 이후에 뒤따르는 분노를 어떻게 조절하는가에 따라 더욱 심화될 수 있음을 시사한다(Czarna et al., 2021). 이러한 결과는 내현적 자기에 성향이 대인관계 유능성에 영향을 미치는 과정에서, 정서인식과 정서조절의 정교한 연결 관계가 중요한 역할을 한다는 점을 보여준다.

본 연구는 내현적 자기에 성향이 대인관계 유능성에 미치는 영향과 그 과정에서 정서인식명확성과 분노조절의 매개효과를 살펴봄으로써, 성격적 취약성과 정서적 처리과정이 대인관계에 미치는 심리적 기제를 이해하는 데

기여하였다. 이를 바탕으로 다음과 같은 의의 및 임상적 제언을 제시하고자 한다. 첫째, 본 연구에서는 정서인식명확성과 정서조절 능력의 중요성을 강조함으로써 내현적 자기에 성향을 지닌 개인이 대인관계에서 보이는 적응적 어려움이 단순한 성격 특성에 그치지 않고, 정서를 어떻게 인식하고 다루는지에 따라 달라질 수 있음을 시사한다. 따라서 향후 연구에서는 정서인지와 조절 능력을 강화하는 프로그램 개발이 필요하며, 특히 내현적 자기에 성향을 가진 개인에게는 감정 인식 훈련을 포함한 통합적 정서역량 훈련이 유용할 수 있다. 둘째, 대학생 집단을 위한 조기 개입의 필요성이 제기된다. 대학생은 사회적 정체성과 관계 형성이 활발히 이루어지는 발달 시기이며, 이 시기의 정서적·사회적 역량은 이후 성인기 전반에 걸친 적응을 좌우할 수 있다. 본 연구 결과는 내현적 자기에 성향자들이 이 시기에 적절한 정서 처리 능력을 갖추지 못할 경우, 대인관계에서 지속적인 어려움을 겪을 가능성이 높다는 점을 보여준다. 따라서 대학 상담센터나 심리상담 기관에서는 정서인식 향상과 건강한 자기표현을 촉진하는 심리교육 및 근거기반 프로그램을 체계적으로 운영할 필요가 있다. 셋째, 분노의 세 가지 표현방식 중 역기능적 분노표현 방식을 다루었던 선행연구들과 달리, 본 연구는 기능적인 분노표현 방식의 역할에 주목하였고, 이를 통해 내현적 자기에 성향자가 경험하는 정서를 보다 적응적으로 처리할 수 있는 심리적 기제를 밝혔다. 분노의 문제행동적 측면에만 국한되었던 기존 연구들의 한계를 넘어, 본 연구는 내현적 자기에 성향자들이 효과적으로 분노를 조절하기 위해서는 자신의 정서 상태에 대한 명확한 인식이 반드시 선행되어야 한다는 점을 보여주

었다.

마지막으로 본 연구의 제한점과 후속 연구에 대한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 전국에 있는 4년제 대학교에 재학중인 대학생으로 대상으로 연구를 진행했기 때문에, 연구 결과를 다른 연령대나 직업군, 지역적 특성을 지닌 집단에 일반화하는 데에는 한계가 있다. 아울러 비확률적 온라인 패널을 기반으로 한 표집 방식을 선택하였던 바, 세부적인 표본 특성 정보가 부족하여 결과의 일반화 가능성에 제한이 있다. 이에 추후연구에서는 다양한 연령과 사회적 배경을 고려한 대상자를 모집하는 것은 물론 거주 지역, 대학 유형, 전공 등 인구학적 정보가 포함된 연구 설계를 통해 연구 결과의 외적 타당도를 높일 필요가 있다. 둘째, 본 연구는 자기보고식 온라인 설문으로 자료를 수집했기 때문에, 사회적 바람직성 반응이나 응답자의 자기 인식 오류 등의 가능성이 존재한다. 향후 연구에서는 중요한 타인의 평가, 관찰자 보고, 심리생리학적 지표 등의 다양한 방법을 활용하여 다각도에서 변인을 측정하고 확인하는 노력이 요구된다. 셋째, 분노조절의 개념적 포괄성과 측정 한계가 있다. 본 연구에서 사용된 분노조절 척도는 기능적인 분노표현 전략을 단일 차원으로 측정하였으나, 실제 분노조절은 상황 맥락, 분노 강도, 개인의 조절 자원 등 복합적 요인이 작용하는 다차원적 개념이다. 따라서 후속 연구에서는 분노조절의 하위 구성 요소나 다양한 상황적 변인을 반영하는 정교한 측정이 필요하겠다. 넷째, 본 연구에서는 내현적 자기애에서 성차가 확인되어 이후의 모든 분석에서 성별을 통제하였다. 내현적 자기애 특성이 초래하는 대인관계 문제들의 양상은 남녀 집단에서 다르게 나타날 가능성이 존재하므로 추후 연구에

서는 성별에 따른 효과를 보다 면밀하게 확인할 필요가 있겠다.

참고문헌

- 강선희, 정남운 (2002). 내현적 자기애 척도의 개발 및 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 14(4), 969-990.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=1984251>
- 김민환, 이은경 (2018). 대학생의 내현적자기애와 분노표현 양식의 관계: 자기제시동기와 자기제시기대 차이의 매개효과. *재활심리연구*, 25(3), 429-446.
https://www.kci.go.kr/kciportal/landing/article.kci?arti_id=ART002388071
- 김여진, 류석진, 조현주. (2019). 우울과 대인관계 유능성의 관계에서 자기초점적 주의와 자기지향적 공감의 매개효과. *청소년학연구*, 26(7), 57-83.
<https://doi.org/10.21509/KJYS.2019.07.26.7.57>
- 김은영 (2009). 정서인식의 명확성과 대인관계 문제의 관계: 인지적 정서조절의 매개효과 [석사학위논문, 가톨릭대학교 일반대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T11732825>
- 박찬미 (2019). 대학생의 내현적 자기애가 대인관계 유능성에 미치는 영향: 자기자비와 정서인식명확성의 매개효과 [석사학위논문, 아주대학교 일반대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T15095035>
- 박효진, 변은경, 양현주 (2019). 대학생의 자아 존중감, 극복력, 대인관계유능성이 대학생 활적응에 미치는 영향. *예술인문사회 융합 멀티미디어 논문지*, 9(12), 627-636.

- <http://dx.doi.org/10.35873/ajmahs.2019.9.12.056>
배미정, 조한익 (2014). 내현적 자기애 성향, 자존감, 인지적 및 정서적 공감 그리고 대인관계 유능성 간의 관련성 연구. *상담학연구*, 15(6), 2417-2435.
- <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.15.6.201412.2417>
백승혜, 현명호 (2008). 내현적, 외현적 자기애 성향자의 적대감, 분노경험수준, 및 분노 표현양식. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 27(4), 1001-1017.
- <http://dx.doi.org/10.15842/kjcp.2008.27.4.013>
설보경, 김희경 (2018). 대학생의 거절민감성과 사회불안의 관계에서 대인관계 유능성의 매개효과. *청소년학연구*, 25(12), 305-326.
- <http://dx.doi.org/10.21509/KJYS.2018.12.25.12.305>
신정미, 조성호 (2014). 정서인식명확성과 분노 표현방식 관계에서 분노반추의 매개효과. *인간이해*, 35(1), 129-148.
- <https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3248555>
유현아, 송원영 (2018). 대학생의 내현적 자기애가 우울에 미치는 영향: 정서인식 명확성과 정서표현 양가성의 매개효과. *Journal of Convergence for Information Technology*, 8(3), 161-168.
- <https://doi.org/10.22156/cs4smb.2018.8.3.161>
윤자영, 정남운 (2020). 부적응적 완벽주의가 분노표현양식에 미치는 영향: 정서인식명확성과 자기자비의 매개효과. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 32(4), 1769-1789.
- <http://dx.doi.org/10.23844/kjcp.2020.11.32.4.1769>
이경희, 김봉환 (2010). 정서표현양가성과 정서 조절이 대인관계에 미치는 영향: 정서명확성, 정서강도 및 정서주의의 군집 비교.
- 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 22(2), 369-384.
- https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=2844725&utm_source=chatgpt.com
이성욱, 송현주 (2011). 내현적 자기애 성향과 정서조절방략, 대인관계 유능성 간의 관계 연구 고찰. *한국심리치료학회지*, 3(1), 65-83. <https://www.riss.kr/link?id=A105827271>
- 이수정, 이훈구 (1997). Trait Meta-Mood Scale의 타당화에 관한 연구: 정서지능의 하위 요인에 대한 탐색. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 11(1), 95-116.
- <https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=280116>
이준득, 서수균, 이훈진 (2007). 내현적·외현적 자기애 성향자의 자기개념 명료성과 부정적 정서특성. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 26(2), 463-477.
- <https://doi.org/10.15842/kjcp.2007.26.2.011>
이혜란, 홍혜영 (2012). 중학생의 내현적 자기애와 분노표현의 관계에서 분노반추의 매개효과. *청소년시설환경*, 10(2), 43-55.
- <https://kiss.kstudy.com/DetailOa/Ar?key=51236498>
임전옥, 장성숙 (2003). 정서인식의 명확성, 정서조절양식과 심리적 안녕의 관계. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 15(2), 259-275.
- <https://kiss.kstudy.com/DetailOa/Ar?key=50121130>
조영재, 이동훈 (2013). 남자대학생의 내현적 자기애성향이 대인관계문제에 미치는 영향: 분노표현의 매개효과. *한국심리학회지: 일반*, 32(4), 845-866.
- <https://kiss.kstudy.com/DetailOa/Ar?key=51389879>

- 최은주, 홍정순 (2023). 초기성인의 정서인식 명확성과 대인관계 능력 간의 관계: 자기연민과 적응적 정서조절 전략의 매개효과. *한국심리치료학회지*, 15(1), 1-20.
<https://doi.org/10.22831/kap.2023.15.1.001>
- 한나리, 이동귀 (2010). 한국 대학생의 대인관계 유능성 척도 타당화 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 22(1), 137-156.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=2829327>
- 한덕웅, 전겸구, 이장호. (1997). 한국판 STAXI 척도 개발: 분노와 혈압. *한국심리학회지: 건강*, 2(1), 60-78.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=280128>
- 한수정 (2016). 자기애적 성격장애. 학지사.
https://www.hakjisa.co.kr/mobile/subpage.html?page=book_book_info&bidx=3372
- 한수정, 권석만 (2010). 자기애자의 자기관련 정보에 대한 지각적 민감성. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 29(4), 1135-1143.
<https://doi.org/10.15842/kjcp.2010.29.4.012>
- 한유정 (2017). 대학생의 내현적 자기애와 대인관계 유능성 간의 관계에서 비합리적 신념과 인지적 공감의 매개효과 [박사학위논문, 가천대학교 일반대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T14447854>
- 황지연, 연규진 (2018). 내면화된 수치심과 전위 공격성의 관계: 역기능적 분노표현양식의 이중매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 23(1), 147-166.
<https://doi.org/10.17315/kjhp.2018.23.1.008>
- Akhtar, S., & Thomson, J. A. (1982). Overview: Narcissistic personality disorder. *American Journal of Psychiatry*, 139(1), 12-20.
<https://doi.org/10.1176/ajp.139.1.12>
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing.
<https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Atlas, G. D., & Them, M. A. (2008). Narcissism and sensitivity to criticism: A preliminary investigation. *Current Psychology*, 27, 62-76.
<https://doi.org/10.1007/s12144-008-9023-0>
- Buhrmester, D., Furman, W., Wittenberg, M. T., & Reis, H. T. (1988). Five domains of interpersonal competence in peer relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55(6), 991-1008.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.55.6.991>
- Cain, N. M., Pincus, A. L., & Ansell, E. B. (2008). Narcissism at the crossroads: Phenotypic description of pathological narcissism across clinical theory, social/personality psychology, and psychiatric diagnosis. *Clinical Psychology Review*, 28(4), 638-656.
<https://doi.org/10.1016/j.cpr.2007.09.006>
- Czarna, A. Z., Zajenkowski, M., Maciantowicz, O., & Szymaniak, K. (2021). The relationship of narcissism with tendency to react with anger and hostility: The roles of neuroticism and emotion regulation ability. *Current Psychology*, 40(11), 5499-5514.
<https://doi.org/10.1007/s12144-019-00504-6>
- Deffenbacher, J. L., Oetting, E. R., & DiGiuseppe, R. A. (2002). Principles of empirically supported interventions applied to anger management. *The Counseling Psychologist*, 30(2), 262-280.
<https://doi.org/10.1177/0011000002302004>
- Dixon-Gordon, K. L., Bernecker, S. L., &

- Christensen, K. (2015). Recent innovations in the field of interpersonal emotion regulation. *Current Opinion in Psychology*, 3, 36-42.
<https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2015.02.001>
- Eckland, N. S., & Thompson, R. J. (2023). State emotional clarity is an indicator of fluid emotional intelligence ability. *Journal of Intelligence*, 11(10), Article e196.
<https://doi.org/10.3390/jintelligence11100196>
- Erikson, E. H. (1968). *Identity, youth and crisis*. Norton Company.
<https://doi.org/10.1002/bs.3830140209>
- Given-Wilson, Z., McIlwain, D., & Warburton, W. (2011). Meta-cognitive and interpersonal difficulties in overt and covert narcissism. *Personality and Individual Differences*, 50(7), 1000-1005.
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2011.01.014>
- Gohm, C. L. (2003). Mood regulation and emotional intelligence: Individual differences. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84(3), 594-607.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.3.594>
- Goldman, S. L., Kraemer, D. T., & Salovey, P. (1996). Beliefs about mood moderate the relationship of stress to illness and symptom reporting. *Journal of Psychosomatic Research*, 41(2), 115-128.
[https://doi.org/10.1016/0022-3999\(96\)00119-5](https://doi.org/10.1016/0022-3999(96)00119-5)
- Greenberg, L. S. (2002). Integrating an emotion-focused approach to treatment into psychotherapy integration. *Journal of Psychotherapy Integration*, 12(2), 154-189.
<https://doi.org/10.1037/1053-0479.12.2.154>
- Hendin, H. M., & Cheek, J. M. (1997). Assessing hypersensitive narcissism: A reexamination of Murray's Narcissism Scale. *Journal of Research in Personality*, 31(4), 588-599.
<https://doi.org/10.1006/jrpe.1997.2204>
- Lane, R. D., & Smith, R. (2021). Levels of emotional awareness: Theory and measurement of a socio-emotional skill. *Journal of Intelligence*, 9(3), Article e42.
<https://doi.org/10.3390/jintelligence9030042>
- Markey, P. M., Funder, D. C., & Ozer, D. J. (2003). Complementarity of interpersonal behaviors in dyadic interactions. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29(9), 1082-1090.
<https://doi.org/10.1177/0146167203253474>
- Miller, J. D., & Campbell, W. K. (2008). Comparing clinical and social personality conceptualizations of narcissism. *Journal of Personality*, 76(3), 449-476.
<https://doi.org/10.1111/j.1467-6494.2008.00492.x>
- Morf, C. C., & Rhodewalt, F. (2001). Expanding the dynamic self-regulatory processing model of narcissism: Research directions for the future. *Psychological Inquiry*, 12(4), 243-251.
https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1204_3
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. *Imagination, Cognition and Personality*, 9(3), 185-211.
<https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6C DG>
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, T. P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: Exploring emotional intelligence using the Trait Meta-Mood Scale. In J. W. Pennebaker (Ed.), *Emotion, disclosure, & health* (pp. 125-154).

- American Psychological Association.
<https://doi.org/10.1037/10182-006>
- Spielberger, C. D., Jacobs, G., Russell, S., & Crane, R. S. (1983). Assessment of anger: The state-trait anger scale. In J. N. Butcher (Ed.), *Advances in personality assessment* (pp. 161-189). Routledge.
<https://www.taylorfrancis.com/chapters/edit/10.4324/9781315825656-7>
- Spielberger, C. D., Krasner, S. S., & Solomon, E. P. (1988). The experience, expression, and control of anger. In P. R. Shaver (Ed.), *Individual differences, stress, and health psychology* (pp. 89-108). Springer.
https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3824-9_5
- Spitzberg, B. H., & Cupach, W. R. (1989). Issues in interpersonal competence research. In B. H. Spitzberg & W. R. Cupach (Eds.), *Handbook of interpersonal competence research* (pp. 52-75). Springer.
https://doi.org/10.1007/978-1-4612-3572-9_3
- Tafate, R. C., Kassinove, H., & Dundin, L. (2002). Anger episodes in high-and low-trait-anger community adults. *Journal of Clinical Psychology*, 58(12), 1573-1590.
<https://doi.org/10.1002/jclp.10076>
- Thorndike, E. L. (1920). Intelligence and its uses. *Harper's magazine*, 140, 227-235.
<https://gwern.net/doc/iq/1920-thorndike-2.pdf>
- Wink, P. (1991). Two faces of narcissism. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(4), 590-597.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.61.4.590>
- Zhang, H., Wang, Z., You, X., Lü, W., & Luo, Y. (2015). Associations between narcissism and emotion regulation difficulties: Respiratory sinus arrhythmia reactivity as a moderator. *Biological Psychology*, 110, 1-11.
<https://doi.org/10.1016/j.biopsycho.2015.06.014>
- 원고접수일 : 2025. 05. 15.
수정원고접수일 : 2025. 07. 26.
게재확정일 : 2025. 08. 06.

The Effect of Covert Narcissism on Interpersonal Competence: Sequential Dual Mediating Effects of Emotional Clarity and Anger Control

Beomju Choi¹⁾

Jooyoung Lee^{2)†}

¹⁾Department of Child Development, Education, and Psychology, Dongduk Women's University, M.A.

²⁾Department of Child Development and Education, Dongduk Women's University, Associate Professor

This study aimed to examine the mediating effects of emotional clarity and anger control on the relationship between covert narcissistic traits and interpersonal competence. Data were collected from 400 university students (125 males, 275 females) through an Invitation-Based Panel (IBP) platform. Mediation analysis using SPSS PROCESS macro revealed that emotional clarity significantly mediated the relationship between covert narcissism and interpersonal competence, whereas anger control did not show a significant mediating effect. However, the sequential mediation effect through emotional clarity and anger control was also significant. These findings suggest that the process that individuals with covert narcissistic tendencies adopt to predict interpersonal competence is closely related to how they perceive and manage their emotions. The study offers therapeutic implications for supporting university students with covert narcissistic traits whose difficulties with interpersonal relationships are evident.

Keywords : university student, covert narcissism, interpersonal competence, emotional clarity, anger control

† Corresponding Author : JooYoung Lee / Department of Child Development and Education, Dongduk Women's University, Associate Professor. / (02748) Hwarang-ro 13-gil, Seongbuk-gu, Seoul / E-mail: jylee7694@dongduk.ac.kr