

## 가족 내 표출정서가 우울에 미치는 영향: 자기비난, 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과\*

손 가 빈

대구가톨릭대학교  
심리학과  
석사 졸업

백 용 매<sup>†</sup>


대구가톨릭대학교  
심리학과  
교수

본 연구에서는 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난, 내적 속박감과 외적 속박감이 매개하는 효과를 검증하였다. 또한, 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과 크기를 비교하여 심리학적 개입으로 활용할 수 있는 기반을 제공하고자 한다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난의 매개효과는 유의하지 않았다. 둘째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과가 유의하였다. 셋째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 외적 속박감의 매개효과가 내적 속박감의 매개효과보다 큰 것으로 나타났다. 넷째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난과 내적 속박감의 이중 매개효과와 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난과 외적 속박감의 이중 매개효과가 유의하였다. 마지막으로 본 연구의 의의와 한계 및 후속 연구를 위한 제언에 대하여 논의하였다.

주요어 : 가족 내 표출정서, 자기비난, 내적 속박감, 외적 속박감, 우울

\* 본 연구는 제 1저자의 석사학위 논문을 수정 및 보완한 것이며, 한국임상심리학회 주최 2022년 가을학술대회에서 포스터로 발표되었음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 백용매 / 대구가톨릭대학교 심리학과 교수 / (38430) 경상북도 경산시 하양읍 하양로 13-13 / E-mail : baekym60@hanmail.net

 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.

최근 가정과 관련된 사회적 이슈들이 주목 받으며, 가족 내의 역기능적인 역동이 개인의 정신건강에 미치는 영향에 대한 관심이 증가하고 있다. 이러한 역기능적인 가족 환경 중 하나인 가정 내 학대를 살펴보면, 그 피해 사례가 지속적으로 증가하고 있는 실정이다. 특히, 정서적 피해를 입히거나 입힐 위험이 높은 언어적 표현을 뜻하는 정서적 학대의 경우 겉으로 잘 드러나지 않는데도 불구하고 신체적 학대보다 2배 더 높게 나타나고, 모든 학대의 유형에서 핵심적인 요인으로 작용하는 반면 신체적 학대보다 방치될 가능성이 높아(Witt et al., 2017) 주의를 기울일 필요가 있다. 보건복지부(2022)에 따르면 가정 내 학대 피해 경험률이 10만 명당 2018년 301.2건, 2019년 380.3건, 2020년 401.6건에서 2021년 502.2건으로, 지속적으로 증가하는 추세를 보이고 있다. 이는 가정 학대에 대한 인식이 높아지며 신고 건수가 증가한 것으로 해석될 수 있으며, 이에 대한 개입의 필요성을 시사한다. 이러한 역기능적인 정서적 상호작용은 개인의 심리적 건강에 부정적인 영향을 끼칠 수 있으며(김은희, 이인혜, 2022), 가족 간 의사소통이 역기능적일수록 우울 수준이 높아지는 것으로 밝혀졌다(양영미, 홍송이, 2018; 하정진, 박수현, 2020; Patel, 2023). 더욱이 성인기 초기에 들어서도 이러한 영향이 지속되어 우울에 영향을 끼치고 있음이 밝혀져 주의를 기울일 필요가 시사된다(Van Landeghem & Jakobson, 2024). 특히, 성인기 초기는 학업이나 직업적 성취, 독립적인 생활 등 다양한 요구를 맞닥뜨리는 등 자율성과 성취를 경험하는 동시에 새로운 사회적 관계를 맺고 가족의 영향을 점검하는 과정이기도 하다. 또한, 성인기 초기는 사회적 및 경제적 기반이 충분히 안정되지 않았기 때

문에 가정의 유대 및 지원에 의존하는 등 가정의 영향이 클 것으로 보인다. 이에 따라 성인이 되어도 가정에 경제적 및 정서적으로 의존을 하고 있을 가능성이 높으므로 가족의 영향이 성인기에 이르러서도 지속되며(신희수, 안명희, 2013) 취약성으로 작용할 수 있어(권문희, 신호정, 2021; Guerrero et al., 2020), 적절한 개입을 통해 적응적인 생활을 할 수 있도록 돕는 것이 중요하다. 그러나 이러한 가정의 영향보다는 개인적 부분에 초점을 둔 개입이 주되고 있는 실정이므로, 본 연구를 통해 가족 구성원 간의 역기능적인 정서적 상호작용이 개인의 정신건강 특히, 우울에 미치는 영향을 규명하고, 이를 통해 예방 및 치료에 필요한 기초 자료를 제공함으로써 개인의 적응적 생활을 돕는 데 기여하고자 한다.

이러한 우울은 현대 사회에서 지속적으로 증가하는 정신건강 문제로 중요하게 인식되고 있으며, WHO에 따르면 가장 흔한 정신장애 중 하나로 소개되고 있다(WHO, 2016). 우울은 일상생활에서 부적응적인 사고와 행동을 유발하는 정서 상태로 사람에 따라 정서적, 인지적, 행동적, 신체 생리적 영역 등의 다양한 심리적 영역에서 증상이 나타난다(권석만, 2013). 우울 상태에서는 부정적이고 비관적인 생각이 증폭되어 자신을 무능하고 열등하며 무가치한 존재로 여기는 자기비하적인 생각을 하게 된다. 타인과 세상을 적대적이고 냉혹하게 느끼기 때문에 삶을 힘들고 버겁게 느끼며 미래가 비관적이고 절망적으로 보인다. 이로 인해 일상생활에 심각한 손상이 초래되고 심한 경우 자살로 이어질 수 있기 때문에 가능한 빨리 치료하는 것이 바람직하다(권석만, 2016).

선행 연구에 의하면 가정 내 역기능적인 상

호작용의 방식을 살펴볼 수 있는 변인으로 가족 내 표출정서(expressed emotion)가 있다. 표출정서는 가정의 정서적 분위기를 의미하며, 가족 간의 의사소통이나 의견을 표현하는 방식을 통해 드러난다. 이러한 가정 내 표출정서는 가족의 비난, 적대감, 정서적 과관여로 구분되고(Hooley, 2007), 가족이 개인에게 보이는 부정적인 태도 및 행동으로 나타난다(Cole, 1986). 비난은 비판적 표현으로 불만이나 분개를 나타내는 명확한 진술과 거절 및 비난의 어조로 전달되는 언어 및 비언어적 표현을 포함한다. 적대감은 비난이나 거부적 발언 등이 일반화된 것으로 전반적인 행동에 대한 비난으로 확대되어 나타난 것이다. 정서적 과관여는 과도한 걱정과 보호, 민감한 반응, 불안 등과 같은 과장된 정서 반응과 지나치게 헌신적인 행동 및 자기희생 등으로 나타난다(허정선, 현명호, 2005; Vaughn & Leff, 1976). 선행 연구에 따르면 표출정서가 높은 가정은 비난과 적대감이 많고(Hooley, 2007), 성가심과 걱정이 많으며 공감과 정서적 지지는 적게 나타난다(Leff & Vaughn, 1985). 또한 가족 간에 강압적이고 긴장되어 있으며(Hubschmid et al., 1989), 큰 갈등을 경험한다(Hibbs et al., 1993). 특히 비난적인 가정의 경우 분노를 표현하며, 이는 신체적 폭력으로 이어질 수 있는 것으로 보고되고 있다(Patel, 2023).

가정 내에서 이렇듯 자신의 감정을 타당화하기 어려운 환경에 놓인 경우 적응적인 방식으로 조절하는 방법을 배우지 못하며 감정 조절에 어려움을 경험할 가능성이 큰 것으로 나타났다(Lin et al., 2024). 정서 조절에 어려움으로 인해 감정을 적절히 해소하지 못하고 적응적 어려움으로 이어질 수 있으며, 특히, 부정적 정서에 압도당할 경우 이를 회피하기 위한

전략으로 부정적인 정서 조절 전략으로 이어질 수 있다(Eisenberg et al., 1996). 즉, 정서 조절 능력은 어린 시절 타인으로부터 조절에서 자기조절로 변하게 되고 연령이 증가하며 발전되지만(Shaffer & Kipp, 2012/2014), 가정 내에서 상호작용이 역기능적인 경우 감정 인식 및 표현에 어려움이 생기는 등 정서 조절 발달에 취약한 요인으로 작용할 수 있는 것이다(Morris et al., 2011).

이처럼 정서를 조절하려는 시도가 실패하게 되면 자신의 정서 경험을 조절하려는 방략의 부족으로 인해 부적응적인 인지적 전략이 나타날 수 있는데(Jorman & Siemer, 2011), 부적응적 정서 조절 전략을 사용할 경우 정서 반응을 부정적으로 평가하고 정서적 고통을 회피하거나 도피하려 하며 심리적 문제가 악화될 수 있다(Gratz et al., 2007). 특히 스트레스 상황에서 정서 조절의 어려움을 경험할 경우 자기비난으로 이어질 수 있다(Nock, 2010). 가족 내 표출정서가 높은 가정에서는 개인이 문제 행동을 보일 때 개인이 문제를 스스로 충분히 통제할 수 있는 능력이 있음에도 불구하고 통제하지 않는다고 생각하며 비난적이고 적대적인 표현을 보인다(Hooley, 1986). 이러한 가족의 표현 방식을 내재화하여 스스로를 비난하거나 공격하며(Gilbert, 2016), 그 원인이 자신의 실수나 잘못에 있다고 여기며 자기비난을 경험할 수 있다(Linehan, 1993). 즉, 가정 내에서 자신의 감정을 수용 받지 못하는 경우 자신의 감정을 적절히 조절하는 방법을 배우지 못하여 자신이 경험한 감정을 삭이거나 스스로를 탓하게 되며, 부정적인 자기개념(조현주 외, 2019)과 자기비난으로 이어질 수 있는 것이다(권문희, 신호정, 2021). 이러한 환경에서 개인은 스스로를 돌볼 수 있는 능력이 저하되

며, 미움받지 않기 위해 상대의 반응에 예민하게 반응하고 혹여라도 자신 때문에 상대의 기분이 나빠질까 반복적으로 확인하는 과정에서 부정적인 감정을 경험하나 이를 적절히 표현하는 방법은 알지 못하여 자기비난으로 이어질 수 있는 것이다(조현주 외, 2019). 즉, 갈등 상황에서 방어적인 전략으로써 자기비난을 보일 수 있는 것이다.

더욱이 자기비난이 높은 개인은 불쾌하고 감당하기 힘든 사건을 경험할 때 그 사건의 원인을 자신의 탓으로 설명하는 경향으로 인해 자신에 대한 부정적인 견해를 형성할 수 있다(Thompson & Zuroff, 2004). 이러한 부정적으로 편향된 정보처리 과정의 영향으로 인해 일상생활에서 대인관계 문제와 부정적인 정서나 정신병리에 취약해지며(Blatt, 2004), 이는 다시 자기비난으로 이어지는 악순환을 초래한다(Shahar & Heinrich, 2013). 더욱이 지각된 패배감 모델(revised defeat model)에 의하면, 자기비난이 높은 경우 자신의 실패를 수용하기 어려운 특성으로 인해 패배감을 지각하며 속박감을 경험할 수 있게 된다(Sturman & Mongrain, 2008). 즉, 자기비난이 높은 사람들은 자신에 대한 의심을 가지고 스스로 지나치게 비판적인 모습 보이고 실패에 대한 부정적인 방식을 보이기 때문에 쉽게 패배감을 경험할 수 있으며(Gilbert, 2000; Sturman & Mongrain, 2008), 스스로를 비난하면서 열등감, 속박감, 불쾌감 등을 경험할 수 있는 것이다(Gilbert et al., 2001).

속박감(entrapment)은 제한되거나 규제받는 상황에서 지각되며(Brown et al., 1995; Gilbert & Allan, 1998), 현재 자신이 처해 있는 스트레스 상황이나 부정적 사고 및 감정에서 탈출하고 싶은 욕구나 동기는 있으나, 이러한 부정적인 상황이나 감정을 자신이 통제하거나 벗

어날 수 없다고 지각하는 인지적 경향성을 의미한다(Gilbert & Alan, 1998; Gilbert et al., 2001; Gilbert & Gilbert, 2003). 스트레스 상황에서 벗어나려 하지만 자신이 이를 통제하지 못한다고 지각하는 경우, 상황에서 벗어나지 못하고 얽매어 있다고 지각할 수 있는 것이다(Gilbert & Allan, 1998). 이러한 속박감은 상황의 통제보다는 상황에서 벗어날 수 없다고 주관적으로 지각하는 것을 의미하며, 만성적인 스트레스와 우울의 근원이 되기 때문에(Gilbert et al., 2004) 중요한 요인으로 다뤄지고 있다.

이렇듯 속박감은 삶의 만성적이고 지속적인 스트레스 사건이나 환경과 관련된다(Brown et al., 1995). 사람은 심각한 스트레스 사건이나 위협적인 사건에 직면하였을 때, 기본적인 방어 전략으로 투쟁-도피 반응이 나타난다. 그러나 이러한 방어 전략이 효율적이지 못해 스트레스를 해소하지 못하는 경우 만성적인 스트레스와 속박감을 증가시킨다(Dixon et al., 1989; Gilbert et al., 2002). 선행 연구에 의하면 어려움이 느껴지는 생활 사건이 계속해서 지속되거나 악화될 가능성이 있는 상황에서 속박감을 지각할 수 있었으며(Brown et al., 1995), 통제적인 가정 환경 또한 스트레스 상황으로 작용하여 속박감을 지각할 수 있는 것으로 나타났다(Sloman & Gilbert, 2000). 또한 지각된 속박감의 요인분석 결과, 가족으로부터 심리적 지지를 받지 못하는 자신의 환경에 대한 원망이 자신의 내부로 향하거나, 가족의 지나친 간섭에서 벗어나고 싶거나, 자신의 의견이 존중받지 못하고 무시되거나 수용되지 못하는 상황 등으로 분류되고 있다(천숙희, 2007). 즉, 가족과의 친밀감과 속박감 사이의 유의한 상호작용 결과는 가정 환경에서도 속박감을 지각할 수 있음을 시사한다(Parra et al., 2021).

이러한 속박감은 심리적 고통의 초점을 내부 혹은 외부로 두는 방식에 따라 내적 속박감과 외적 속박감으로 구분된다. 내적 속박감은 내면의 부정적인 사고나 감정에서 벗어나고자 하지만 벗어날 수 없다고 지각하는 것을 뜻하며(Gilbert & Allan, 1998), 자신의 내부에 초점을 맞추어 내부 귀인하기 때문에 내면화 문제와 깊은 관련이 있고(강민철 외, 2013), 자기비난, 우울, 부정 정서 및 자살 사고와 높은 상관관계가 있다고 보고되었다(이종선, 조현주, 2012). 반면 외적 속박감은 자신이 처한 상황이나 외부 환경에서 벗어나고자 하지만 벗어날 수 없다고 지각하는 것을 의미하며(Gilbert & Allan, 1998), 외부 상황에 초점을 맞추어 외부 귀인을 할 가능성이 높고(강민철 외, 2013), 내면화된 수치감, 자기비난, 우울, 부정 정서 및 자살 생각과 높은 상관관계를 나타냈다(이종선, 조현주, 2012). 내적 속박감과 외적 속박감은 유사한 개념으로 다루어지기도 하지만 각각 다른 기제를 가진다는 주장이 제기되었다. Willner와 Goldstein(2001)의 연구에 따르면, 어머니의 양육 스트레스와 우울 사이의 관계에서는 우울을 통제할 후에도 스트레스 상황과 외적 속박감의 관계는 높게 나타났지만, 스트레스 상황과 내적 속박감 사이의 연관성은 매우 약하게 나타났다. 이는 어머니의 양육 스트레스가 환경적 요소로 지각되어 외적 속박감을 경험하게 된 것으로, 내적 속박감과 외적 속박감이 서로 다른 기제를 가지고 있다는 것을 시사하는 결과이다. 국내 선행 연구인 박지은과 홍정순(2024)의 연구에서도 평가염려 완벽주의와 만성 지연 행동의 관계에서 자기비난과 내적 속박감의 이중 매개효과는 유의하였으나, 자기비난과 외적 속박감의 이중 매개효과는 유의하지 않게 나타났다. 이는 완벽

주의자가 자기비난에 빠지게 되면 자신의 실수나 실패에 주의를 집중하기 때문에 외부 상황으로부터 벗어나고자 하기보다는, 자신에게서 문제를 찾으려 하며 내적 속박감을 지각할 수 있는 것으로 보인다. 즉, 외적 속박감은 외부 상황 및 환경에 대한 인식 과정이 우선되어야 하는 것이다. 따라서 내적 속박감이 높은 경우 인지적 재구조화 등 개인의 내면적인 개입이 효과적일 수 있는 반면, 외적 속박감이 높은 경우 대인관계 기술 훈련이나 경계 설정 훈련 등의 외적인 개입이 효과적일 수 있는 것이다. 이렇듯 속박감을 내적 속박감과 외적 속박감으로 구분하여 각 기제에 대해 살펴보는 것은 치료적 개입에서 매우 중요하나, 이에 대한 연구가 부족한 실정이다.

더욱이 선행 연구들에 따르면, 스트레스 사건이 우울을 유발하는 데 중요한 역할을 하지만 스트레스 사건에서 비롯된 속박감이 우울을 증가시키는 것으로 나타나(이윤주, 최용용, 2020; Choi, & Shin, 2023) 주의를 기울일 필요가 있다. 통제할 수 없는 부정적인 경험에 직면하게 되는 경우 그 상황에서 벗어나기 위한 시도를 하지만, 오히려 얽매어 있어서 벗어날 수 없다고 지각되거나 포기할 수밖에 없다고 판단되면 긍정적인 정서는 줄어들고 우울증으로 이어질 수 있다(Gilbert, 2006). 속박감이 주변 환경에 대해 과도하게 부정적인 인지과정을 활성화시켜 실제보다 상황을 더 위협적으로 지각하게 되면서 우울이 유발될 수 있는 것이다(Sloman & Gilbert, 2000). 이는 스트레스 자체보다 스트레스 상황에서 지각하는 속박감의 수준이 높을 경우 우울로 이어질 수 있음을 시사하는 결과이다. 또한 속박감이 지각되는 사건에서 우울의 발생률이 3배 이상 높게 나타났으며(Brown et al., 1995), 치료 반응 저하

및 재발과 밀접한 관련이 있음이 확인되었다 (Carvalho, et al., 2020; Sturman & Mongrain, 2005). 국내 연구에서도 내적 속박감과 외적 속박감(이종선, 조현주, 2012; Gilbert et al., 2002) 모두 우울과 유의한 관련성이 보고되고 되었다(김유미, 송미정, 2017; 이은정 외, 2019; 이종선 외, 2012). 따라서 본 연구에서는 가족 내 표출정서에서 우울로 이어지는 과정에서 자기비난, 내적 속박감, 외적 속박감의 매개효과를 검증하고자 한다. 더 나아가 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과 크기 차이를 살펴봄으로써 표출정서가 높은 경우, 지각할 수 있는 속박감의 유형을 살펴보고 이를 구체화하여 임상적 장면에서 우울의 예방 및 치료적 개입의 표적을 보다 구체적으로 설정할 수 있도록 기여하고자 한다.

본 연구의 가설은 다음과 같다. 첫째, 가족 내 표출정서, 자기비난, 내적 속박감, 외적 속박감, 우울은 모두 정적 상관이 있을 것이다. 둘째, 가족 내 표출정서가 자기비난, 내적 속박감, 외적 속박감, 우울에 미치는 영향은 유의할 것이다. 셋째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난, 내적 속박감, 외적 속박감이 매개할 것이다.

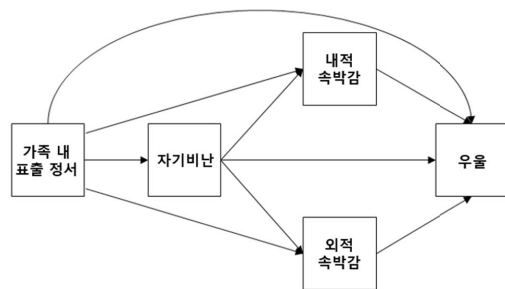


그림 1. 연구모형

## 방 법

### 연구대상

본 연구는 대구광역시와 경상북도 소재의 만 19세에서 35세의 성인 초기를 대상으로 수행되었다. 자료 수집은 대학 커뮤니티를 통한 온라인 설문과 지역 내 대학을 직접 방문하여 실시한 오프라인 설문을 병행하였다. 온라인 설문은 대학 커뮤니티에 공지를 게시하고 링크를 통해 참여하도록 안내하였다. 총 404부의 설문지가 회수되었으며, 이 중 무응답 항목이 많거나 불성실하게 응답한 18부를 제외한 386부를 최종 분석에 사용하였다. 본 연구의 참여자는 남성 172명(44.6%), 여성 214명(55.4%)이었으며, 연령은 19세에서 35세까지 분포하였고, 평균연령은 23.8세( $SD = 3.95$ )로 나타났다. 연령대별 분포를 살펴보면, 22세(14%)가 가장 많았고, 23세(13%)가 뒤를 이었다. 본 연구는 대구가톨릭대학교 생명윤리위원회의 승인을 받은 후 진행되었다(승인 번호: CUIRB-2021-0059).

### 측정도구

#### 표출정서

가족에 대한 지각된 표출정서를 측정하기 위해 Cole과 Kazarian(1988)가 개발한 표출정서 수준(Levels of Expressed Emotions)을 배헌석(2000)이 번안하고 요인 분석하여 한국판으로 타당화한 것을 사용하였다. 원 연구는 예/아니오의 응답으로 구성되어 있으나, 본 연구는 Gerlsma 등(1992)의 제안에 따라 각 문항에 4점 Likert 척도로 평정된 것을 사용하였다. 총 45 문항으로 구성되었으며, 총 점수가 높을수록

지각된 가족 내 표출정서 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 측정된 내적 합치도는 .94로 나타났다.

### 자기비난

자기비난을 측정하기 위해 Blatt 등(1976)이 개발한 우울 경험 질문지(Depressive Experiences Questionnaire)를 조재임(1996)이 요인 분석한 것을 사용하였다. 본 연구에서는 우울 경험 질문지의 하위 요인 중 자기비난을 측정하는 문항만을 사용하였다. 총 22문항으로 7점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 총 점수가 높을수록 자기비난의 정도가 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 측정된 내적 합치도는 .91으로 나타났다.

### 속박감

속박감을 측정하기 위해 Gilbert와 Allan(1998)이 개발한 속박감 척도(Entrapment Scale)를 이종선과 조현주(2012)가 번안하고 한국판으로 타당화한 것을 사용하였다. 총 16문항으로 구성되어 있으며, 내적 속박감 6문항, 외적 속박감 10문항으로 이루어져 있다. 각 문항은 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 총 점수가 높을수록 지각된 속박감 수준이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서의 내적 합치도는 내적 속박감의 경우 .87, 외적 속박감의 경우 .90으로 나타났다.

### 우울

일반인이 경험하는 우울 증상을 측정하기 위하여 Radloff(1977)가 개발하고 전경구와 이민규(1992)가 번안하고 한국판으로 타당화한 CES-D(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale) 척도를 사용하였다. 총 20문항으로 4점

Likert 척도로 구성되어 있으며, 총 점수가 높을수록 우울감이 높은 것을 의미한다. 본 연구에서 측정된 내적 합치도는 .92로 나타났다.

### 통계적 분석

본 연구에서는 수집한 자료를 SPSS 22.0과 SPSS Process macro 3.5 통계프로그램을 활용하여 다음과 같이 분석을 진행하였다. 첫째, 연구 대상자의 인구통계학적 특성 및 점수 분포를 살펴보기 위해 기술 통계분석을 실시하였고, 각 측정 도구의 신뢰도 및 타당도 검증을 위해 내적 합치도(Cronbach's  $\alpha$ )를 확인하였다. 둘째, 각 변인 간의 관련성을 보기 위해 Pearson 상관관계 분석을 실시하였다. 셋째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난, 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과를 검증하기 위해 Process macro model 81을 사용하였다. 부트스트래핑(bootstrap)을 10,000번으로 실시하여 매개효과의 유의성을 검증하고, 더 나아가 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과 크기 차이를 살펴보았다.

## 결 과

### 주요 변인의 기술통계 및 상관관계

주요 변인인 가족 내 표출정서, 자기비난, 내적 속박감, 외적 속박감과 우울의 기술 통계분석을 실시한 결과는 표 1과 같다. 각 변인의 정규분포를 확인하기 위해 왜도와 첨도를 확인한 결과, 모든 변인이 각각 절댓값 2과 7을 넘지 않아 정규성 가정을 충족하는 것으로 나타났다. 다음으로 각 변인 간의 상관

표 1. 주요 변인들의 기술통계 및 주요 변인 간의 상관관계

	EE	자기비난	내적 속박감	외적 속박감	우울
EE	1				
자기비난	.56**	1			
내적 속박감	.61**	.79**	1		
외적 속박감	.62**	.73**	.86**	1	
우울	.58**	.66**	.76**	.79**	1
<i>M</i>	2.14	3.90	2.63	2.55	2.01
<i>SD</i>	.46	.94	1.00	.93	.60
왜도	.35	-.19	.10	-.05	.26
첨도	.31	.17	-.69	-.88	-.88

주. EE = 가족 내 표출정서(expressed emotion).

\*\*  $P < .01$ .

관계분석을 실시한 결과, 모든 변인이 통계적으로 유의한 정적 상관을 보였다. 가족 내 표출정서는 외적 속박감  $r = .62, p < .01$ , 내적 속박감  $r = .61, p < .01$ , 우울  $r = .58, p < .01$ , 자기비난  $r = .56, p < .01$ 의 순으로 유의한 정적 상관관계를 보여주었다. 자기비난은 내적 속박감  $r = .80, p < .01$ , 외적 속박감  $r = .73, p < .01$ , 우울  $r = .66, p < .01$ 의 순으로 정적 상관관계를 보여주었으며, 외적 속박감은 우울  $r = .80, p < .01$ 과 정적 상관관계를 보여주었다. 한편, 모든 변인에서 .9 이상의 높은 상관을 보이지 않아 다중공선성(multicollinearity)에 이상이 없는 것으로 확인되었다.

#### 매개효과 검증

가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난, 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과를 알아보기 위해 SPSS의 Process macro model

81을 이용하여 매개효과 검증을 실시하였다.

분석 결과, 가족 내 표출정서는 우울에 유의한 정적 영향을 보였으며( $\beta = .58, p < .001$ ), 이때 설명력은 34%( $R^2 = .34$ )로 나타났다. 다음으로 가족 내 표출정서와 자기비난을 동시에 투입하여 우울을 종속변수로 분석한 결과, 가족 내 표출정서( $\beta = .32, p < .001$ )와 자기비난( $\beta = .48, p < .001$ )은 우울에 각각 유의한 영향을 미쳤다. 이때 모형의 설명력은 49%( $R^2 = .49$ )로 나타났다. 마지막으로 가족 내 표출정서, 자기비난, 내적 속박감과 외적 속박감을 모두 포함하여 우울을 예측한 결과, 내적 속박감( $\beta = .22, p < .01$ )과 외적 속박감( $\beta = .48, p < .001$ )은 유의한 영향을 보였으나, 자기비난은 더 이상 유의하지 않았다( $\beta = .06, p = .204$ ). 이때 우울에 대한 설명력은 66%( $R^2 = .66$ )로 상승하여, 매개변인을 단계적으로 추가함에 따라 설명력이 점진적으로 증대되는 양상이 확인되었다. 이러한 결과는 가족 내 표출정서가 우울에 직접적인 영향을 미

표 2. 위계적 회귀분석

독립변인	종속변인	$\beta$	SE	t	95% CI		F	R <sup>2</sup>
					LL	UL		
EE		.58	.06	14.05***	.66	.88	197.42***	.34
EE		.32	.06	7.21***	.30	.53	189.53***	.49
자기비난		.48	.03	10.97***	.26	.36		
EE	우울	.11	.05	2.82**	.04	.25	181.17***	.66
자기비난		.06	.03	1.27	-.02	.11		
내적 속박감		.22	.04	3.32**	.06	.22		
외적 속박감		.48	.04	7.92***	.24	.39		

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

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

칠 뿐만 아니라, 자기비난과 속박감을 매개로 간접적인 경로 역시 작동함을 시사한다. 특히 최종 모형에서 자기비난의 효과가 유의하지 않게 된 반면, 속박감의 효과가 유지된 것은 가족 내 표출정서가 우울로 이어지는 과정에서 속박감이 보다 핵심적인 매개 요인으로 작용하는 결과로 시사된다.

매개효과를 검증하기 위해 부트스트래핑(bootstrap)을 실시하였으며, 이는 신뢰구간에 0이 포함되지 않는 경우 매개효과가 유의하다고 판단한다. 본 연구는 부트스트래핑을 10,000번을 실시하였으며, 95% 신뢰구간에서 유의성을 확인하였다. 매개효과를 검증한 결과는 표 3에 제시하였다. 첫째, 가족 내 표출정서가 우울에 미치는 경로는 유의하였으나 Effect = .63, 95% CI [.54, .71], 가족 내 표출정서가 자기비난을 거쳐 우울에 미치는 영향은 신뢰구간에 0을 포함하여 통계적으로 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이는 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난이 유의미한 영향을 끼치지 못한다고 해석될 수 있으며,

자기비난이 독립적으로서 작용하기보다 다른 변인들의 영향이 크게 미치고 있음을 시사하는 결과이다. 둘째, 가족 내 표출정서가 내적 속박감을 거쳐 우울에 가는 경로 Effect = .07, 95% CI [.02, .13]와 가족 내 표출정서가 외적 속박감을 거쳐 우울에 가는 경로 Effect = .20, 95% CI [.13, .28]는 모두 통계적으로 유의하였다. 셋째, 가족 내 표출정서에서 자기비난과 내적 속박감을 거쳐 우울에 가는 경로 Effect = .11, 95% CI [.04, .18]와 가족 내 표출정서에서 자기비난과 외적 속박감을 거쳐 우울에 가는 경로 Effect = .20, 95% CI [.13, .27] 또한 모두 통계적으로 유의하였다. 따라서 본 연구 결과를 통해 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 내적 속박감과 외적 속박감 각각의 매개효과와 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난과 내적 속박감 또는 외적 속박감의 순차적 매개효과의 유의함을 확인할 수 있었다.

추가적으로 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 내적 속박감과 외적 속박감의 매개 경

표 3. 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난과 속박감의 매개효과

매개경로	Effect	SE	95% CI	
			LL	UL
EE → 자기비난 → 우울	.05	.04	-.02	.12
EE → 내적 속박감 → 우울	.07	.03	.02	.13
EE → 외적 속박감 → 우울	.20	.04	.13	.28
EE → 자기비난 → 내적 속박감 → 우울	.11	.04	.04	.18
EE → 자기비난 → 외적 속박감 → 우울	.20	.04	.13	.27

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

표 4. 간접효과 크기 차이 비교

	Indirect Effect	SE	95% CI	
			LL	UL
M1 EE → 내적 속박감 → 우울	.07	.03	.02	.13
M2 EE → 외적 속박감 → 우울	.20	.04	.13	.27
매개효과 차이(M1-M2)	-.13	.05	-.23	-.02
M3 EE → 자기비난 → 내적 속박감 → 우울	.11	.04	.04	.18
M4 EE → 자기비난 → 외적 속박감 → 우울	.20	.04	.13	.27
매개효과 차이(M3-M4)	-.09	.06	-.22	.03

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

로의 간접효과 크기를 비교하였다. 두 매개 경로 간의 간접효과 크기의 차이 검증을 실시한 결과는 표 4와 같다. 분석 결과, 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과 간 차이가 유의하게 나타났으며, 외적 속박감이 상대적으로 크게 나타났다 Effect = -.13, 95% CI[-.23, -.02]. 즉, 가족 내 표출정서가 높은 가정에서는 개인이 이를 내적 요인보다는 외적 환경으로 해석하는 경향이 상대적으로 크다는 점을 시사하며, 따라서 외적 속박감의 매개효과가 내적 속박감보다 상대적으로 크게 나타난 것으로 해석된다. 한편, 가족 내 표출정서와 우

울의 관계에서 자기비난과 내적 속박감, 자기비난과 외적 속박감의 매개효과 간 차이는 유의하지 않게 나타났다. 이는 자기비난이 내적

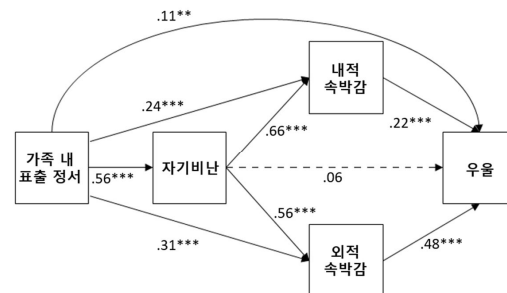


그림 2. 매개 모형의 표준화 계수

속박감에 영향을 미칠 가능성을 시사하는 결과이다.

## 논 의

본 연구는 선행 연구를 기반으로 가족 문제에서 개인이 지각하는 속박감의 요인을 명확히 하고, 이를 통해 우울 예방 및 치료적 개입에 기여하고자 하였다. 따라서 가족 내 표출정서와 우울 간의 관계에서 자기비난, 내적 속박감, 외적 속박감이 어떤 역할을 하는지 분석하였으며, 이들 간의 매개효과 크기 차이를 비교하였다. 본 연구의 결과와 이에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 주요 변인인 가족 내 표출정서, 우울, 자기비난, 내적 속박감, 외적 속박감 모두 유의미한 정적 상관관계를 가지고 있음을 확인하였다.

둘째, 가족 내 표출정서가 우울에 미치는 정적 영향이 통계적으로 유의하였다. 이 결과는 가족 내 표출정서가 우울에 직접적인 영향을 주는 것을 의미하며, 가정 내에서 표출정서가 증가할수록 우울 수준이 더 높아질 수 있다는 것을 시사한다. 즉, 가족 간의 의사소통이 역기능적이며(양영미, 홍송이, 2018), 부모가 자녀가 표현하는 정서를 거부하거나 무시, 축소하는 경우 자녀는 자신의 감정을 적응적인 방식으로 조절하는 방법을 배우지 못해 우울을 경험할 수 있다(Linchon, 1993)는 선행 연구들과 일치하는 결과이다. 따라서 가족 내 표출정서가 우울에 중요한 요인임을 보여준다.

셋째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난의 매개효과가 유의하지 않게 나타났

다. 일반적으로 자기비난은 우울에 중요한 예측 요인 중 하나로 알려져 있으나(Gonçalves et al., 2024), 본 연구에서는 유의미한 효과가 나타나지 않았다. 이는 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난의 매개효과가 적다고 보기보다는, 다른 변인들과의 상호작용을 통해 그 효과에 영향을 받을 수 있음을 시사하는 결과로 해석된다. 특히 본 연구에서는 속박감의 매개효과도 분석하였기 때문에 자기비난이 독립적인 매개변인으로 작용하지 않았을 가능성도 시사된다. 즉, 가정의 역기능적인 상호작용 속에서 개인이 자기비난을 경험하더라도 직접적으로 우울로 이어지기보다는 다른 복합적인 요인의 영향을 받을 수 있음을 시사하는 것으로 보인다. 다시 말해, 자기비난이 우울로 이어지는 과정에서 속박감의 지각과 같은 다른 요인들을 통해 우울이 유발될 수 있다는 점에서 중요한 결과로 해석될 수 있는 것으로 보인다. 따라서 치료적 개입에서 자기비난에 대한 개입뿐만 아니라 다른 환경 및 상황적 요인들에 함께 개입하는 것이 중요함을 시사하는 결과로 볼 수 있다.

넷째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과가 통계적으로 유의하였다. 이는 가정 내 표출정서가 높은 환경에서 속박감을 경험할수록 우울로 이어질 수 있음을 의미하며, 선행 연구에서 속박감이 긍정적 정서를 경험하는 것을 줄이고, 결국 우울로 이어질 수 있음을 지지하는 결과이다(Dixon, 1998). 더욱이 본 연구에서 내적 속박감과 외적 속박감 모두 표출정서와 우울 간의 관계를 설명하는 데 유의한 결과를 보였으며, 이는 개인이 가정 내에서 경험하는 심리적 부적응적 차원에서 그치지 않고 통제 불가능한 환경으로 인식할 수 있음을 시사하

는 결과이다. 선행 연구에 의하면 인간은 심각한 스트레스 사건이나 위협적인 사건에 직면하였을 때, 투쟁하거나 도피하고자 하는 방어 전략이 발생한다. 이는 문제해결을 위한 적응적인 방식으로 작용하기도 하지만, 이러한 방어 전략이 효과적이지 못할 경우 만성적인 스트레스와 속박감을 지각할 수 있다(Dixon et al., 1989; Gilbert, et al, 2002). 더욱이 스트레스에 취약한 개인의 경우 가족의 역기능적인 상호작용이 강력한 스트레스 요인으로 작용할 수 있음이 입증되었다(허정선, 현명호, 2005). 이러한 맥락에서 개인이 통제하기 어려운 가정 환경은 속박감을 지각할 수 있는 요인으로 해석할 수 있다. 따라서 속박감이 우울에 중요한 요인으로 작용함을 감안할 때, 이에 대한 개입이 우울 예방 및 치료에 상당히 중요한 역할을 할 수 있음을 고려할 필요가 있다.

다섯째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과 크기 차이를 검증한 결과, 내적 속박감에 비해 외적 속박감의 매개효과가 통계적으로 유의미하게 크게 나타났다. 이는 표출정서가 높게 지각되는 가정 환경이 상대적으로 외적인 스트레스 상황으로 지각되어 외적 속박감의 매개효과 크기가 유의미하게 나타난 것으로 보인다. 한편, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난과 내적 속박감, 자기비난과 외적 속박감의 매개효과 크기 차이를 검증한 결과, 매개효과 간 차이가 유의하지 않게 나타났다. 이는 자기비난과 내적 속박감이 긴밀히 연관되어 있어, 내적 속박감과 외적 속박감의 매개효과 간 크기 차이가 나타나지 않았을 가능성을 시사한다.

여섯째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에

서 자기비난과 내적 속박감의 이중 매개효과, 그리고 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난과 외적 속박감의 이중 매개효과가 통계적으로 유의한 것으로 나타났다. 더욱이 가족 내 표출정서가 우울에 미치는 영향보다 큰 효과 크기를 보이고 있는 바 가족 내 표출정서가 우울에 미치는 영향을 이해하는 데 있어 자기비난, 내적 속박감, 외적 속박감이 중요한 역할을 시사하는 것으로 해석될 수 있다. 가정 내에서 표출정서를 높게 지각하는 개인은 가정에서 나타나는 비난과 적대감 등의 표현 방식을 내재화하여 상처받지 않기 위해 스스로를 비난하며(Gilbert, 2016), 그 원인이 자신의 실수나 잘못에 있다고 여기며 자기비난을 경험할 수 있다(Linehan, 1993). 자기비난이 높은 개인은 스스로에게 지나치게 비판적인 모습을 보이고 실패를 수용하기 어려워하며 스트레스를 높게 경험하는 반면 회피적인 대처를 보이는 경향이 있어(Dunkley et al., 2006) 스트레스 상황에서 적절한 대처 및 문제해결이 어려울 수 있다. 더욱이 Lazarus와 Folkman(2013)의 스트레스 대처 이론에 의하면, 가족 내 표출정서가 높게 지각되는 상황은 비판과 부정적 피드백을 동반하기 때문에 위협으로 인식될 가능성이 높다. 이때 자기비난이 높은 개인은 이러한 위협의 원인을 자신의 실수나 잘못으로 귀인할 수 있다. 또한, 가족이라는 관계에서, 이러한 상호작용을 개인이 변화시키는 것은 쉽지 않기 때문에, 환경의 통제 가능성을 낮게 평가하며 그러한 상황으로부터 벗어날 수 없다고 지각할 수 있는 것으로 보인다. 이러한 과정에서 자신의 부정적인 사고와 감정이나 외적 환경으로부터 벗어날 수 없다고 지각하며 속박감을 경험할 수 있는 것이다(박지은, 홍정순, 2024). 더욱이 스트레

스 상황에서 속박감을 지각하는 경우 우울을 증가시키는 것으로 보고되고 있는 바(Brown et al., 1987) 스트레스를 극복할 수 없는 통제 불가능한 것으로 지각하는 경우 내적 심리적 불안감으로 이어질 수 있으며(천숙희, 2007), 점차 긍정적 정서 경험이 감소하고 우울에 이르게 될 수 있는 것이다(Dixon, 1998). 이러한 결과는 결국 가족 내 상호작용의 질이 정서적 문제를 넘어서서 정서 조절 방식, 대처전략 등 심리적 기능에 영향을 미치고, 자신의 감정을 억누르거나 외부 환경을 통제 불가능한 것으로 인식하며 삶 전반에서 우울을 지속시키는 악순환으로 이어질 수 있는 것으로 여겨진다. 따라서 본 연구의 결과는 우울의 원인을 설명하는 차원을 넘어, 개인이 우울을 경험하게 되는 다면적인 경로를 확인할 수 있게 해준다. 치료적 접근에서도 단순히 우울을 완화하는 것보다, 개인이 자신과 환경을 바라보는 인식 구조를 재구성하고 정서적 반응을 보다 건강한 방식으로 처리할 수 있도록 돕는 것이 중요한 것으로 여겨진다. 특히, 속박감의 기제에 따라 개입 방식이 달라질 수 있으며, 내적 속박감을 지각하는 경우 개인의 인지적 및 정서적 처리 과정에서 비롯되므로 내면적인 개입이 효과적일 것으로 보인다. 실제로 Choi와 Shin(2023)은 인지 조절이 속박감과 우울의 경로를 약화하는 것으로 보고하였으며, Tzur 등(2019) 또한 위기 개입 치료에서 내적 사고와 해석의 변화를 통해 내적 속박감이 감소함으로 확인하였다. 이러한 결과는 인지행동치료와 같이 인지적 재구성을 돕거나, 수용전념치료를 통해 사고와 감정을 수용하면서 심리적 고통을 완화하는 개입이 내적 속박감을 경험하는 데 유용할 수 있음을 시사한다. 반면, 외적 속박감은 환경적 요인과 밀접하게

관련되므로 외부 환경에 대한 개입이 더 효과적일 것으로 보인다. 예를 들어, 대인관계 치료, 의사소통 기술 훈련, 경계 설정 훈련 등 환경 조정과 대인 기술 향상을 통해 외적 속박감을 줄이는 데 기여할 수 있을 것으로 보인다. 특히 가정 내 갈등 상황을 다루기 위해 개발된 가족 기반 치료나 구조적 가족치료를 통해 가정 환경에 직접적으로 개입한다면, 외적 속박감에 유용할 것으로 기대된다. 따라서 본 연구는 결과는 표출정서 상황에서 속박감의 유형을 구분하여 평가하는 것이 치료 계획 수립에 효과적일 수 있음을 시사한다. 단순히 속박감이 높다는 결과만으로 개입을 설계하는 것은 한계를 가질 수 있으며, 내적 속박감과 외적 속박감의 치료 목표와 기법을 차별화하여 접근하는 것이 필요한 것으로 여겨진다.

본 연구의 의의는 다음과 같다. 첫째, 한국의 가족주의적 문화 속에서 가족 내 표출정서가 심리적 어려움에 미치는 영향을 탐색했다. 한국 사회는 가족의 유대와 집단의 조화를 중시하는 가족주의 문화를 기반으로 하여 개인의 자율성보다는 집단을 우선시하는 경향이 강하다(장성숙, 2007). 이로 인해 각 개인이 가족 내에서 조화와 책임을 우선시하도록 내면화할 수 있으며, 표출정서가 높은 가정에서도 이를 받아들이며 이 상황에서 벗어날 수 없다는 외적 속박감을 경험할 수 있을 것으로 여겨진다. 또한 이러한 집단의 가치관이 중요한 문화에서는 갈등 상황에서 정서 억제를 선택할 수 있고(김해진 외, 2023), 부정적 감정이 내면화되며 내적 속박감을 지각할 수 있는 것으로 여겨진다. 더욱이 갈등이나 불만을 적절히 표현하지 못하는 분위기 속에서 문제해결을 제한하게 되며 외적 속박감을 가중시킬 수 있는 것으로 여겨진다. 따라서 지각된 가족의

정서적 상호작용이 성인기 심리적 어려움에 어떤 영향을 미치는지 살펴보는 점은 문화적 맥락에서 중요한 연구라고 할 수 있다.

둘째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 속박감을 내적 속박감과 외적 속박감으로 나누어 분석함으로써 보다 세분화된 이해가 가능해졌다는 점에서 의의가 있다. 내적 속박감과 외적 속박감의 의미는 유사하지만, 기제가 다른 것으로 나타났고(이운주, 최응용, 2020; Willner & Goldstein, 2001), 이에 따라 치료적 접근 방식에서도 차이를 보일 것으로 여겨진다. 또한 내적 속박감과 외적 속박감을 구분함으로써 각각의 속박감이 우울에 어떤 기제를 통해 영향을 미치는지 분석할 수 있었다. 더욱이 매개효과 크기 차이를 비교하며 가족 내 표출정서가 우울에 미치는 영향에서 외적 속박감의 영향이 더 큰 것을 확인하였으며, 이는 치료적 개입을 설정하는 데 실질적인 도움을 줄 수 있는 점에서 의의가 있다.

셋째, 가족 내 표출정서와 우울의 관계에서 자기비난과 내적 속박감, 외적 속박감의 매개효과를 검증함으로써 치료적 개입에 도움이 되는 심리적 기제를 확인하여 치료적 개입의 방향성을 제시할 수 있는 기초적 자료를 제공하고자 하였다. 본 연구에서는 우울에 대한 예방 및 치료에 대한 개입 시 정서적인 측면뿐만 아니라 인지, 환경 등 다양한 요인의 상호작용 결과로 이해하는 통합적인 시각을 제공하고 있다는 점에서 치료적 함의가 큰 것으로 보인다. 특히, 자기비난과 속박감이 함께 작용하며 우울에 영향을 미친다는 점에서 통합적인 치료 전략의 필요성이 시사된다. 따라서 정서적인 개입뿐만 아니라 외적 통제 상황에 적절히 대처할 수 있는 역량을 개발할 수 있도록 돕는다면, 우울의 예방 및 치료에 효

과적일 것으로 여겨진다.

본 연구의 제한점과 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구의 연구 대상은 대구광역시와 경상도 지역의 성인 초기 집단에 한정되어 있기 때문에, 해당 집단의 지역적, 문화적 특수성이 각 변인에 영향을 미쳤을 가능성을 배제하기 어렵다. 특히, 가족 내 표출정서와 우울, 그리고 내적 및 외적 속박감은 가족문화 및 정서 교류 방식과 밀접하게 연결되어 있어, 연구 결과를 해석할 때 표본의 지역적 편중성을 고려해야 한다. 따라서 본 연구의 결과는 우선적으로 대구와 경상도 지역의 가족문화와 맥락 속에서 이해하는 것이 타당하다. 그러나 동시에 한국 사회 전반에서 나타나는 가족주의적 특성, 권위적 양육 태도, 정서 억제와 같은 문화적 요인들이 여러 선행 연구에서 꾸준히 보고되어 왔다는 점을 고려하면, 본 연구의 결과를 특정 지역만의 현상으로 한정하기에는 무리가 있다. 양영미와 홍송이(2018)의 연구에 의하면 가족 간의 의사소통이 역기능적일수록 우울 수준이 높아졌으며, 하정진과 박수현(2020)에 의하면, 성인의 가족 내 표출정서가 속박감을 매개로 우울에 영향을 미치고 있음을 밝혀, 특정 지역을 넘어 한국 사회 전반에 걸쳐 공통적으로 관찰되는 현상임으로 해석할 수 있을 것으로 보인다. 이러한 연구 결과들을 종합해 볼 때, 비록 본 연구가 대구와 경상도 지역의 표본을 바탕으로 진행되었으나, 연구에서 다룬 변인 간의 관계는 한국 사회 전반의 문화적 특성과 긴밀히 맞물려 해석될 수 있음을 알 수 있다. 그럼에도 불구하고 본 연구의 결과를 일반화하는 데에는 신중함이 필요하며, 추후 연구에서는 다양한 지역과 사회적 배경을 포함한 표집을 통해 보다 대표성 있는 자료를 확보할 필

요가 있다.

둘째, 본 연구에서는 가족 내 표출정서를 측정하였으나, 가족 구성원과 현재 가족 형태에 대한 충분한 고려가 부족하였다. 특히 성인기 초기의 경우 원 가족에서 분리되어 독립되는 등 가정 형태의 변화가 빈번하게 발생하나, 이러한 부분을 충분히 반영하지 못하였다. 또한 본 연구에서 가족 구성원의 형태나 수, 분가 여부, 가족 내 주요 관계의 지속 양상 등 배경 정보를 다루지 못했으므로 한계가 있다. 따라서 후속 연구에서는 개인이 속한 가정의 구조와 상황을 더욱 면밀하게 파악하고, 가족 형태나 관계 지속 양상과 같은 맥락적 정보를 수집하는 것이 필요할 것으로 여겨진다. 이를 통해 표출정서와 우울 간의 관계를 더욱 정교하게 설명할 수 있으며, 다양한 가족 형태에서 나타나는 차이를 명확히 분석할 수 있을 것으로 보인다.

셋째, 본 연구에서는 자기비난을 측정하기 위해 우울 경험 질문지의 하위 요인인 자기비난을 측정하는 문항을 사용하였다. 하지만, 이 척도는 자기비난의 병리적 성격에만 초점을 두고 자기비난의 방식이나 기능과 같은 측면을 고려하지 못했다는 평가가 있기 때문에 자기비난을 정신병리와 관련하여 과일반화된 해석의 우려가 있다는 비판점이 있다. 추후 연구에서는 자기비난의 다양한 관점을 고려하여 연구할 필요성이 고려된다.

### 참고문헌

강민철, 조현주, 이종선 (2013). 우울, 불안, 수치심, 자살사고에 대한 잠재프로파일분석. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 25(4),

873-896.

<https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001821515>

권문희, 신호정 (2021). 자해경험 대학생의 가족표출정서와 비자살적 자해의 관계: 정서조절곤란과 자기비난의 매개효과. *청소년학연구*, 28(3), 29-57.

<https://doi.org/10.21509/KJYS.2021.03.28.3.29>

권석만 (2013). *현대이상심리학*. 학지사.

<https://product.kyobobook.co.kr/detail/S000001642023>

권석만 (2016). *우울증 침체와 절망의 늪*. 학지사.

<https://product.kyobobook.co.kr/detail/S000001642764>

김미숙 (2017). 아동 학대 예방을 위한 대응방안에 관한 연구: 가정 내 정서학대를 중심으로. *한국범죄정보연구*, 3(2), 1-24.

<https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002555452>

김유미, 송미경 (2017). 대학생의 자기비난과 우울: 내적 속박감과 반추의 매개효과. *한국심리학회지 건강*, 22(4), 1055-1074.

<https://doi.org/10.17315/kjhp.2017.22.4.012>

김은희, 이인혜 (2022). 불운한 아동기 경험이 성인기 신체 및 정신 건강에 미치는 영향. *한국심리학회지 건강*, 27(4), 627-648,

<https://doi.org/10.17315/kjhp.2022.27.4.003>

김혜진, 권소영, 정선호, 이동훈 (2023). 한국인의 문화적 자기관과 감정표현불능증의 관계: 세대에 의해 조절된 정서표현양가성 및 정서억제 연속매개과정 모형. *한국심리학회지: 문화 및 사회문제*, 29(2),

- 171-197.  
<https://doi.org/10.20406/kjcs.2023.5.29.2.171>
- 박지은, 홍정순 (2024). 대학생의 평가염려 완벽주의와 만성지연행동의 관계: 자기비난과 속박감의 매개효과. *한국심리학회지 학교*, 21(1), 127-148.  
<https://doi.org/10.16983/kjsp.2024.21.1.127>
- 배현석 (2000). 정신과 환자가 지각한 가족 표출정서의 한국판 척도개발 연구 [석사학위논문, 계명대학교 대학원].  
<https://www.riss.kr/link?id=T7825719>
- 보건복지부 (2022). *학대피해아동 보호건수* [보도자료].  
[https://www.index.go.kr/unity/potal/main/EachDetailPageDetail.do?idx\\_cd=1422](https://www.index.go.kr/unity/potal/main/EachDetailPageDetail.do?idx_cd=1422)
- 신희수, 안명희 (2013). 어머니의 심리적 통제가 대학생의 심리적 적응에 미치는 영향: 완벽주의와 인정욕구의 매개효과. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 25(3), 621-641.  
<https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001796478>
- 양영미, 홍송이 (2018). 부모 자녀 간 의사소통과 청소년 자녀의 우울 및 자아탄력성의 관계. *학부모연구*, 5(1), 77-95.  
<https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART002336214>
- 여성가족부 (2019). *아동폭력가해경험* [보도자료]. <http://www.mogef.go.kr/index.do>
- 이은정, 심민정, 최현주 (2019). 구직자의 스트레스와 우울 간 관계에서 속박감의 매개효과와 과국화 및 자기비난의 조절효과. *한국심리학회지 상담 및 심리치료*, 31(4), 1165-1186.  
<https://doi.org/10.23844/kjcp.2019.11.31.4.1165>
- 이종선, 강민철, 조현주 (2012). 외적 속박감이 자살사고에 미치는 영향. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 31(4), 883-905.  
<https://doi.org/10.15842/kjcp.2012.31.4.002>
- 이종선, 조현주 (2012). 한국판 내적 속박감 및 외적 속박감 척도의 신뢰도와 타당도 연구. *한국심리학회지 일반*, 31(1), 239-259.  
<https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001643828>
- 이윤주, 최응용 (2020). 대학생의 취업스트레스가 우울에 미치는 영향 - 속박감의 매개효과를 중심으로 -. *취업진로연구*, 10(2), 111-128.  
<http://doi.org/10.35273/jec.2020.10.2.006>
- 이한빛, 이훈진 (2022). 부모의 정서적 불인정과 표출 정서가 내면화 및 외현화 문제에 미치는 영향. *한국심리학회지 발달*, 35(2), 157-179.  
<https://doi.org/10.35574/KJDP.2022.6.35.2.157>
- 장성숙 (2007). 가족주의와 현실역동상담의 일체적 관점. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 19(3), 523-537.  
<https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001085288>
- 전경구, 이민규 (1992). 한국판 CES-D 개발 연구 1. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 11(1), 65-76.  
[https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=154256&utm\\_source=chatgpt.com](https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=154256&utm_source=chatgpt.com)
- 조재임 (1996). 우울의 두 차원에 관한 연구 [석사학위논문, 고려대학교 대학원].

- <https://www.riss.kr/link?id=T1415380>  
조현주, 노승혜, 이현예, 정현희 (2019). 자기비난 체험과정에 대한 현상학 연구. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 31(4), 1053-1089.
- <https://doi.org/10.23844/kjcp.2019.11.31.4.1053>  
천숙희 (2007). 청소년기 여성의 지각된 속박감(Perceived Entrapment) 유형과 건강 [박사학위논문, 고려대학교 대학원].
- <https://www.riss.kr/link?id=T10874549>  
하정진, 박수현 (2020). 행동 억제 기질과 가족 내 표출 정서가 우울 및 불안에 미치는 영향: 자기자비의 조절된 매개효과. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 6(4), 283-307.
- <https://www.doi.org/10.15842/cpkjournal.pub.6.4.283>
- 허정선, 현명호 (2005). 가족의 애착, 귀인양식 및 자아탄력성과 표출정서(Expressed Emotion)의 관계. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 24(1), 37-51.
- <https://www.kci.go.kr/kciportal/ci/sereArticleSearch/ciSereArtiView.kci?sereArticleSearchBean.artiId=ART001087587>
- Arroyo A & Segrin C. (2013). Family interactions and disordered eating attitudes: The mediating roles of social competence and psychological distress. *Communication Monographs*, 80(4), 399-424.
- <https://doi.org/10.1080/03637751.2013.828158>
- Arroyo A, Segrin C, & Andersen K. (2018). Examining the role of expressed emotion in the intergenerational transmission of mental health problems. *Journal of Social And Clinical Psychology*, 37(10), 812-834.
- <https://doi.org/10.1521/jscp.2018.37.10.812>
- Ayilara O, Ogunwale A, & Babalola E. (2017). Perceived expressed emotions in relatives of patients with severe mental illness: A comparative study. *Psychiatry Research*, 257, 137-143.
- <https://doi.org/10.1016/j.psychres.2017.07.037>
- Beck, A. T. (2008). The evolution of the cognitive model of depression and its neurobiological correlates. *American Journal of Psychiatry*, 165(8), 969-977.
- <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.2008.08050721>
- Blatt, S. J. (2004). *Experiences of depression: Theoretical, clinical, and research perspectives*. American Psychological Association.
- <https://doi.org/10.1037/10749-000>
- Blatt, S. J, D'Afflitti, P. & Quinlan, D. M. (1976). Experience of depression in normal young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 85(4), 383-389.
- <https://doi.org/10.1037//0021-843x.85.4.383>
- Brassard, M, & Gelardo, M. (1987). Psychological maltreatment: The unifying construct in child abuse and neglect. *School Psychology Review*, 16(2), 127-136.
- <https://doi.org/10.1080/02796015.1987.12085278>
- Brown, G. W, Bifulco, A, & Harris, T. O. (1987). Life events, vulnerability and onset of depression: Some refinements. *British Journal of Psychiatry*, 150(1), 30-42.
- <https://doi.org/10.1192/bjp.150.1.30>
- Brown, G. W, Garstairs G. M, & Topping, G. (1958). Post-hospital adjustment of chronic mental patients. *Lancet*, 272(7048), 685-689.
- [https://doi.org/10.1016/s0140-6736\(58\)92279-7](https://doi.org/10.1016/s0140-6736(58)92279-7)
- Brown, G. W, Harris, T. O, & Hepworth, C.

- (1995). Loss, humiliation and entrapment among women developing depression: A patient and non-patient comparison. *Psychological Medicine*, 25(1), 7-21.  
<https://doi.org/10.1017/s003329170002804x>
- Brown, G. W, Monck, E. M, Garstairs G. M, & Wing, J. K. (1962). Influence of family life on the course of schizophrenic illness. *British Journal of Psychiatry*, 16(2), 241-258.  
<https://doi.org/10.1136/jech.16.2.55>
- Burkhouse K L, Uhrlass, D. J, Stone, L. B, Knopik, V. S, & Gibb, B. E. (2012). Expressed Emotion-Criticism and Risk of Depression Onset in Children. *Journal of Clinical Child And Adolescent Psychology*, 41(6), 771-777.  
<https://doi.org/10.1080/15374416.2012.703122>
- Carvalho, S., Caetano, F., Pinto-Gouveia, J., Mota-Pereira, J., Maia, D., Pimentel, P., Priscila, C & Gilbert, P. (2020). Predictors of poor 6-week outcome in a cohort of major depressive disorder patients treated with antidepressant medication: The role of entrapment. *Nordic Journal of Psychiatry*, 75(1), 38-48.  
<https://doi.org/10.1080/08039488.2020.1790657>
- Choi, H., & Shin, H. (2023). Entrapment, hopelessness, and cognitive control: A moderated mediation model of depression. *Healthcare*, 11(8), Article e1065.  
<https://doi.org/10.3390/healthcare11081065>
- Cole, J. D., & Kazarian, S. S. (1988). The level of expressed emotion scale: A new measure of expressed emotion. *Journal of Clinical Psychology*, 44, 392-397.  
[https://doi.org/10.1002/1097-4679\(198805\)44:3<392::AID-JCLP2270440313>3.0.CO;2-3](https://doi.org/10.1002/1097-4679(198805)44:3<392::AID-JCLP2270440313>3.0.CO;2-3)
- Connor, C, & Birchwood, M. (2013). Power and Perceived Expressed Emotion of Voices: Their Impact on Depression and Suicidal Thinking in Those Who Hear Voices. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 20(3), 199-205.  
<https://doi.org/10.1002/cpp.798>
- da Silva, A. H. S., de Souza, L. T., de Azevedo-Marques, J. M., Shuhama, R., Del-Ben, C. M., Galera, S. A. F., da Silva Gherardi-Donato, E. C., Vedana, K. G. G., & Zanetti, A. C. G. (2020). Predictors of expressed emotion in first episode psychosis. *Issues in Mental Health Nursing*, 41(10), 908-915.  
<https://doi.org/10.1080/01612840.2020.1749916>
- Shafer, D. R., & Kipp, K. (2013). *Developmental psychology: Childhood and Adolescence*. Cengage.  
[https://books.google.ne/books?id=qTgLAAAAQB-AJ&utm\\_source=chatgpt.com](https://books.google.ne/books?id=qTgLAAAAQB-AJ&utm_source=chatgpt.com)
- Dixon, A. K. (1998). Ethological strategies for defence in animals and humans: Their role in some psychiatric disorders. *British Journal of Medical Psychology*, 71(4), 417-445.  
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8341.1998.tb01001.x>
- Dixon, A. K, Fisch, H. U, Huber, C, & Walser, A. (1989). Ethological studies in animals and man, their use in psychiatry. *Pharmacopsychiatry*, 22(Suppl 1), 44-50.  
<https://doi.org/10.1055/s-2007-1014624>
- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blan K. R. (2006). Specific perfectionism components versus self-criticism in predicting maladjustment.

- Personality and Individual Differences*, 40(4), 665-676.  
<https://doi.org/10.1016/j.paid.2005.08.008>
- Eisenberg, N., Fabes, R., Guthrie, I., Murphy, B., Maszk, P., & Holmgren, R. (1996). The relations of regulation and emotionality to problem behavior in elementary school. *Development and Psychopathology*, 8(1), 141-162.  
<https://doi.org/10.1017/S095457940000701X>
- Endreddy, A. R., Ch, L. R., & Veeramachaneni, H. (2024). Role of expressed emotions and its impact on relapse in bipolar affective Disorder. *Annals of Indian Psychiatry*, 8(2), 110-115.  
[https://doi.org/10.4103/aip.aip\\_161\\_22](https://doi.org/10.4103/aip.aip_161_22)
- Fite, P. J., Colder, C. R., & Pelham, W. E., Jr. (2006). A factor analytic approach to distinguish pure and co-occurring dimensions of proactive and reactive aggression. *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 35(4), 578-582.  
[https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3504\\_9](https://doi.org/10.1207/s15374424jccp3504_9)
- Gerlsma, C., Vanderlubbe, P. M., & Vannieuwenhuizen, C. (1992). Factor analysis of the level of expressed emotion scale: A questionnaire intended to measure perceived expressed emotion. *British Journal of Psychiatry*, 160, 385-389.  
<https://doi.org/10.1192/bjp.160.3.385>
- Gilbert, P. (2000). The relationship of shame, social anxiety and depression: The role of the evaluation of social rank. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 7(3), 174-189.  
[https://doi.org/10.1002/1099-0879\(200007\)7:3<174::AID-CPP236>3.0.CO;2-U](https://doi.org/10.1002/1099-0879(200007)7:3<174::AID-CPP236>3.0.CO;2-U)
- Gilbert, P. (2005). Evolution and depression: Issues and implications. *Psychological Medicine*, 36(3), 287-297.  
<https://doi.org/10.1017/s0033291705006112>
- Gilbert, P. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13(6), 353-379.  
<https://doi.org/10.1002/cpp.507>
- Gilbert, P. (2016). *Depression: The evolution of powerlessness*. Routledge.  
<https://doi.org/10.4324/9781315564319>
- Gilbert, P., & Allan, S.(1998). The role of defeat and entrapment (arrested flight) in depression: An exploration of an evolutionary view. *Psychological Medicine*, 28(3), 585-598.  
<https://doi.org/10.1017/s0033291798006710>
- Gilbert, P., Allan, S., Brough, S., Melley, S., & Miles, J. N. (2002). Relationship of anhedonia and anxiety to social rank, defeat and entrapment. *Journal of Affective Disorders*, 71(1-3), 141-151.  
[https://doi.org/10.1016/s0165-0327\(01\)00392-5](https://doi.org/10.1016/s0165-0327(01)00392-5)
- Gilbert, P., Birchwood, M., Gilbert, J., Trower, P., Hay, J., Murray, B., Meaden, A., Olsen, K., & Miles, J. (2001). An exploration of evolved mental mechanisms for dominant and subordinate behaviour in relation to auditory hallucinations in schizophrenia and critical thoughts in depression. *Psychological Medicine*, 31(6), 1117-1127.  
<https://doi.org/10.1017/s0033291701004093>
- Gilbert, P., & Gilbert, J. (2003). Entrapment and arrested fight and flight in depression: An exploration using focus groups. *Psychological Psychotherapy*, 76(2), 173-188.

- <https://doi.org/10.1348/147608303765951203>  
Gilbert, P., Gilbert, J., & Irons, C. (2004). Life events, entrapments and arrested anger in depression. *Journal of Affective Disorders*, 79(1-3), 149-160.
- [https://doi.org/10.1016/S0165-0327\(02\)00405-6](https://doi.org/10.1016/S0165-0327(02)00405-6)  
Girdhar, A., Patil, R., & Bezalwar, A. (2024). Understanding the dynamics: A comprehensive review of family therapy's impact on expressed emotions in schizophrenia patients. *Cureus*, 16(5). Article e59491  
<https://doi.org/10.7759/cureus.59491>
- Glaser, D. (2002). Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): A conceptual framework. *Child Abuse & Neglect*, 26(6-7), 697-714.  
[https://doi.org/10.1016/s0145-2134\(02\)00342-3](https://doi.org/10.1016/s0145-2134(02)00342-3)
- Glassman, L. H., Weierich, M. R., Hooley, J. M., Deliberto, T. L., & Nock, M. K., (2007). Child maltreatment, non-suicidal self-injury, and the mediating role of self-criticism. *Behaviour Research and Therapy*, 45(10), 2483-2490.  
<https://doi.org/10.1016/j.brat.2007.04.002>
- Gonçalves, S., Moreira, C., Machado, B., Fernandes, S., & Silva, J. (2024). Depressive symptoms and self-criticism: The mediating role of self-regulation and the moderating role of non-suicidal self-injury. *Análise Psicológica*, 42(1), 23-33.  
<http://publicacoes.ispa.pt/publicacoes/index.php/article/view/2048>
- Gratz, K. L., Bornova, M. A., Delany-Brumsey, A., Nick, B., & Lejuez, C. W. (2007). A laboratory-based study of the relationship between childhood abuse and experiential avoidance among inner-city substance users: The role of emotional nonacceptance. *Behavior Therapy*, 38(3), 256-268.  
<https://doi.org/10.1016/j.beth.2006.08.006>
- Guerrero-Muñoz, D., Salazar, D., Constain, V., Perez, A., Pineda-Cañar, C. A., & García-Perdomo, H. A. (2020). Association between family functionality and depression: A systematic review and meta-analysis. *Korean Journal of Family Medicine*, 42(2), 172-180.  
<https://doi.org/10.4082/kjfm.19.0166>
- Haidl, T., Rosen, M., Schultze-Lutter, F., Nieman, D., Eggers, S., Heinimaa, M., Juckel, G., Heinz, A., Morrison, A., Linszen, D., Salokangas, R., Klosterkötter, J., Birchwood, M., Patterson, P., & Ruhrmann, S. (2018). Expressed emotion as a predictor of the first psychotic episode - Results of the European prediction of psychosis study. *Schizophrenia Research*, 199, 346-352.  
<https://doi.org/10.1016/j.schres.2018.03.019>
- Hale, W. W. 3rd, Raaijmakers, Q. A., van Hoof, A., & Meeus, W. H. (2011). The predictive capacity of perceived expressed emotion as a dynamic entity of adolescents from the general community. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology*, 46(6), 507-515.  
<https://doi.org/10.1007/s00127-010-0218-y>
- Hibbs, E. D., Hamberger, S. D., Kruesi, M. J. P., & Lenane, M. (1993). Factor affecting expressed emotion in parents of ill and normal children. *American Journal of Orthopsychiatry*, 63(1), 103-112.  
<https://doi.org/10.1037/h0079395>

- Hooley, J. M. (1986). Expressed emotion and depression: Interactions between patients and high-versus low-expressed-emotion spouses. *Journal of Abnormal Psychology, 95*(3), 237-246. <https://doi.org/10.1037/0021-843X.95.3.237>
- Hooley J. M. (2007). Expressed emotion and relapse of psychopathology. *Annual Review of Clinical Psychology, 3*(1), 329-352. <https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.2.022305.095236>
- Hubschmid, T., Zemp, M., & Katschnig, H. (1989). Interactions in high- and low-EE families. *Social Psychiatry and Psychiatric Epidemiology, 24*(2), 113-119. <https://doi.org/10.1007/BF01788635>
- Jorman, J., & Siemer, M. (2011). Affective processing and emotion regulation in dysphoria and depression: Cognitive biases and deficits in cognitive control. *Social and Personality Psychology Compass, 5*, 13-28. <https://doi.org/10.1111/j.1751-9004.2010.00335.x>
- Just, N., Abramson, L. Y., & Alloy, L. B. (2001). Remitted depression studies as tests of the cognitive vulnerability hypotheses of depression onset: A critique and conceptual analysis. *Clinical Psychology Review, 21*(1), 63-83. [https://doi.org/10.1016/S0272-7358\(99\)00035-5](https://doi.org/10.1016/S0272-7358(99)00035-5)
- Krause, E. D., Mendelson, T., & Lynch, T. R. (2003). Childhood emotional invalidation and adult psychological distress: The mediating role of emotional inhibition. *Child Abuse & Neglect, 27*(2), 199-213. [https://doi.org/10.1016/S0145-2134\(02\)00536-7](https://doi.org/10.1016/S0145-2134(02)00536-7)
- Lazarus, R. S., & Folkman, S. (2013). *Stress, Appraisal, and Coping*. In M. D. Gellman & J. R. Turner (Eds.), *Encyclopedia of behavioral medicine* (pp. 1913 - 1915). Springer. [https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9\\_215](https://doi.org/10.1007/978-1-4419-1005-9_215)
- Leff, J., & Vaughn, C. (1985). *Expressed emotion in families: Its significance for mental illness*. Guilford Press. [https://www.semanticscholar.org/paper/Expressed-emotion-in-families-%3A-its-significance-Leff-Vaughn/71c7a49c562c54b809b93c4c26dcb4fa0b58f5ef?utm\\_source=chatgpt.com](https://www.semanticscholar.org/paper/Expressed-emotion-in-families-%3A-its-significance-Leff-Vaughn/71c7a49c562c54b809b93c4c26dcb4fa0b58f5ef?utm_source=chatgpt.com)
- Lewis, H., B. (1971). Shame and guilt in neurosis. *Psychoanalytic Review, 58*(3), 419-438. <https://www.proquest.com/openview/8c3f0a509660be98cde0d9b359214024/1?pq-origsite=gscholar&cbl=1820904>
- Lin, S. C., Kehoe, C., Pozzi, E., Liontos, D., & Whittle, S. (2024). Research review: Child emotion regulation mediates the association between family factors and internalizing symptoms in children and adolescents-a meta-analysis. *Journal of Child Psychology and Psychiatry, 65*(3), 260-274. <https://doi.org/10.1111/jcpp.13894>
- Linehan, M. (1993). *Cognitive-behavioral treatment of borderline personality disorder*. Guilford Press. <https://search.worldcat.org/ko/title/1025474163>
- MacCarthy, B., Hemsley, D. R., Shrank-Fernandez, C., Kuipers, L., & Katz, R. (1986). Unpredictability as a correlate of expressed emotion in the relatives of schizophrenics. *The British Journal of Psychiatry, 148*(6), 727-731. <https://doi.org/10.1192/bjp.148.6.727>
- Marshall, C., Hoshi, R., & Gregory, J. (2024). Parental expressed emotion and behavioural outcomes in autistic children and adolescents:

- A systematic review. *Child Psychiatry & Human Development*, 56(6), 1801-1823.  
<https://doi.org/10.1007/s10578-023-01660-4>
- Morris, A. S., Silk, J. S., Morris, M. D., Steinberg, L., Aucoin, K. J., & Keyes, A. W. (2011). The influence of mother-child emotion regulation strategies on children's expression of anger and sadness. *Developmental Psychology*, 47(1), 213-225.  
<https://doi.org/10.1037/a0021021>
- Ng, S. M., Fung, M. H. Y., & Gao, S. (2020). High level of expressed emotions in the family of people with schizophrenia: Has a covert abrasive behaviours component been overlooked?. *Helicon*, 6(11), Article e05441.  
<https://www.cell.com/helicon/home>
- Nock, M. K. (2009). Why do people hurt themselves? New insights into the nature and functions of self-injury. *Current Directions in Psychological Science*, 18(2), 78-83.  
<https://doi.org/10.1111/j.1467-8721.2009.01613.x>
- Nock, M. K. (2010). Self-injury. *Annual Review of Clinical Psychology*, 6(1), 339-363.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.clinpsy.121208.131258>
- Nock, M. K., Prinstein, M. J., & Sterba, S. K. (2010). Revealing the form and function of self-injurious thoughts and behaviors: A real-time ecological assessment study among adolescents and young adults. *Journal of Abnormal Psychology*, 118(4), 816-827.  
<https://doi.org/10.1037/a0016948>
- Parra, L. A., van Bergen, D. D., Dumon, E., Kretschmer, T., La Roi, C., Portzky, G., & Frost, D. M. (2021). Family belongingness attenuates entrapment and buffers its association with suicidal ideation in a sample of dutch sexual minority emerging adults. *Archives of Sexual Behavior*, 50(3), 983-1001.  
<https://doi.org/10.1007/s10508-020-01838-0>
- Patel, D. B. (2023). Expressed emotions in relatives of patients having schizophrenia and major depression a comparison. *International Journal Dental and Medical Sciences Research*, 5(4), 213-216.  
<https://doi.org/10.35629/5252-0504213216>
- Rancher, C., Hanson, R., Williams, L. M., Saunders, B. E., & Smith, D. W. (2024). Longitudinal predictors of children's self-blame appraisals among military families reported for family violence. *Child Abuse & Neglect*, 147, Article e106596.  
<https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2023.106596>
- Renshaw, K., Chambless, D. & Thorgusen, S. (2017). Expressed emotion and attributions in relatives of patients with obsessive-compulsive disorder and panic disorder. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 205(4), 294-299.  
<https://doi.org/10.1097/nmd.0000000000000636>
- Santor, D., & Zuroff, D. (1997). Interpersonal responses to threats to status and interpersonal relatedness: Effects of dependency and self-criticism. *British Journal of Clinical Psychology*, 36(4), 521-541.  
<https://doi.org/10.1111/j.2044-8260.1997.tb01258.x>
- Schanche, E. (2013). The transdiagnostic phenomenon of self-criticism. *Psychotherapy*, 50(3), 316-321.  
<https://psycnet.apa.org/buy/2013-30487-012>
- Shaffer & Kipp. (2012/2014). 발달심리학. (송길

- 연, 이지연, 장유경, 정윤경 역). *세계이저러닝코리아*. (원전2021 출간).  
<https://cengage.co.kr/books/book-detail/search/308>
- Shahar, G., & Heinrich, C. C. (2013). Axis of criticism model (ACRIM): An integrative conceptualization of person-context exchanges in vulnerability to adolescent psychopathology. *Journal of Psychotherapy Integration, 23*(3), 235-249.  
<https://doi.org/10.1037/a0031418>
- Slooman, L., & Gilbert, P. (2000). *Subordination and defeat: An evolutionary approach to mood disorders and their therapy*. Routledge.  
<https://doi.org/10.4324/9781410605207>
- Sturman, E. D., & Mongrain, M. (2005). Self-criticism and major depression: An evolutionary perspective. *British Journal of Clinical Psychology, 44*(4), 505-519.  
<https://doi.org/10.1348/014466505X35722>
- Sturman, E. D., & Mongrain, M. (2008). The role of personality in defeat: A revised social rank model. *European Journal of Personality, 22*(1), 55-79. <https://doi.org/10.1002/per.653>
- Thompson, R. & Zuroff, D. C. (2004). The level of self-criticism scale: Comparative self-criticism and internalized self-criticism. *Personality and Individual Differences, 36*(2), 419-430.  
[https://doi.org/10.1016/S0191-8869\(03\)00106-5](https://doi.org/10.1016/S0191-8869(03)00106-5)
- Tzur Bitan, D., Otmazgin, A., Shani Sela, M., & Segev, A. (2019). The role of entrapment in crisis-focused psychotherapy delivered in psychiatric emergency settings: A comparative study. *Frontiers in Psychology, 10*, Article e02600.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02600>
- Van Landeghem, C., & Jakobson, L. S. (2024). Isolating unique variance in mental health outcomes attributable to personality variables and childhood emotional abuse. *Frontiers in Psychology, 15*, Article e1330483.  
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1330483>
- Vaughn, C. E. & Leff, J. P. (1976). Influence of family and social factors on the course of psychiatric illness. *British Journal of Psychiatry, 129*(2), 125-137.  
<https://doi.org/10.1192/bjp.129.2.125>
- Willner, P., & Goldstein, R. C. (2001). Mediation of depression by perceptions of defeat and entrapment in high-stress mothers. *British Journal of Medical Psychology, 74*(4), 473-486.  
<https://doi.org/10.1348/000711201161127>
- Witt, A., Brown, R. C., Plener, P. L., Brähler, E., & Fegert, J. M. (2017). Child maltreatment in Germany: Prevalence rates in the general population. *Child and Adolescent Psychiatry and Mental Health, 11*, Article e47.  
<https://doi.org/10.1186/s13034-017-0185-0>
- World Health Organization. (2016.04.13). *Depression*. Retrieved 2021.08.12., from [https://www.who.int/health-topics/depression/#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/depression/#tab=tab_1)

원고접수일 : 2025. 07. 16.

수정원고접수일 : 2025. 09. 13.

게재확정일 : 2025. 09. 16.

## Effects of Expressive Emotions on Depression: Mediating Effects of Self-Criticism, Internal Entrapment, and External Entrapment\*

Son, Ga-Been<sup>1)</sup>

Baek, Yong-Mae<sup>2)†</sup>

<sup>1)</sup>Department of Psychology, Daegu Catholic University, M.A.

<sup>2)</sup>Department of Psychology, Daegu Catholic University, Professor

This study aimed to examine the mediating effects of self-criticism, internal entrapment, and external entrapment in the relationship between expressed emotion and depression. Moreover, it aimed to provide a foundation that can be used as a psychological intervention by comparing the magnitude of the mediating effects of internal and external entrapment. The results of this study are as follows. First, the mediating effects of self-criticism was not significant in the relationship between expressed emotion and depression. Second, the mediating effects of internal and external entrapment were significant in the relationship between expressed emotion and depression. Third, the mediating effects of external entrapment was greater than that of internal entrapment in the relationship between expressed emotion and depression. Finally, the double mediating effects of self-criticism and internal entrapment was significant in the relationship between expressed emotion and depression.

*Keywords : expressed emotion, self-criticism, internal entrapment, external entrapment, depression*

---

\* This study is a revision and supplementation of the first author's master's thesis, and was presented as a poster at the fall 2022 academic conference hosted by the Korean Clinical Psychology Association.

† Corresponding Author: Yong-Mae Baek / Department of Psychology, Daegu Catholic University, Professor / (38430) 13-13 Hayang-ro, Hayang-eup, Gyeongsan-si, Gyeongsangbuk-do, Republic of Korea / E-mail: baekym60@hanmail.net