

대인관계에서의 부정적 경험이 대학생의 우울 증상에 미치는 영향: 용서 성향의 조절효과를 중심으로*

최정원** · 임정하***

초 록

본 연구는 대학생들을 대상으로 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상 간의 관계를 살펴보고, 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상의 관계에서 용서 성향의 조절효과를 알아보고자 수행되었다. 이를 위해 서울에 소재한 대학교에 재학 중인 대학생 421명을 대상으로 대인관계에서의 부정적 경험 척도, 용서 척도, 우울 척도(CES-D)를 사용한 자기보고식 설문조사를 실시하였다. 수집된 자료는 Pearson의 적률상관분석, 위계적 회귀분석 그리고 단순기울기 검증을 이용해 분석하였다. 주요 연구결과는 다음과 같다. 첫째, 대학생들은 대인관계에서 적대감, 둔감, 간섭 및 방해와 같은 부정적인 경험을 자주 할수록 우울 증상을 더 자주 경험하였고 용서 성향이 높을수록 우울 증상을 덜 경험하였다. 둘째, 대학생의 용서 성향은 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계를 조절하는 것으로 나타났다. 뿐만 아니라, 대학생의 용서 성향은 대인관계에서의 부정적 경험의 모든 하위요인과 우울 증상 간의 관계를 조절하는 것으로 나타났다. 즉, 적대감, 둔감, 간섭 및 방해와 같은 대인관계에서의 부정적 경험이 우울 증상에 미치는 영향은 용서 성향이 높을수록 완화되는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 통하여 용서 성향이 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상의 관계에서 보호적 역할을 하는 것을 확인하였으며, 이는 대인관계에서 부정적인 경험을 자주 하는 대학생들을 대상으로 용서 성향의 향상을 위한 치료적 개입이 필요함을 시사한다.

주제어: 대인관계에서의 부정적 경험, 용서 성향, 우울 증상, 대학생

* 이 연구는 2017학년도 고려대학교 대학원 석사학위논문 일부임.

** 고려대학교 대학원 생활과학과 아동학전공 박사과정, 제1저자

*** 고려대학교 사범대학 가정교육과 교수, 교신저자, jhlim@korea.ac.kr

I. 서 론

세계보건기구(WHO)에서는 전 세계 3억 5천만 명이 우울증을 앓고 있으며, 2030년에는 우울증이 질병 부담률 1위를 차지할 것으로 예상한 바 있다(WHO, 2008, 2012). 우리나라의 경우에도 서울 시민 10명 중 2명은 최근 1년 동안 연속적으로 2주 이상 일상생활에 지장이 있을 정도로 슬프거나 절망감을 느낀 적이 있다고 답하였다(서울시정신건강증진센터, 2015). 우울은 불면증, 식욕 저하 등 생리적 증상을 유발할 뿐만 아니라 자살과 같은 극단적인 행동으로까지 이어질 수 있어 그 위험성이 심각하다. 이처럼 많은 사람들이 우울을 경험하며 이로 인해 생활에서 어려움을 겪고 있어 우울에 대한 연구가 필요하다.

특히 대학생들은 청소년기와 성인기 사이의 과도기적 시기에 놓여 있어 다양한 심리사회적 변화와 갈등을 겪는다. Arnett(2000)는 이 시기를 ‘성인 모색기(emerging adulthood)’라고 부르며, 새로운 시도와 경험을 통해 삶의 방향을 정해야하는 불안정하고 불확실한 시기라고 설명하였다. 성인 모색기의 대학생들은 부모로부터 독립하여 정체성을 탐색하며 이전 시기와는 다른 확대된 대인관계에 직면하게 되면서 거절, 실망감, 무능감 혹은 혼란을 경험하는 등 다양한 스트레스 상황에 처할 수 있다(권석만, 2006; Arnett, 2000). 이처럼 대학생들은 다양한 갈등과 실패 경험에 노출되어 있어 그들의 정신 건강이 위협 받을 수 있다. 실제로 중증 이상의 우울증을 가진 20대는 70대 이상 노인 다음으로 가장 많은 것으로 보고되었으며(보건복지부, 질병관리본부, 2015), 우울이 지속될 경우 대학생들은 자신의 능력을 발휘하지 못하고 학업이나 학교생활에 어려움을 겪을 수 있다. 따라서 대학생을 대상으로 우울을 감소시킬 수 있는 보호요인에 대해 살펴볼 필요가 있다.

우울은 슬프고 불행한 감정으로 우울한 기분이 지속되면 의욕 상실, 죄책감과 무가치함, 무력감, 절망감, 식욕 저하, 수면 장애 등의 증상이 나타나게 된다(Black & Grant, 2014; Hammen, 2002). 또한, 이러한 우울 증상의 정도가 심해질 경우 우울증과 같은 기분장애나 자살행동으로 이어질 수 있다(Black & Grant, 2014; Harwood, Hawton, Hope & Jacoby, 2001; Hawton, Comabella, Haw & Saunders, 2013). 이처럼 우울이라는 용어는 우울한 기분(depressed mood), 우울 증상(depressive symptom), 임상적 수준의 우울 장애(depressive disorder) 등 여러 의미로 사용되고 있다(김미령,

2014; 김영아, 2000). 본 연구에서는 우울을 일상생활에서 겪을 수 있는 우울 증상으로, 우울한 기분이 지속되어 의욕 상실, 무력감, 무가치함, 집중력 감소, 식욕 저하, 수면 장애 등의 증상을 겪는 것으로 보고자 한다.

Sullivan에 따르면 우울과 같은 모든 심리적인 문제는 대인관계적 기원을 가지고 있으며 개인의 사회적 상호작용을 살펴봄으로써 이해될 수 있다(Feist, 1985). 대인관계와 우울 증상 간의 관계를 살펴본 연구들은 주로 대인관계 경험과 개인적 요인이 우울 증상에 미치는 영향력을 살펴보기나(이지민, 2010; 조성경, 최연실, 2014; 지은미, 조영채, 2014) 대인관계 경험이 개인적 요인을 매개로 하여 우울 증상에 영향을 미치는 매커니즘을 설명하였다(이은희, 정순옥, 2006; 최정아, 2009; Fiori & Consedine, 2013). 그러나 상대적으로 대인관계 경험과 우울 증상의 관계에서 개인적 요인의 완충역할을 살펴본 연구는 많이 이루어지지 않았다. 대인관계에서 발생하는 긴장은 강력한 스트레스원이며 우울과 같은 심리적인 문제를 야기할 수 있다는 점에서(Berry & Worthington, 2001; Newsom, Nishishiba, Morgan & Rook, 2003) 이들의 관계에서 보호역할을 할 수 있는 개인적 요인을 탐색하는 것은 매우 의미 있는 일이라 할 수 있다. 따라서 본 연구에서는 대학생의 대인관계 경험과 우울 증상 간의 관계에서 완충역할을 할 수 있는 개인적 요인을 살펴보고자 한다.

대학시절은 인간관계가 가장 활발한 시기인 동시에 이러한 관계 속에서 많은 갈등 또한 경험할 수 있는 시기이다(권석만, 2006). 성인 모색기에 속하는 대학생들의 인간관계는 이전보다 좀 더 성숙해지고 확대됨에 따라(권석만, 2006; 설기문, 2002; 홍숙기, 2010) 이러한 타인과의 관계 속에서 부정적인 경험 또한 증가 할 수 있다. 대인관계에서의 부정적 경험이란 다른 사람들과의 관계에서 적대감, 거절, 갈등, 조롱, 무심함, 비난 등을 경험하는 것을 말한다(Ruehlman & Karoly, 1991). 따라서 대인관계에서의 부정적 경험은 정서적으로 불쾌하고, 갈등을 유발하며, 적대적이고 마음을 상하게 할 수 있다(Ruehlman & Karoly, 1991). 대인관계에서의 부정적 경험에는 상대방이 화를 내거나 간섭을 하는 등 대인관계에서의 직접적인 마찰을 경험하는 것뿐만 아니라 상대방이 민감하지 못하거나 무심한 것과 같이 충분한 반응이 없어 기대에 비해 실망하게 되는 경험 역시 포함된다(Rook, 2014; Ruehlman & Karoly, 1991).

대인관계에서 이러한 부정적인 경험이 지속되면 우울과 같은 심리적인 문제가 발생할 수 있다(Edwards, Hershberger, Russell & Markert, 2001). Lewinsohn(1974)은 개

인의 사회적 상호작용의 결과로 우울증을 설명하는데, 타인과의 상호작용에서 긍정적인 결과보다 부정적인 결과를 초래하는 상호작용이 많으면 우울증이 유발된다고 하였다. 즉, 타인과 상호작용하는 과정에서 긍정적인 강화를 받지 못하고 부정적인 경험들이 반복되면 개인은 좌절감과 무가치함을 느끼게 된다. 또한, 대인관계에서의 부정적인 경험은 스트레스의 직접적인 원인으로(Fontana, Dowds, Marcus & Eisenstadt, 1980), 이는 우울 증상으로 이어질 수 있다(Ruehlman & Karoly, 1991). 대인관계에서 비롯되는 스트레스에 지속적으로 노출되면 개인은 자신을 무가치한 존재로 인식하며 관계의 상황에서 부정적인 측면에 초점을 맞추어 우울 증상을 경험할 수 있다(Rudolph et al., 2000). 선행연구에서도 대인관계에서 부정적인 경험을 많이 할수록 우울 및 불안이 높고 자살생각을 더 많이 하는 것으로 나타났다(Hirsch & Barton, 2011; Ruehlman & Karoly, 1991). 이러한 연구결과들을 고려해볼 때, 대인관계에서의 부정적 경험은 대학생의 우울 증상에 영향을 미치는 주요한 요인임을 예상해 볼 수 있다.

그러나 대인관계에서의 부정적 경험이 반드시 우울 증상으로 이어지는 것이 아니라 개인의 특성에 따라 그 영향에 차이가 있음을 제안하는 연구들도 있다(김사라형선, 2012; Davila, Karney, Hall & Bradbury, 2003; Fiori & Consedine, 2013). 예를 들어, 대학생들은 개인의 성격 특성에 따라 대인관계 갈등에 대처하는 전략을 다르게 사용하였으며 그 효과도 다르게 나타났다(Bolger & Zuckerman, 1995). 이처럼 대인관계에서의 부정적 경험이 우울 증상으로 이어지는 경우 개인적 요인에 의해 그 영향이 심화되거나 완화될 수 있다. 최근 긍정심리학의 영향으로 개인차 연구에서도 부정적 특질뿐만 아니라 긍정적 특질에 대한 관심이 높아지고 있다. 긍정적 특질은 대인관계 스트레스와 같은 우울의 위험 요소로부터 개인을 보호 할 수 있는 것으로 나타났다(진승하, 신희천, 2010; Banerjee, 2012). 이와 같은 긍정적 특질 중의 하나로 주목받고 있는 용서 성향은 대인관계에서 발생하는 갈등을 대처하는 데 도움이 될 수 있는 개인적 특질로, 우울 증상에 대한 보호요인으로 작용할 수 있다.

용서 성향이란 부당하게 상처를 입힌 사람에 대해 분노감과 보복 욕구를 자발적으로 내려놓고, 보다 자애롭고 관대하게 대할 수 있는 성향을 말한다(김지영, 권석만, 2009). Thompson과 Snyder(2003)는 용서를 상대방에 대한 부정적인 사고, 정서, 행동을 중립적 혹은 긍정적인 것으로 변화시키는 재구조화 과정이라고 설명하였다. 용서는 부정적인 과거 경험에 대해 인지적으로 재해석할 수 있는 기회를 제공하여 자신

의 경험에 대해 보다 객관적인 견해를 갖고 새로운 시각에서 이해할 수 있도록 도와 준다(정성진, 장성숙, 서경현, 2012; Greenberg, Warwar & Malcolm, 2008). 용서 성향이 높은 사람들은 부정적인 사건을 지속적으로 떠올리고 상대를 비난하기보다는 문제 해결적인 전략을 많이 사용하며 상대방의 입장에서 보다 새로운 관점으로 이해하려는 경향이 있다(이아름, 이민규, 2013; Booker & Dunsmore, 2016; Flanagan, Hoek, Ranter & Reich, 2012). 이처럼 용서를 잘하는 사람들은 스트레스 사건으로 인한 부정적인 영향을 효과적으로 조절할 수 있는 적응적인 대처 전략을 사용하기 때문에 심리적으로 더 건강할 수 있다(Toussaint, Shields, Dorn & Slavich, 2016). 이러한 맥락에서 용서 성향은 대인관계에서의 부정적 경험에 대한 지각과 해석에 영향을 주어 부정적인 경험이 우울 증상으로 이어지는 것을 완화시킬 수 있을 것으로 보인다. 선행 연구에서도 친밀한 관계에서 정서적으로 상처 받은 사람들 중 상대방을 용서한 사람들은 그렇지 않은 사람들에 비하여 긍정 정서를 더 많이 표현하였으며 더 적은 신체적 증상을 보고하였다(Lawler, Younger, Piferi & Jones, 2000). 또한, 용서를 촉진시키는 상담이나 교육 프로그램들은 이혼이나 정서적 학대를 경험한 사람들뿐만 아니라 대인관계에서 상처를 받은 경험이 있는 일반인들에게도 우울 수준을 감소시키는 효과가 있는 것으로 나타났다(양현주, 2014; Goldman & Wade, 2012; Hui & Chau, 2009; Reed & Enright, 2006; Rye et al., 2005). 이러한 연구결과들을 고려할 때, 용서 성향이 대인관계에서의 부정적 경험으로 인한 우울 증상을 낮추어 주는 데 중요한 역할을 할 수 있을 것으로 생각된다. 따라서 본 연구에서는 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상의 관계에서 용서 성향의 완충역할을 살펴보고자 한다.

한편, 선행연구에 따르면 대학생의 우울 증상은 성별과 종교의 영향을 받을 수 있다(김영운, 이은진, 김범준, 2011; Cooley Fruehwirth, Iyer & Zhang, 2016; Naderi, 2016). 우울 증상은 일반적으로 여성이 남성보다 더 많이 경험하는 것으로 알려져 있으며(Nolen-Hoeksema, 2001; Parker & Brotchie, 2010), 종교가 제공하는 삶에 대한 초월적 관점과 지지는 우울 증상에 영향을 미칠 수 있다. 따라서 본 연구에서는 성별과 종교 유무의 영향을 통제된 뒤 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계에서 용서 성향의 조절효과를 살펴보고자 한다. 이를 통해 대학생의 우울 증상을 예방하고 감소시키기 위한 프로그램 개발 및 상담 현장에서 사용할 수 있는 기초정보를 제공할 수 있을 것으로 기대된다.

본 연구의 목적은 대인관계에서의 부정적 경험이 대학생의 우울 증상에 미치는 영향을 알아보는 것으로, 이들의 관계에서 용서 성향의 조절효과를 중심으로 살펴볼 것이다. 연구 목적을 달성하기 위해 다음과 같은 연구문제를 설정하였다.

- 연구문제 1. 대학생의 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상은 관계가 있는가?
- 연구문제 2. 성별과 종교 유무를 통제한 뒤, 대학생의 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계를 용서 성향이 조절하는가?

II. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 서울에 소재한 4개 대학교에 재학 중인 대학생 421명을 대상으로 실시하였다. 연구대상의 평균연령은 22.17세($SD=1.78$)였으며, 이들 중 남학생이 201명(47.7%), 여학생이 220명(52.3%)이었다. 연구대상 중 종교가 없다고 응답한 사람은 269명(63.9%)이었고, 기독교가 76명(18.1%), 천주교가 44명(10.5%), 불교가 28명(6.7%)으로 나타났다. 그리고 대학교 1학년은 132명(31.4%), 2학년은 202명(48.0%), 3학년은 53명(12.6%), 4학년은 34명(8.1%)이었다. 전공계열의 경우, 인문·사회·교육이 214명(50.8%), 자연·공학이 144명(34.2%), 의학·약학이 48명(11.4%), 예체능계가 4명(1.0%)이었다.

2. 측정도구

본 연구에서 사용된 측정도구는 대인관계에서의 부정적 경험 척도, 용서 성향 척도, 우울 증상 척도 세 가지이다.

1) 대인관계에서의 부정적 경험 척도

본 연구에서는 대인관계에서의 부정적인 경험을 측정하기 위해 Ruehlman과 Karoly (1991)가 개발한 TENSE(Test of Negative Social Exchange)를 Finch, Okun, Pool과 Ruehlman(1999)이 개정한 TENSE를 사용하였다. 이 척도는 총 21문항으로 화(4문항), 둔감(11문항), 간섭/방해(6문항)의 3가지 하위 요인으로 구성되어있다. 화(anger) 요인은 상대방이 자신에게 성질을 내거나 소리를 지르는 등 상대방으로부터 적대감을 경험한 것을 의미한다. 둔감(insensitivity) 요인은 상대방이 무심하거나 배려하지 않는 등 상대방으로부터 민감하지 못한 반응을 경험한 것을 의미하며, 간섭/방해(interference/hinderance) 요인은 상대방이 자신에게 참을성 없이 대하거나 지나치게 간섭한 것을 의미한다. 개정판 TENSE의 문항은 본 연구자가 번안한 후, 번역의 정확성을 검토하기 위해 한국어-영어 이중언어자에게 척도의 문항이 원래의 표현에 부합하는지 확인하였다. 그리고 대학 교수 2인에게 번안의 정확성 및 내용타당도를 확인하였다. 본 척도는 '전혀'의 0점에서부터 '자주'의 9점까지 Likert식 10점 척도로 응답하게 되어 있다. 점수가 높을수록 지난 한달 동안 다른 사람들과의 관계에서 적대감, 무심함, 간섭을 자주 경험한 것을 의미한다. Finch와 동료들(1999)은 척도 개정 시 요인분석을 통해 구성타당도를 검증하였으며 내적 합치도 Cronbach의 α 는 .81로 보고하였다. Sheese, Brown과 Graziano(2004)의 연구에서는 하위 요인별 내적 합치도 Cronbach의 α 가 화 요인 .85, 둔감 요인 .91, 간섭/방해 요인 .81, 전체 .93으로 나타났다. 본 연구에서는 화 요인 .87, 둔감 요인 .93, 간섭/방해 요인 .85, 전체 .95로 나타났다.

2) 용서 성향 척도

본 연구에서는 용서 성향을 측정하기 위해 김지영과 권석만(2009)이 대학생을 대상으로 개발한 용서특질척도를 사용하였다. 이 척도는 단일요인 총 10문항으로, 상황특수적인 용서와 구별되는 성격적 강점으로서의 용서를 측정한다. 본 척도는 '전혀 아니다' 0점에서부터 '매우 그렇다' 3점까지 Likert식 4점 척도로 측정되며, 점수가 높을수록 상황에 상관없이 상대방에 대한 분노와 보복 욕구를 버리고 관대하게 대하고자 노력하는 성향이 높은 것을 의미한다. 김지영과 권석만(2009)은 척도 개발

시 요인분석을 통해 구성타당도를 검증하였으며, 보복 및 회피동기, 우울, 불안, 분노 척도와 의 상관분석을 통해 준거관련 타당도를 보고하였다. 김지영과 권석만의 연구(2009)에서 내적 합치도 Cronbach의 α 는 .86으로 보고되었으며 본 연구에서는 .84로 나타났다.

3) 우울 증상 척도

본 연구에서는 우울 증상을 측정하기 위해 Radloff(1977)가 개발한 CES-D(Center for Epidemiologic Studies Depression Scale)를 전경구, 최상진과 양명창(2001)이 번안하고 수정한 한국판 CES-D를 사용하였다. 이 척도는 단일요인 총 20문항이며 지난 일주일 동안 우울 증상을 경험한 빈도를 측정한다. 본 척도는 ‘드물게’의 0점에서부터 ‘거의 대부분’의 3점까지 Likert식 4점 척도로 측정되며, 점수가 높을수록 우울 증상을 자주 경험한 것을 의미한다. 전경구 등(2001)은 요인분석을 통해 구성타당도를 확인하였으며 내적 합치도 Cronbach의 α 는 .91로 보고하였다. 본 연구에서는 .88로 나타났다.

3. 연구절차

본조사에 앞서 서울에 소재한 한 4년제 대학교에 재학 중인 대학생 71명을 대상으로 예비조사를 실시하여 문항의 이해정도나 응답 방식의 어려움 등을 검토하였다. 본조사는 2017년 3월, 서울에 소재한 4개 4년제 대학교에 재학 중인 대학생 451명을 대상으로 실시하였다. 사전에 조사 대상 대학교의 교양 및 전공과목 강사에게 연구목적과 취지를 설명하여 협조를 구한 후, 연구자가 직접 대학교에 방문하였다. 연구자는 학생들의 자발적 의사에 따라 설문에 참여하도록 하였으며 비밀 보장 및 사생활 보호의 원칙을 설명하였다. 설문지의 응답은 강의시간 전후를 이용하여 강의실에서 이루어졌고, 약 15분 정도가 소요되었다. 참여 학생과 협조 강사에게는 감사의 표시로 답례품을 전달하였다. 배부된 설문지는 모두 회수되었고, 회수된 설문지 중에서 불성실하게 응답했거나(25부) 응답이 누락된 설문지(5부)는 제외하고 421부(93.35%)를 실제 자료분석에 사용하였다.

4. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 21.0 프로그램을 사용하여 분석하였다. 구체적인 자료분석 방법은 다음과 같다. 첫째, 연구대상자의 일반적인 특성을 알아보기 위해 빈도분석을 실시하였고, 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상의 일반적인 경향을 알아보기 위해 평균과 표준편차를 산출하였다. 둘째, 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다. 셋째, 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계에서 용서 성향의 조절효과를 살펴보기 위해 성별, 종교 유무, 대인관계에서의 부정적 경험, 용서 성향, 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향의 상호작용항을 투입한 위계적 중다회귀분석을 실시하였다. 상호작용항을 투입할 때는 다중공선성의 가능성을 피하고 회귀계수 해석을 용이하게 하기 위해 독립변인과 조절변인에 대해 평균중심화(mean centering) 기법을 사용하였다(홍세희, 정송, 2014). 상호작용항이 유의한 것으로 나타난 경우 PROCESS macro를 이용하여 단순기울기 검증을 사후검증에 사용하였다.

III. 연구결과

1. 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상 간의 관계

대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상이 어떠한 경향을 보이는지 살펴보기 위해 각각의 평균과 표준편차를 산출하고 세 변인 간의 관계를 알아보기 위해 Pearson의 적률상관분석을 실시하였다(표 1 참고).

표 1

대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상의 평균, 표준편차 및 상관관계
(N=421)

	<i>M(SD)</i>	상관계수(<i>r</i>)	
		우울 증상	용서 성향
화	1.75(1.75)	.33 ^{***}	-.11 [*]
대인관계에서의 둔감	2.01(1.55)	.48 ^{***}	-.09
부정적 경험 간섭/방해	1.79(1.52)	.36 ^{***}	-.09
전체	1.90(1.43)	.46 ^{***}	-.10 [*]
용서 성향	1.64(.54)	-.20 ^{***}	-
우울 증상	.81(.43)	-	-

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

먼저, 대인관계에서의 부정적 경험 전체($r = .46$, $p < .001$)와 각 하위요인은 대학생의 우울 증상과 유의한 정적 상관을 보였다. 대인관계에서의 부정적 경험의 하위요인별로 살펴보면, 둔감 요인($r = .48$, $p < .001$)이 우울 증상과 가장 강한 상관을 보였으며 간섭/방해 요인($r = .36$, $p < .001$)과 화 요인($r = .33$, $p < .001$) 순으로 나타났다. 즉, 대인관계에서 민감하지 못한 반응을 자주 경험하고 상대방이 지나치게 간섭하며 상대방으로부터 적대감을 자주 경험할수록 대학생은 우울 증상을 자주 경험하는 것으로 나타났다. 다음으로, 대학생의 용서 성향은 우울 증상과 유의한 부적 상관을 보였다($r = -.20$, $p < .001$). 이는 상황에 관계없이 상대방을 용서하는 성향이 높을수록 우울 증상을 덜 경험한다는 것을 의미한다. 마지막으로, 용서 성향은 대인관계에서의 부정적 경험 전체와 유의한 부적 상관을 보였으며($r = -.10$, $p < .05$), 하위요인 중에서는 화 요인과 유의한 부적 상관을 나타냈다($r = -.11$, $p < .05$). 즉, 상황에 관계없이 상대방을 용서하는 성향이 높을수록 대인관계에서 갈등적이고 적대적인 반응을 포함한 부정적인 경험을 적게 한다는 것을 의미한다.

2. 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상의 관계에서 용서 성향의 조절효과

대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계를 용서 성향이 조절하는지 알아보기 위해 위계적 중다회귀분석을 실시하였다(표 2 참고). 우울 증상을 준거변인으로 하여 1단계에는 성별과 종교 유무를, 2단계에는 대인관계에서의 부정적 경험 전체와 용서 성향을, 3단계에는 대인관계에서의 부정적 경험 전체와 용서 성향의 상호작용항을 추가로 투입하였다. 이 때 성별과 종교 유무는 가변수화하여 남학생 1, 여학생 0으로, 종교가 있는 학생 1, 없는 학생 0으로 코딩하였다. 성별과 종교 유무가 투입된 1단계에서는 성별($\beta = -.12, p < .05$)과 종교 유무($\beta = -.11, p < .05$)가 대학생의 우울 증상에 유의한 영향력을 미치는 것으로 나타났다. 성별과 종교 유무를 통제한 후, 대인관계에서의 부정적 경험 전체와 용서 성향을 추가로 투입한 2단계의 추가적 설명력은 22%였으며($F = 58.96, p < .001$), 대인관계에서의 부정적 경험 전체($\beta = .43, p < .001$)와 용서 성향($\beta = -.14, p < .01$)이 대학생의 우울 증상에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다. 3단계에서 대인관계에서의 부정적 경험 전체와 용서 성향의 상호작용항을 추가로 투입한 결과, 추가적 설명력은 2%였으며($F = 9.05, p < .01$) 상호작용항($\beta = -.13, p < .01$)이 유의한 것으로 나타났다.

표 2

대인관계에서의 부정적 경험 전체와 우울 증상의 관계에서 용서 성향의 조절효과
($N = 421$)

	step 1		step 2		step 3	
	<i>B</i>	β	<i>B</i>	β	<i>B</i>	β
성별	-.11	-.12*	-.05	-.06	-.05	-.06
종교 유무	-.10	-.11*	-.07	-.08	-.07	-.07
대인관계에서의 부정적 경험 전체 (A)			.13	.43***	.13	.43***
용서 성향 (B)			-.11	-.14**	-.12	-.15***
(A) × (B)					-.07	-.13**
<i>adj R</i> ²	.02		.23		.25	
ΔR ²			.22		.02	
<i>F</i>	5.69**		33.11***		28.81***	
ΔF			58.96***		9.05**	

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

대학생의 우울 증상에 대한 대인관계에서의 부정적 경험 전체와 용서 성향의 상호작용의 구체적 양상을 살펴보기 위해 Aiken과 West(1991)가 제안한 회귀방정식¹⁾을 사용하였다. 회귀방정식의 Z값에 용서 성향의 평균±1 표준편차 값을 대입하여 상호작용 효과가 어떻게 나타나는지 그림 1과 같이 제시하였다. 용서 성향이 낮은 경우 대인관계에서 부정적인 경험을 자주 할수록 우울 증상이 높아지는 양상을 보이는 반면, 용서 성향이 높은 경우 대인관계에서의 부정적 경험에 따른 우울 증상의 증가 정도가 완만한 것을 확인할 수 있다.

추가적으로, 단순기울기 검증을 통하여 조절변인인 용서 성향이 평균과 평균±1 표준편차 값을 가질 때 대인관계에서의 부정적 경험이 우울 증상에 미치는 영향이 통계적으로 유의한지 확인하였다. 그 결과, 대인관계에서의 부정적 경험이 우울 증상에 미치는 영향을 나타내는 단순기울기는 용서 성향이 낮은 경우(-1SD) .17($t=8.48$, $p<.001$) 이었고, 평균의 경우 .13($t=10.51$, $p<.001$), 높은 경우(+1SD) .09($t=5.03$, $p<.001$)로 나타났다, 이는 모두 통계적으로 유의하였다. 즉, 조절변인인 용서 성향의 조건 값이 커질수록 단순기울기의 절대값은 점점 작아졌다. 이러한 결과는 용서 성향이 높은 집단에서는 낮은 집단에 비해 대인관계에서의 부정적 경험이 우울 증상에 미치는 영향이 상대적으로 약하다는 것을 의미한다.

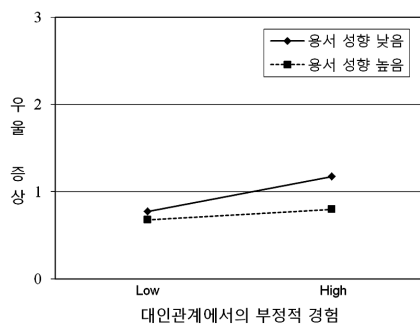


그림 1. 대인관계에서의 부정적 경험 전체와 용서 성향의 상호작용 효과

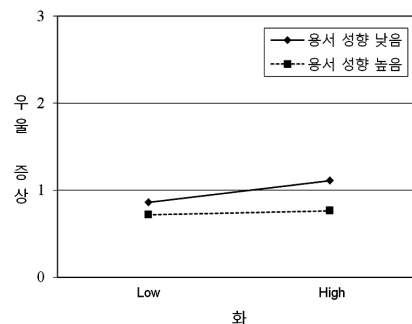


그림 2. 화 요인과 용서 성향의 상호작용 효과

1) $y = b_0 + b_2Z + (b_1 + b_3Z)X$, b_0 는 상수 값, b_1 은 독립변인의 비표준화 회귀계수, b_2 는 조절변인의 비표준화 회귀계수, b_3 는 상호작용항의 비표준화 회귀계수, Z 는 조절변인

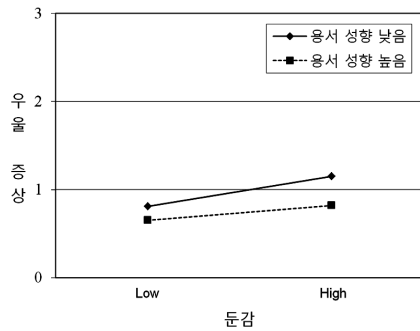


그림 3. 둔감 요인과 용서 성향의 상호작용 효과

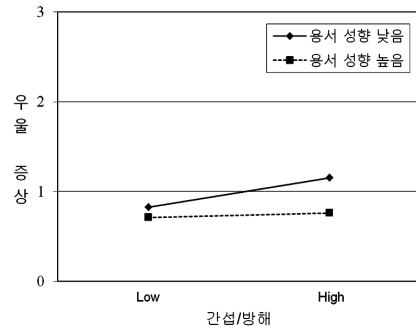


그림 4. 간섭/방해 요인과 용서 성향의 상호작용 효과

다음으로, 대인관계에서의 부정적 경험의 각 하위요인과 우울 증상 간의 관계를 용서 성향이 조절하는지 알아보기 위해 위계적 중다회귀분석을 세 차례 더 실시하였다. 우울 증상을 준거변인으로 하여 1단계에는 성별과 종교 유무를, 2단계에는 대인관계에서의 부정적 경험의 하위요인 한 개와 용서 성향을, 3단계에는 2단계에 투입된 대인관계에서의 부정적 경험의 하위요인과 용서 성향의 상호작용항을 추가로 투입하였다. 지면상 각 회귀모형의 3단계만 표 3에 제시하였다. 대인관계에서의 부정적 경험 중 둔감 요인이 포함된 모형이 대학생의 우울 증상에 대하여 27%의 설명력을 가져 대학생의 우울 증상을 가장 잘 설명하는 것으로 나타났으며($F=31.29$, $p<.001$), 간섭/방해 요인이 포함된 모형($adj R^2 = .18$, $F=19.47$, $p<.001$), 그리고 화 요인이 포함된 모형($adj R^2 = .15$, $F=15.50$, $p<.001$) 순으로 나타났다. 그리고 모든 모형에서 대인관계에서의 부정적 경험 하위요인과 용서 성향의 상호작용항이 유의한 것으로 나타나 모든 하위요인과 우울 증상 간의 관계가 용서 성향의 수준에 따라 조절됨을 의미한다. 그 구체적인 양상은 그림 2, 그림 3, 그림 4에 제시하였다.

표 3

대인관계에서의 부정적 경험의 하위요인과 우울 증상의 관계에서 용서 성향의 조절효과
(N=421)

독립변인	B	β	adj R^2	ΔR^2	F	ΔF
성별	-.06	-.07				
종교 유무	-.07	-.08				
화 (A)	.07	.30***	.15	.01	15.50***	5.96*
용서 성향 (B)	-.12	-.15**				
(A) × (B)	-.05	-.11*				
성별	-.05	-.06				
종교 유무	-.06	-.07				
둔감 (A)	.13	.45***	.27	.01	31.29***	4.58*
용서 성향 (B)	-.12	-.15***				
(A) × (B)	-.04	-.09*				
성별	-.06	-.07				
종교 유무	-.08	-.08				
간섭/방해 (A)	.10	.33***	.18	.02	19.47**	9.97**
용서 성향 (B)	-.13	-.16***				
(A) × (B)	-.07	-.14**				

주. 회귀모형에서 각 하위요인과 조절변인의 상호작용항이 포함된 3단계만 표에 제시하였음.

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

이어서 단순기울기 검증을 실시한 결과, 용서 성향이 높은 집단, 중간 집단, 낮은 집단 모두 기울기가 0과 유의하게 다르게 나타났으며, 조절변인인 용서 성향의 조건 값이 높은 집단의 경우, 낮은 집단보다 단순기울기의 절대값이 작게 나타났다(표 4 참고). 이러한 결과는 용서 성향이 높은 집단에서는 낮은 집단에 비해 대인관계에서의 부정적 경험인 화, 둔감, 간섭/방해 요인이 우울 증상에 미치는 효과가 상대적으로 더 약하다는 것을 의미한다.

표 4

용서 성향의 조건 값에 따른 각 하위요인의 단순기울기 검증

독립변인	조절변인	<i>B</i>	<i>SE</i>	<i>t</i>
화	<i>M</i> - 1 <i>SD</i>	.10	.02	5.33 ^{***}
	<i>M</i>	.07	.01	6.42 ^{***}
	<i>M</i> + 1 <i>SD</i>	.05	.02	2.86 ^{**}
둔감	<i>M</i> - 1 <i>SD</i>	.15	.02	8.51 ^{***}
	<i>M</i>	.13	.01	11.03 ^{***}
	<i>M</i> + 1 <i>SD</i>	.10	.02	6.13 ^{***}
간섭/방해	<i>M</i> - 1 <i>SD</i>	.13	.02	6.42 ^{***}
	<i>M</i>	.09	.01	7.58 ^{***}
	<i>M</i> + 1 <i>SD</i>	.06	.02	3.24 ^{**}

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

V. 논의 및 결론

본 연구는 용서 성향이 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계를 조절하는지 살펴보기 위해 실시되었다. 이를 위해 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상 간의 관계를 알아보고, 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계에서 용서 성향의 조절효과를 분석하였다. 본 연구의 주요결과에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상 간의 관계를 살펴본 결과는 다음과 같다. 먼저, 대인관계에서의 부정적 경험은 우울 증상과 밀접한 관련이 있었다. 부정적 경험을 구성하는 화, 둔감, 간섭 및 방해 요인 각각도 우울 증상과 관련이 나타났다. 즉, 대인관계에서 갈등, 적대감, 무심함, 간섭, 방해 등을 자주 경험했다고 보고한 대학생들은 우울 증상을 더 자주 경험하는 것으로 나타났다. 이러한 결과는 대인관계에서 부정적 경험을 자주 할수록 우울 및 불안과 같은 심리적인

문제를 많이 겪는 것으로 나타난 연구(Choi & Murdock, 2017; Edwards et al., 2001; Finch & Graziano, 2001)와 같은 맥락에 있다. 또한, 대인관계에서 긍정적인 강화를 받지 못하고 부정적인 경험을 많이 할수록 우울해질 수 있다는 Lewinsohn(1974)의 우울 모형과도 유사한 맥락에 있다. 대학생들은 대인관계의 범위가 확장되고 삶에서 대인관계가 차지하는 비중이 급격히 증가하는 시기에 있기 때문에 다양한 대인관계에서의 부정적 경험은 대학생의 심리적 건강과 깊은 관련이 있는 것으로 보인다.

특히 대인관계에서의 부정적 경험 중 둔감 요인이 우울 증상과 가장 밀접한 관련을 보였는데 이는 Ruehlman과 Karoly의 연구(1991)와 일치하는 결과이다. 둔감은 상대방이 무심하거나 배려하지 않는 등 상대방의 반응이 자신의 기대에 미치지 못하여 실망하는 경우를 말한다. 이는 갈등이나 간섭과 같이 직접적인 마찰이 생기는 것과는 달리 오히려 상호작용 시 상대방의 반응이 부족(response deficit)한 것으로(Ruehlman & Karoly, 1991), 개인의 사회적 욕구가 충족되지 않아 우울 증상을 경험하게 되는 것으로 볼 수 있다. 이러한 결과는 어린 시절 부모로부터 비난이나 간섭받은 경험보다 민감하고 애정적인 보살핌을 받지 못한 경험이 성인기의 우울 증상과 더 관련 있는 것으로 나타난 것(Allen, 2008; Spertus, Yehuda, Wong, Halligan & Seremetis, 2003)과 유사한 맥락에서 생각해볼 수 있다. 즉, 타인과 상호작용하고 싶어 하는 기본적인 욕구가 충족되지 않는 것이 우울 증상과 더 밀접한 관련을 보이는 것으로 추측해볼 수 있다. 이상의 결과는 상대방의 무심하고 민감하지 못한 반응을 자주 경험하는 대학생들이 우울에 더 취약할 수 있음을 나타낸다. 본 연구에서 대학생들이 대인관계에서의 부정적 경험 중 둔감을 가장 자주 경험하는 것으로 나타난 결과를 고려할 때, 타인으로부터의 민감하지 못한 반응이 내재화 문제로 이어지지 않도록 도와주는 등의 관심이 필요할 것이다.

다음으로, 용서 성향이 낮을수록 대학생들은 우울 증상을 자주 경험하였다. 즉, 상황에 관계없이 상대방을 용서하고자 노력하는 성향이 낮을수록 우울 증상을 더 자주 경험하였다. 이는 용서 성향이 낮을수록 부정 정서를 많이 느끼고 우울, 불안과 같은 내재화 문제를 더 많이 겪는 것으로 나타난 연구들(정성진, 서경현, 2011; Green, DeCourville & Sadava, 2012; Hirsch, Webb & Jeglic, 2012; Liao & Wei, 2015; Webb, Hirsch, Visser & Brewer, 2013)과 유사한 결과이다. 용서 성향이 낮은 대학생들은 상대방에게 적대적인 태도를 유지하여 분노, 불안과 같은 부정적인 정서를 더

많이 경험할 수 있다는 Berry, Worthington, Parrott, O'Connor와 Wade(2001)의 주장과도 같은 맥락에 있다. 이러한 결과들은 상대방을 용서하고자 노력하는 성향이 대학생의 심리적 건강과 관계가 있다는 것을 의미한다. 따라서 대학생들의 우울 증상과 관련한 상담 개입 시 부정적인 사건에 대해 보다 긍정적인 태도를 갖고 관대하게 받아들이어 부정적인 정서를 덜 경험할 수 있도록 도와줄 수 있을 것이다.

둘째, 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상의 관계에서 용서 성향의 조절효과를 살펴본 결과, 대인관계에서의 부정적 경험이 우울 증상에 미치는 영향은 용서 성향이 높을수록 완화되는 것으로 나타났다. 특히, 대인관계에서 경험하는 화, 둔감, 간섭 및 방해와 우울 증상 간의 관계에서도 용서 성향의 조절효과가 유의하게 나타나 다양한 부정적인 경험이 우울 증상에 미치는 영향을 용서 성향이 완충할 수 있음을 확인하였다. 따라서 용서 성향은 대인관계에서 부정적인 경험을 할 때 대학생의 우울 증상을 완화시킬 수 있는 보호 요인의 기능을 한다는 것을 알 수 있다.

용서는 부정적인 경험으로 인한 스트레스적인 반응을 해결할 수 있는 효과적인 전략으로(Worthington & Scherer, 2004), 대인관계에서 부정적인 경험을 하더라도 사건의 긍정적인 측면을 조명하여 부정적인 정서를 덜 느끼게 하는 것으로 생각된다. Tse와 Yip(2009)은 대인관계에서의 부정적 경험과 우울로부터 용서가 개인을 보호할 수 있으며 이러한 효과는 두 가지 매커니즘으로 나타날 수 있다고 설명하였다. 먼저, 용서는 상대방의 잘못이나 부정적인 경험을 되풀이하여 생각하는 것을 줄일 수 있다. 선행연구에 따르면 다른 사람을 용서하지 않는 성향을 가진 사람은 반추를 인지전략으로 사용하여 부정적인 감정에 지속적으로 집중하게 되어 우울하게 될 가능성이 높다고 하였다(이초롱, 현명호, 2008). 따라서 용서는 대인관계에서의 부정적인 경험을 반추하는 것을 줄여 부정적 경험이 우울로 이어지는 것을 완충할 수 있는 것으로 생각된다. 다음으로, 용서는 상대방에 대한 부정적인 사고, 정서, 행동을 바로잡는 역할을 하여 정신건강에 긍정적인 영향을 미칠 수 있다. 즉, 용서는 부정적인 대인관계에 대한 평가를 중립적 혹은 긍정적으로 바꾸는 인지적 재구조화 과정을 거치는데 이는 긍정 정보 편향(positive information bias)으로 이어질 수 있다. 우울한 사람들은 부정적 정보에 정서적으로 더 주의를 기울이며 부정적 정보의 처리가 더 촉진되는 편향을 가지기 때문에 긍정 정보 편향은 우울을 치료하는 인지적 매커니즘의 핵심이라 할 수 있다(Harmer, Hill, Taylor, Cowen & Goodwin, 2003). 이러한 맥락에서 용서는

대인관계에서의 부정적 경험이 자기 자신과 세계에 대한 부정적인 평가로 이어지지 않도록 하여 우울을 상쇄하는 것으로 볼 수 있다. 즉, 용서 성향은 대인관계에서 비롯되는 부정적인 경험을 반추하는 것을 줄이며 긍정적인 정보와 정서에 더 초점을 맞추게 함으로써 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계를 완충하는 것으로 보인다.

이상의 논의를 종합해보면, 본 연구에서는 대인관계에서의 부정적 경험이 우울 증상에 미치는 영향을 검증하는 것에서 나아가 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계에서 용서 성향의 조절효과를 규명하였다는 점에서 대학생의 우울 증상에 대한 연구를 확장시켰다. 또한, 용서 성향이 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상의 관계에서 보호적 역할을 하는 것을 확인하여 대학생을 대상으로 용서 성향의 향상을 위한 치료적 개입이 필요함을 시사하였다는 데 의의가 있다. 모든 대인관계는 긍정적인 측면과 부정적인 측면을 함께 가지고 있으며 확장된 대인관계에 직면하는 대학생들을 이러한 부정적인 경험으로부터 분리시키기는 어렵다. 따라서 대인관계에서 비롯되는 부정적 경험의 영향을 최소화하기 위해서는 개인의 용서 성향을 키우는 것이 효율적인 대응방안이라 할 수 있으며 이를 위한 용서 교육 및 상담 프로그램이 마련될 필요가 있다. 대학생을 대상으로 가해 사건 및 가해자에 대해 새로운 관점에서 바라보기, 공감하기(박양리, 현명호, 2012)와 같은 훈련을 할 수 있으며, 예방적 차원에서 개인적 상처경험이 없더라도 가상 이야기나 예화를 통하여 진정한 용서가 무엇이고 어떻게 용서를 하는지 배울 수 있을 것이다(김광수, 이명경, 정태희, 정여주, 우흥련, 2007; 김유정, 유형근, 정연홍, 2016). 이러한 용서 교육 및 상담 프로그램을 통하여 타인과의 관계 시 용서의 중요성을 인지하고 자신의 부정적 감정을 조절하고자 노력한다면 대학생의 우울 증상을 감소시키거나 예방할 수 있을 것으로 생각된다.

끝으로 본 연구가 갖는 제한점과 후속연구를 위한 제언점은 다음과 같다. 첫째, 본 연구에서는 서울에 소재한 4년제 대학교 중 4개 학교의 재학생을 대상으로 표집이 이루어졌다. 따라서 본 연구에서 나타난 결과를 국내 대학생 전체에 일반화하는 데에 무리가 있다. 후속연구에서는 보다 다양한 지역에서 표집이 이루어져야 할 것이다. 둘째, 본 연구의 결과는 단일 시점에 측정된 횡단적 자료에 의한 것으로 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향 및 우울 증상 간의 인과관계를 명확하게 결론짓기는 어렵다. 예를 들어, 대인관계에서의 부정적 경험이 우울 증상을 유발할 수 있지만 우

울 증상이 대인관계에서의 부정적 경험에도 영향을 미칠 수 있다. 따라서 후속연구에서 시간이 지남에 따라 이들 간의 관계가 어떻게 변화하는지 파악한다면 대학생의 우울 증상에 영향을 미치는 요인들 간의 관계를 통합적으로 이해하는 데 도움이 될 것이다. 셋째, 본 연구에서는 일반적인 대인관계 맥락에서의 부정적인 경험이 우울 증상에 미치는 영향을 살펴보았다. 그러나 대인관계에서의 부정적 경험은 매우 주요하고 친밀한 관계에서 더 치명적일 수 있다. 따라서 후속연구에서는 가족, 친구, 이성 관계 등 다양한 관계적 맥락에서의 부정적 경험이 대학생의 심리적 건강에 미치는 영향이 어떻게 다른지 살펴볼 필요가 있다. 넷째, 본 연구에서 대인관계에서의 부정적 경험을 측정하기 위해 사용한 도구는 지난 한달 동안 다른 사람들과의 관계에서 적대감, 무심함, 간섭 등을 경험한 빈도를 측정하고 있다. 따라서 대인관계에서의 부정적 경험의 강도나 지속성 여부와 관련된 정보는 파악하기 어렵다. 후속연구에서는 대인관계에서의 부정적 경험의 강도나 지속성 등 본 연구에서 평가하지 못한 측면을 함께 고려하여 살펴볼 수 있을 것이다.

이러한 제한점에도 불구하고 본 연구는 많은 대학생들이 경험하고 있는 우울 증상과 관련하여 대인관계에서의 부정적 경험과 용서 성향이 갖는 중요성을 밝혔으며, 특히 대인관계에서의 부정적 경험과 우울 증상 간의 관계에서 용서 성향의 완충효과를 증명하였다는 것에 의의가 있다. 이러한 결과가 대학생의 우울 증상을 이해하는 데 폭을 넓히고 이후 대학생의 우울 증상을 완화시킬 수 있는 치료적 개입을 제공하는 데 유용한 자료로 활용되기를 기대해 본다.

참고문헌

- 권석만 (2006). **젊은이를 위한 인간관계의 심리학**. 서울: 학지사.
- 김광수, 이명경, 정태희, 정여주, 우흥련 (2007). 초등학생 정서지능 향상을 위한 정서 교육 일 모형으로서 용서교육 프로그램 개발. **초등교육연구**, 20(3), 297-323.
- 김미령 (2014). 자기초점주의와 우울과의 관계에서 영성의 조절효과. **종교교육학연구**, 44, 21-44.
- 김사라형선 (2012). 청소년의 대인관계와 우울, 불안의 관계에서 자기수용의 조절효과. **아동학회지**, 33(3), 119-130.
- 김영아 (2000). **아동 및 청소년의 우울증상에 대한 대인표상의 매개효과**. 연세대학교 대학원 박사학위 청구논문.
- 김영윤, 이은진, 김범준 (2011). 대학생의 자기에, 우울과 정신병질 성향과의 관계. **한국 심리학회지: 여성**, 16(1), 97-113.
- 김유정, 유형근, 정연홍 (2016). 초등학교 고학년의 용서수준 향상을 위한 집단상담 프로그램 개발. **학습자중심교과교육연구**, 16(12), 999-1018.
- 김지영, 권석만 (2009). 용서특질척도의 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 일반**, 28(1), 239-261.
- 박양리, 현명호 (2012). 용서치료 프로그램이 성인아이의 부정적 정서 및 주관적 안녕 감에 미치는 영향. **청소년학연구**, 19(2), 275-297.
- 보건복지부, 질병관리본부 (2015). **2014 국민건강통계 I: 국민건강영양조사 제6기 2차년도(2014)**. 세종: 보건복지부 건강정책과.
- 서울시정신건강증진센터 (2015). **2015년 정신건강에 관한 서울시민 인식조사 보고서**. 서울: 서울시정신건강증진센터.
- 설기문 (2002). **인간관계와 정신건강**. 서울: 학지사.
- 양현주 (2014). **용서상담프로그램이 또래관계 상처경험 청소년의 용서수준, 불안, 우울, 분노에 미치는 영향**. 창원대학교 대학원 석사학위 청구논문.
- 이아름, 이민규 (2013). 부적응적 인지적 정서조절전략과 신체증상의 관계에서 용서의 매개효과. **한국심리학회지: 일반**, 32(1), 45-61.
- 이은희, 정순옥 (2006). 청소년이 지각한 부모의 양육행동 및 친구관계와 우울간의 관계

- 에서 자아정체감의 매개효과: 공변량 구조분석. **한국청소년연구**, 17(2), 213-239.
- 이지민 (2010). 가족건강성, 자아분화, 대인관계와 대학생 우울 간의 관계구조. **상담학연구**, 11(3), 1271-1287.
- 이초룡, 현명호 (2008). 용서와 우울의 관계에 대한 반추의 매개효과 검증. **한국심리학회 연차학술발표 논문집**, 1, 52-53.
- 전경구, 최상진, 양병창 (2001). 통합적 한국판 CES-D 개발. **한국심리학회지: 건강**, 6(1), 59-76.
- 정성진, 서경현 (2011). 대학생의 특성용서, 상태용서, 용서 결정요인의 관계. **청소년학연구**, 18(6), 147-169.
- 정성진, 장성숙, 서경현 (2012). 용서과정 척도 개발 및 타당화. **한국심리학회지: 건강**, 17(1), 123-142.
- 조성경, 최연실 (2014). 남·녀 대학생의 우울과 불안에 미치는 스트레스와 대처방식의 영향. **가족과 가족치료**, 22(1), 53-74.
- 지은미, 조영채 (2014). 일부 대학생들의 자아존중감 및 사회적 지지와 우울과의 관련성. **한국산학기술학회논문지**, 15(5), 2996-3006.
- 진승하, 신희천 (2010). 스트레스와 우울의 관계에서 희망의 조절효과: 희망의 2요인 모델을 중심으로. **상담학연구**, 11(4), 1519-1535.
- 최정아 (2009). 스트레스-대처 이론을 적용한 청소년의 관계적 괴롭힘과 우울 간의 관계 검증. **한국청소년연구**, 20(2), 383-410.
- 홍세희, 정송 (2014). 회귀분석과 구조방정식 모형에서의 상호작용효과 검증: 이론과 절차. **인간발달학회**, 21(4), 1-24.
- 홍숙기 (2010). **젊은이의 정신건강**. 서울: 박영사.
- Aiken, L. S., & West, S. G. (1991). *Multiple regression: Testing and interpreting interactions*. Newbury Park, CA: Sage.
- Allen, B. (2008). An analysis of the impact of diverse forms of childhood psychological maltreatment on emotional adjustment in early adulthood. *Child Maltreatment*, 13(3), 307-312.
- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469-480.

- Banerjee, P. (2012). Relationship between perceived psychological stress and depression: Testing moderating effect of dispositional optimism. *Journal of Workplace Behavioral Health*, 27(1), 32-46.
- Berry, J. W., & Worthington Jr, E. L. (2001). Forgivingness, relationship quality, stress while imagining relationship events, and physical and mental health. *Journal of Counseling Psychology*, 48(4), 447-455.
- Berry, J. W., Worthington Jr, E. L., Parrott III, L., O'Connor, L. E., & Wade, N. G. (2001). Dispositional forgivingness: Development and construct validity of the Transgression Narrative Test of Forgiveness (TNTF). *Personality and Social Psychology Bulletin*, 27(10), 1277-1290.
- Black, D. W., & Grant, J. E. (2014). *DSM-5™ guidebook: The essential companion to the diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.
- Bolger, N., & Zuckerman, A. (1995). A framework for studying personality in the stress process. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(5), 890-902.
- Booker, J. A., & Dunsmore, J. C. (2016). Profiles of wisdom among emerging adults: Associations with empathy, gratitude, and forgiveness. *Journal of Positive Psychology*, 11(3), 315-325.
- Choi, S. W., & Murdock, N. L. (2017). Differentiation of self, interpersonal conflict, and depression: The mediating role of anger expression. *Contemporary Family Therapy*, 39(1), 21-30.
- Cooley Fruehwirth, J., Iyer, S., & Zhang, A. (2016). *Religion and depression in adolescence*. IZA Discussion Papers, No. 9652.
- Davila, J., Karney, B. R., Hall, T. W., & Bradbury, T. N. (2003). Depressive symptoms and marital satisfaction: Within-subject associations and the moderating effects of gender and neuroticism. *Journal of Family Psychology*, 17(4), 557-570.
- Edwards, K. J., Hersherberger, P. J., Russell, R. K., & Markert, R. J. (2001). Stress, negative social exchange, and health symptoms in university students.

- Journal of American College Health*, 50(2), 75-79.
- Feist, J. (1985). *Theories of personality*. New York: CBS College Publishing.
- Finch, J. F., & Graziano, W. G. (2001). Predicting depression from temperament, personality, and patterns of social relations. *Journal of Personality*, 69(1), 27-55.
- Finch, J. F., Okun, M. A., Pool, G. J., & Ruehlman, L. S. (1999). A comparison of the influence of conflictual and supportive social interactions on psychological distress. *Journal of Personality*, 67(4), 581-621.
- Fiori, K. L., & Consedine, N. S. (2013). Positive and negative social exchanges and mental health across the transition to college loneliness as a mediator. *Journal of Social and Personal Relationships*, 30(7), 920-941.
- Flanagan, K. S., Hoek, K. K. V., Ranter, J. M., & Reich, H. A. (2012). The potential of forgiveness as a response for coping with negative peer experiences. *Journal of Adolescence*, 35(5), 1215-1223.
- Fontana, A. F., Dowds, B. N., Marcus, J. L., & Eisenstadt, R. (1980). *Support and stress: Opposite sides of the same coin*. In 88th Annual Convention of the American Psychological Association, Montreal, Quebec, Canada.
- Goldman, D. B., & Wade, N. G. (2012). Comparison of forgiveness and anger-reduction group treatments: A randomized controlled trial. *Psychotherapy Research*, 22(5), 604-620.
- Green, M., DeCourville, N., & Sadava, S. (2012). Positive affect, negative affect, stress, and social support as mediators of the forgiveness-health relationship. *Journal of Social Psychology*, 152(3), 288-307.
- Greenberg, L. J., Warwar, S. H., & Malcolm, W. M. (2008). Differential effects of emotion-focused therapy and psychoeducation in facilitating forgiveness and letting go of emotional injuries. *Journal of Counseling Psychology*, 55(2), 185-234.
- Hammen, C. (2002). *Depression*. Hove, East Sussex, England: Psychology Press.
- Harmer, C. J., Hill, S. A., Taylor, M. J., Cowen, P. J., & Goodwin, G. M.

- (2003). Toward a neuropsychological theory of antidepressant drug action: Increase in positive emotional bias after potentiation of norepinephrine activity. *American Journal of Psychiatry*, 160(5), 990-992.
- Harwood, D., Hawton, K., Hope, T., & Jacoby, R. (2001). Psychiatric disorder and personality factors associated with suicide in older people: A descriptive and case-control study. *International Journal of Geriatric Psychiatry*, 16(2), 155-165.
- Hawton, K., Comabella, C. C., Haw, C., & Saunders, K. (2013). Risk factors for suicide in individuals with depression: A systematic review. *Journal of Affective Disorders*, 147(1), 17-28.
- Hirsch, J. K., & Barton, A. L. (2011). Positive social support, negative social exchanges, and suicidal behavior in college students. *Journal of American College Health*, 59(5), 393-398.
- Hirsch, J. K., Webb, J. R., & Jeglic, E. L. (2012). Forgiveness as a moderator of the association between anger expression and suicidal behaviour. *Mental Health, Religion & Culture*, 15(3), 279-300.
- Hui, E. K., & Chau, T. S. (2009). The impact of a forgiveness intervention with Hong Kong Chinese children hurt in interpersonal relationships. *British Journal of Guidance & Counselling*, 37(2), 141-156.
- Lawler, K. A., Younger, J., Piferi, R. A., & Jones, W. H. (2000). *A physiological profile of forgiveness*. In annual meeting of the Society for Behavioral Medicine, Nashville, TN.
- Lewinsohn, P. M. (1974). A behavioral approach to depression. In J. C. Coyne (Ed.), *Essential papers on depression*. New York: NYU Press.
- Liao, K. Y. H., & Wei, M. (2015). Insecure attachment and depressive symptoms: Forgiveness of self and others as moderators. *Personal Relationships*, 22(2), 216-229.
- Naderi, M. M. (2016). Religion and depression among Iranian college students. *European Psychiatry*, 33, S178.

- Newsom, J. T., Nishishiba, M., Morgan, D. L., & Rook, K. S. (2003). The relative importance of three domains of positive and negative social exchanges: A longitudinal model with comparable measures. *Psychology and Aging, 18*(4), 746-754.
- Nolen-Hoeksema, S. (2001). Gender differences in depression. *Current Directions in Psychological Science, 10*(5), 173-176.
- Parker, G., & Brotchie, H. (2010). Gender differences in depression. *International Review of Psychiatry, 22*(5), 429-436.
- Radloff, L. S. (1977). The CES-D scale a self-report depression scale for research in the general population. *Applied Psychological Measurement, 1*(3), 385-401.
- Reed, G. L., & Enright, R. D. (2006). The effects of forgiveness therapy on depression, anxiety, and posttraumatic stress for women after spousal emotional abuse. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 74*(5), 920-929.
- Rook, K. S. (2014). The health effects of negative social exchanges in later life. *Generations, 38*(1), 15-23.
- Rudolph, K. D., Hammen, C., Burge, D., Lindberg, N., Herzberg, D., & Daley, S. E. (2000). Toward an interpersonal life-stress model of depression: The developmental context of stress generation. *Development and Psychopathology, 12*(2), 215-234.
- Ruehlman, L. S., & Karoly, P. (1991). With a little flak from my friends: Development and preliminary validation of the Test of Negative Social Exchange (TENSE). *Psychological Assessment: A Journal of Consulting and Clinical Psychology, 3*(1), 97-104.
- Rye, M. S., Pargament, K. I., Pan, W., Yingling, D. W., Shogren, K. A., & Ito, M. (2005). Can group interventions facilitate forgiveness of an ex-spouse? A randomized clinical trial. *Journal of Consulting and Clinical Psychology, 73*(5), 880-892.
- Sheese, B. E., Brown, E. L., & Graziano, W. G. (2004). Emotional expression in cyberspace: Searching for moderators of the Pennebaker disclosure effect

- via e-mail. *Health Psychology*, 23(5), 457-464.
- Spertus, I. L., Yehuda, R., Wong, C. M., Halligan, S., & Seremetis, S. V. (2003). Childhood emotional abuse and neglect as predictors of psychological and physical symptoms in women presenting to a primary care practice. *Child Abuse & Neglect*, 27(11), 1247-1258.
- Thompson, L. Y., & Snyder, C. R. (2003). Measuring forgiveness. In S. J. Lopez, & C. R. Snyder (Eds.), *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Toussaint, L., Shields, G. S., Dorn, G., & Slavich, G. M. (2016). Effects of lifetime stress exposure on mental and physical health in young adulthood: How stress degrades and forgiveness protects health. *Journal of Health Psychology*, 21(6), 1004-1014.
- Tse, W. S., & Yip, T. H. J. (2009). Relationship among dispositional forgiveness of others, interpersonal adjustment and psychological well-being: Implication for interpersonal theory of depression. *Personality and Individual Differences*, 46(3), 365-368.
- Webb, J. R., Hirsch, J. K., Visser, P. L., & Brewer, K. G. (2013). Forgiveness and health: Assessing the mediating effect of health behavior, social support, and interpersonal functioning. *Journal of Psychology*, 147(5), 391-414.
- WHO (2008) *The global burden of disease: 2004 update*. Geneva: World Health Organization.
- WHO (2012). *Depression: A global public health concern*. Department of Mental Health and Substance Abuse.
- Worthington, E. L., & Scherer, M. (2004). Forgiveness is an emotion-focused coping strategy that can reduce health risks and promote health resilience: Theory, review, and hypotheses. *Psychology & Health*, 19(3), 385-405.

ABSTRACT

The influence of negative social exchanges on the depressive symptoms of university students: Forgiveness as a moderator

Choi, Jungwon* · Lim, Jungha**

The purpose of this study was to investigate the moderating effects of forgiveness in the relationship between negative social exchanges and the depressive symptoms of university students. A total of 421 students were recruited from four universities in Seoul. The data thus collected were analyzed by means of Pearson's correlations and multiple regression analyses. The major findings of the study were as follows. First, negative social exchanges were positively related to depressive symptoms, and forgiveness was negatively related to depressive symptoms. Second, forgiveness moderated the association between negative social exchanges and depressive symptoms. These results suggest that forgiveness could be a protective factor against both negative social exchanges and depressive symptoms.

Key Words: negative social exchange, forgiveness, depressive symptoms,
university students

투고일: 2017. 9. 6, 심사일: 2017. 12. 11, 심사완료일: 2017. 12. 18

* Dept. of Human Ecology, Graduate School of Korea University

** Dept. of Home Economics Education, Korea University