

## 정서적 자각, 표현, 및 정서표현에 대한 양가성과 대인관계간의 관계에 대한 연구\*

장 정 주<sup>†</sup>

김 정 모

영남대학교

본 연구는 정서자각, 표현, 및 정서표현의 양가성과 대인관계간의 관련성을 검증하기 위해 대학생 516명을 대상으로 하여 정서자각, 표현, 정서표현의 양가성과 대인관계를 측정하여 각 척도들 간의 상관관계, 회귀분석 및 경로분석을 실시하였으며 성별에 따른 요인들 간의 관련성을 확인하였다. 각 척도들간 상관분석 결과 정서자각, 표현과 대인관계간의 유의미한 정적상관이 있었고, 정서자각, 표현 그리고 대인관계와 정서표현의 양가성과는 부적상관이 있었다. 정서자각, 표현, 정서표현의 양가성이 대인관계에 미치는 영향력을 확인해 본 결과, 정서자각, 표현, 정서표현의 양가성이 대인관계에 영향을 미치고 특히 정서자각과 정서표현이 가장 높게 대인관계에 영향을 미쳤다. 경로분석 결과 정서자각이 대인관계에 영향을 미치는 과정에서 정서표현을 매개로 하여 모형이 검증되었다. 또한 성별에 따른 결과 분석에서는 정서표현은 남자보다 여자가, 표현의 양가성은 여자보다 남자가 높았다. 그리고 성별의 차이에서는 여자가 남자에 비해 정서표현이 대인관계에 미치는 영향력이 큰 것으로 나타났다. 이러한 결과들을 토대로 본 연구의 시사점과 제한점등을 논의하였다.

주요어 : 정서자각, 정서표현, 정서표현의 양가성, 대인관계

\* 본 논문은 2007년 한국심리학회 연차학술대회에서 포스터 발표한 자료를 바탕으로 하여 수정·보완하였음.

<sup>†</sup> 교신저자 : 장정주, 영남대학교 심리학과, (712-749) 경북 경산시 대동 214-1

Tel : 053-802-3850, E-mail : manasik@ynu.ac.kr

일상생활을 함에 있어서 타인들과의 관계는 한 개인의 삶의 질을 결정할 만큼 중요한 요소이며, 이러한 인간관계의 상호작용과정에서 자신이 경험한 감정, 욕구 등을 솔직하게 표현하고 동시에 상대방의 감정을 수용하고 이해하는 것은 친밀한 인간관계를 형성하는데 중요한 역할을 한다. 이와 관련하여 최근에 정서에 대한 이해와 정서표현이 한 개인의 적응적 삶에 중요한 역할을 한다는 보고가 늘고 있다(Gross, 1997; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995; Pennebaker, 1985, 1995, 1997; Kring, Smith & Neale, 1994; King & Emmons, 1995; Greenberg, 2002; Kennedy-Moore & Watson, 1999; Hemenover, 2003; Taylor, Bagdy & Parker, 2000; Lieberman, Eisenberger, Crockett, Tom, Pfeifer & Way, 2007).

정서(emotion)는 어떤 대상 혹은 상황을 지각하고 그에 따르는 생리적 변화를 수반하는 복합적 상태의 여러 가지 감정을 포괄하는 상위개념으로 정의를 하고 있다(김경희, 1995). 이러한 정서는 Salovey와 Mayer(1990)가 정서지능이라는 개념을 주장하면서 관심이 높아졌는데, 이들은 정서적으로 유능한 사람은 자신의 정서를 명확히 자각하고 표현한다고 주장하였다.

정서지능에서 언급되고 있는 정서자각(emotional awareness)은 자신의 정서를 규명하여 자신의 내적 감정을 정확하게 감지하고 자신의 복합적 감정을 인식, 평가하는 것을 의미한다(Mayer & Salovey, 1997). 정서자각이 높은 사람은 성공적인 인간관계를 할 수 있으며, 타인에 대한 감정이입이 높아지고 사회적 지지를 적극적으로 구할 수 있다. 또한, 자존감과 삶에 대한 만족감이 높아지며, 부정적 정서에 대한 적응적 조절양식을 선택할 수 있

다는 것이다(Swinkles & Guiliano, 1995; Gross, 1997; Mayer & Salovey, 1997; Salovey & Grewal, 2005). 그리고 정서자각은 부정적 기분을 덜 느끼고 부정적 기분에서의 회복을 빠르게 하는데(Goldman, Kraemer & Salovey, 1996), 부정적 정서 뒤에 따르는 반추를 감소시켜 자기 가치감, 자기 권리를 긍정화하는 등의 정서적 힘을 증진시키게 해준다(Pennebaker & Francis, 1996; Mayne & Francis, 1997).

자신의 정서를 명확하게 이해하는 것은 정서표현에 영향을 주는데, 정서자각은 경험하는 정서가 무엇인지, 경험한 정서에 대해 어떻게 반응해야 하는지 알 수 있고 나아가 인간관계 상황에서 정서를 전달하여 정서표현 능력을 높이고 정서표현을 더 정확하게 하게 한다(Mayer, DiPaolo, & Salovey, 1990; Swinkles & Guiliano, 1995; Gross, 1997; Salovey & Grewal, 2005). 즉 정서표현을 잘 하기 위해서는 자신이 경험한 정서를 자각하는 것이 우선적으로 필요하다.

정서표현(emotional expressive)은 경험하는 정서를 외부로 표현하는 정도를 나타내는 것이다. Darwin(1872)은 정서표현이 의사소통 수단으로 이용되며 적응이라는 의미로 언급하였다. 이러한 정서표현은 심리적, 신체적 및 인간관계에 긍정적 결과를 가져다주기도 하는데, 즉 정서표현적인 사람은 정서표현을 잘 못하는 사람에 비해 삶의 만족감이 높아지고(Emmons & Colby, 1995; Friedman, Hall & Harris, 1985; Cox & McCay, 1982), 부정적 감정이 약화되어 심리적 안정감이 생기며(Lieberman, Eisenberger, Crockett, Tom, Pfeifer & Way, 2007; Pennebaker, Barger & Tiebout, 1989), 정서에 대한 정화(catharsis)를 주어 자기 이해를 높혀 당면문제를 객관적 시각에서 바라봄으로 통찰이 증진

된다는 것이다(Pennebaker, 1988; Polivy, 1990; Lieberman, Eisenberger, Crockett, Tom, Pfeifer & Way, 2007). 또한 인간관계의 상호작용 상황에서, 정서표현은 타인에게 더 많은 사랑을 받고(DePaul, 1992), 타인으로부터 사회적 지지를 얻으며(Emons & Colby, 1995), 자기이해는 물론 적응적인 사회적 의사소통이 증진되고 그에 따라 대처노력을 촉진한다(Kennedy-Moore & Watson, 1999).

또한 정서표현은 신체적 안녕과도 관련이 있다. 정서표현을 억누르는 것은 자율 신경계의 활동을 증가시키고 이러한 만성적인 자율 신경계의 각성 상태는 심리적, 신체적 질환과 연결되며(Buck, 1984; Pennebaker, 1985; Lieberman, Eisenberger, Crockett, Tom, Pfeifer & Way, 2007), 뇌 활성화 및 부정적 정서조절로 신체건강이 증진된다는 연구결과들이 있다(Lieberman, Eisenberger, Crockett, Tom, Pfeifer & Way, 2007). 국내에서도 최근 몇 년 내 정서표현에 대한 연구가 이루어지면서 정서표현의 특성과 긍정적인 효과성을 주장하는 연구보고가 늘고 있다. 그 중에서, 특히 정서표현을 잘 하는 사람은 주관적 안녕감, 사회적 지지 등의 심리적 적응 지표에서 높은 점수를 얻고 있으며 반면 정서를 잘 느끼지 못하거나 기질적으로 억압하는 사람들은 심리적 안녕감이나 신체적 건강에 문제를 겪는다는 주장들이 있다(이주일, 황석현, 한정원, 민경환, 1997; 한정원, 1997). 이처럼 자신이 느낀 감정을 적절하게 표현하는 것은 한 개인의 삶의 질을 향상시키는데 중요한 요인이 된다.

Lieberman등(2007)은 신경과학의 관점에서 정서표현의 긍정성을 주장하였는데, 특정 부정적 정서에 대해서 그 정서를 간단한 정서표현만으로 특정 정서의 강도를 약화시킬 있고,

정서 표현을 하는 동안 fMRI의 촬영상에서 정서충동조절 역할을 하는 뇌가 활성화되는 결과를 보고하였다.

이러한 정서표현의 잇점에도 불구하고 정서표현을 하는데서 오는 어려움의 요소가 있어 정서표현에 대한 부담을 가지고 있기도 하다. 정서표현과 관련하여 문제를 겪는 불안, 우울, 및 감정표현불능증 등은 자신의 정서를 인식하고 표현하는데 어려움이 있다(Larsen & Chastain, 1990). 앞서 언급한 것처럼, 정서표현을 하는 것은 긍정적 효과가 있지만, 역으로 정서표현을 하지 않는 것이 병리적이라는 것은 아니다. 여기서 중요한 것은 정서표현을 하고자하는 욕구를 억제하는 것이 오히려 신체적, 심리적 질병을 유발할 가능성을 높인다고 할 수 있다(Pennebaker, 1985, Bell & Byrne, 1978; Jensen, 1987; Buck, 1984; King & Emmons, 1990). 타인들에게, 부정적이지만 중요한 생활 사건들을 밝히고 싶은 욕구를 억제하는 사람들이 그렇지 않은 사람들에 비해 건강 문제가 발생할 위험이 크다. 이처럼 부정적 정서 자체보다는 정서표현의 욕구에 대한 억제가 장기적인 생리적 각성과 신체적 불편감을 유발한다고 볼 수 있다. 그러므로 정서표현을 억제하는 사람은 신체적으로는 암 발병 예언율이 높고(Cox & McCay, 1982), 정신신체질환인 화병의 가능성을 높인다(최상진, 이요행, 1995). 이와 달리 정서표현을 억제하지 않고 표현 욕구에 따라 정서표현을 하는 사람은 신체증상의 고통이 감소되고, 우울이 감소되며(Cameron & Nicholls, 1998; Greenberg & Stone, 1992; Pennebaker, 1988), 면역기능이 강화(Booth & Pennebaker, 2004)된다는 연구보고들이 있다. 정서표현 욕구와 관련하여, 표현하고자 하는 욕구와 그렇지 않으려는 욕구 간의 갈등을 일으

키기 쉬운데, 이러한 것을 ‘정서표현의 양가성 (ambivalence over emotional expressiveness)’으로 불리어지면서 정서표현의 욕구를 억제하는 것은 위의 선행연구들의 결과들처럼 심리적, 신체적 고통에 영향을 주며, 정서표현 갈등으로 인해 심리적 안녕감에 영향을 미친다는 것이다(King & Emmons, 1990). 또한 자신의 정서표현에 대해 갈등을 가지는 사람들은 우울, 불안, 강박적 경향이 더 심하여 신체적 증상이 더 많다(Katz & Campbell, 1994; King & Emmons, 1990, 1991). 또한 대인관계 상황에서도 친밀감에 대한 두려움을 가지며, 자신이 다른 사람으로부터 도움과 지지를 받을 수 없다는 생각이 있고, 대인관계에 꼭 필요한 상호작용을 원만히 하지 못하며 주변사람들과의 관계에서 왜곡된 지각을 하는 경향이 있다(Emmons & Colby, 1995). 정서표현의 양가성에 대한 국내 연구로는, 정서표현에 대한 갈등이 신체적 및 심리적 안녕감과 부적 상관이 있음을 보고하였다(이주일 외, 1997; 하정, 1997; 한정원, 1997; 유주현 2000). 이러한 결과들에 의하면, 정서표현이 원활하지 못하고 억제하거나 갈등을 겪는 것은 사회의 일원으로서 상호작용하는 상황에서 적응적인 대처를 하기 어려운 결과를 낳을 수 있다. 본 연구에서도 선행연구의 결과처럼 정서자각, 정서표현 그리고 정서표현의 갈등인 정서표현의 양가성과 대인관계간의 관련성을 확인해보고자 한다. 그리고 정서자각, 표현은 인간관계를 잘하기 위한 중요한 역할을 하는 만큼 정서관련변인이 대인관계에 어떤 영향을 미치는지의 과정을 알아보고자 한다.

정서자각, 정서표현 그리고 정서표현의 갈등과 같은 정서관련 변인들은 성별에 따라 차이가 있다는 연구결과가 있다(King & Emmons,

1995; Gross & Levenson, 1993; Gross & John, 1995). 먼저 정서자각에 있어 성별의 차이를 살펴보면, 여자가 남자보다 정서자각을 더 잘 하며 정서경험의 강도, 민감성 등을 더 많이 기술하였다(Barret, Lane, Sechrest & Schwartz, 2000). 자신의 내면의 감정을 더 잘 기술한다는 것은 자신이 경험한 정서를 잘 파악한다고 볼 수 있다.

다음으로 정서표현에 있어서는, 여자가 남자에 비해 더 표현적인 반면에 남자는 여자에 비해 정서표현을 더 억제한다는 것이다(Gross & Levenson, 1993; Gross & John, 1995). 정서표현의 강도에서, 여자가 남자에 비해 더 강하게 표현한다. 여자는 남자보다 친밀한 관계에서 긍정적 정서를 더 많이 표현하고 남자보다 더 공감적 표현과 타인의 정서표현을 더 잘 해석하며, 반대로 부정적 정서도 남자에 비해 더 잘 표현하는 것이다(Lennon & Einsenberg, 1987; Brody, 1999). 정서표현에 대한 갈등과 관련하여 남녀 차이는, 남자가 여자보다 정서표현에 대한 억제를 더 많이 한다고 하였다(Gross & John, 2003). 이처럼 정서를 자각하고 표현 및 정서표현의 갈등을 하는데 있어서 남녀 간에 서로 다르다는 것을 알 수 있다.

그러나 선행연구에서 정서관련변인과 남녀 간의 차이에 대한 연구결과는 소수에 불과하며 연구 내용 또한 한계가 있었다. 특히 정서자각, 표현, 양가성과 대인관계간의 관계성에 대한 남녀차이의 연구보고는 부족한 실정이며, 보고된 연구결과들 간에도 서로 불일치의 결과로 인해 남녀 간의 정서관련 요인들에 대한 명확한 이해를 하는데 한계가 있다. 그러므로 정서 자각, 정서표현등과 관련하여 남녀 간의 차이와 그에 따른 근거를 찾아보는 것은 의미가 있을 것으로 보인다.

이에 본 연구의 목적은 우선 앞서 언급한 것처럼, 첫째, 정서자각, 정서표현, 정서표현의 양가성과 대인관계간의 관련성을 알아보기 위해 경로분석을 실시하여 정서관련 변인이 대인관계에 영향을 미치는 과정을 알아보고자 한다. 둘째, 성별에 따라 정서관련변인간의 차이를 알아보고 그 차이의 근거를 찾아보고자 한다.

## 방 법

### 연구대상

대구 및 경북지역에 소재하고 있는 대학에서 심리학 관련 과목을 수강한 대학생 총 516명(남자:161명, 여자 355명)이 연구에 참여하였다. 평균연령은 22.6세이며 설문지는 수업시간을 통하여 실시하였고 질문지 작성에 소요되는 시간은 약 10분 정도였다.

### 측정도구

#### 특질 초기분 척도

Mayer와 Gaschke(1988)의 연구를 참조하여 Salovey 등(1995)이 개발한 척도(Trait Meta-Mood Scale: 이하 TMMS)로서, 지속적이고 안정적인 정서 자각의 개인차를 측정하는데, 하위요인은 정서 인식의 명확성, 정서에 대한 주의, 정서 개선에 대한 기대이다. 총 21문항으로 구성되며 5점 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 응답하도록 되어 있다. 본 연구에서도 정서자각의 척도로 세 가지 요인에 대한 설문지를 실시하였다. 하위요인의 내적 일치도 계수인 Cronbach's  $\alpha$ 는 명확성이 .80, 정서에

대한 주의가 .65, 정서 개선에 대한 기대는 .70을 보였으며, 전체 척도의 내적 일치도 계수는 .80이었다.

#### 정서 표현 척도

King, Smith와 Neale(1994)이 개발한 정서표현성 척도(Emotional Expressivity Scale: 이하 EES)를 사용하였다. 자신의 정서를 외부로 나타내는 정도를 나타내는 것으로 총 17문항이며, 5점 척도로 응답하도록 구성되어 있다. 내적 일치도 계수인 Cronbach's  $\alpha$ 는 .91이었다.

#### 정서표현에 대한 양가감정 척도

King과 Emmons(1990)가 개발한 정서표현에 대한 양가감정 척도(Ambivalence Over Emotional Questionnaire: 이하 AEQ)는 하정(1997)이 번안하였고 이 척도의 하위요인인 긍정적 정서표현의 양가성 10문항과 부정적 정서표현의 양가성 18문항으로 구성되어 있다. 내적 일치도 계수인 Cronbach's  $\alpha$ 는 긍정적 정서표현의 양가성이 .84, 부정적 정서표현의 양가성이 .85, 전체 척도의 내적 일치도 계수는 .91이었다.

#### 대인관계 척도

Schien과 Guerny(1971)가 개발한 대인관계 척도(Relationship Change Scale: 이하 RCS)를 사용하였다. 총25문항으로, 만족감, 의사소통, 신뢰감, 친근감, 민감성, 개방성, 이해성의 하위요인으로 구성되어 있으며, 점수가 높을수록 대인관계가 좋음을 의미한다. 내적 일치도 계수는 .88이었다.

#### 자료 분석

변인간 및 성별간의 관계를 검토하기 위해

상관관계, 회귀분석과 경로분석을 실시하였다. SPSS 14.0을 사용하여 변인간 상관관계, 회귀 분석을 실시하였고, 정서자각, 정서표현, 정서 표현의 양가성이 어떠한 경로로 대인관계에 영향을 미치는지를 알아보기 위한 모형 검증을 하기 위해서 Amos 6.0을 사용하여 경로분석을 실시하였다.

모형의 적합도는  $\chi^2$ , 일반부합치(Goodness of Fit Index: GFI), 조정부합치(Adjusted Goodness of Fit Index: AGFI), 표준부합치(Normed Fit Index: NFI), 비표준부합치(Tucker-Lewis: TLI), 비교부합치(Comparative Fit Index: CFI), 절대 적합도 지수(Root Mean Square Error of Approximation: RMSEA)를 사용하였다. 일반적으로 적합도 지수들이 .90이상이면 합당한 모형이며, RMSEA는 .05미만이면 좋은 모형, .08보다 작으면 합당한 모형, .10보다 크면 나쁜 모형으로 판정된다(홍세희, 2000).

## 결 과

정서 자각, 정서표현 및 정서표현의 양가성과 대인관계간 평균과 표준편차 (표 1)

정서 자각, 정서표현 및 정서표현의 양가성과 대인관계간의 상관분석, 회귀분석 및 경로분석 결과(전체)

TMMS와 EES와의 상관계수(표 2)는  $r=.24$  ( $p<.001$ ), TMMS와 RCS와의 상관계수는  $r=.9$  ( $p<.001$ ), EES와 RCS와의 상관계수는  $r=.36$  ( $p<.001$ )로 모두 유의미한 정적 상관을 보였고, TMMS와 AEQ( $r=-.17$ ,  $p<.001$ ), EES와 AEQ( $r=-.35$ ,  $p<.001$ ), 그리고 RCS와 AEQ( $r=-.46$ ,  $p<.001$ )간에는 모두 유의미한 부적 상관을 나타내었다. 이러한 결과는 정서자각(TMMS)을 잘 할수록 정서표현(EES)과 대인관계(RCS)를 잘 한다는 것을 의미할 수 있겠다. 그리고 정서표현에 대한 갈등(AEQ)이 높을수록 정서자각(TMMS), 정서표현(EES), 그리고 대인관계(RCS)를 잘 못 한다고 볼 수 있겠다. 이러한 상관결과를 근거로 하여, 각 척도간 얼마나 설명력을 가지는지 확인하기 위하여 회귀분석을 실시하였다. RCS를 종속변인으로 두고 TMMS, EES, AEQ를 독립변인으로 하는 단계적 중다회귀분석(stepwise multiple regression)을 한 결과를 살펴보면(표 3), TMMS, EES, AEQ의 순서로 모두 RCS를 예측하였다. 세가지 모형에 있어서 전체 설명량은 41%였으며, 그 중 TMMS가 가장 중

표 1. 각 척도간 평균과 표준편차

| 척 도  | 평균(표준편차)  |           |           |
|------|-----------|-----------|-----------|
|      | 남(n=161)  | 여(n=355)  | 전체(n=516) |
| TMMS | 3.50(.33) | 3.44(.34) | 3.46(.34) |
| EES  | 3.24(.44) | 3.31(.34) | 3.28(.45) |
| AEQ  | 4.42(.83) | 4.25(.76) | 4.30(.79) |
| RCS  | 3.53(.47) | 3.53(.44) | 3.53(.45) |

주. TMMS=특질 초기분 척도, EES=정서표현척도, AEQ=정서표현에 대한 양가성 척도, RCS=대인관계 척도

표 2. 정서자각, 정서표현, 정서표현의 양가성 및 대인관계의 상관 결과(전체)

| 척도      | 1       | 2       | 3       | 4 |
|---------|---------|---------|---------|---|
| 1. TMMS | -       |         |         |   |
| 2. EES  | .24***  | -       |         |   |
| 3. AEQ  | -.17*** | -.35*** | -       |   |
| 4. RCS  | .49***  | .36***  | -.46*** | - |

주. \*\*\* $p < .001$

표 3. 대인관계에 대한 정서자각 및 표현, 양가성의 회귀분석 결과(전체)

|                       | $R^2$ | $\beta$             | $F$       |
|-----------------------|-------|---------------------|-----------|
| 1. TMMS               | .24   | .49                 | 164.54*** |
| 2. TMMS<br>AEQ        | .39   | .43<br>-.38         | 119.72*** |
| 3. TMMS<br>AEQ<br>EES | .41   | .39<br>-.34<br>-.15 | 16.89***  |

주. \*\*\* $p < .001$

요도가 높았다(24%). Beta 값을 볼 때, TMMS와 EES가 모두 높을수록 높은 RCS를 예측하였고, AEQ가 낮을수록 높은 RCS를 예측하였다. 이러한 결과는 대인관계를 하는데 있어 다른 정서변인들(TMMS, EES, AEQ)중에서 정서자각이 가장 중요한 설명력을 가지는 것으로 의미할 수 있다.

다음으로 정서자각, 정서표현과 정서표현에 대한 갈등이 대인관계에 미치는 영향을 확인하기 위해 경로분석을 실시하여 모형검증을 한 결과(표 4, 5, 그림 1), 모형의 적합도 지수는 ( $\chi^2=5.17$ ,  $GFI=.99$ ,  $TLI=.93$ ,  $RMSEA=.09$ )로 합당한 모형이라고 할 수 있다. 이러한 모형 결과는 전체 집단의 경우, 정서자각이 대인관계에 영향을 미치는데 있어서, 정서표현이 매개역할을 하는 것으로 나타났으며, 직접경로도 유의한 것으로 나타났다. 또한 정서표현은 대인관계에 영향을 미치는데 있어서 정서표현에 대한 갈등이 매개역할을 하는 것으로 나타났으며 직접경로도 유의한 것으로 나타났다.

표 4. 정서자각, 표현 및 정서표현의 양가성과 대인관계의 모형 적합도(전체)

| $\chi^2$ | $df$ | $p$ | $GFI$ | $AGFI$ | $NFI$ | $TLI$ | $CFI$ | $RMSEA$ |
|----------|------|-----|-------|--------|-------|-------|-------|---------|
| 5.17     | 1    | .02 | .99   | .95    | .98   | .93   | .98   | .09     |

표 5. 전체집단의 모형의 경로계수(전체)

|      | 구조 |      | 비표준화 계수 | 표준화 계수 | 표준편차 | $t$      |
|------|----|------|---------|--------|------|----------|
| 정서자각 | →  | 정서표현 | .31     | .24    | .05  | 5.52***  |
| 정서표현 | →  | 양가성  | -.60    | -.35   | .07  | -8.33*** |
| 정서표현 | →  | 대인관계 | .15     | .15    | .03  | 4.09***  |
| 정서자각 | →  | 대인관계 | .53     | .40    | .04  | 11.39*** |
| 양가성  | →  | 대인관계 | -.19    | -.34   | .02  | -9.30*** |

주. \*\*\* $p < .001$

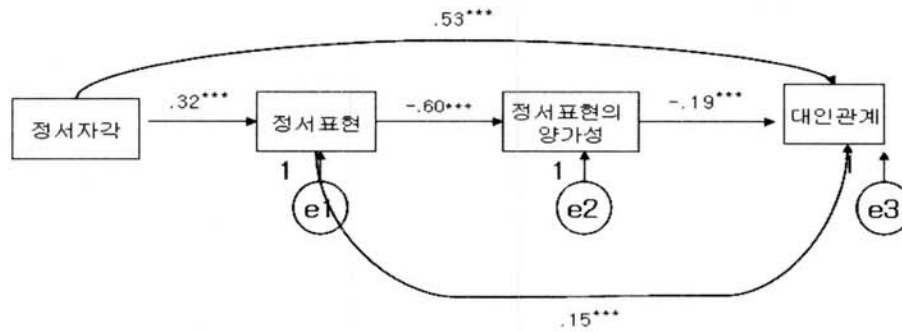


그림 1. 각 척도간 모형 검증(전체)

성별에 따른 정서 자각, 정서표현 및 정서표현의 양가성과 대인관계간의 상관분석, 회귀분석 및 경로분석 결과

정서관련 변인(정서자각, 정서표현, 정서표현에 대한 양가성)은 남녀의 차이에 대한 선행연구들이 있지만 성별에 따른 결과보고가 부족하고 보고된 연구들 간에도 서로 일치된 결과를 보이지 않은 경우가 있다. 따라서 본 연구에서 정서 변인에 대한 남녀차이를 확인 해보는 것이 의미가 있다고 보아 성별을 구분 하여 그 차이를 확인하였다.

성별에 따른 상관, 회귀분석 및 경로분석의 결과가 아래에 제시되어 있다(표 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 그림 2, 3). 그 결과를 구체적으로 살펴보면, 우선 남녀 간 각 척도들의 상관 결과에서(표 6, 표 10), 여학생은 전체상관의 결과(표 2)와 일치된 결과를 보였지만 남학생의 경우 여학생과 달리 TMMS와 AEQ간에 유의미한 부적 상관을 보이지 않았다. 이러한 남녀 간의 차이는 회귀분석 결과에서도 차이가 나타났는데, 표 7, 표 11을 살펴보면, 남학생의 경우 RCS를 예측함에 있어서 AEQ가 26%로 가장 중요도가 높았고, 그 다음으로

TMMS, EES 의 순서로 설명력을 가졌다. 그러나 여학생의 경우 RCS를 예측하는데 전체 집단의 회귀분석 결과와 일치되게 TMMS가 가장

표 6. 정서자각, 정서표현, 정서표현의 양가성 및 대인관계의 상관 결과(남학생)

| 척도      | 1      | 2       | 3       | 4 |
|---------|--------|---------|---------|---|
| 1. TMMS | -      |         |         |   |
| 2. EES  | .25*** | -       |         |   |
| 3. AEQ  | -.02   | -.29*** | -       |   |
| 4. RCS  | .47*** | .37***  | -.51*** | - |

주. \*\*\* $p < .001$

표 7. 대인관계에 대한 정서자각 및 표현, 양가성과의 회귀분석결과(남학생)

|                       | $R^2$ | $\beta$            | $F$      |
|-----------------------|-------|--------------------|----------|
| 1. AEQ                | .26   | -.51               | 54.54*** |
| 2. AEQ<br>TMMS        | .47   | .49<br>-.46        | 61.96*** |
| 3. AEQ<br>TMMS<br>EES | .48   | -.46<br>.43<br>.13 | 4.26*    |

주. \* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$

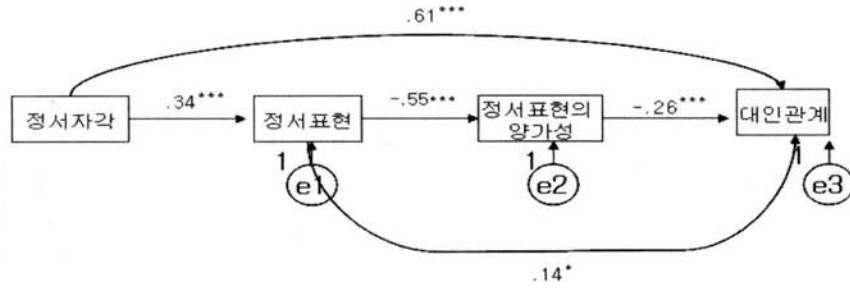


그림 2. 각 척도간 모형 검증(남학생)

표 8. 정서자각, 표현 및 정서표현의 양가성과 대인관계의 모형 적합도(남학생)

| $X^2$ | $df$ | $p$ | GFI | AGFI | NFI | TLI  | CFI  | RMSEA |
|-------|------|-----|-----|------|-----|------|------|-------|
| .48   | 1    | .48 | .99 | .98  | .99 | 1.02 | 1.00 | .00   |

표 9. 정서자각, 정서표현, 정서표현의 양가성과 대인관계 모형의 경로계수(남학생)

| 구조   |   | 비표준화 계수 |      | 표준화 계수 | 표준편차 | t        |
|------|---|---------|------|--------|------|----------|
| 정서자각 | → | 정서표현    | .33  | .25    | .10  | 3.29***  |
| 정서표현 | → | 양가성     | -.55 | -.29   | .14  | -3.83*** |
| 정서표현 | → | 대인관계    | .14  | .13    | .06  | 2.09*    |
| 정서자각 | → | 대인관계    | .61  | .42    | .08  | 7.23***  |
| 양가성  | → | 대인관계    | -.26 | -.45   | .03  | -7.69*** |

주. \* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$

표 10. 정서자각, 정서표현, 정서표현의 양가성 및 대인관계의 상관 결과(여학생)

| 척도      | 1       | 2       | 3       | 4 |
|---------|---------|---------|---------|---|
| 1. TMMS | -       |         |         |   |
| 2. EES  | .24***  | -       |         |   |
| 3. AEQ  | -.26*** | -.37*** | -       |   |
| 4. RCS  | .51***  | .36***  | -.44*** | - |

주. \*\*\* $p < .001$

표 11. 대인관계에 대한 정서자각 및 표현, 양가성과의 회귀분석결과(여학생)

|                       | $R^2$ | $\beta$            | F         |
|-----------------------|-------|--------------------|-----------|
| 1. TMMS               | .26   | .51                | 122.28*** |
| 2. TMMS<br>AEQ        | .36   | .33<br>.42         | 53.93***  |
| 3. TMMS<br>AEQ<br>EES | .38   | -.27<br>.39<br>.17 | 13.21*    |

주. \* $p < .05$ , \*\*\* $p < .001$

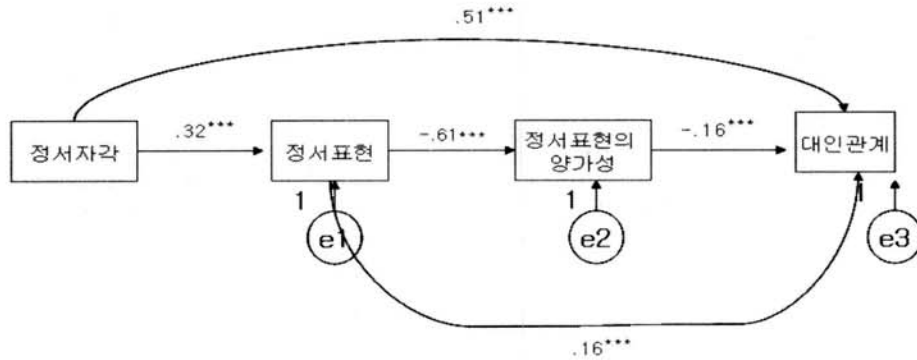


그림 3. 각 척도간 모형 검증(여학생)

표 12. 정서자각, 표현 및 정서표현의 양가성과 대인관계의 모형 적합도(여학생)

| $\chi^2$ | df | p   | GFI | AGFI | NFI | TLI | CFI | RMSEA |
|----------|----|-----|-----|------|-----|-----|-----|-------|
| 13.13    | 1  | .00 | .98 | .82  | .94 | .70 | .95 | .18   |

표 13. 정서자각, 정서표현, 정서표현의 양가성과 대인관계 모형의 경로계수(여학생)

|      | 구조 |      | 비표준화 계수 | 표준화 계수 | 표준편차 | t        |
|------|----|------|---------|--------|------|----------|
| 정서자각 | →  | 정서표현 | .32     | .24    | .06  | 4.63***  |
| 정서표현 | →  | 양가성  | -.61    | -.37   | .08  | -7.39*** |
| 정서표현 | →  | 대인관계 | .16     | .17    | .04  | 3.60***  |
| 정서자각 | →  | 대인관계 | .51     | .41    | .05  | 9.20***  |
| 양가성  | →  | 대인관계 | -.15    | -.28   | .02  | -6.02*** |

주. \*\*\* $p < .001$

높은 설명량을 나타냈고 다음으로 AEQ, EES 순서의 결과를 나타내었다. RCS를 예측하는데 남녀 간 중요도에 있어서 차이가 나타났기 때문에 t검증을 통해 남녀 간 각 척도들의 차이를 확인해 본 결과 AEQ에서 차이가 있었는데 남학생이 AEQ에서 유의미한 차이가 나타났다( $t(514)=2.23, p<.05$ ). 이러한 차이의 결과들은 남자가 여자보다 정서표현의 양가성 즉 정서표현을 하는데 있어서의 갈등이 더 많다는 것

으로 보여진다.

남녀 간의 경로분석을 실시해본 결과(표 8, 9, 12, 13, 그림 2, 3), 전체집단의 모형과 같이 남녀 간에도 같은 모형을 확인하였다. 남녀 간 결과를 구체적으로 비교해보면 정서자각이 대인관계에 영향을 미치는데 있어 직접경로가 남학생이 여학생보다 더 높게 나타났으며, 여학생은 남학생보다 정서표현이 대인관계에 미치는 영향이 더 높게 나타났다. 또한 정서자

각이 대인관계에 미치는 영향에서 정서표현의 매개역할이 남학생보다 여학생이 더 높게 나타났다. 이러한 결과는 여학생은 대인관계를 하는데 있어서 정서표현이 미치는 영향력이 더 높다고 볼 수 있으나, 남학생은 여학생에 비해 대인관계를 하는데 있어서 정서표현의 영향력이 높지 않다고 볼 수 있다.

## 논 의

본 연구는 정서자각, 표현 및 정서표현의 양가성과 대인관계간의 관련성을 알아보기 위해 경로분석을 실시하여 정서관련변인이 대인관계에 영향을 미치는 과정을 살펴보고자 하였다. 다음으로, 정서관련변인이 성별에 따라 나타나는 차이를 알아보고 그 근거를 찾아보고자 하였다.

본 연구에서 얻어진 결과를 종합해보면, 첫째, 전체집단에 대한 각 변인 간 상관분석, 회귀분석 및 경로분석 결과, 정서자각, 표현, 대인관계 간에는 유의미한 정적상관이 나타났지만 위의 변인들과 정서표현의 양가성과는 부적상관이 나타났다. 이러한 결과는 자신이 경험한 정서를 명확하게 규명하는 사람은 정서를 잘 표현하며 그 결과 인간관계에서도 긍정적인 결과를 나타낸다는 선행연구 결과들과 일치하였다(Gross, 1997; Salovey, Mayer, Goldman, Turvey & Palfai, 1995; Pennebaker, 1985, 1995, 1997; Kring, Smith & Neale, 1994; King & Emmons, 1995; Greenberg, 2002; Kenedy-Moore & Watson, 1999; Hemenover, 2003; Taylor, Bagby, & Parker, 2000; Lieberman, Eisenberger, Crockett, Tom, Pfeifer & Way, 2007). 이에 반해 정서표현에 대해 갈등적일수록 정서자각과 정서표현

에 부정적 결과를 나타냈다(이주일 외, 1997; 하정, 1997; 한정원, 1997; 유주현 2000; Pennebaker, 1985, 1989; Bell & Byrne, 1978; Buck, 1984; King & Emmons, 1990; Katz & Campbell, 1994; King & Emmons, 1990, 1991; Emmons & Colby, 1995). 이는 정서표현에 대한 갈등이 높으면 정서를 자각하는데 어려움이 있을 수 있고 그에 따라 연관되어 나타나는 정서표현에서도 어려움이 생길 수 있다. 나아가, 결국 인간관계의 상호작용적 상황에서도 부정적인 결과를 초래할 수 있다고 볼 수 있다. 정서표현은 자신의 요구를 충족하는데 중요한 역할을 하는 것으로 적응적인 상호작용을 증진시켜준다 또한, 자신의 정서를 표현하는데 갈등을 경험하는 사람은 의사소통에서 명료성과 표현의 일치성이 약화되고 타인과 관계에서 명료하고 단호하게 의사소통하는데 어려움이 생길 수 있다(Mongrain & Vette, 2003).

정서관련 변인과 대인관계간의 회귀분석을 실시한 결과에서는 대인관계를 설명하는데 있어 정서자각이 가장 중요한 변인으로 나왔으며 그 다음으로 정서표현, 정서표현의 갈등순으로 예측되었다. 이는 인간관계를 하는데 있어서, 정서관련변인 중에서 자신의 정서를 명확하게 이해하는 것이 관계 형성에 중요한 요인이 된다는 것을 알 수 있다. 즉 정서자각을 잘 할수록 인간관계와 관련하여 사회적 불안이 적고 사회적 지지를 적극적으로 요청한다는 선행연구와 관련시켜 이해해 볼 수 있겠다(Swinkle & Guiliano, 1995; Gross, 1997).

그리고 정서관련변인이 대인관계에 영향을 미치는 과정을 알아보기 위해 모형검증을 통한 경로분석을 실시하였다. 그 결과, 세 가지 경로가 있음을 확인하였다. 그중 하나의 경로

는 정서자각과 대인관계간의 직접적 경로이다. 이것이 의미하는 바는 자신의 정서를 이해할 수록 타인과의 관계에서 자신의 입장에 대한 지지를 적극적으로 요청할 수 있다(Gross, 1997; Swinkle & Guiliano, 1995). 나아가 정서자각은 타인에 대한 감정이입을 증가시킬 뿐만 아니라 타인에 대한 이해를 높일 수 있기 때문에 인간관계를 성공적으로 할 수 있다(Mayer, DiPaolo & Salovey, 1990). 그리고 두 번째의 경로는 정서자각이 정서표현과 정서표현 갈등을 매개로 한 경로이다. 이 경로는 정서자각이 높아지면 정서표현이 높아지고 그러한 정서표현이 높아지면 정서표현의 갈등이 낮아지며, 정서표현의 갈등이 적음에 따라 결과적으로 대인관계가 증진된다고 볼 수 있다. 이러한 경로는 정서자각과 정서표현이 대인관계를 하는데 있어 중요한 역할을 한다는 것을 의미한다. 대인관계에 대한 정서자각의 직접 경로나 간접경로에서, 정서자각이 대인관계에서 우선적으로 중요한 요인이 될 수 있다고 하겠다. 그러므로 대인관계 증진을 위해서는 정서자각을 높이는 것이 중요함을 시사한다. 경로분석 결과, 세 번째 경로 즉 정서표현이 대인관계에 영향을 미치는 것은 상대적으로 미비하게 나타났다. 정서표현이 대인관계를 하는데 있어서 중요하다. 그러나 정서표현 자체가 대인관계에 확실적으로 긍정적 영향을 미친다고 판단하기 보다는 어떤 정서를 어떻게 표현하느냐에 따라 대인관계의 질에 영향을 줄 수 있다(Jerome & Liss, 2005). 예컨대, Jerome과 Liss(2005)에 의하면, 긍정적 정서표현은 대인관계를 증진시키는 반면에 부정적 정서표현은 대인관계를 악화시키며, Gottman(1993)은 억제되지 못한 과도한 정서표현이 사고와 의사소통에 영향을 미쳐 갈등, 심리적

장애등을 심화시킨다고 하였기 때문이다.

위의 결과들을 종합해보면, 자신의 정서를 명확하게 이해하는 정서자각이 우선적으로 중요하고, 다음으로 정서자각에 기반을 둔 정서표현은 정서표현의 갈등을 낮추어 인간관계를 증진시킨다는 것이다(Mayer, DiPaolo, & Salovey, 1990; Swinkles & Guiliano, 1995; Gross, 1997; Salovey & Grewal, 2005).

다음으로 이러한 정서관련변인이 성별에 따라 어떤 차이가 나는지, 남녀별로 각각 구분하여 살펴본 결과, 상관 및 회귀분석 결과에서 특징적인 것은, 여학생은 정서자각과 정서표현 갈등 간에 유의미한 부적상관이 나왔지만, 남학생은 상관이 나타나지 않았다. 회귀분석 결과 남학생의 경우, 대인관계를 예측하는데 있어서 정서표현의 갈등이 가장 중요한 설명력을 가지는 것으로 나왔는데, 여학생의 경우에는 정서자각이 대인관계를 예측하는데 가장 중요한 변인으로 나왔다. 이러한 결과에서 보듯이, 남학생은 여학생보다 정서표현을 하는데 있어서 정서표현의 갈등이 더 많았다. 이것은 여자에 비해 남자가 정서표현에 더 억압적이고 여자는 남자에 비해 더 표현적이라는 기존의 연구들의 결과(Gross & John, 2003; 이하나, 2006)를 지지한다고 볼 수 있다. 특히 이하나(2006)는 정서표현의 갈등이 남자가 높게 나온 것에 대해 남자가 여자보다 정서표현에 대해 억제와 규제를 많이 하고, 미묘한 정서표현 상황에서 모호한 감정을 더 많이 느끼기 때문일 것이라고 주장하였다.

본 연구에서도 정서표현과 정서표현의 갈등에 대한 성별의 차이가 이하나(2006)의 연구결과와 일치한 것으로 보아 이러한 이유를 지지할 수 있을 것으로 보여 진다. 그러나 이러한 결과와 달리 King과 Emmons(1990)는 다른 결

과를 냈는데, 여자가 남자에 비해 정서표현과 표현의 갈등이 높게 나타났으며 여자가 정서 표현의 갈등이 더 높은 이유를 개인적인 야망과 전통적인 여성 역할간의 불균형에 기인한다고 추측하였다. 본 연구의 결과와 다른 결과를 낸 King과 Emmons(1990)의 결과는 추후 문화적인 차이의 특성을 포함하여 연구해보면 의미가 있을 것으로 보여 진다.

남녀 간 경로분석 결과에서는, 전체집단의 모형과 같은 적합한 모형을 확인하였다. 남녀 간 결과를 비교해보면, 남학생의 경우 정서자각이 대인관계에 미치는 영향이 더 높았고 여학생은 정서표현이 대인관계에 미치는 영향이 더 높은 것으로 나왔으며 정서자각이 대인관계에 미치는 영향에서 정서표현의 매개역할이 여학생이 더 높게 나타났다. 이는 여학생이 남학생에 비해 더 정서 표현적이며 그러한 정서표현이 대인관계에 중요한 역할을 한다는 기존연구들을 지지한다(Gross & John, 2003; Gross & Levenson, 1993; Gross & John, 1995)

본 연구의 의의 및 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 인간관계 상황에서 중요한 요인으로 대두되고 있는 여러 관련 변인 중에서 특히 정서관련변인 즉 정서의 자각, 정서표현 그리고 정서표현에 대한 갈등이 대인관계에 영향력을 가진다는 것을 증명하였다. 특히 이러한 정서변인들 중에서 정서표현이 대인관계와 관련하여 매개역할을 하는 것으로 보아 정서표현의 증진은 결국 대인관계를 긍정적으로 증진할 수 있다고 보여 진다. 앞서 언급했던 정서자각은 정서표현의 정확도를 높인다는 선행 연구에서처럼, 정서표현을 증진하는데 있어 우선 정서자각을 높이는 것이 중요함을 경로 분석을 통하여 확인 할 수 있었다는 것이 본

연구의 의의라고 할 수 있겠다.

둘째, 정서를 자각하고 표현하며 정서표현에 대한 갈등 간에는 남녀 간 서로 차이가 있음을 확인하였다. 특히, 여학생은 정서자각에서, 남학생은 정서표현에 대한 갈등에서 대인관계를 하는데 있어서 더 중요한 요인이 됨을 알 수 있었다. 이를 경로분석을 통해 좀 더 구체적으로 확인해 보았다. 이러한 본 연구의 결과는 선행연구에서의 불일치 결과를 안정된 결과로의 정립을 하는데 보완적 역할을 하였다고 볼 수 있다. 나아가 이러한 결과를 토대로 정서표현과 정서표현을 억제하는데 있어서 남녀 간의 상이성을 이해하는 근거가 될 수 있을 것 같다. 그러나 남학생의 정서표현 갈등의 이유를 좀 더 구체적인 탐색이 된다면 대인관계를 촉진하는데 있어 정서표현 관련 대안을 모색해볼 수 있을 것으로 보여 진다.

셋째, 남녀 간 정서관련변인과 대인관계에 회귀분석 결과 남녀 간의 정서관련 변인이 대인관계를 예측해주는 설명량이 각각 48%, 38%로서 다른 잠재변인을 찾는 추후 연구가 필요하겠다.

넷째, 대인관계에 영향을 주는 정서자각, 정서표현 그리고 정서표현의 갈등의 변인들 각각에 대한 잠재변인들의 영향력을 아는 것은 중요한 것으로 보여 지는 만큼 추후 연구에서는 각 변인들의 잠재변인을 살펴보는 것이 필요할 것으로 생각된다.

## 참고문헌

- 김경희 (1995). 정서란 무엇인가? 서울: 민음사.  
유주현 (2000). 정서표현에 대한 양가감정과 사회 적지지 및 심리적 안녕감과 의 관계. 고려

- 대학교 석사학위논문.
- 이주일, 황석현, 한정원, 민경환 (1997). 정서의 체험 및 표현성이 건강과 심리적 안녕에 미치는 영향. *한국심리학회지: 사회 및 성격*, 11, 117-140.
- 이하나 (2006). 정서인식의 명확성, 정서의 표현 및 갈등과 대인불안의 관계 : 자아탄력성의 매개효과 검증. 연세대학교 석사학위논문.
- 전석균 (1994). 정신분열증 환자의 재활을 위한 사회기술훈련 프로그램의 효과성에 관한 연구. 숭실대학교 박사학위논문.
- 최상진, 이요행 (1995). 한국인 화병의 심리학적 개념과 시도. *한국심리학회(편) 연차대회 학술발표 논문집*, 327-338.
- 하정 (1997). 정서표현 성향과 스트레스 평가 및 대처가 우울에 미치는 영향: 정서, 사고, 행동영역의 통합적 고찰. 이화여자대학교 석사학위논문.
- 한정원 (1997). 정서 표현성이 건강 및 주관적 안녕에 미치는 영향. 서울대학교 석사학위논문.
- 홍세희 (2000). 구조방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. *한국심리학회지: 임상*, 19(1), 161-177.
- Bell, P. A., & Byrne, D. (1978). Repression-sensitization. In H. London & J. E. Exne(Eds.), *Dimension of personality*. NY: Wiley, 449-485.
- Booth, R. J., & Pennebaker, J. W. (2004). Emotions and immunity. In M. Lewis & J. M. Haviland-Jones(Eds.), *Handbook of emotions* (2nd ed.). NY: Guilford.
- Brody, L. R. (1999). *Gender, emotion and the family*. Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Buck, R. (1984). *The Communication of Emotion*. NY: Guilford Press.
- Cameron, L. D., & Nicholls, G. (1998). Expression of stressful experiences through writing: Effects on a self-regulation manipulation for pessimists and optimists. *Health Psychology*, 17, 84-92.
- Cox, T., & McCay, C. (1982). psychological factors and psychophysiological mechanism in the etiology and development of cancers. *Social science and Medicine*, 16, 381-396.
- DePaul, B. M. (1992). Nonverbal behavior and self-presentation. *Psychological Bulletin*, 111, 203-243.
- Emmons, R. A., & Colby, P. (1995). Emotional conflict and well-being: Relation to perceived availability, daily utilization and observer reports of social support. *Journal of Personality and social Psychology*, 68, 947-959.
- Extremiera, N., Durán, A., & Rey, L. (2007). Perceived emotional intelligence and dispositional optimism-pessimism: Analyzing their role in predicting psychological adjustment among adolescents. *Personality and Individual Difference*, 42, 1069-1079.
- Friedman, H. S., Hall, J. A., & Harris, M. J. (1985). Type A behavior, nonverbal expressive style and health. *Journal of Personality and Social Psychology*, 48, 1299-1315.
- 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.

- Gottman, J. M. (1993). The Role of Conflict Engagement, Escalation, and Avoidance in Marital Interaction. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 61, 6-15.
- Greenberg, L. S. (2002). *Emotion-focused therapy Coaching clients to work through their feeling*. Washington: American Psychological Association.
- Greenberg, M. A., & Stone, A. A. (1992). Emotional disclosure about trauma and health: Effect of previous disclosure and trauma severity. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 75-84.
- Gross, J. J., & John, O. P. (1995). Facets of emotional expressivity: three self-report factors and their correlates. *Personality and Individual Differences*, 19, 555-568.
- Gross, J. J., & John, O. P. (1997). Revealing feelings: Facets of emotional expressivity in self-reports, peer ratings, and behavior. *Journal of Personality and social Psychology*, 72, 435-448.
- Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(2), 348-362.
- Gross, J. J., John, O. P., & Richard, J. M. (2000). The dissociation of emotion expression from emotion experience: A personality perspective. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 26(6), 712-726.
- Gross, J. J., & Levenson, R. W. (1993). Emotional suppression: Physiology, self-report, and expressive behavior. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(6), 976-986.
- Hemenover, S. H. (2003). The good, the bad, and the healthy: Impacts of emotional disclosure of trauma on resilient self-concept and psychological distress. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 29, 1236-1244.
- Jerome, E. L., & Liss, M. (2005). Relationship between sensory processing style, adult attachment, and coping. *Personality and Individual Difference*, 38(6), 1341-1352.
- Katz, I. M., & Campbell, J. D. (1994). Ambivalence over emotional expression and well-being: Nomothetic and idiographic tests of the stress-buffering hypothesis. *Journal of Personality and social Psychology*, 67, 513-524.
- Kennedy-Moore, E., & Watson, J. (1999). *Expressing Emotion*. NY; Guilford Press.
- King, A. M., & Emmons, R. A. (1990). Individual differences in dispositional expressiveness: Development and validation of the emotional expressivity scale. *Journal of Personality and social Psychology*, 58, 864-877.
- , (1991). Psychological, physical and interpersonal correlates of emotional expressiveness, conflict and control. *European Journal of Personality*, 5, 131-150.
- Kring, A. M., Smith, D. A., & Neale, J. M. (1994). Individual Differences in dispositional expressiveness: Development and validation of the emotional expressivity scale. *Journal of Personality and social Psychology*, 66, 934-949.
- Larsen, M. R. (1987). Psychobiological factors predicting the course of breast cancer. *Journal of personality*, 55, 317-342.

- Larsen, D. G., & Chastain, R. L. (1990). Self-concealment: Conceptualization, measurement and health implications. *Journal of social and Clinical Psychology*, 9, 439-455.
- Lennon, R., & Eisenberg, N. (1987). Gender and age difference in empathy and sympathy. In N. Eisenberg & J. Strayer(Eds.), *Empathy and its development*(pp.195-217). Cambridge, England: Cambridge University Press.
- Lieberman, M. D., Eisenberg, N. I., Crockett, M. J., Tom, S. M., Pfeifer, J. H., & Way, B. M. (2007). Putting feeling into words: affect labeling disrupts amygdala activity in response to affective stimuli. *Association for Psychological Science*, 18, 421-428.
- Mayer, J. D., DiPaolo, M. T., & Salovey, P. (1990). Perceiving affective content in ambiguous visual stimuli: A component of emotional intelligence. *Journal of Personality Assessment*, 54, 772-781.
- Mayer, J. D., & Salovey, P. (1993). What is emotional intelligence? In P. Salovey & D. J. Sluyter(Eds.), *Emotional development and emotional intelligence: educational implications*. New York: Basic Books.
- Mongrain, M., & Vettese, L. C. (2003). Conflict over emotional expression: Implications for interpersonal communication. *Society for personality and social psychology*, 29(4), 545-555.
- Pennebaker, J. W. (1985). Traumatic experience and psychosomatic disease: Exploring the roles of behavioral inhibition, obsession and confiding. *Canadian Psychology*, 26, 82-95.
- . (1995). *Emotion, disclosure, and health*. Washington, DC: American Psychological Association.
- . (1997). Writing about emotional experience as a therapeutic process. *American Psychological society*, 8, 162-166.
- Pennebaker, J. W., Kiecolt, J. K., & Glaser, R. (1988). Disclosure of traumas and immune function: Health Implication for psychotherapy. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(2), 239-245.
- Pennebaker, J. W., Barger, S. D., & Trebout, J. (1989). Disclosure of traumas and health among Holocaust survivors. *Psychosomatic Medicine*, 51, 577-589.
- Pennebaker, J. W., & Francis, M. E. (1996). Cognitive emotional and language processes in disclosure. *Cognition and Emotion*, 10, 601-626.
- Polivy, J. (1990). Inhibition of internally cued behavior. In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino(Eds.), *Motivation and cognition*(V2). NY: Guilford Press.
- Salovey, P., & Grewal, D. (2005). The science of emotional intelligence. *Current Direction in Psychological Science*, 14, 281-285.
- Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and personality*, 9, 185-211.
- Salovey, P., Mayer, J. D., Goldman, S. L., Turvey, C., & Palfai, P. (1995). Emotional attention, clarity, and repair: exploring emotional intelligence using the trait meta-mood scale. *Emotion, Disclosure, and Health*. Washington, D. C: APA. 125-154.
- Swinkels, A., & Guiliano, T. A. (1995). The

- measurement and conceptualization of mood awareness: Attention directed toward one's mood states. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 21, 934-949.
- Thayer, J. F., Rossy, L. A., Ruiz-Padial, E., & Johnson, B. H. (2003). Gender differences in the relationship between emotional regulation and depressive symptoms. *Cognitive Therapy and Research*, 27(3), 349-364.
- Taylor, G. J., Bagby, R. M., & Parker, J. D. A. (2000). Disorders of affect regulation: Alexithymia in medical and psychiatric illness. *Journal of Psychosomatic Research*, 8, 603-604.
- 원 고 접 수 일 : 2008. 6. 12  
수정원고접수일 : 2008. 7. 18  
게 재 결 정 일 : 2008. 8. 8

## A Study on the Relationship Between Emotional Awareness, Emotional Expressivity and Ambivalence in Terms of Emotional Expressiveness in Interpersonal Relationships

Jung Joo Chang

Jeung Mo Kim

Yeungnam University

The purpose of this study is to investigate the relationship between emotional awareness, emotional expressivity and ambivalence in terms of emotional expressiveness in interpersonal relationships. The results of the study were as follows; First, there were significant positive correlations among emotional awareness, emotional expression and ambivalence in terms of emotional expressiveness as well as negative correlations with emotional awareness, emotional expression, interpersonal relationships. Moreover, there was a mediating effect of emotional expression on the relationship between emotional awareness and interpersonal relationship. The results also suggest that emotional expression was identified as a mediating variable in the relationship between emotional awareness and interpersonal relationships. Women scored significantly higher than men on expressiveness and men scored significantly higher than women on ambivalence over emotional expression. Secondly, there was the influence of interpersonal relationship upon emotional awareness, as well as ambivalence in regard to emotional expression and emotional expressiveness.

*Key words : emotional awareness, emotional expression, ambivalence over emotional expressiveness, interpersonal relationship*