

대학생의 부모화와 사회불안의 관계에서 정신화와 거부민감성의 이중매개효과*

이 형 주

건양대학교
상담심리학과
석사 졸업

송 원 영[†]

건양대학교
심리상담치료학과
교수

이 연구는 대학생을 대상으로 부모화 경험, 정신화, 거부민감성, 사회불안 간의 관계를 살펴 보고, 부모화 경험과 사회불안의 관계에서 정신화와 거부민감성의 매개효과를 검증하기 위해 실시하였다. 국내에 거주 중인 20대 남녀 대학생 300명에게 부모화 척도, 사회불안 척도, 정신화 척도, 거부민감성 척도를 사용하여 설문을 실시하였다. 수집한 자료는 SPSS 23과 PROCESS Macro v 4.2, AMOS 21을 사용하여 상관분석, 연구모형 분석과 부트스트랩 검증으로 이들의 매개효과를 확인하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 주요 변인 간의 상관은 모두 유의하였다. 둘째, 대학생의 부모화 경험과 사회불안 사이의 경로에서 정신화와 거부민감성이 순차적인 완전매개효과를 나타냈다. 이 연구는 대학생의 부모화 경험이 사회불안으로 가는 경로에서 매개하는 요인들을 밝혔다는 것에 의의가 있다. 이는 사회불안이 있는 대학생에게 부모화 뿐 아니라 정신화와 거부민감성에 개입할 수 있음을 시사한다. 논의를 통해 구체적인 상담 개입 방안을 제안하고, 연구의 시사점 및 제한점을 제시하였다.

주요어 : 대학생, 부모화, 정신화, 거부민감성, 사회불안

* 이 연구는 제1저자의 석사학위논문을 수정 및 보완한 것임. 이 연구의 일부 내용은 2025년 한국임상심리학회 봄 학술대회에서 E포스터 발표되었음.

† 교신저자(Corresponding Author) : 송원영 / 건양대학교 심리상담치료학과 교수 / (32992) 충청남도 논산시 대학로 121 / Tel: 041-730-5414 / E-mail: song@konyang.ac.kr

 Copyright ©2026, 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.

대학생은 새로워진 환경에서 성인의 삶을 준비하는 시기로, 입학 이후에 학교적응이라는 새로운 과업을 수행해야 한다. 대학생들은 익숙하지 않은 사회적 상황에서 낯선 사람들과의 잦은 만남, 발표, 집단 토론 등을 수행하고 그 과정과 결과에 대해서 지속적으로 평가를 받는다. 자신의 사회적 수행에 대해 부정적인 평가를 받을 때 사회불안이 높은 대학생들은 타인에게 거절당하는 상황을 두려워하여 회피하고, 이로 인해 학업이나 대인관계에서 어려움을 겪게 된다(이유정, 2018). 이와 관련하여 우리나라 각 대학에 설치된 대학교 상담센터와 학생생활연구소에서 가장 많이 호소하는 문제 중 하나는 대학생활을 하면서 겪게 되는 가족관계, 교우관계, 이성관계 등 대인관계 문제이다(엄정혜 외, 2016; 윤진영, 2023).

정신질환 진단 및 통계 편람 5판(Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 5th edition [DSM-5])에서 사회불안장애는 사회적 상황에서 자신이 부정적으로 평가될까봐 극심한 공포와 불안을 느끼며 두려워하는 것으로, 사회불안이 있는 사람들은 사회적 상황을 회피하거나 극심한 불안 속에서 고통을 견딘다. 이로 인해 평상시의 생활이나 직업적, 사회적 관계에서 현저하게 방해받아 어려움과 손상을 경험하게 된다. 따라서 대학생의 사회불안의 발생과 유지에 영향을 주는 요인들에 대한 연구가 필요하다. 사회불안에 부정적인 영향을 미치는 요인으로 가족환경의 중요성이 주목받고 있다(박미현 외, 2019; 박서정 외, 2019; Bruch & Heimberg, 1994). 건강하며 적응적인 가족관계는 평탄한 대인관계 형성과 유지에 있어서 중요하다. 그 중에서도 생애 초기에 맺게 되는 부모와 자녀의 관계는 개인의 최초의 사회적 경험이자 이후에 타인과 적응적인

관계를 형성하고 유지할 수 있게 해준다는 점에서 매우 중요하다. 개인이 가족 구성원들의 지지를 받으며 대인 간 상호작용을 먼저 학습해야지만 이후에 타인과의 관계에서도 사회적인 맥락을 잘 이해할 수 있고 적응적인 관계를 경험하며 이를 유지할 수 있기 때문이다. 가족관계와 관련된 변인이 개인의 심리적인 부적응이나 부정적인 정서와 관련이 있다는 연구 중 활발하게 연구되고 있는 변인으로 부모화 경험이 있다.

부모화(parentification)는 어린시절에 부모의 보살핌을 받아야 하는 자녀가 부모의 보살핌을 받기보다 오히려 부모를 돌보는 역할을 하는 것으로, 부모와 자녀 간의 역할이 뒤바뀐 경험이다(Boszormenyi-Nagy & Spark, 1973). 우리나라는 가족 구성원 중에 질병이 있는 가정, 다문화 가정의 증가, 별거 및 이혼, 재혼 가정, 맞벌이 가정 등의 가족과 관련하여 급속한 사회변동으로 부모화를 경험할 가능성이 다분하다. 실제로 이혼한 가정의 자녀가 이혼하지 않은 가정의 자녀보다 부정적으로 부모화되는 경향을 보이고 맞벌이 가정, 별거 및 이혼 가정에서 부모화가 빈번하게 일어난다(Jurkovic et al., 2001). 또한 부모의 부재 경험과 부모의 질환 및 장애 유무가 부모화와 관련이 있는 것으로 밝혀져 한부모 가정이거나 부모가 있더라도 부모의 질병이나 장애로 인해 자녀가 가족을 돌봐야 하는 부모화 경험을 할 가능성이 높음을 시사한다(문비, 2006).

한국의 부모와 자녀 관계는 서로를 하나로 인식하는 강한 동일체감으로 개인을 ‘가족’이라는 전체의 일부분으로 생각하고, 자녀를 부모의 확장으로 여기는 경향이 있다(류정현, 2007). 또한 자녀를 독립적인 존재로 보기보다 가족의 한 구성원으로서 개인을 규정한다(정

태연 외, 2002). 그래서 자녀가 가족구성원들을 보살피는 여러 가지 형태의 행동이 한국문화에서는 긍정적으로 평가받거나 보상을 받게 되어 자녀의 부모화가 강화되기도 한다(이혜영, 최연실, 2016). 그러나 자녀가 부모의 욕구를 과도하게 배려하고 지나치게 우선시함으로써 자신의 욕구를 명확하게 인식하거나 충족하지 못하는 상황이 지속되어 부적응적인 방식으로 부모화가 진행되는 경우에는 부모의 자녀 의존성이 크게 나타날 수 있어 장기적인 관점에서 볼 때 심각한 정신건강의 문제로 나타날 수 있다(Davies, 2002). 부모화를 인식하는 정도는 연령에 따라 다양하며, 그 중 초기 성인기에 해당하는 대학생 집단에서 부모화 인식의 정도가 더 높다(최유리, 송현주, 2018). 이는 원가족으로부터 독립하고자 하는 대학생 자녀가 주변에 자신과는 가족관계나 가족유형이 다른 사람들을 접하면서 지금까지 가족을 돌보며 수행해오던 자신의 행동이 과도한 책임과 부담이었다는 것을 지각하며 불공평한 역할을 감당하고 있었다고 느낌으로 부모화 인식이 대학생 시기에 높게 나타나는 것으로 사료된다. 부모화된 대학생들은 부모-자녀 관계에서 오는 부정적인 감정으로부터 정서적으로 독립하기 어렵고(최유화, 2018), 원가족으로부터 점진적인 심리적 독립이 발달과업상 중요함에도, 어린 시절부터 부모화된 대학생들은 자신의 욕구나 감정보다는 부모나 가족의 욕구나 감정을 더 중요시함으로써 부모의 불안과 스트레스를 내면화하고 학습하게 된다(조은영, 정태연, 2004). 따라서 대학생 시기에는 가족으로부터 실질적 독립의 욕구가 커지기에 초기 성인기인 대학생 집단에서 부모화를 살펴보고자 한다. 선행연구에서는 부모화가 미치는 부정적인 영향에 대한 연구가 꾸준

히 진행되고 있는데, 어린시절부터 부모화를 경험한 자녀들은 불안(길혜진, 2017; Jacobvitz & Bush, 1996), 우울(김민아, 2020; 김소영, 2020), 수치심 및 죄책감(김남국, 2022; 하예린, 2015), 적응의 어려움(정은혜, 2015) 등의 부정적인 정서를 다양하게 경험한다는 연구결과들이 있다.

부모화 경험이 많을수록 대인관계에서 열등감이나 수치심 같은 부끄러움을 느끼며 다양한 심리적 문제와 사회불안 증상을 보일 가능성이 매우 큰 것으로 보고되고 있다(Wells & Jones, 2000). 부모화된 자녀는 가정 내에서 과도한 과업으로 스트레스를 자주 느낀다. 이는 대인관계에 영향을 주기 때문에 타인과의 관계 내에서 불안을 느끼고, 솔직하게 자기주장을 하지 못하고 감정을 숨김으로써 외현적으로는 증상이 드러나지 않다가, 청소년기를 거쳐 대학생으로 진입하는 시기인 초기 성인기가 되어 사회적 관계망이 변하고 나서야 사회불안 증상으로 드러난다. 국내 연구에 따르면 부모화가 사회불안과 정적 관계가 있었으며 부모화 경험이 부모의 양육방식보다 사회불안에 대한 설명력이 더 높다고 밝히며 부모화가 사회불안에 직접적인 영향을 미치고 있음을 언급하고 있다(조양선 외, 2013). 이 외에도 부모화 경험은 사회불안에 정적인 영향을 미치며 부모화 경험 수준이 높으면 사회불안 수준이 높아지는 것으로 확인되었다(이현경, 2017; 함광성, 2015).

정신화란 어린 시절 양육자와 맺는 관계 속에서 발달하는 것으로 개인의 주관적인 심리상태를 바탕으로 자신과 타인의 생각이나 마음을 추론하며 내적작동모델에 의해 자신과 타인의 의미를 해석하고 세상을 바라볼 때 자신의 관점이 주관적인 견해를 깨닫는 성찰

적인 태도이다(Bateman & Fonagy, 2016). 또한 정신화는 일상생활에서 다양한 사람들과 상호 작용하며 사회적인 관계 속에서 영향을 받아 개인이 증진시킬 수 있는 가변적인 능력으로, 사회적 관계에서 필요한 사회기술의 향상과 유지에 도움을 주는 변인이다. 정신화가 손상된 사람들은 자신이나 타인의 마음상태가 작용하는 방식을 받아들이는 통찰 능력이 부족하며(Fonagy & Target, 2006), 손상된 정신화로 자신이나 타인의 내부 세계를 해석하는 것은 매우 고통스럽기 때문에 방어적인 태도를 유지하며 대인관계에서 회피가 나타난다(Fonagy et al., 2007). 정신화와 사회불안의 관계에서 사회불안과 비슷한 변인이라고 볼 수 있는 대인관계 문제를 연결지어 살펴보면, 정신화와 대인관계문제 간에 부적 상관이 나타난 선행 연구들로(김희정, 홍혜영, 2021; 조성자, 김지연, 2021; 최희숙, 주영아, 2020) 낮은 정신화 능력으로 인해 사회불안이 나타날 수 있다고 유추해 볼 수 있다. 정신화 능력이 높은 사람은 자신의 생각, 정서, 느낌을 잘 인식하여 통제할 수 있고, 자신만의 느낌이나 생각에 집착하지 않기 때문에(정구철 외, 2020), 타인과 관계를 맺을 때 상황을 잘 이해하고 유연하게 대처할 수 있다(Allen et al., 2008). 그러나 정신화 능력이 낮을 경우 타인과 관계를 맺는 상황에서 경직성을 보이기 때문에 대인관계 문제를 더 많이 겪는 것으로 나타났다(Bateman & Fonagy, 2010). 이는 높은 정신화 능력이 원만하고 적응적인 대인관계를 맺을 수 있게 한다는 것을 시사한다. 정신화는 정신상태가 인간의 정서와 행동에 영향을 주며, 의도적으로 자신과 타인의 행동을 지각하고 해석하는 일이다. 또한 심리적으로 같이 지내는 사람들의 마음 상태에 주의를 기울이기 때문에 사회적

이고 대인관계적 맥락임을 알 수 있다(김용희, 2017). 즉, 사회불안이 높은 사람에게 정신화 능력을 증가시킬 수 있는 실제적인 개입을 적용한다면 성찰기능의 발달과 함께 적응적인 사회적 관계를 유지할 수 있을 것이다.

거부민감성은 다양한 사회적 상황에서 사람들이 자신을 거부할 것이라고 생각하며 불안해하고, 거부와 관련한 사소한 정보에도 과민하게 지각하는 인지-정서적 정보 처리 과정이다(Feldman & Downey, 1994). 거부민감성이 높은 사람들은 자신이 거부당할 가능성이 있는 사회적 상호작용 상황에서 사소한 거부 단서도 위협으로 받아들이고 불안을 경험한다(Levy et al., 2001). 이러한 불안을 지속적으로 경험하게 되면 사회적 상호작용에서 스트레스를 받으며 거부에 대해 위협적으로 받아들이게 되어 회피행동이 나타나 사회불안으로 이어지게 된다(백지영, 2020). 거부민감성이 높은 사람은 거부를 피하는 것에만 집중하기 때문에 도움을 받을 수 있는 사회적 지지 관계의 기회를 놓치는 사회적 관계의 단절로 이어진다(박지윤, 2003). 그러므로 거부로 인해 느끼는 심리적인 불편감은 대인관계 문제나 사회불안에 많은 영향을 미치게 된다(Cooper et al., 1998). 대학생 시기에 친밀감 형성의 실패는 건강한 대인관계를 형성하고 유지하는데 어렵게 하며 이는 고립감으로 이어지는데, 이를 완화하기 위해서는 거부민감성에 대한 개입이 필요하다(Levy et al., 2001). 거부민감성이 높은 사람들은 중립적인 단서에도 적대적인 의도가 있다고 귀인하여 자신을 거부하는 것으로 지각하기 때문에 대인관계 문제로까지 이어지게 되며 타인과의 친밀한 관계를 맺는 것도 어렵게 만든다(Levy et al., 2001). 이는 대학생의 거부민감성이 높을수록 대인불안이 높게 나타나

며(김나영, 조유진, 2009), 거부민감성이 높을수록 사회불안이 높아진다는 선행연구들의 결과로 알 수 있다(이소연 외, 2021; 이정석, 2013).

정신화는 자신과 타인의 기저에 있는 욕구, 소망, 감정, 생각 등을 헤아릴 수 있기 때문에 타인의 행동을 표면적으로만 받아들이지 않고 여러 방면에서 이해할 수 있지만(김용희, 2017), 거부민감성은 타인의 의도와 행위를 왜곡하거나 오해하여 거부로 지각하는 인지-정서적 활동이다. 정신화 발달이 제대로 이루어지지 않으면 정상적인 인지적 및 정서적 과정이 제한되어 모호하거나 중립적인 상황을 자신을 거부했다고 인식하여 거부에 대한 불안이 활성화되며 우울 및 불안과 같은 부정적 정서로 발전하게 된다(Fonagy & Bateman, 2016). 즉, 정신화 능력이 높은 사람은 거부에 대한 의미를 왜곡하지 않으며, 타인이 거부하더라도 이를 일시적인 것으로 해석하고 상황에 따라 변화될 수 있음으로 유연하게 받아들여 거부에 대한 민감성을 낮출 수 있음을 예상해 볼 수 있다.

대학생의 정신화는 거부민감성에 부적으로 영향을 미치는 것으로 나타났다(박응임, 2020). 정신화 능력이 낮은 경우 타인의 의도와 행동을 여러 관점에서 정확하게 해석하지 못하고 거부와 관련한 단서에 과도하게 민감한 반응을 보임으로 언제나 자신이 거부당할 것이라고 인식하며 이를 실제적인 거부로 지각한다. 또한 낮은 정신화 능력으로 자신과 타인의 감정과 생각, 행동을 제대로 가늠하지 못해, 상대방이 자신을 거부할 것만 같은 상황이 예측되는 것만으로도 불안을 느끼며 거부를 예민하게 받아들여서 거부에 대처하기 위한 행동에 몰두하게 된다. 정신화에 실패한 개인은

타인뿐만 아니라 자신의 정서나 행동에 대해 지각하는 과정에서 오해석이 일어날 수 있기에 고통스러운 감정을 견뎌내기가 어려워, 결국 자신과 타인의 정신 상태를 이해하고 해석하는 능력의 손상이 일어날 수 있다(이수림, 이문희, 2014; Sharp et al., 2016). 정신화 능력이 미미한 경우, 타인의 의도와 행동을 오해석하거나 왜곡하여 자신이 거부 당한다고 생각할 수 있는 작은 단서들에 주목하고 실제로 거부를 당하고 있는 상황이 아닐 때조차 과일반화하여 거부에 대한 불안이 내적으로 활발하게 일어난다(김용희, 2017). 실제로 정신화와 거부민감성의 관계를 부적으로 보고한 선행연구들에서 정신화 능력이 정상적으로 발달하지 않으면 중립적인 상황에서도 자신을 거부했다고 지각하여 거부에 대한 불안이 높아지게 되고, 거부에 민감하게 대처하는 행동에 과도한 노력을 기울이게 된다(박응임, 이은경, 2020; Fonagy & Bateman, 2016; Fonagy & Target, 1997). 또한 거부민감성이 높은 사람은 자신의 생각과 정서를 억압함으로써 정신화 기능이 제대로 작동하지 않아, 자신의 경험으로부터 관망하지 못하고 자기 마음과 세상을 동일시하는 빈약한 정신화로 이어질 가능성이 크다고 보았다(Bateman & Fonagy, 2006).

선행연구에서 높은 수준의 정신화 능력은 관계속에서 타인의 의도와 행동을 정확히 이해하여 거부와 같은 부정적 단서에 민감하게 반응하지 않기 때문에 자신과 타인에 대한 성찰 능력인 정신화가 거부민감성의 보호요인으로 작용함을 확인하였다(박응임, 이은경, 2020). 이러한 결과는 대학생들이 거부민감성으로 인해 발달과업인 친밀감을 형성하지 못하고 외로움과 고립감을 느껴 대인관계의 어려움을 경험하고 있을 때, 대학생들을 돕기 위한 상

담 개입 방법으로 정신화 능력의 증진이 도움이 될 수 있다는 것을 시사한다.

종합해보면 부모화를 경험한 자녀들이 보여주는 적응적인 사회적 상호작용의 모습이나 철든 것 같은 성숙한 행동들을 주변 사람들은 사회적으로 잘 적응하는 중이라고만 지레짐작하여 그들 내면의 고통을 간과하기 쉽다. 부모화된 자녀들은 어릴때부터 이미 부모에게 유능하고 적응적인 자녀로 인식되어 왔기 때문에 자신의 심리내적인 문제나 부모화 행동의 위험성에 대해서 제대로 파악하고 있지 못한 경우가 대부분이다(강지희, 2008). 또한 성장기의 부모화 경험은 과거에 경험하였기 때문에 시간이 지난 후에는 직접적인 개입을 하기가 어렵다(이나라, 2021). 하지만 부모화 경험으로 부정적인 영향을 받았더라도 부모화에 의한 사회불안을 효과적으로 낮출 수 있도록 적절한 상담적 개입을 한다면 대학생의 사회불안을 완화시킬 수 있을 것이다. 따라서 가족 구성원 중 부모와 자녀의 관계가 심리적 문제의 원인이자 해결 방법을 알 수 있는 단서가 된다고 볼 수 있고, 부모와 자녀의 역기능적인 관계가 어떠한 경로로 심리적인 어려움을 일으키는지를 확인하는 연구가 필요하다. 이 연구에서 설정한 연구문제는 다음과 같다. 첫째, 부모화, 정신화, 거부민감성, 사회불안 간의 관계는 어떠한가? 둘째, 부모화와 사회불

안의 관계에서 정신화와 거부민감성의 매개효과가 나타나는가? 이에 따른 연구모형은 그림 1과 같다.

방 법

연구대상 및 자료수집 절차

이 연구에서는 부모화와 사회불안의 관계에서 정신화와 거부민감성의 매개효과를 검증하고자 국내에 거주하고 있는 전국 대학생 20 - 29세 성인 남녀 300명을 대상으로 온라인 Google 폼을 이용하여 설문조사를 실시하였다. 연구는 건양대학교 생명윤리위원회(IRB)의 심의 절차를 통과하여 진행하였다(승인번호: 2023-09-005-001). 연구 참여자를 모집할 때 모집 공고와 설문지 첫 페이지에 연구목적에 대한 안내, 연구 참여에 대한 동의, 개인정보 보호와 설문이 끝난 이후 개인 정보 폐기에 관한 사항, 익명성 보장, 참여자에게 어떠한 경우에도 불이익은 없고 언제든지 설문을 중단할 수 있다는 윤리적 보호에 관한 설명을 명시하였다. 이후 연구의 자발적인 참여 동의 여부를 확인하고 동의한 사람을 대상으로 참여가 가능하도록 하였다. 연구 대상자들에게 설문 참가에 대한 보상으로 소정의 포인트를 지급하였다. 연구대상자의 인구통계학적 특성은 표 1과 같다.

측정도구

설문지 내용은 모두 자기보고식 검사로 부모화를 측정하는 한국판 가족돌봄의무 척도(Filial Responsibility Scale-Adult) 중 과거형 부모

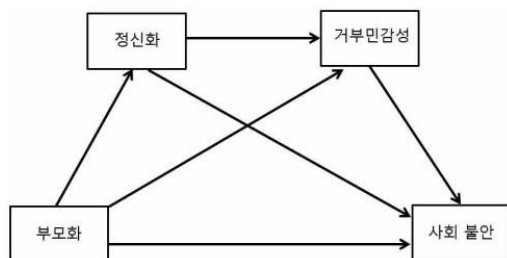


그림 1. 연구모형

표 1. 인구통계학적 자료($N = 300$)

내용	빈도(명)	비율(%)
성별	남	91
	여	209
나이	20세 - 24세	72
	25세 - 29세	24
학년	1학년	30
	2학년	47
	3학년	86
	4학년	118
	기타	19
출생 순위	외동(없음)	35
	첫째	139
	중간	34
	막내	92
형제자매 수	외동(없음)	39
	2명	214
	3명	41
	4명이상	6
가족형태	양부모가족	269
	한부모가족	22
	조부모가족	1
	확대가족	5
	기타	3

화 척도의 30문항, 정신화 척도(Korean Version of The Mentalization Scale [K-MentS]) 25문항, 거부민감성 척도(Rejection Sensitivity Scale) 16 문항, 사회적 상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale [SIAS]) 19문항까지 총 90문항으로 구성되었다.

한국판 가족돌봄의무 척도 중 과거형 부모화 척도

부모화 척도를 측정하기 위하여 Jurkovic, Thirkield와 Morrell(2001)이 개발하고 조은영과 정태연(2004)이 번역한 척도를 이선영(2017)이 수정 및 보완의 과정을 거쳐 타당화한 한국판

가족돌봄의무 척도를 사용하였다. 이 척도는 과거와 현재의 시점에서 세 가지 하위 요인으로 구분되는 도구적 돌봄, 정서적 돌봄, 불공평으로 총 6개의 하위 척도로 구성되어 있다. 이 연구에서는 자녀가 어린시절부터 지금까지 가정 내에서 경험한 부모화를 살펴보고자 하였기 때문에 과거형 부모화 척도의 30개 문항만을 사용하여 측정하였다. 문항은 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 가정 내에서 부모와 자녀 간에 역할이 역전되어 가족 구성원을 돌보는 역할을 지나치게 수행한 경험의 수준이 높음을 의미한다. 이선영(2017)의 연구에서 부모화 척도에 대한 Cronbach's α 의 값은 .91로 나타났으며, 이 연구에서 Cronbach's α 의 값은 .90으로 나타났다.

정신화 척도

정신화 척도는 Dimitrijević과 동료들(2018)이 개발한 MentS(Mentalization Scale)를 이수림과 이문희(2018)가 번안하고 타당화한 K-MentS를 사용하였다. 자신에 대한 정신화 6문항, 타인에 대한 정신화 11문항, 정신화 동기 8문항으로 총 25문항이다. 5점 Likert 척도로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 정신화 수준이 높으며 자신이나 타인의 정신 활동에 주의하고자 하는 의도와 동기가 높음을 의미한다. 이수림과 이문희(2018)의 연구에서 정신화 척도에 대한 Cronbach's α 의 값은 .88로 나타났으며, 이 연구에서 Cronbach's α 의 값은 .86으로 나타났다.

거부민감성 척도

거부민감성을 측정하기 위해 Downey와 Feldman(1996)의 거부민감성 질문지를 번안

하여(이복동, 2000) 사용하던 것을 박명진, 양난미(2017)가 연구에서 한국문화의 특성을 반영하여 제한점을 보완하고 수정하여 타당화한 거부민감성 척도를 사용하였다. 이 척도는 예기 불안, 예기 분노, 과잉 반응, 거부 지각의 4개 요인으로 총 16문항이 구성되어 있다. 5점 Likert 척도이며 점수가 높을수록 사소한 거부 단서에도 과잉반응하며 불편감을 느끼는 거부민감성이 높음을 의미한다. 박명진과 양난미(2017)의 연구에서 거부민감성 척도에 대한 Cronbach's α 의 값은 .91로 나타났으며, 이 연구에서 Cronbach's α 의 값은 .91로 나타났다.

사회적 상호작용 불안 척도

사회불안 척도는 사회불안을 측정하기 위해서 사회적 상호작용 불안 척도(SIAS)를 김향숙(2001)이 번안한 척도를 사용하였고, 일상적으로 사회적 상호작용 속에서 경험하는 불안의 정도를 측정하도록 총 19문항으로 구성되어 있다. 5점 Likert 척도이며, 점수가 높을수록 사회적 상호작용에서 더 많이 불안을 경험하고 있음을 의미한다. 김향숙(2001)의 연구에서 사회불안 척도에 대한 Cronbach's α 의 값은 .92로 나타났으며, 이 연구에서 Cronbach's α 값은 .93으로 나타났다.

분석방법

이 연구는 통계분석에 SPSS 23.0과 PROCESS Macro ver 4.2, AMOS 21을 사용하여 다음과 같은 절차로 결과를 분석하였다. 첫째, 인구 통계학적 특성과 자료의 왜도, 첨도, 표준편차, 평균을 확인하기 위하여 빈도분석 및 기술통

계 분석을 실시하였다. 기술통계 분석에서 표준화 값을 변수로 지정하여 산출한 표준화 점수를 적용하였고, 왜도와 첨도가 각각 2와 7 이내에 해당하는지 검토함으로써 정규성 가정의 충족 여부를 확인하였다. 다음으로 연구에서 활용한 각 측정도구의 신뢰도를 검증하기 위하여 내적 합치도 계수(Cronbach's alpha)를 확인하였다. 둘째, 부모화, 정신화, 거부민감성, 사회불안의 변인 간 유의미한 상관관계가 나타나는지 확인하기 위해 Pearson 상관분석을 진행하였다. 셋째, 연구모형이 수집된 자료에 잘 부합되는지 확인하기 위해 구조방정식모형을 사용하였다. 적합도 수준을 판단하기 위해 표본의 크기와 간명성을 고려한 TLI(Tucker-Lewis index)와 RMSEA(root mean square error of approximation)와 함께 CFI(comparative fit index)를 활용하여 모형 적합도 지수의 양호함을 판단하였다. 모형 적합도 기준은 TLI와 CFI의 경우 양호한 수준인 .90이상의 값을 적용하였고(홍세희, 2000), RMSEA의 경우 허용 가능한 수준인 .08이하의 값을 적용하였다(Browne & Cudeck, 1992). 마지막으로 부모화와 사회불안

의 관계에서 정신화와 거부민감성의 순차적 매개효과를 확인하기 위하여 Hayes(2017)가 제시한 PROCESS Macro Model 6을 사용하여 경로모형을 분석하였다. 또한, 부트스트래핑(bootstrapping)을 통해 95%의 신뢰구간 내에서 5,000개의 샘플을 반복 추출하여 해당 신뢰구간에 0이 포함되지 않는 경우 통계적으로 유의한 간접효과가 있는 것으로 판단하였다.

결 과

기술통계 및 상관분석

부모화, 정신화, 거부민감성, 사회불안의 관계에서 기술통계분석을 실시하여 왜도, 첨도, 표준편차, 평균을 살펴본 결과, 측정된 모든 변인들의 왜도와 첨도가 각각 2와 7을 넘지 않음으로 정규성 가정이 충족됨을 확인하였다(Curran et al., 1996). 모든 주요 변인들에서 측정된 평균, 표준편차, 왜도, 첨도와 상관분석 결과는 표 2에 제시하였다. 변인 간의 다중

표 2. 주요 변인 간 기술통계와 상관관계($N = 300$)

	1	2	3	4
1. 부모화	-			
2. 정신화	-.15**	-		
3. 거부민감성	.28***	-.25***	-	
4. 사회불안	.26***	-.46***	.55***	-
평균	2.38	3.65	2.85	2.77
표준편차	.61	.48	.77	.82
왜도	.40	-.11	-.10	-.09
첨도	-.51	.23	-.06	-.43

** $p < .01$. *** $p < .001$.

공선성을 진단한 결과, 공차한계 값이 0.1보다 큰 .88 - .93으로 나타났으며, 분산팽창지수(VIF) 값은 10보다 작은 값인 1.07 - 1.14에 분포하였고, 상태지수는 15보다 크지 않은 1.0 - 9.3의 값으로 나타나 다중공선성의 문제가 없음을 확인하였다. 다음으로 Pearson 상관분석 결과, 부모화와 정신화($r = -.15, p < .01$)는 부적상관, 부모화와 거부민감성($r = .28, p < .001$), 사회불안($r = .26, p < .001$)은 모두 유의한 정적상관이 나타났다. 정신화는 거부민감성($r = -.25, p < .001$), 사회불안($r = -.46, p < .001$)과 각각 유의한 부적 상관이 있는 것으로 나타났다. 마지막으로 거부민감성과 사회불안($r = .55, p < .001$)은 유의한 정적 상관을 보였다. 결과는 표 2에 제시하였다.

주요 변인들 간 매개효과 검증

이 연구에서 주요변인들의 측정모형 적합성을 검토하기 위해 잠재변인과 측정변인을 구성하여 확인적 요인분석을 진행하였다. 최대우도추정법을 통한 구조방정식 측정모형의 적합성을 확인한 결과 $TLI = .922$, $CFI = .951$, $RMSEA = .076$, $SRMR = .049$ 로 좋은 적합도 모델 기준을 충족하였고(Hu & Bentler, 1999), 결과는 표 3에 제시하였다.

다음으로 연구모형의 순차적 매개효과를 확인하기 위해 Hayes(2017)가 제시한 PROCESS Macro Model 6과 5,000번의 부트스트래핑을 활용하여 모형의 간접효과를 분석하였다. 부모

표 3. 측정모형의 적합도 지수($N = 300$)

	X^2	df	TLI	CFI	$RMSEA$	90% 신뢰구간		$SRMR$
						$LLCI$	$ULCI$	
모형	95.927	35	.922	.951	.076	.058	.095	.049

표 4. 부모화와 사회불안에 관계에서 정신화와 거부민감성의 순차적매개효과($N = 300$)

종속변인		B	β	SE	t	95%신뢰구간	
						$LLCI$	$ULCI$
사회불안	직접효과	.11	.08	.06	1.81	.01	.24
	총간접효과	.23	.17*	.05	-	.13	.35
	부모화→정신화	.07	.05*	.03	-	.02	.13
	부모화→거부민감성	.15	.11*	.04	-	.07	.22
	부모화→정신화→거부민감성	.02	.01*	.01	-	.00	.04
	총효과	.35	.26***	.08	4.62	.20	.49

주. $LLCI$ = bootstrap 간접효과 95% 신뢰구간 내에서의 하한값; $ULCI$ = bootstrap 간접효과 95% 신뢰구간 내에서의 상한값

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

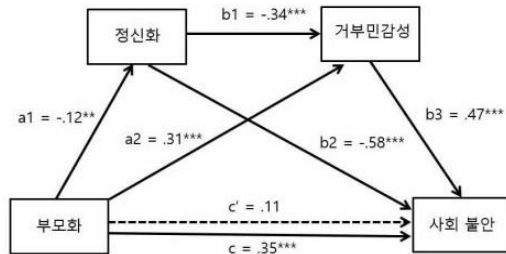


그림 2. 부모화와 사회불안의 관계에서 정신화와 거부민감성의 순차적 매개효과

화와 사회불안의 관계에서 정신화와 거부민감성의 간접효과의 유의성을 검증한 결과는 표 4에 제시하였다. 부모화와 사회불안의 관계에서 정신화의 간접효과가 95% 신뢰구간에서 0을 포함하지 않았으므로 간접효과가 유의하였고($B = .07$, 95% CI [.02, .13]), 부모화와 사회불안의 관계에서 거부민감성의 간접효과 또한 95% 신뢰구간에서 유의한 것으로 나타났다($B = .15$, 95% CI [.07, .22]). 또한 부모화와 사회불안의 관계에서 정신화와 거부민감성을 순차적으로 매개하는 경로에서도 95% 신뢰구간에서 유의하였다($B = .02$, 95% CI [.00, .04]). 다음으로 부모화가 사회불안에 미치는 직접 경로는 유의하지 않았으며($B = .11$, 95% CI [-.01, .24]), 총효과는 유의미한 결과로 나타났다($B = .35$, 95% CI [.20, .49]). 따라서 부모화가 정신화와 거부민감성을 순차적으로 매개하여, 정신화와 거부민감성을 투입하지 않았을 때 부모화가 사회불안에 미치는 영향보다 정신화와 거부민감성을 투입했을 때 부모화가 사회불안에 미치는 영향이 적어짐과 동시에 유의하지 않았으므로 완전매개 모형이 지지되었다. 표 4에 결과를 표기했고, 전체 매개분석 결과를 종합하여 그림 2에 제시하였다.

논 의

이 연구는 20대 대학생의 부모화 경험이 사회불안에 미치는 과정에서 정신화와 거부민감성의 매개효과를 검증하고자 하였다. 부모화와 사회불안의 관계에서 정신화와 거부민감성의 매개효과 결과와 인과관계를 살펴보면, 첫째, 부모화가 사회불안에 영향을 미칠 때 정신화가 이를 매개하였다. 이는 성장기에 부모화를 많이 경험하여 부모화 수준이 높을수록 사회불안이 더 높게 나타날 수 있음을 시사하는 바이다. 부모화는 사회불안에 영향을 미치는 환경적인 요인으로 아직 성인의 역할을 할 준비가 되어 있지 않은 자녀가 가족을 보살피는 경험은 그 자체만으로도 불안정한 상호작용으로 작용하여 개인의 발달단계와는 맞지 않은 과도한 책임과 역할로 자신의 욕구가 거절되는 상황을 경험한 후 불공평에 대한 인식이 더해진다면 사회불안은 더 높아질 것이다(박정남, 2022). 또한 자녀가 가족 구성원들의 인정이나 지지 없이 가족을 돌보는 역할을 계속 감당하다보면 과도한 부모화 경험으로 정상적인 정신화 발달에 악영향을 끼칠 수 있음을 시사하는 결과이다.

둘째, 부모화가 사회불안에 영향을 미칠 때 거부민감성이 이를 매개하였다. 초기 가족관계에서 부모와 가정의 중재자로서 역할을 수행하는 부모화된 자녀에게 주 양육자가 자주 보였던 거부는 이후 대인관계에서 거부에 대한 높은 불안이나 거부에 대한 예상으로 이어지며(Goldner et al., 2019), 성장기에 과도한 부모화 경험은 거부민감성을 발달시키고 유지시킴으로 거부와 관련된 사소한 단서 하나에도 지나치게 민감히 반응하거나 사회적인 상황을 자신의 생각과 판단대로 왜곡시켜 지각할 가

능성이 높아진다(최혜경, 장유진, 2020). 특히 타인으로부터 수용이나 인정의 욕구를 기대하였지만 거부되는 경험을 하게 되면 대인관계적인 측면에서 불안이 나타날 수 있다(문화경, 2013).

셋째, 부모화와 사회불안의 관계에서 정신화와 거부민감성의 이중매개를 살펴본 결과, 부모화에서 정신화와 거부민감성이 순차적으로 매개하여 사회불안으로 이어지는 완전매개효과가 나타났다. 부모화와 사회불안의 관계에서 정신화의 매개효과가 있는 것으로 나타났다. 부모화에서 정신화로 가는 경로가 부적으로 유의하였다. 이는 부모화 수준이 높을수록 정신화 능력이 감소되고 이는 사회불안의 증가로 나타날 수 있음을 시사한다(권혜민, 전귀연, 2025). 즉, 손상된 정신화는 대인관계에 전반적으로 부정적인 영향을 끼쳐 대인관계 맥락을 해석하는 기능이나 정서조절 및 통제에 어려움으로 작용하여 사회불안으로 이어질 수 있다(최희숙, 주영아, 2020). 정신화 능력이 잘 발달된 사람은 타인의 실제 감정이나 생각을 모두 정확하게 알 수 없다는 것을 인정하기 때문에 타인의 마음에서 일어나는 일이나 행위 때문에 당황하지 않으며, 개인의 마음이란 상황에 따라 변할 수 있다는 것을 인정한다. 그리고 타인이 어떻게 생각하는지에 대해 적당한 거리를 두고 깊이 생각할 수 있으며, 같은 사건이라도 여러 관점에서 생각이나 마음이 다양하게 인식될 수 있음을 인정한다(Fonagy & Target, 1997). 그러나 역기능적인 정신화 능력을 가지고 있는 개인의 경우, 타인의 의도나 행동을 자신을 거부하는 것으로 민감하게 지각하여 반응하거나, 거부당하는 상황이 아님에도 거부에 대한 불안이 활성화된다(김용희, 2017). 그러므로 거부민감성이

높은 사람들은 사회적인 관계를 유지하기 위한 최소한의 방법으로 회피하거나 수동적인 행동을 하게 되며 타인의 거절에 더욱 민감하게 반응하는 경향을 보인다(류혜라, 박기환, 2014). 즉, 부모화가 높은 개인이 낮은 정신화 수준으로 인해 높은 거부민감성으로까지 이어지게 되면 사회불안이 높게 나타날 수 있다.

국내에서 실시된 정신화와 거부민감성의 관계에 대한 연구 결과를 살펴보면, 정신화 능력이 미미한 경우에 타인의 의도와 행동을 오해석하고 왜곡하여 거부당한다고 느끼는 작은 단서들에 주목하고 실제로 거부를 당하고 있는 상황이 아닐 때조차 과잉 일반화하여 거부에 대한 불안이 활성화된다는 연구 결과가 있다(박응임, 이은경, 2020). 또한 부모와 불안정한 관계를 형성한 개인은 자신과 타인의 내적인 심리상태를 제대로 인지하는 정신화에 실패하게 되고 이러한 결과로 일반적인 거부 상황에 대해서도 거부를 예민하게 지각하였으며, 정신화 능력이 높은 경우 사회적 상호작용 관계 속에서 타인의 실제 의도나 행동을 정확하게 이해하여 거부와 같은 단서에 민감하게 반응하지 않는 결과로 정신화가 거부민감성의 긍정적인 보호요인임을 확인하였다(박응임, 이은경, 2020). 이는 개인이 정신화에 실패할 경우 다양한 사회적 상황에 대해 유연하게 받아들이는 능력이나 타인이 자신을 어떻게 생각하는지 왜곡하지 않고 받아들일 수 있는 정상적인 작동 과정 능력을 저하시킨다는(Fonagy et al., 1991) 선행연구의 결과와 일치한다. 따라서 대학생들이 사회적 상호작용 속에서 거부민감성으로 인해 친밀감을 발달시키지 못하며 대인관계에서 어려움으로 고통을 겪고 있을 때, 대학생들을 돕기 위한 상담 개입 방법으로 정신화 능력의 증진이 도움이 될 수 있

다는 것을 시사한다.

이러한 연구 결과들을 종합하면, 상담 장면에서 대학생이 사회불안 문제로 고통을 받고 있을 때, 부모화를 경험하게 된 전반적인 경위를 인식하도록 유도하고 정신화 능력을 향상시켜 사회불안이 감소할 수 있도록 정신화 기반치료를 적용해볼 수 있다. 이미 어린 시절에 경험했던 부모화 경험은 돌이킬 수 없기에 부모화 경험에만 직접적인 개입을 하기에는 한계가 있다. 하지만 사회불안을 감소시킬 수 있는 치료요인으로 주목받고 있는 정신화 능력을 향상시키고, 자신이 거부에 대해 지각하는 과민성이 낮아질 수 있도록 개입하면 대학생의 사회불안을 감소시키는 데 도움이 될 것이다. 정신화 기반 치료는 내담자와 치료자 사이에 정신화와 애착을 활용하는데 초점을 맞춘다(Fonagy & Allison, 2014). 내담자들의 심리적 유연성을 높이고 사회적인 관계 속에서 배우는 과정을 경험함으로써 자신의 마음과 행동에 대한 고착화된 관점을 바꾸도록 격려하고 변화할 수 있도록 도움을 준다. 치료자가 내담자와 상호작용할 때 치료자 자신의 마음을 활용하며 변화를 추구하는 모습을 보여준다. 그리고 내담자가 이를 학습하여 대안적인 변화를 내재화하면 정신화 능력의 발달을 촉진할 수 있다(Bateman & Fonagy, 2013). 이는 치료 장면에서 치료자와 내담자의 정신화가 상호작용하면서 내담자에게 긍정적인 영향을 미칠 수 있는 치료효과 요인임을 알 수 있다(이수림, 이문희, 2014). 또한 세상을 하나의 관점으로만 바라보지 않고 다양한 관점으로 볼 수 있도록 성찰하는 태도를 향상시키고 대인관계 기능이 향상되도록 개입한다. 정신화는 의도적으로 자신과 타인의 행동을 지각하고 해석하는 일이며, 심리적으로 같이 지내는

사람들의 마음 상태에 주의를 기울이기 때문에 사회적이고 대인관계적 맥락임을 알 수 있다(김용희, 2017). 즉, 사회불안이 높은 사람에게 정신화 능력을 증가시킬 수 있는 실제적인 개입을 적용한다면 성찰기능의 발달과 함께 적응적인 사회적 관계를 유지할 수 있을 것이다.

이 연구의 의의는 다음과 같다. 경험적 측면에서 이 연구는 대학생을 대상으로 수집된 자료를 바탕으로 부모화에 의한 사회불안을 효과적으로 낮출 수 있는 요인들을 분석하고 부모와 자녀의 역기능적인 관계가 어떠한 경로로 심리적인 어려움을 일으키는지에 대한 실증적인 결과를 제시했다는 점에서 의의가 있다. 첫째, 과거 부모화 경험을 통한 낮은 정신화 능력과 높은 거부민감성이 사회불안에 많은 영향을 주고 있음을 알 수 있었다. 둘째, 부모화 경험의 적절한 수준은 긍정적인 요인으로 작용할 수 있으나, 어린시절에는 잘 드러나지 않다가 새로운 사람과 접촉이 많아지는 대학생 시기에는 축적된 부정적인 경험으로 심리적 문제가 나타날 수 있다. 새로운 환경에서 생활을 하며 사회불안으로 어려움이 나타난 대학생들에게 부모화로 인한 어려움을 파악하고 적절한 심리적 개입을 할 수 있을 것이다. 셋째, 최근 심리적 치료요인으로 주목받고 있는 정신화이론의 중요성을 확인하고 이를 확장할 수 있었다. 부모화 수준이 높은 내담자에게 정신화 능력의 향상으로 추후 여러 가지 부적응적인 문제들에 완충역할로 작용할 수 있다는 점을 밝혀낸 연구로 앞으로 유용하게 내담자에게 적용할 수 있다. 넷째, 어린시절 부모화 경험과 함께 주 양육자에게서 자주 거부를 당함으로 타인에 대한 신뢰가 낮아진 대학생에게 거부민감성의 수준을 낮추

고 평소 거부에 대해 과민하게 대처했던 인지-행동적 양식에서 유연하게 대처할 수 있도록 내담자에게 거부민감성 성향이 있는지 우선적으로 파악하여 적절하게 개입함으로써 사회불안 감소에 도움을 줄 수 있다. 실무적 측면에서 정신화기반치료의 개입 과정은 다음과 같다 (Bateman & Fonagy, 2013). 첫 번째 단계는 내담자의 주관적인 정서 상태를 이해하고 공감하는 것이다. 두 번째 단계는 내담자의 정서 상태와 맥락을 연결 지어 결과를 설명하는 것이다. 이 과정을 통해 정신화가 단절되어 있는 부분을 확인한다. 상담자는 내담자에게 당시의 기분과 관련된 생각들을 탐색하며 접근하고, 단절이 일어났던 순간으로 ‘다시 되돌아가기’를 요청한다. 세 번째 단계는 정서에 초점 두기로, 회기 내의 내담자와 상담자 간의 현재 정서가 공유되는 것이다. 마지막 단계는 관계를 정신화하는 것으로, 이는 전이를 정신화하는 과정을 포함한다. 전이 작업은 내담자와 상담자의 마음을 들여다보기 위해 공간을 만들기 때문에 변화의 주요 기제가 된다 (Morken et al., 2014). 전이를 정신화하는 것은 내담자에게 현재 주의를 상담자 마음에 초점을 두고 자신의 지각과 타인에 의해 지각된 것이 어떻게 대비되는지 이해하도록 돕는 것이다.

종합하면 부모화가 사회불안으로 이어지는 경로에서 정신화와 거부민감성의 매개효과에 대한 이론적 측면의 근거를 확인하였고 치료적 개입을 할 때 이 연구결과를 토대로 내담자를 확장하여 이해할 수 있도록 제공하였다. 즉, 부모화와 사회불안의 관계에서 기존 연구들이 주로 다루었던 연구 범위를 확장하여 매개변수인 정신화와 거부민감성의 관계를 체계적으로 설명함으로써 관련 이론을 보완하고

발전시킨 것에 의의가 있다. 예를 들면 어린 시절 불공평한 대우를 받았던 경험에 대해 충분히 다루고 자신의 요구는 대부분 거절당했던 점을 고려하여 불공평한 경험과 관련된 정서를 충분히 다루고 수용되는 경험을 제공할 필요가 있다. 또한 사회불안을 겪는 심리적 특성을 이해하고 이전 부모화 경험에 대한 자각을 통해서 낮아졌던 정신화 능력을 높이고 거부에 대해 건강하고 유연한 방식으로 대처하도록 도울 수 있다.

이 연구의 제한점과 제언은 다음과 같다. 첫째, 과거의 부모화 경험을 측정하여 시간적 흐름에 따라 당시의 기억이 무뎠을 수도 있어 결과의 신뢰도를 확인하기에는 한계가 있다. 또한 과거 부모화 경험 척도만을 사용하여 현재까지 부모화를 계속 경험중인 대학생의 경우 과거 부모화 경험과 다른 실질적인 결과가 나타날 수 있다. 따라서 과거와 현재의 부모화 경험을 같이 측정하는 연구도 필요할 것이다. 둘째, 20대 대학생만을 대상으로 연구하여 청소년이나 30대 이상의 성인에 일반화하기 어렵다는 한계가 있다. 청소년도 학교생활 장면에서 사회불안을 경험할 수 있고, 30대의 경우 직장생활 장면에서 사회불안을 경험할 수 있기 때문에 청소년과 30대 성인을 대상으로 연구를 진행할 필요가 있다. 셋째, 부모화 경험은 많은 선행연구들에서 부정적인 영향에만 초점을 두었다. 하지만 최근에는 부모화 경험의 긍정적인 영향을 보고하는 연구들이 나타나고 있다. 부모화를 경험한 자녀들이 긍정적인 관점에서 충분한 자기 이해를 통하여 심리적인 어려움을 극복하도록 도와주는 연구가 필요할 것으로 보인다.

참고문헌

- 강지희 (2008). 부모화경험이 청소년의 우울과 불안에 미치는 영향 [석사학위논문, 동신대학교 사회개발대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T11210188>
- 권혜민, 전귀연 (2025). 대학생의 성인애착과 대인관계문제간의 관계에서 내면화된 수치심, 거부민감성, 정신화의 다중매개효과. 한국생활과학회지 34(4), 493-511.
<https://www.riss.kr/link?id=A109898768>
- 길혜진 (2017). 대학생의 부모화 경험이 우울과 불안에 미치는 영향 [석사학위논문, 대구가톨릭대학교]. RISS.
<http://www.riss.kr/link?id=T14434574>
- 김나연 (2021). 초기 성인 커플의 부모화가 거부민감성과 강박적 돌봄을 매개로 이성관계 만족도에 미치는 영향 [석사학위논문, 서강대학교 대학원]. RISS.
<http://www.riss.kr/link?id=T15880740>
- 김나영, 조유진 (2009). 대학생의 거부민감성이 대인불안에 미치는 영향에 대한 자기개념의 매개 효과. 인간발달연구, 16(3), 149-162.
<https://www.riss.kr/link?id=A104584917>
- 김남국 (2022). 청소년의 부모화가 내면화된 수치심에 미치는 영향: 기본심리욕구의 매개효과 [석사학위논문, 한국교원대학교 교육대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T16076637>
- 김미성 (2025). 대학생의 부모화된 자녀경험이 사회불안에 미치는 영향: 사회부과 완벽주의와 정서표현 양가성의 매개효과. 청소년학연구 32(4), 31-51.
<https://www.riss.kr/link?id=A109667522>
- 김민아 (2020). 심리적 부모화와 대학생 우울과의 관계에서 정서인식명확성의 매개효과 [석사학위논문, 명지대학교]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T15498517>
- 김보미, 김영근 (2022). 부모화 경험이 초기성인기의 대인관계능력에 미치는 영향: 자아분화와 거부민감성의 순차매개효과. 복지상당교육연구 11(1), 253-275.
<https://www.riss.kr/link?id=A108109265>
- 김보배 (2022). 대학생의 성인애착과 정서조절의 관계: 정신화와 거부민감성의 매개효과 [석사학위논문, 동신대학교 일반대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T16059481>
- 김소영 (2020). 부모화가 우울에 미치는 영향 [석사학위논문, 서강대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T15628167>
- 김수민, 김보영 (2021). 내면화된 수치심과 대인관계문제의 관계: 정신화와 고통감내력의 이중매개효과. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 33(3), 1179-1199.
<https://kiss.kstudy.com/DetailOa/Ar?key=52288215>
- 김용희 (2017). 대학생의 정신화 및 역기능적 분노표현방식이 우울에 미치는 영향에서 성인애착의 매개효과. 청소년학연구, 24(10), 223-251.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3934291>
- 김향숙 (2001). 사회공포증 하위 유형의 기역편향 [석사학위논문, 서울대학교 대학원]. RISS. <https://hdl.handle.net/10371/37973>
- 김희정, 홍혜영 (2021). 대학생의 내면화된 수치심과 대인관계문제의 관계: 자기자비와 정신화의 매개효과. 상담학연구, 22(5), 275-298.

- <http://dx.doi.org/10.15703/kjc.22.5.202110.275>
 류정현 (2007). 한국적 부모-자녀 관계, 가족주의, 효. 부모교육연구, 4(2), 81-94.
<https://www.riss.kr/link?id=A105820210>
 류혜라, 박기환 (2014). 대학생의 거부민감성이 우울증상에 미치는 영향에 대한 인지적 정서조절의 중재효과. 한국심리학회지 건강 19(1): 203-218.
<https://www.riss.kr/link?id=A104201829>
 문비 (2006). 부모화 경험이 대인관계 문제에 미치는 영향 [석사학위논문, 숙명여자대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T10527792>
 문은재 (2023). 타인중심성 도식과 역기능적 분노표현의 관계 [석사학위논문, 이화여자대학교 교육대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T16806151>
 문희경 (2013). 고등학생의 거부민감성과 대인 불안과의 관계에서 자기격려의 조절효과 [석사학위논문, 전남대학교 교육대학원]. RISS. <https://www.riss.kr/link?id=T13273584>
 박명진, 양난미 (2017). 대학생 거부민감성척도 개발 및 타당화. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료, 29(1), 103-127.
<http://dx.doi.org/10.23844/kjcp.2017.02.29.1.103>
 박미현, 최경란, 홍지영 (2019). 부모화 경험이 대학생의 사회불안 인식에 미치는 영향: 정서표현양가성과 무조건 자기수용의 매개효과. 학습자중심교과교육연구, 19(12), 1305-1327.
<http://dx.doi.org/10.22251/jlcci.2019.19.12.1305>
 박서정, 강문선, 이영순 (2019). 대학생의 부모화 경험과 사회불안의 관계에서 내면화된 수치심과 정서표현 양가성의 매개효과. 재활심리연구, 26(4), 41-59.
<http://dx.doi.org/10.35734/karp.2019.26.4.003>
 박응임 (2020). 대학생의 정신화가 거부민감성에 미치는 영향 분노조절에 의한 내면화된 수치심의 조절된 매개효과. 한국가족복지학, 25(4), 449-470.
<https://kiss.kstudy.com/DetailOa/Ar?key=52208386>
 박응임, 이은경 (2020). 부모와 불안정 애착이 대학생의 부정적인 분노표현에 미치는 영향: 역기능적 정신화와 거부민감성의 직렬매개 효과. 인간발달연구, 27(2), 63-81.
<http://dx.doi.org/10.15284/kjhd.2020.27.2.63>
 박정남 (2022). 부모화 경험이 사회불안에 미치는 영향 [석사학위논문, 대구가톨릭대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T16063645>
 박지윤 (2003). 아동용 거절 민감성 척도 개발을 위한 탐색적 연구 [석사학위논문, 부산대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T10026574>
 백지영 (2020). 대학생의 거부민감성과 사회불안의 관계에서 대인존재감의 매개효과 [석사학위논문, 국민대학교 교육대학원]. RISS. <https://www.riss.kr/link?id=T15504578>
 엄정혜, 김은혜, 백지명, 한나리, 조민아 (2016). 이공계 대학생의 대학생활 어려움과 상담소 이용에 대한 개념도 연구: S대학교 학생을 중심으로. 인간이해, 37(1), 41-66.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3448756>
 윤진영 (2023). 대학신입생의 자기통제의 어려움과 대학생활적응 간의 관계: 대학생활 스트레스의 매개효과. 인지발달중재학회지, 14(2), 43-62.
<http://dx.doi.org/10.21197/JCEI.14.2.3>
 이가영 (2019). 사회불안의 대인관계문제: 자기

- 은폐와 심리적 유연성의 이중매개모형 [석사학위논문, 가톨릭대학교 대학원].
RISS. <https://www.riss.kr/link?id=T15457748>
- 이나라 (2021). 대학생의 부모화가 대인관계문제에 미치는 영향: 내면화된 수치심과 정서표현 양가성의 이중매개효과 [석사학위논문, 전주대학교 일반대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T15955166>
- 이복동 (2000). 성인 애착과 이성관계 만족: 거부민감성과 귀인 양식의 매개효과를 중심으로 [석사학위논문, 고려대학교]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T8052900>
- 이선영 (2017). 한국판 가족돌봄의무 척도(Filial Responsibility Scale-Adult)의 요인구조 분석 및 타당화. [석사학위논문, 이화여자대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T14568018>
- 이소연, 김규연, 이민지, 김영근 (2021). 대학생의 거부민감성과 사회불안의 관계: 정서인식명확성으로 조절된 자기개념 명확성의 매개효과. 상담학연구, 22(5), 299-321.
<http://dx.doi.org/10.15703/kjc.22.5.202110.299>
- 이수림, 이문희 (2014). 상담 및 심리치료 성과의 효과적 핵심 요인: 정신화(mentalizing)의 이해와 적용. 인간연구, 0(27), 95-139.
<https://www.riss.kr/link?id=A100109858>
- 이수림, 이문희 (2018). 한국판 정신화 척도(Korean Version of The Mentalization Scale)의 타당화. 상담학연구, 19(5), 117-135.
<http://dx.doi.org/10.15703/kjc.19.5.201810.117>
- 이유정 (2018). 대학생의 성인애착과 사회불안의 관계에서 거부민감성과 정서표현 양가성의 매개효과 [석사학위논문, 동아대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T14721685>
- 이정석 (2013). 거부민감성과 정서강도가 대인불안에 미치는 영향: 갈등해결전략의 매개효과 [석사학위논문, 대구가톨릭대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T13041095>
- 이혜영, 최연실 (2016). 대학생의 부모화 유형에 따른 관계적 자기 인식. 가족과 문화, 28(1), 314-342.
<http://dx.doi.org/10.21478/family.28.1.201603.010>
- 이현경 (2017). 대학생의 성장기 부모화 경험 이 사회불안에 미치는 영향: 공동의존성의 매개효과 [석사학위논문, 명지대학교 사회교육대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T14575397>
- 임지민 (2021). 대학생들의 부모화 경험에 따른 잠재 프로파일 분석: 정신화, 일반적 자기효능감, 내면화된 수치심의 차이 [석사학위논문, 이화여자대학교 대학원]. RISS. <https://www.riss.kr/link?id=T15909031>
- 정구철, 전영숙, 박희숙 (2020). 대학생의 갈등해결전략이 주관적 웰빙에 미치는 영향: 대학생활적응에 의해 매개된 정신화의 조절효과. 한국콘텐츠학회 논문지, 20(8), 138-151.
<https://doi.org/10.5392/jkca.2020.20.08.138>
- 정은혜 (2015). 청각장애부모를 둔 건청자녀의 부모화 경험이 학교적응에 미치는 영향: 또래관계기술의 매개효과를 중심으로 [석사학위논문, 전북대학교 행정대학원]. RISS. <https://www.riss.kr/link?id=T13698431>
- 정태연, 최상진, 김효창 (2002). 아동과 어른 그리고 청소년에 대한 사회적 표상: 성격적, 관계적 및 과업적 특성을 중심으로. 한국심리학회지: 문화 및 사회문제, 8(2),

- 4-76.
<https://kiss.kstudy.com/DetailOa/Ar?key=50017200>
- 조성자, 김지연 (2021). 성인초기의 불안정 성인애착과 대인관계문제 간의 관계: 정신화와 자기자비의 매개효과. *사회복지경영연구*, 8(1), 317-337.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3892755>
- 조양선, 손솔, 서경현 (2013). 대학생이 지각한 부모의 양육방식과 사회불안 간의 관계에서 부모화의 매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 18(1), 203-217.
<https://www.riss.kr/link?id=A104140338>
- 조은영, 정태연 (2004). 자녀의 부모화와 관련된 심리적 특성들의 탐색. *한국심리학회지*, 9(1), 43-62.
<https://kiss.kstudy.com/DetailOa/Ar?key=50706023>
- 최유리, 송현주 (2018). 출생순위에 따른 부모화 경험과 자기분화의 관계. *인문사회*21, 9(3), 815-828.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=3616541>
- 최유화 (2018). 부모화에 관한 국내 연구 동향: 국내 학술지를 중심으로(2003-2017). *상담교육연구*, 1(1), 151-159.
<https://www.riss.kr/link?id=A106297070>
- 최혜경, 장유진 (2020). 대학생의 분리개별화와 대인관계문제의 관계: 거부민감성과 정서표현양가성의 매개효과. *교육치료연구*, 12(1), 1-17.
<http://dx.doi.org/10.35185/KJET.12.1.1>
- 최희숙, 주영아 (2020). 여대생의 경계선 성격특성이 대인관계문제에 미치는 영향: 정신화와 분노반추의 매개효과. *한국심리학회지: 건강*, 25(3), 585-610.
<http://dx.doi.org/10.17315/kjhp.2020.25.3.008>
- 하예린 (2015). *대학생의 부모화 경험이 친밀감에 대한 두려움에 미치는 영향* [석사학위논문, 명지대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T13695846>
- 하정옥 (2021). *대학생의 과거 부모화와 사회불안의 관계에서 수치심과 자아분화의 매개효과* [박사학위논문, 신라대학교 일반대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T15940991>
- 함광성 (2015). *중학생의 부모화 경험과 사회불안의 관계: 완벽주의의 매개효과* [석사학위논문, 한양대학교 대학원]. RISS.
<https://www.riss.kr/link?id=T13667649>
- 홍세희 (2000). 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *Korean Journal of Clinical Psychology*, 19(1), 161-177.
<https://kiss.kstudy.com/Detail/Ar?key=2559767>
- Allen, J. G., Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2008). *Mentalizing in clinical practice*. American Psychiatric Publishing. <https://link24.kr/FAfLjz0>
- American Psychiatric Association (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). American Psychiatric Publishing. <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2006). Mentalizing and borderline personality disorder. In J. G. Allen & P. Fonagy (Eds.), *Handbook of mentalization-based treatment* (pp. 183-200). John Wiley & Sons.
<https://doi.org/10.1002/9780470712986>
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2010). Mentalization based treatment for borderline personality disorder. *World Psychiatry*, 9(1), 11-15.

- <https://doi.org/10.1002/j.2051-5545.2010.tb00255.x>
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2013). Impact of clinical severity on outcomes of mentalisation-based treatment for borderline personality disorder. *British Journal of Psychiatry*, 203(3), 221-227.
<https://doi.org/10.1192/bjp.bp.112.121129>
- Bateman, A., & Fonagy, P. (2016). *Mentalization based treatment for personality disorders: A practical guide*. Oxford University Press.
<https://link24.kr/9BWu9M6>
- Boszormenyi-Nagy, I., & Spark, G. M. (1973). *Invisible loyalties: Reciprocity in intergenerational family therapy*. Harper & Row.
<https://doi.org/10.1176/ajp.142.8.982>
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1992). Alternative ways of assessing model fit. *Sociological Methods & Research*, 21(2), 230-258.
<https://doi.org/10.1177/0049124192021002005>
- Bruch, M. A., & Heimberg, R. G. (1994). Differences in perceptions of parental and personal characteristics between generalized and nongeneralized social phobics. *Journal of Anxiety Disorders*, 8(2), 155-168.
[https://doi.org/10.1016/0887-6185\(94\)90013-2](https://doi.org/10.1016/0887-6185(94)90013-2)
- Cooper, M. L., Shaver, P. R., & Collins, N. L. (1998). Attachment styles, emotion regulation, and adjustment in adolescence. *Journal of Personality and Social Psychology*, 74(5), 1380-1397.
<https://doi.org/10.1037/0022-3514.74.5.1380>
- Curran, P. J., West, S. G., & Finch, J. F. (1996). The robustness of test statistics to nonnormality and specification error in confirmatory factor analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29.
<https://doi.org/10.1037/1082-989X.1.1.16>
- Davies, P. T. (2002). Conceptual links between Byng-Hall's theory of parentification and the emotional security hypothesis. *Family Process*, 41(3), 551-555.
<https://doi.org/10.1111/j.1545-5300.2002.41317.x>
- Dimitrijević, A., Hanak, N., Altaras Dimitrijević, A., & Jolić Marjanović, Z. (2018). The Mentalization Scale (MentS): A self-report measure for the assessment of mentalizing capacity. *Journal of Personality Assessment*, 100(3), 268-280.
<http://doi.org/10.1080/00223891.2017.1310730>
- Downey, G., & Feldman, S. I. (1996). Implications of rejection sensitivity for intimate relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*, 70(6), 1327-1343.
<http://doi.org/10.1037/0022-3514.70.6.1327>
- Feldman, S., & Downey, G. (1994). Rejection sensitivity as a mediator of the impact of childhood exposure to family violence on adult attachment behavior. *Development and Psychopathology*, 6(1), 231-247.
<https://doi.org/10.1017/S0954579400005976>
- Fonagy, P., & Allison, E. (2014). The role of mentalizing and epistemic trust in the therapeutic relationship. *Psychotherapy*, 51(3), 372-380. <https://doi.org/10.1037/a0036505>
- Fonagy, P., & Bateman, A. W. (2016). Adversity, attachment, and mentalizing. *Comprehensive Psychiatry*, 64, 59-66.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2015.11.006>
- Fonagy, P., Gergely, G., & Target, M. (2007).

- The parent - infant dyad and the construction of the subjective self. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 48(3-4), 288-328.
<https://doi.org/10.1111/j.1469-7610.2007.01727.x>
- Fonagy, P., Steele, M., Steele, H., Moran, G. S., & Higgitt, A. C. (1991). The capacity for understanding mental states: The reflective self in parent and child and its significance for security of attachment. *Infant Mental Health Journal*, 12(3), 201-218.
[https://doi.org/10.1002/1097-0355\(199123\)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7](https://doi.org/10.1002/1097-0355(199123)12:3<201::AID-IMHJ2280120307>3.0.CO;2-7)
- Fonagy, P., & Target, M. (1997). Attachment and reflective function: Their role in self-organization. *Development and Psychopathology*, 9(4), 679-700.
<https://doi.org/10.1017/S0954579497001399>
- Fonagy, P., & Target, M. (2006). The mentalization-focused approach to self pathology. *Journal of Personality Disorders*, 20(6), 544-576.
<https://doi.org/10.1521/pedi.2006.20.6.544>
- Fonagy, P., Target, M., Steele, H., & Steele, M. (1998). *Reflective-functioning manual version 5 for application to adult attachment interviews*. University College London.
<https://discovery.ucl.ac.uk/id/eprint/1461016>
- Goldner, L., Sachar, S. C., & Abir, A. (2019). Mother-adolescent parentification, enmeshment and adolescents' intimacy: The mediating role of rejection sensitivity. *Journal of Child and Family Studies*, 28(1), 192-201.
<https://doi.org/10.1007/s10826-018-1244-8>
- Hayes, A. F. (2017). *Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach* (2nd ed.). Guilford Publications.
<http://www.afhayes.com/>
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1999). Cutoff criteria for fit indexes in covariance structure analysis: Conventional criteria versus new alternatives. *Structural Equation Modeling: A Multidisciplinary Journal*, 6(1), 1-55.
<https://doi.org/10.1080/10705519909540118>
- Jacobvitz, D. B., & Bush, N. F. (1996). Reconstructions of family relationships: Parent-child alliances, personal distress, and self-esteem. *Developmental Psychology*, 32(4), 732-743.
<https://doi.org/10.1037/0012-1649.32.4.732>
- Jurkovic, G. J., Thirkield, A., & Morrell, R. (2001). Parentification of adult children of divorce: A multidimensional analysis. *Journal of Youth and Adolescence*, 30(2), 245-257.
<https://doi.org/10.1023/A:1010349925974>
- Levy, S.R., Ayduk, O., & Downey, G. (2001). The role of rejection sensitivity in people's relationships with significant others and valued social groups. In M. R. Leary (Ed.), *Interpersonal rejection* (pp. 251-289). Oxford University Press. <https://link24.kr/HSYWFpE>
- Morken, K., Karterud, S., & Arefjord, N. (2014). Transforming disorganized attachment through mentalization-based treatment. *Journal of Contemporary Psychotherapy*, 44(2), 117-126.
<https://doi.org/10.1007/s10879-013-9246-8>
- Sharp, C., Venta, A., Vanwoerden, S., Schramm, A., Ha, C., Newlin, E., Reddy, R., & Fonagy, P. (2016). First empirical evaluation of the link between attachment, social cognition and

- borderline features in adolescents. *Comprehensive Psychiatry*, 64, 4-11.
<https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2015.07.008>
- Wells, M., & Jones, R. (2000). Childhood parentification and shame-proneness: A preliminary study. *American Journal of Family Therapy*, 28(1), 19-27.
<https://doi.org/10.1080/019261800261789>
- 원고접수일 : 2025. 12. 15.
수정원고접수일 : 2026. 03. 30.
게재확정일 : 2026. 04. 03.

The Relationship between Parentification and Social Anxiety in College Students: The Sequential Mediating Effects of Mentalization and Rejection Sensitivity*

Hyeongju Lee¹⁾

Wonyoung Song^{2)†}

¹⁾Department of counseling and psychotherapy, Konyang University, M.A.

²⁾Department of counseling and psychotherapy, Konyang University, Professor

This study examined the relationship among parentification experiences, mentalization, rejection sensitivity, and social anxiety in college students, with a particular focus on the mediating roles of mentalization and rejection sensitivity in the association between parentification and social anxiety. A survey was conducted among 300 male and female college students in their 20s residing in Korea using the Parentification Scale, Social Anxiety Scale, Mentalization Scale, and Rejection Sensitivity Scale. The collected data were analyzed using correlation analysis, path analysis, and bootstrap verification with SPSS 23, PROCESS Macro v 4.2, and AMOS 21. The results indicated that all major variables were significantly correlated. Additionally, mentalization and rejection sensitivity sequentially and fully mediated the relationship between parentification experiences and social anxiety among college students. Based on these findings, specific counseling intervention strategies were proposed, and implications and limitations of the study were discussed.

Keywords : college students, parentification, mentalization, rejection sensitivity, social anxiety

* This study is a revised and supplemented version of the first author's master's thesis. Part of this study was presented as an E-poster at the 2025 Spring Conference of the Korean Clinical Psychology Association.

† Wonyoung Song / Department of Counseling and Psychotherapy, Konyang University, Professor / (32992) 121 Daehangno, Nonsan, Chungcheongnam-do, Republic of Korea
Tel: 041-730-5414 / Fax: 041-730-5416 / E-mail: song@konyang.ac.kr