

여성의 대상관계와 우울의 관계에서 자기침묵의 매개효과 검증

이지연*, 김미영**

초 록

이 연구에서는 여성의 우울에 대해 대상관계와 자기침묵과의 관계를 중심으로 살펴보고, 대상관계가 자기침묵을 매개로 하여 우울에 미치는 영향을 살펴보았다. 인천광역시와 수도권 일대에 거주하는 만 20세 이상의 성인 여성 총 363명이 대상관계, 자기침묵, 우울을 측정하는 질문지에 응답하였다. 불성실하게 응답한 10부를 제외한 353부가 분석에 사용되었다. 결과는 다음과 같다. 첫째, 대상관계 하위변인은 자기침묵과 우울 간의 상관관계 모두에서 불안정 애착, 사회적 무능력, 소외와는 유의한 정적상관을 보였으나, 자아중심성과의 상관은 유의하지 않은 것으로 나타났다. 자기침묵과 우울은 유의한 정적상관을 보였다. 둘째, 대상관계가 자기침묵에 미치는 영향이 유의미하였으며 대상관계의 하위변인 중 불안정애착, 소외, 사회적 무능력 순으로 자기침묵을 유의하게 예언하였다. 셋째, 대상관계가 우울에 미치는 영향과 자기침묵이 우울에 미치는 영향이 유의미하였다. 넷째, 자기침묵은 대상관계와 우울간의 관계를 부분 매개하는 것으로 나타났다. 이 연구 결과는 한국 여성의 우울을 설명하는 변인으로서 자기침묵을 새로이 추가하여 우울을 더욱 더 다각적으로 이해할 수 있게 하였다.

주제어: 여성, 우울, 대상관계, 자기침묵, 매개효과

* 인천대학교 교육학과 교수(becoming@incheon.ac.kr)

** 인천대학교

I. 서론

우울은 ‘마음의 감기’라고 불릴 정도로 누구에게나 찾아올 수 있는 흔한 정서인 동시에, 지각, 판단, 기억, 인지, 사고, 태도 등에서부터 대인관계에 이르기까지 광범위하게 부정적인 영향을 미친다(Beck, 1967; Wenzlaff & Bates, 1998). 여성 우울의 유병율은 20~25%로 남성의 7~12%보다 높게 나타났고(Blehar, 1997), 여성 유병율의 상대적인 증가는 청소년 후기부터 나타나기 시작하여 25~44세 사이에 가장 두드러지며 65세 경에 줄어든다(DSM-IV, 1994). 한국의 경우에도 전체 우울증 환자의 78.8%가 여성이라고 하며(정확송, 1977), 주요 우울 장애의 경우 평생 유병율이 여자 10~25%, 남자 5~12%로 보고되어 있어 여성이 남성에 비해 2배 정도 높다(권석만, 2000). 2001년부터 5년 주기로 실시하고 있는 정신질환실태역학조사에서도 주요우울장애 평생유병율이 여성은 전체 인구 가운데 7.6%를 남성은 3.6%로 보고되고 있다(보건복지가족부, 2006).

이처럼 우울은 남성보다 여성에게 두 배나 많이 발병하는 심각한 정신병리 현상이며, 여성이 우울에 취약한 경향이 있고, 발병에 있어 성차가 있음을 증명하는 광범위한 연구와 이론들이 있다(McGrath et al., 1990; Nolen-Hoeksema, 1990). 하지만 여성 우울의 정확한 본질과 원인 혹은 여성에게 우울증이 더욱 증가되는 위험성에 관한 저변에 깔려있는 이유들에 대해서는 합일된 이론들이 도출되지 않고 있다(Carr, Gilrory, & Sherman, 1996). 이에 여성의 우울에 보다 더 초점을 맞추어 다양한 변인들을 연구할 필요가 제기되고 있다.

우울에 대한 다양한 접근 중 대상관계이론을 활용하는 것은 여러 가지 이점이 있다. 대상관계이론은 문제나 증상을 유발하거나 지속시키는 내담자의 내적 역동을 심도 있게 이해하고 현재 문제를 과거경험과 연결시켜 파악하는데 매우 정교하고 유용한 개념적 틀을 제시한다(김순진, 1998).

대상관계이론에 의하면, 생애초기 양육자와의 대인관계경험은 내면화의 과정을 거쳐 내담자의 독특한 대상관계로 형성되고, 이런 내적 대상관계는 자신과 다른 사람들에 대한 지각과 외부 세계 사람들과 관계를 맺는 기본방식을 결정하는 심리내적 구조로 기능하게 된다(Horner, 1984). Freud(1917)는 영아가 생후 처음으로 애착을 형성했던 대상인 어머니와의 관계에서 상실감을

경험하고 다른 대상을 찾지 못한 채, 그 상실된 대상을 내면화하여 우울감이 형성된다고 하였으며, Abraham(1949)은 Freud의 설명을 대상상실이라는 모델로 정교화 하였다. 영아의 출생초기에 형성된 어머니와의 애착관계는 대상관계의 원형이 되고, 이는 성장한 후 다른 대상관계에 영향을 미치게 된다. 그리하여 초기의 애착관계가 단절되면, 후에 다른 대상들과 적절한 애착관계를 맺는데 어려움을 갖게 되어 우울증에 취약하게 되며, 성인기에 겪는 상실 이 초기 어린 시절에 겪었던 외상을 되살리게 되면서 우울 과정을 촉진시킨다고 하였다(박부형, 2000에서 재인용). 또한 Klein(1948)은 유아가 편집-분열 위상(paranoid-schizoid position)에서 우울 위상(depression-position)으로 넘어가는 단계에서, 대상을 전체로서 지각하게 되며, 이 때 자신이 사랑하였던 대상이 이제는 더 이상 그 자체로서 남아 있을 수 없다는 상실감을 느끼고 이 상실감이 우울감을 일으키게 된다고 하였다(박부형, 2000에서 재인용). 이렇듯 우울의 기저에는 어린 시절의 대상관계가 지속적으로 영향을 미치고 있으므로 대상관계와 우울의 밀접한 상관성을 다양한 각도에서 살펴보는 것은 필요한 일일 것이다.

여성의 우울에 대하여 또 하나의 새로운 변인으로 생각할 수 있는 것은 ‘자기 침묵(silencing-the-self)’이다. 자기침묵은 관계 내에서의 조화와 유지를 위해서 개인의 생각과 사고를 억압하고 표현하지 않는 것이다. 사람들은 관계 속에서 다른 사람의 얘기를 경청하고 반응을 보임으로써 사람들의 생각, 감정, 사상을 탐색할 수 있는 기회를 제공받을 수 있으며, 이러한 과정을 통해 사람들은 자신의 생각을 발달시키고, 자신감을 얻게 된다(Crothers, 2002). 그러나 여성이 자기침묵을 함으로써 자신감을 얻을 기회를 잃고 이는 우울의 또 하나의 원인이 될 수 있다. 분리와 독립을 강조하는 발달단계인 청소년기에 소녀들의 우울이 증가하는 것도 같은 맥락에서 볼 수 있다. 남녀에 대한 우울을 구분하지 않았던 Freud와 달리 여성주의이론인 관계 속에서의 자기(self-in-relation)모델에 따르면 여성들은 상호관계가 충족되지 못할 경우, 의사소통이 잘못될 것에 대한 두려움으로 자기침묵을 하게 되고, 자기침묵을 할수록 우울은 더욱 증가되는 것으로 나타나고 있다(Jordan, Kaplan, Miller, Stiver, & Surrey, 1991).

자기침묵은 국내에서는 아직 거의 연구가 이루어지지 않은 분야이지만 자기침묵과 우울의 관련성에 관하여서는 외국의 선행 연구들이 많이 있다. 자기

침묵은 우울한 여성들의 주된 문제로 나타나며(Crothers, 2002), 많은 여성들은 “좋은” 관계를 형성하고 타인과의 친밀감을 유지하는데 자기-희생과 자기-부정의 중요성을 학습해나간다고 밝혔다(Jack & Dill, 1992). 친밀감을 유지하기 위한 자기침묵은 자존감의 저하와 우울을 이끌며(Jack, 1991; Jack & Dill, 1992), 자기침묵이 높은 여성의 경우 대인관계 상황에서 중요한 영향을 미치지 못하고(Austin, 2001), 성 유형화된 방식으로 행동하도록 강요받으며, 자신보다는 타인의 욕구를 먼저 생각하는 행동을 학습하게 된다(Jack, 1991; Lemkau & Lauda, 1986). 자기-희생과 자기-부정은 자기 가치감과 정신건강, 특히 우울에 유의미한 영향을 미치고, 관계만족을 저하시킨다(Remen & Chambless, 2002). 자기침묵은 친밀한 관계를 유지하기 위해 애쓰는 사람들에게 오히려 불리한 결과를 가져온다(Harper, Dickson, & Welsh, 2006)고 밝힌 바가 있다.

한국의 경우에는 양지윤(2006)이 성인여성 표본을 대상으로 애착 유형, 자존감, 자기침묵이 관계만족에 미치는 영향을 연구한 것이 자기침묵에 관한 유일한 연구이나 자기침묵과 우울을 직접 연관 짓지는 않았다. 한편 대인관계와 우울과의 관계를 다룬 연구들은 있다. 대인관계를 잘 다루지 못할 때, 또 의사소통의 어려움을 더 많이 경험할 때 우울하게 된다고 하였다(박경, 2002). 같은 맥락에서 김은정, 오경자, 하은혜(1998)는 부부가 서로에게 만족하고, 존중하며, 서로를 믿고 신뢰하는 것이 기혼 여성의 우울에 중요한 영향을 미치며 부부간의 불화가 여성 우울증의 발생 또는 지속에 위험 요인이라고 제시하였다. 또한 한국 기혼 여성의 경우, 젊은 층보다 중년층의 경우 노부모와의 동거 및 가사일 분담에 관한 의견 대립이 우울의 예측 요인인 것으로 나타났다(Keith & Hong, 1994; 신경림, 2001에서 재인용). 한국여성의 경우, 가족과 가족과의 관계를 중시하기 때문에 자신의 의견을 억압하고, 자기침묵이 요구되는 경우가 더 많다. 자기침묵은 남성보다 여성의 경우 우울증상과 더 밀접한 상관이 있다(Thompson, 1995). 외국의 경우 자기침묵이 여성 우울의 심층적인 원인을 다각적으로 설명하고 있으므로, 한국 여성의 경우에도 우울의 예측변인으로서 자기침묵을 연구하는 것은 매우 의미 있을 것이며, 우울의 감추어진 다양한 원인들 중 새로운 변인을 찾아내는 일이 될 것이다.

자기침묵이 관계 속에서 우울과 관련된다는 사실은 여러 연구에서 확인된

다. 자기침묵은 결혼생활 부적응과 연관될 뿐만 아니라 배우자에 대한 인식이 ‘자신에게 비판적이고 관용이 부족하다’고 보는 것과도 연관된다. 어린 시절 거부적이었던 부모에 대한 경험과 비판적인 애인과의 경험 중 하나, 혹은 둘 다는 자기 침묵에 영향을 미쳤고, 이것은 또 한층 강화된 우울 취약성을 이끌었다(Thompson, 1995; Thomson, Whiffen, & Aube, 2001). 이 같은 결과는 사람들이 생애 초기에 가졌던 대인관계경험, 특히 주요 양육자와의 관계 경험을 바탕으로 어떻게 자기 자신과 다른 사람들에 대한 표상을 형성하며, 이런 내면화된 표상들이 개인의 성격형성과 이후 주변 사람들과의 관계에 어떤 영향을 주는지를 잘 설명해 주고 있다.

대상관계와 자기침묵은 모두 우울에 영향을 미치는 중요한 변인들이다. 어린 시절에 형성된 대상관계는 성인이 되었을 때 가장 친밀한 관계인 배우자나 연인들 간의 관계 양상에도 영향을 미치게 된다. 따라서 개인의 대상관계 수준에 따라 대인관계에서의 반응은 달라질 것이다. 대상관계 수준이 낮은 경우에는 친밀한 관계 속에서 생겨나는 갈등을 피하고 관계 유지를 하기 위해 자기침묵을 선택하는 현상이 나타날 수 있을 것이다. 이 때, 친밀감을 증가시키기 위한 갈등 회피행동이었던 자기침묵은 오히려 친밀감을 해치고 관계만족에 부정적인 영향을 끼치며, 이는 우울에 영향을 미치게 된다고 가정해 볼 수 있다.

대상관계의 어떤 부분은 개인이 의식할 수 있으나, 어떤 부분은 개인의 의식 밖에 있으면서 영향을 미친다. 생애 초기에 형성된 대상관계는 이후 경험에 의해 수정될 수도 있으나, 병리적 상황에서는 대상관계가 경직되게 구조화되어 이후 경험에 의해 쉽게 변화되지 않는다. 성장과정에서 미해결된 욕구나 갈등이 많은 사람일수록 다른 사람들을 있는 그대로 보고 받아들이지 못하고, 과거경험에서 내사된 대상으로 지각하고 반응하게 되는 것이다. 이런 점에서 대상관계이론의 병리는 현재의 대인관계 경험이 실제 상황이나 관계를 반영하는 것이 아니라 내담자의 내적 대상관계에 의해 영향 받고 지배되는 정도로 개념화될 수 있다(Stadter, 1996). 어린 시절에 형성된 대상관계는 쉽게 변화가 되지 않기 때문에 대상관계에서 기인한 우울을 개선시키는 것 또한 같은 정도로 어려울 것이다. 또한 기혼여성들의 우울증상은 자녀 및 부부관계에 부정적인 효과를 초래할 가능성이 많다. 경미한 수준의 우울증상이 치료를 받지 않은 채 만성적인 과정으로 진행될 경우 그 심각성이 더 크다고 보고하고 있다

(김은정 등, 1998). 그러므로 여성 우울의 심층적인 원인을 분석해 보는 것은 여성 본인뿐만 아니라 온 가족의 정신적인 안녕을 위해 더욱 의미 있는 일일 것이다.

또한 외국의 선행연구에서는 주로 부부관계, 데이트 중인 남녀 관계에서의 애착, 관계만족, 자존감, 의사소통 유형, 서로에 대한 평가와 거부 등에 대한 민감도, 대인관계, 어린 시절의 부모의 양육태도 등과 자기침묵과의 관련성에 관한 연구들이 많으나, 대상관계(object relation theory)를 직접 자기침묵과 관련지은 연구는 아직 없다.

여성의 심리적 안녕과 대인관계에 많은 영향을 미치는 우울에 대해 대상관계와 우울 사이를 매개할 수 있는 관계-속-자기(Self-in-Relation)이론에 근거한 자기침묵에 초점을 두어 살펴보는 것은 현재의 대인관계와 자기침묵을 하게 되는 인지 도식에 대한 통찰을 준다. 이를 통해 자기침묵이 아닌 자기개방과 적극적인 의사소통 방식을 선택함으로써 대인관계를 개선해 나갈 수 있고 결과적으로 우울을 개선시킬 수 있는 개연성에 좀 더 쉽게 접근할 수 있을 것이다.

이에 여성의 우울에 대해 대상관계와 자기침묵과의 관계를 중심으로 살펴보고, 각 변인들의 관계와 대상관계가 자기침묵을 매개로 하여 우울에 미치는 영향을 살펴본다. 여성의 우울에 대해 보다 다각적인 방향에서 적절한 치료적 전략의 수립에 도움을 주고, 여성상담의 기초 자료를 제공하고자 한다. 이에 대한 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 여성의 대상관계와 우울과 자기침묵은 어떤 상관관계가 있는가?

연구문제 2. 여성의 대상관계는 자기침묵을 매개로 하여 우울에 어떻게 영향을 줄 것인가?

II. 연구방법

1. 연구 대상

본 연구의 대상은 만 20세 이상 성인 여성이다. 본 연구를 위해 인천광역시와 수도권 일대에 거주하는 총 363명을 대상으로 설문조사를 실시하였다. 무

성의하게 응답한 설문지(10명)를 제외하고 353명의 자료를 최종 분석하였다. 본 연구대상의 인구통계학적 특성은 <표 1>에 제시되어 있다.

〈표 1〉 연구 대상

| 연령별 | 구성인원수 및 비율 (%) |
|-----|----------------|
| 20대 | 163 (46.2%) |
| 30대 | 80 (22.7%) |
| 40대 | 84 (23.8%) |
| 50대 | 26 (7.4%) |
| 전체 | 353 (100%) |

2. 측정도구

1) 대상관계 측정도구

대상관계 측정도구는 Bell, Billington과 Becker(1986)의 대상관계 질문지(OR-Inventory)를 박부형과 이영호(2004)가 번안한 것을 사용하였다. 대상관계질문지는 모두 45문항으로 불안정애착, 사회적 무능력, 소외, 자아중심성의 4개 하위요인으로 구성되어 있다. 본 연구에서의 채점은 한국판 대상관계 질문지 타당화연구(박부형, 이영호, 2004)의 점수계산법을 사용하였다. 즉 SPSS 12.0 version을 사용하여 주성분 방식으로 4개의 요인을 지정하여 요인분석 결과 도출된 요인점수 계수를 사용하여 모든 문항의 원반응에 각 요인별 요인점수 계수를 곱하여 그 총합으로 해당 요인의 요인점수를 산출하였다.

각 요인의 대표적 문항들은, 불안정 애착의 경우, 36번 문항(*나는 나에게 중요한 사람들에게서 거부당할까봐 신경을 쓴다*), 사회적 무능력의 경우, 43번 문항(*나는 이성들과 만나거나 이야기할 때, 수줍음을 탄다*), 소외의 경우, 4번 문항(*나는 몇 주일씩 사람들로 부터 떨어져서 아무와도 말하지 않고 지낼 수도 있다*), 자아중심성의 경우, 31번 문항(*내가 원하는 것을 얻기 위한 가장 좋은 방법은 남들로 하여금 그렇게 하도록 만드는 것이다*)이다(박부형, 이영호, 2004). 각 문항별로 ‘예’와 ‘아니오’를 선택하여 피험자들이 자신에게 해당된

다고 생각하는 반응을 선택하게 했으며, 대상관계 점수가 높을수록, 대상관계 수준은 낮은 것을 의미한다. Bell 등(1986)의 타당화 연구에서는 신뢰도가 .78~.90의 범위였고, 반분신뢰도가 .73~.90의 범위였고, 본 연구에서의 신뢰도(Cronbach's α 계수)는 .79로 나타났다.

2) 자기침묵 측정도구

자기침묵을 측정하기 위하여 Jack과 Dill이 1992년에 개발한 자기침묵 척도(Silencing-The-Self Scale: STSS)를 양지윤(2006)이 번안한 것을 사용하였다. STSS는 타인과의 관계 속에서의 행동과 자신에 대한 신념과 친밀감을 형성하고 유지하는 방법에 관한 자기침묵(silencing-the-self)적 인지 도식의 정도를 평가하기 위한 31문항의 자기보고식 척도로 4개의 하위요인으로 구성되어 있다. 첫 번째 하위척도인 “외적인 자기지각(externalized self-perception)”은 외적인 기준에 의해 자기 자신을 판단하는 정도를 나타낸다(예, “다른 사람이 날 어떻게 생각하는지에 따라서 나 자신을 평가하는 경향이 있다.”). “자기희생을 통한 돌봄(care as self-sacrifice)”은 관계 속에서 안정적인 애착을 유지하기 위해 자기 자신보다 타인의 욕구를 우선시하는 정도를 나타낸다(예, “배려라는것은 내 욕구보다도 다른 사람의 욕구를 먼저 고려하는 것이다”). “자기함묵(silencing the self-영어의 원문대로 번역하면 하위척도명도 ‘자기침묵’으로 해야 하지만, 전체척도명과 일치하므로, 혼란을 피하기 위해 하위척도명은 ‘자기함묵’으로 사용하고자 한다)”은 갈등이나 관계의 손상을 피하기 위하여 자기표현과 행동을 억제하는 정도를 나타낸다(예, “나는 친밀한 관계에 있는 어떤 사람과 다툼을 일으킬만한 나의 감정들에 대해서는 말하지 않는다.”). 마지막으로 “분열된 자기(divided self)”는 내적인 분노나 적대성을 억누르고 여성적 역할에 순응하는 외적 자기를 드러내는 정도를 나타낸다(예, “나는 종종 겉으로는 행복해 보이지만, 속으로는 화나고 반항적인 기분이 든다.”).

각 문항은 1점에서 5점까지(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)의 5점 Likert 척도로 되어 있으며, 하위척도별로 그리고 전체 점수로 각각 합산될 수 있으며, 점수가 높을수록 높은 자기침묵 수준을 나타낸다. 결과 처리 시 긍정적인 내용의 문항(1, 8, 11, 15, 21번)은 역 채점한 후 사용했다. 척도의

전체 합산 점수 범위는 최저 31점에서부터 최고 155점으로 점수가 높을수록 높은 자기침묵과, 관계에서의 낮은 자기감을 나타내는 것으로 평가된다. Jack과 Dill(1992)의 연구에서 신뢰도계수 Cronbach's α 는 샘플에 따라 .86~.94로 나타났으며, 검사-재검사 신뢰도 계수는 .88~.93으로 나타났다. 본 연구에서의 신뢰도계수 Cronbach's α 는 .80으로 나타났다.

3) Beck 우울 척도(Beck Depression Inventory: BDI)

우울 수준을 알아보기 위하여 Beck 등(1961)이 개발하고 이영호와 송중용(1991)이 번안한 Beck 우울 척도 (Beck Depression Inventory)를 사용하였다.

이 척도는 자기 보고형 검사이며, Beck(1967)이 연구에서 우울증을 측정하는데 타당함을 보인 이후, 우울증을 측정하는데 가장 많이 사용되고 있는 측정도구이다. Beck 우울 척도(BDI)는 21문항(예를 들면, 1번 문항의 경우 1) 나는 슬프지 않다. (), 2) 나는 슬프다. (), 3) 나는 항상 슬프고 기운을 낼 수 없다. (), 4) 나는 너무나 슬프고 불행해서 도저히 견딜 수 없다. ()의 응답 중 1번을 선택하면 0점, 2번은 1점, 3번은 2점, 4번은 3점으로 채점)으로, 각 문항은 0점에서 3점까지 평점되어 4점 척도로 구성되어 있으며, 가능한 점수 범위는 0점에서 63점이다. Beck(1967)은 9점 이하는 우울하지 않는 수준으로, 10~15점은 가벼운 우울증, 16~23점은 우울증, 24~63점은 중한 우울증으로 구분하였다. 이영호와 송중용(1991)의 연구에서 일반인의 경우, Cronbach's α 계수 및 검사-재검사 신뢰도는 각각 .78, .75였고, 우울환자의 경우 Cronbach's α 계수는 .85였다. 19번 아래 질문에 체중 조절 중으로 대답하면 19번 문항은 0점으로 채점하였다. 본 연구에서의 신뢰도계수 Cronbach's α 는 .89로 비교적 높게 나타났다.

3. 연구절차

설문조사는 인천광역시와 수도권 일대에 거주하는 만 20세 이상 성인 여성 총 363명을 대상으로 실시하였다. 무성의하게 응답한 설문지(10부)를 제외하고 353명의 자료를 최종 분석하였다. 대부분의 설문지는 조교, 교사, 학부모 등 다른 검사자들에게 설문의 목적과 설문내용, 실시방법에 대해 설명한 후, 검사자들에 의해 배포되고 회수되었으며, 나머지는 연구자가 직접 실시하고

회수하였다. 연구자나 검사자가 직접 설문지를 배부하여, 비밀보장을 약속하고, 맞고 틀린 답이 없음을 알려주며, 한 문항도 빠짐없이 성실히 작성해 줄 것을 주의시킨 후 대상자들의 동의를 얻어 설문조사를 실시하였다.

설문지 구성은 OR-대상관계 질문지(A), STSS-자기침묵척도(B), BDI-우울척도(C)의 가능한 조합 9개 중 4개를 무선으로 선정하여, ABC, ACB, BAC, CAB를 사용하였으며, 설문지를 배부할 때, 각 조합에 골고루 무선헌당 되도록 하였다. 총 97문항으로 구성되어 있으며, 응답에는 30분 정도가 소요되었다.

4. 자료처리

자료의 분석을 위해 SPSS 12.0프로그램을 이용하여, 각 변수별로 기술적인 통계부분을 살펴보고, 각 척도와 하위척도의 내적합치도(Cronbach's α)를 파악하기 위하여 신뢰도 분석을 실시하였다. 또한 연구 변인들(대상관계, 자기침묵, 우울)간의 상관관계를 파악하기 위해 상관분석을 실시하였으며, 대상관계와 자기침묵의 관계, 대상관계와 우울의 관계, 자기침묵과 우울의 관계에서 각 척도의 수준이 여성의 자기침묵과 우울에 미치는 상대적 영향력을 알아보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 마지막으로 여성의 대상관계가 우울에 영향을 미치는 과정에서 자기침묵의 매개효과를 알아보기 위해 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 절차에 따라 위계적 중다회귀분석을 실시하였다.

III. 연구결과

1. 각 변인에 대한 기술 통계치

기초분석으로서 각 척도에 대한 평균, 표준편차를 구하였다. 결과는 <표 2>와 같다. 대상관계 척도는 평균이 .02, 표준편차가 .01로 나타났다. 대상관계 척도의 하위요인인 불안정 애착, 사회적무능력, 소외, 자아중심성의 평균은 .01~.03, 표준편차는 .01~.02로 소외나 자아중심성 보다는 불안정 애착과 사회적 무능력 하위변인의 평균점수가 높았다. 자기침묵 척도는 평균이 2.86, 표

준편차가 .39로 대체로 ‘그냥 그렇다’의 반응을 많이 한 것으로 나타났다. 자기침묵 척도의 하위요인인 외적인 자기지각, 자기희생을 통한 돌봄, 자기함묵, 분열된 자기의 평균은 2.61~3.03, 표준편차는 .41~.66으로 외적인 자기지각의 평균이 가장 높게 나타났다. 우울 척도는 평균이 .41(전체평균 점수: 8.69), 표준편차가 .35로 피험자의 대다수가 우울함이 없는 수준으로 나타났다.

〈표 2〉 각 척도의 평균 및 표준편차 (N=353)

| 척도 | 하위변인 | 평균(M) | 표준편차(SD) |
|------|-------------|-------|----------|
| 대상관계 | 불안정 애착 | .03 | .02 |
| | 사회적 무능력 | .03 | .02 |
| | 소외 | .01 | .01 |
| | 자아중심성 | .01 | .02 |
| | 전체 | .02 | .01 |
| 자기침묵 | 외적인 자기지각 | 3.03 | .66 |
| | 자기희생을 통한 돌봄 | 2.89 | .41 |
| | 자기함묵 | 2.92 | .51 |
| | 분열된 자기 | 2.61 | .61 |
| | 전체 | 2.86 | .39 |
| 우울 | | .41 | .35 |

점수범위: 대상관계(-.26~2.40), 자기침묵(1~5), 우울(0~3)

2. 여성의 대상관계, 자기침묵, 우울 간의 상관분석

각 변인들 간의 관계를 파악하기 위해서 상관분석을 실시하였다. <표 3>에서 대상관계 하위변인과 자기침묵과의 상관관계를 보면 불안정 애착($r=.60, p<.01$), 사회적 무능력($r=.36, p<.01$), 소외($r=.25, p<.01$)는 유의한 정적상관을 보였으나, 자아중심성($r=.04, p>.05$)과의 상관은 유의하지 않은 것으로 나타났다. 또한 대상관계 하위변인과 우울과의 상관을 살펴보면 불안정 애착($r=.47, p<.01$), 사회적 무능력($r=.33, p<.01$), 소외($r=.20, p<.01$)는 유의한 정적상관을 보였으나, 자아중심성($r=.08, p>.05$)과의 상관은 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이것으로 보아 대상관계 점수가 높을수록, 즉 대상관계 수준이 낮을수록 자기침묵 수준이 높아지며 보다 우울할 것으로 추론해

볼 수 있다. 또한 대상관계의 불안정 애착($r=.47 \sim .60$, $p<.01$)은 자기침묵과 우울에 가장 유의미한 정적상관을 나타내었다. 즉 불안정 애착인 경우에 보다 자기침묵하게 되고 우울해 지는 것으로 나타났다.

또 자기침묵과 우울과의 상관을 살펴보면 유의한 정적상관($r=.18 \sim .44$, $p<.01$)을 보여 자기침묵 수준이 높을수록 보다 우울하다는 것을 추론해볼 수 있다. 자기침묵의 하위변인 중 외적인 자가지각($r=.44$, $p<.01$), 분열된 자기($r=.39$, $p<.01$), 자기함묵($r=.32$, $p<.01$)은 우울과 중간정도의 유의한 정적상관을 보였고 자기희생을 통한 돌봄($r=.18$, $p<.01$)은 낮은 정도의 정적상관을 보였다. 대상관계($r=.45$, $p<.01$)와 자기침묵($r=.46$, $p<.01$)은 우울과 중간정도의 정적상관을 보였다.

〈표 3〉 대상관계, 자기침묵, 우울 간 상관행렬(N=353)

| | | 대상관계 | | | | | 자기침묵 | | | | | |
|----------|--------------|--------|---------|-------|--------|-------|-----------|--------------|-------|--------|-------|----|
| | | 불안정 애착 | 사회적 무능력 | 소외 | 자아 중심성 | 전체 | 외적인 자기 지각 | 자기 희생을 통한 돌봄 | 자기 함묵 | 분열된 자기 | 전체 | 우울 |
| 대상 관계 | 불안정 애착 | 1 | | | | | | | | | | |
| | 사회적 무능력 | .37** | 1 | | | | | | | | | |
| | 소외 | .22** | .12* | 1 | | | | | | | | |
| | 자아 중심성 | .20** | -.01 | -.01 | 1 | | | | | | | |
| | 전체 | .80** | .59** | .40** | .57** | 1 | | | | | | |
| 자기 침묵 | 외적인 자기 지각 | .60** | .32** | .14* | .05 | .49** | 1 | | | | | |
| | 자기 희생을 통한 돌봄 | .23** | .14* | .15** | -.05 | .18** | .33** | 1 | | | | |
| | 자기 함묵 | .34** | .28** | .20** | -.06* | .30** | .43** | .28** | 1 | | | |
| | 분열된 자기 | .56** | .29** | .25** | .17** | .54** | .51** | .20** | .48** | 1 | | |
| | 전체 | .60** | .36** | .25** | .04 | .52** | .78** | .58** | .77** | .75** | 1 | |
| 우울 | | .47** | .33** | .20** | .08 | .45** | .44** | .18** | .32** | .39** | .46** | 1 |

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

3. 대상관계가 자기침묵에 미치는 영향

대상관계 하위변인이 자기침묵 하위변인과 자기침묵에 어떠한 영향력을 주는지 살펴보기 위하여 중다회귀분석을 실시하였다. <표 4>를 살펴보면, 자기침묵은 대상관계에 의해 39.9%의 설명력을 가지며, 대상관계의 하위변인 중 불안정애착($B=24.76$, $p<.001$)과 사회적 무능력($B=9.38$, $p<.01$), 소외($B=11.25$, $p<.01$)가 자기침묵을 유의하게 예언하였다. 그러나 자아중심성($B=-3.37$, $p>.05$)은 자기침묵을 유의하게 설명하지 못하였다. 대상관계는 자기침묵 하위변인인 외적인 자기지각의 37.4%를, 자기희생을 통한 돌봄의 7.6%를, 자기함묵의 16.9%를, 분열된 자기의 34.2%를 예측하여 대상관계는 자기침묵 하위변인 중 외적인 자기지각을 가장 많이 예언한다고 할 수 있다.

<표 4> 대상관계 하위변인이 자기침묵 하위변인과 자기침묵에 미치는 영향

| 종속변수 | 예언변수 | <i>B</i> | <i>SE</i> | <i>Beta</i> | <i>t</i> | $R^2(Adj-R^2)$ | <i>F</i> |
|-------------|---------|----------|-----------|-------------|----------|----------------|----------|
| 외적인 자기지각 | 불안정애착 | 8.63 | .73 | .57 | 11.90*** | .374(.367) | 51.80*** |
| | 사회적 무능력 | 2.40 | .95 | .12 | 2.52* | | |
| | 소외 | .07 | 1.41 | .02 | .05 | | |
| | 자아중심성 | -1.04 | .72 | -.06 | -1.45 | | |
| 자기희생을 통한 돌봄 | 불안정애착 | 3.03 | .82 | .21 | 3.69*** | .076(.065) | 7.14*** |
| | 사회적 무능력 | .90 | 1.08 | .05 | .83 | | |
| | 소외 | 2.91 | 1.59 | .10 | 1.82 | | |
| | 자아중심성 | -1.46 | .81 | -.10 | -1.80 | | |
| 자기함묵 | 불안정애착 | 4.86 | .95 | .28 | 5.09*** | .169(.159) | 17.61*** |
| | 사회적 무능력 | 3.76 | 1.25 | .16 | 3.00** | | |
| | 소외 | 4.22 | 1.85 | .12 | 2.28* | | |
| | 자아중심성 | -2.16 | .94 | -.12 | -2.29* | | |
| 분열된 자기 | 불안정애착 | 7.93 | .80 | .48 | 9.86*** | .342(.334) | 45.03*** |
| | 사회적 무능력 | 2.13 | 1.06 | .10 | 2.02* | | |
| | 소외 | 4.42 | 1.56 | .13 | 2.83** | | |
| | 자아중심성 | 1.34 | .79 | .08 | 1.69 | | |
| 자기침묵 전체 | 불안정애착 | 24.76 | 2.17 | .53 | 11.42*** | .399(.393) | 57.71*** |
| | 사회적 무능력 | 9.38 | 2.85 | .15 | 3.30** | | |
| | 소외 | 11.25 | 4.20 | .12 | 2.68** | | |
| | 자아중심성 | -3.37 | 2.14 | -.07 | -1.58 | | |

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

4. 대상관계와 자기침묵이 우울에 미치는 영향

1) 대상관계가 우울에 미치는 영향

<표 5>에서 보는 바와 같이 대상관계 하위변인이 우울에 어떤 영향력을 주는지 살펴보기 위해 중다회귀분석을 실시하였다. 연구결과를 살펴보면 대상관계는 우울에 대해 25.3%의 설명력을 가지며 대상관계의 하위변인 중 불안정애착($B=10.65$, $p<.001$), 사회적 무능력($B=6.82$, $p<.001$)이 우울을 유의하게 예언하였다. 그러나 대상관계의 하위변인인 소외($B=5.48$, $p>.05$)와 자아중심성($B=.15$, $p>0.5$)은 우울을 유의하게 예언하지 못하였다.

<표 5> 대상관계 하위변인이 우울에 미치는 영향

| 종속변수 | 예언변수 | <i>B</i> | <i>SE</i> | <i>Beta</i> | <i>t</i> | $R^2(Adj-R^2)$ | <i>F</i> |
|------|---------|----------|-----------|-------------|----------|----------------|----------|
| 우울 | 불안정애착 | 10.65 | 1.46 | .38 | 7.28*** | .253(.245) | 29.45*** |
| | 사회적 무능력 | 6.82 | 1.92 | .18 | 3.55*** | | |
| | 소외 | 5.48 | 2.84 | .09 | 1.93 | | |
| | 자아중심성 | .15 | 1.44 | .01 | .11 | | |

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

2) 자기침묵이 우울에 미치는 영향

<표 6>에서 보는 바와 같이 자기침묵 하위변인이 우울에 어떤 영향력을 주는지 알아보기 위해 중다회귀 분석을 실시하였다. 결과를 살펴보면 자기침묵은 우울에 대해 23.3%의 설명력을 가지며 자기침묵 하위변인 중 외적인 자기지각($B=.54$, $p<.001$), 분열된 자기($B=.33$, $p<.01$)가 우울을 유의하게 예언하였다. 그러나 자기침묵 하위변인 중 자기희생을 통한 돌봄($B=.03$, $p>.05$)과 자기함묵($B=.15$, $p>.05$)은 우울을 유의하게 예언하지 못하였다.

〈표 6〉 자기침묵 하위변인이 우울에 미치는 영향

| 종속변수 | 예언변수 | <i>B</i> | <i>SE</i> | <i>Beta</i> | <i>t</i> | <i>R</i> ² (<i>Adj-R</i> ²) | <i>F</i> |
|------|-------------|----------|-----------|-------------|----------|---|----------|
| 우울 | 외적인자기지각 | .54 | .11 | .29 | 5.04*** | .233(.224) | 26.45*** |
| | 자기희생을 통한 돌봄 | .03 | .10 | .02 | .34 | | |
| | 자기함묵 | .15 | .09 | .09 | 1.67 | | |
| | 분열된 자기 | .33 | .10 | .19 | 3.30** | | |

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

5. 대상관계와 우울간의 관계에서 자기침묵의 매개효과검증

〈표 7〉에서 보는 바와 같이 대상관계와 우울의 관계에서 자기침묵이 매개변인의 역할을 하는지 알아보기 위해서 Baron과 Kenny(1986)의 3단계 절차에 따라 위계적 회귀분석을 실시하였다. 어떤 변인이 매개변인이 되기 위해서는 다음의 조건이 충족되어야 한다(Baron & Kenny, 1986). 첫째, 예측변인(독립변인)은 가정된 매개변인에 유의한 영향을 미쳐야 한다. 둘째, 예측변인은 종속변인에 유의한 영향을 미쳐야 한다. 셋째, 매개변인이 회귀방정식에서 종속변인의 분산을 설명할 수 있어야 한다. 회귀분석에서 매개변인을 추가할 때 예측변인의 β 계수가 유의미수준에서 무의미 수준으로 떨어지는 경우에는 완전매개(full mediating), β 계수가 감소하기는 하나 무의미 수준으로 떨어지지 않을 때는 부분매개(partial mediating) 관계가 성립된다고 본다. 자기침묵이 대상관계수준과 우울을 매개하는지를 보면 첫째 예측변인인 대상관계가 매개변인인 자기침묵을 유의하게 설명하였고($B=12.41$, $p<.001$), 둘째, 대상관계가 종속변인인 우울을 유의하게 설명하였다($B=6.45$, $p<.001$). 마지막으로 대상관계와 자기침묵을 동시에 투입하였을 때 대상관계와 자기침묵 모두 우울을 유의하게 설명하고, 대상관계의 β 계수가 다소 떨어지나 여전히 유의미하기 때문에($B=4.14$, $p<.001$), 자기침묵은 대상관계와 우울간의 관계를 부분 매개하는 것으로 나타났다. 대상관계는 우울 변량의 20.0%를 설명하였으나 대상관계와 자기침묵을 함께 포함한 모델은 우울 변량의 26.9%를 설명하였다. 이로써 대상관계가 우울에 영향을 미치는 과정에서 자기침묵의

매개효과가 있음을 알 수 있다.

〈표 7〉 자기침묵의 매개효과 검증을 위한 위계적 중다회귀

| 매개 변인 | 단계 | 모형 | <i>B</i> | <i>SE</i> | β | <i>t</i> | $R^2(Adj-R^2)$ | ΔR^2 |
|----------|-----|--------------|----------|-----------|---------|----------|----------------|--------------|
| 자기 침묵 | 1단계 | 대상관계 → 자기침묵 | 12.41 | 1.09 | .52 | 11.42*** | .271(.269) | |
| | 2단계 | 대상관계 → 우울 | 6.45 | .69 | .45 | 9.36*** | .200(.198) | |
| | 3단계 | 1) 대상관계 → 우울 | 4.14 | .77 | .29 | 5.36*** | .269(.265) | .069 |
| | | 2) 자기침묵 → 우울 | .19 | .03 | .31 | 5.73*** | | |

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

IV. 결론

본 연구는 생애 초기의 대상관계경험이 어떻게 우울에 영향을 미치는지 보다 명확히 이해하기 위해서 대상관계와 자기침묵 간의 관계와, 자기침묵과 우울의 관계를 살펴보고, 대상관계가 자기침묵을 매개로 하여 우울에 영향을 미칠 수 있음을 밝혀 여성을 대상으로 한 상담적 접근에서 가질 수 있는 시사점을 제시하고자 하였다. 본 연구의 결과와 이에 대한 논의는 다음과 같다.

첫째, 주요 변인들 간의 상관을 보면 대상관계 점수가 높을수록, 즉 대상관계 수준이 낮을수록 자기침묵 수준이 높아지며 보다 우울할 것으로 추론해볼 수 있다. 여기에서 대상관계의 하위요인 중 자아중심성은 자기침묵, 우울과의 상관이 낮고 대상관계의 하위요인 중 불안정 애착은 자기침묵과 우울에 가장 유의미한 높은 정적상관을 나타내었다. 즉 불안정 애착인 경우에 보다 자기침묵하게 되고 우울해 지는 것으로 나타났다.

자기침묵과 우울과의 상관을 살펴보면 유의한 정적상관을 보여 자기침묵 수준이 높을수록 보다 우울하다는 것을 추론해볼 수 있다. 자기침묵의 하위변인 중 외적인 자기지각, 분열된 자기, 자기합묵은 우울과 중간정도의 유의한 정적상관을 보였고 자기희생을 통한 돌봄은 낮은 정도의 정적상관을 보였다. 자기침묵의 다른 하위척도와는 달리 자기희생을 통한 돌봄은 내적일치도에서

도 낮은 수치를 보이고, 외국의 경우와는 달리 우울과 낮은 정도의 정적상관을 보이고 있다. 한국의 경우 유교적인 가치관이 뿌리 깊이 박혀있어 어머니가 자녀와 남편을 위해 희생하는 것을 매우 긍정적으로 인식하고 있는 문화적 배경이 있기 때문일 것이라 생각된다. 대상관계 전체와 자기침묵 전체는 우울과 중간정도의 정적상관을 보였다.

둘째, 대상관계가 자기침묵에 미치는 영향을 살펴본 결과 자기침묵의 39.9%가 대상관계에 의해 설명되어졌으며, 대상관계의 하위변인 중 불안정 애착, 소외, 사회적 무능력 순으로 자기침묵을 유의하게 예언하였다. 그러나 자아중심성은 자기침묵을 유의하게 설명하지 못하였다. 대상관계는 자기침묵 하위변인 중 외적인 자기지각을 가장 많이 예언하였으며, 전체적으로 대상관계가 자기침묵에 미치는 영향이 유의미하게 나왔다.

셋째, 대상관계와 자기침묵이 우울에 미치는 영향을 살펴본 결과, 대상관계는 우울에 대해 25.3%의 설명력을 가지며 대상관계의 하위변인 중 불안정 애착, 사회적 무능력이 우울을 유의하게 예언하였으나 소외와 자아 중심성은 우울을 유의하게 예언하지 못하였다. 이처럼 우울의 기저에는 어린 시절의 대상관계가 지속적으로 영향을 미치고 있으므로 대상관계와 우울 간에는 밀접한 상관성이 있음을 보여준다. 또한 자기침묵은 우울에 대해 23.3%의 설명력을 가지며 자기침묵 하위변인 중 외적인 자기지각, 분열된 자기가 우울을 유의하게 예언하였으나 자기희생을 통한 돌봄과 자기함묵은 우울을 유의하게 예언하지 못하였다. 자기희생을 통한 돌봄과 자기함묵이 우울을 예언하지 못하는 현상은 외국의 선행연구와는 다른 결과로 서양과 한국문화의 차이에서 기인한 것으로 보인다.

자기침묵이 우울에 대해 23.3%의 설명력을 가진다는 결과는 자기침묵이 한국의 여성에게 있어서도 우울의 예측변인으로 작용하여 우울의 감추어진 다양한 원인들 중 새로운 변인을 찾아내었다는 성과를 보여주었다. 한편 자기희생을 통한 돌봄과 자기함묵이 성역할화 되어있고, 긍정적이고 당연한 가치로 내재되어 있어, 표면상으로는 우울을 유의하게 설명하지 못하지만, 내면적으로는 자기침묵과 내사된 분노가 소외와 내적 분열을 낳고, 분열된 자기의 모습과 외적인 자기지각에 의존하는 이중적인 모습이 우울에 영향을 미쳤다고 볼 수 있겠다.

넷째, 대상관계와 우울 간의 관계에서 자기침묵의 매개효과를 살펴본 결과, 대상관계는 우울 변량의 20.0%를 설명하였으나 대상관계와 자기침묵을 함께 포함한 모델은 우울 변량의 26.9%를 설명하였다. 이로써 대상관계가 우울에 영향을 미치는 과정에서 자기침묵의 매개효과가 있음을 알 수 있다. 이 같은 결과는 다음과 같은 선행연구들과 같은 맥락을 보이고 있다. 먼저 Uebelacker, Courtneage와 Whisman(2003)은 자기침묵이 결혼생활에 대한 불만족과 우울을 매개하는 것으로 보았으며, Thompson, Whiffen과 Foot(2007)은 자기침묵이 결혼갈등과 우울증상 사이를 매개했다고 밝혔다. 또한 Thompson, Whiffen과 Aube(2001)는 남성의 경우는 '외적인 자기지각'이 여성의 경우는 '분열된 자기'가 배우자의 비난과 우울증상을 매개하는 것으로 보았다. 대상관계와 자기침묵은 모두 우울에 영향을 미치는 중요한 변인들이다. 어린 시절 거부적인 부모에 대한 경험은 자기 침묵에 영향을 미쳤고, 이것은 또 한층 강화된 우울 취약성을 이끈다고 보인다. 어린 시절에 형성된 대상관계는 쉽게 변화가 되지 않기 때문에 대상관계에서 기인한 우울을 개선시키는 것 또한 같은 정도로 어려울 것이다. 그러나 대상관계와 우울 사이를 매개하고 있는 자기침묵에 초점을 두는 것은 현재의 대인관계와 자기침묵을 하게 되는 인지 도식에 대한 통찰을 통해 자기침묵이 아닌 자기개방과 적극적인 의사소통 방식을 선택함으로써 대인관계를 개선해 나갈 수 있고 결과적으로 우울을 개선시킬 수 있는 개연성에 좀 더 쉽게 접근할 수 있을 것이다.

본 연구의 의의는 다음과 같다.

첫째, 기존의 대상관계 관련 연구들은 이론적 연구나 문헌 연구가 주가 됨으로써 경험적인 설명을 제공하지 못하였다. 그러나 본 연구에서는 여성이 대상관계경험과 그 장기적 결과에 대한 경험적 양적 연구를 제공했다는 점에서 그 의의가 있다.

둘째, 대상관계와 자기침묵과의 관계를 살펴보는 것은 국내·외적으로 처음 시도되는 일이다. 이제까지는 자기침묵의 원인을 주로 현재의 테이트 상대나 배우자와의 대인관계에서의 불만족, 또 여성에게 부여된 성역할 등에서 찾아왔었다. 그러나 이번 연구에서 과거의 대상관계가 현재의 대인관계 양상인 자기침묵에 영향을 줄을 확인한 것은 중요한 의의가 있다 하겠다.

셋째, 자기침묵의 하위변인 중 자기희생을 통한 돌봄과 자기함묵이 우울을

유의하게 예언하지 못한 결과는 외국의 선행연구와는 다른 것으로서, 이는 서양과 한국문화의 차이에서 비롯된 서로 다른 가치관의 영향이며, 문화에 따라 척도의 해석이 달라질 수 있음을 보여주는 좋은 예가 될 것이다.

넷째, 국내에서 처음으로 대상관계와 자기침묵의 관계, 자기침묵과 우울의 관계를 살펴보고, 대상관계와 우울 사이의 매개변인으로 자기침묵의 매개효과를 확인하였다. 이는 한국 여성에게 있어 대상관계가 우울에 미치는 영향에서 자기침묵과의 관련성을 좀 더 잘 설명한 것이다. 이러한 매개 효과는 한국여성의 우울을 설명하는 변인으로서 자기침묵을 새로이 추가하여 우울을 더욱 더 다각적으로 이해할 수 있게 하였다.

다섯째, 본 연구의 결과를 적용하면 실제 상담 장면에서 보다 효율적인 개입을 하는 데 유용한 자료가 될 것이다. 어린 시절에 형성된 대상관계에서 비롯된 우울을 개선시키는 것은 쉬운 일이 아니다. 그러나 대상관계와 우울 사이를 매개하고 있는 자기침묵에 초점을 두는 것은 현재의 대인관계와 자기침묵을 하게 되는 인지 도식에 대한 통찰을 통해 자기침묵이 아닌 자기개방과 적극적인 의사소통 방식을 선택함으로써 대인관계를 개선해 나갈 수 있고 결과적으로 우울을 개선시킬 수 있어 상담현장에서 사용할 수 있는 실질적이고 유용한 접근법을 제시하였다.

한편, 본 연구의 제한점과 이를 보완할 수 있는 후속 연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 대상관계라는 개념은 개인의 초기 경험에 근거한 무의식적인 요소이기 때문에, 꿈, 기억, 혹은 통각(apperception)이라는 투사적 개념으로 더 명확히 포착할 수 있을 것이다. 투사검사 및 자기보고형 대상관계 측정치들의 통합을 통하여, 한 개인의 대상관계에 보다 근접할 수 있는 방법을 모색해야 할 것이다. 후속연구에서는 이런 점을 감안해서 연구가 진행될 필요가 있다.

둘째, 다양한 연령의 여성 연구대상자를 사용하지 못한 점이다. 본 연구에서는 20-60대 여성을 대상으로 실시하고자 하였으나, 연구대상의 연령이 20대에 많이 치중되어있고, 60대 여성은 포함되지 못했다. 나이가 많을수록 우울이 더욱 나타난다는 연구결과(신경림, 2001)처럼 이번 연구의 대상자가 20대에 많이 치중되어 있어서인지 대부분 우울하지 않은 수준으로 나타났다. 조사대상자의 연령, 소득, 교육 수준 등이 여성의 삶과 우울 등에 영향을 줄 수 있는

변인으로 이를 감안해 좀더 다양한 표집을 통해 본 연구를 재검증해 볼 필요가 있다. 후속 연구에서는, 각 연령별 적절한 연구대상자 비율을 통해, 실제적인 20-60대 성인여성의 심리적 상태를 측정하고 우울 임상군과 정상군도 비교해 보아야 할 것이다.

셋째, 외국의 선행연구의 경우, 우울과 자기침묵의 상관관계에는 성차가 조금 있을 것이고, 질적 연구들이 자기침묵의 의미나 자기침묵의 동기에 대해서 성차가 있음을 보이기도 한다고 하였다. 그러나 자기침묵이 여성에게만 국한되는 것은 아니고, 자기침묵이 남성, 여성 모두, 우울증상과 대인관계상의 문제들과 관련이 있음을 보여주는 연구도 있다. 그러므로 후속연구에서는 한국 남성과 여성 모두를 대상으로 하여 비교하고, 또한 외국의 경우와도 비교해 보는 것이 필요할 것이다.

넷째, 자기희생을 통한 돌봄 하위척도의 Cronbach's α 는 .35로 자기침묵 전체의 Cronbach's α 값인 .80에 비해 아주 낮게 나타났다. 자기침묵의 하위 척도들이 문화와 나라에 따라 신뢰도가 다르게 나타난다면, 특별히 자기희생을 통한 돌봄 척도는 한국문화의 특수성에 비추어 타당도의 재검증이 필요할 것으로 보인다.

참고문헌

- 권석만(2000). 우울증. 서울: 학지사.
- 김순진(1998). 내담자의 대상관계 수준, 작업동맹 및 상담 중 의사소통 방식의 관계. 박사학위논문, 서울대학교.
- 김은정, 오경자, 하은혜(1998). 기혼여성의 우울증상과 심리사회적 특성, 한국심리학회 18(2).15-25.
- 박 경(2003). 부정적인 생활스트레스와 대인관계 문제가 여성의 우울에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강, 8(3). 581-593.
- 박부형(2000). 자기비난적 우울과 의존적 우울의 분리-개별화 수준 및 대상관계 특징. 석사학위논문, 가톨릭대학교.
- 박부형, 이영호(2004). 한국판 대상관계질문지 타당화 연구, 한국심리학회지: 임상, 23(4). 1065-1084.
- 보건복지가족부(2006). 정신질환실태역학조사.
- 신경림(2001). 한국여성의 우울증상 실태조사 연구, 대한간호학회지, 31(3). 391-400.
- 양지윤(2006). 애착 유형, 자존감, 자기침묵이 관계만족에 미치는 영향 : 성인 여성 표본을 대상으로. 석사학위논문, 이화여자대학교.
- 이영호, 송종용(1991). BDI, SDS, MMPI-D 척도의 신뢰도 및 타당도에 대한 연구. 한국심리학회지 임상, 10(1), 98-113.
- 정학송(1977). 우울증 환자의 신체건강, *신경정신의학*, 16(4), 358-365.
- Abraham. K.(1949). Notes on the psycho-analytical investigation and treatment of manic-depressive insanity and allied conditions. In K. Abraham(Eds.), *Selected papers of Karl Abraham*. London: Hogarth.
- Austin, J. E.(2001). *Women's sense of self in relationship and attachment style as a function of relationship satisfaction*. Unpublished doctoral dissertation, University of New York. New York.
- Baron, R. M., & Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual,

- strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51, 1173-1182.
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mock, J., Mendelson, M., & Erbaugh J.(1961). *An inventory for measuring depression*, Archives of General Psychiatry.
- Beck A.T. (1967). *Depression: clinical, experimental, and theoretical aspects*. Philaddlphia: University of Pennsylvania Press.
- Bell, M., Billington, R., & Becker, B. R. (1986). A scale for the assessment of object relations: Reliability, validity, and factorial invariance. *Journal of Clinical Psychology*, 42, 733-741.
- Crothers, M. (2000). *The Effects of Mutuality Patterns on Depression, Loneliness, Shame, Silencing-the-Self, Relationship Satisfaction, and Attitudes Towards Counseling*. Thesis(Ph.D),University of Nebraska, Lincoln.
- Carr, J. G., Gilrory,F. D., & Sherman, M. F. (1996). Silencing the self and depression among women. *Psychology of Women Quarterly*, 20, 375-392.
- Harper, M. S., Dickson, J. W., & Welsh, D. P. (2006). Self-Silencing and Rejection Sensitivity in Adolescent Romantic Relationships. *Journal of Youth and Adolescence*, 35(3), 459-467.
- Horner, A. J. (1984) *Object relations and the developing ego in therapy*. New York: Jason Aronson.
- Jack, D. C. (1987). Silencing the self: The power of social imperatives infemale depression. In R. Formanek & A. Gurian (Eds.), *Women and depression: a lifespan perspective* (pp. 161-181). New York: Springer.
- Jack, D. C. (1991). *Silencing the self : Women and depression* (pp. 128-183). Cambridge, MA: Harvard University Press.
- Jack, D. C., & Dill, D. (1992). The Silencing the Self scale: Schemas of intimacy associated with depression in women. *Psychology*

- of Women Quarterly*, 16, 97-106.
- Jordan, J. V., Kaplan, A. G., Miller, J. B., Stiver, I. P., & Surrey, J. L. (1991). *Women's growth in connection: writings from the Stone Center*. New York: Guilford Press.
- Keith, P., & Hong, S. H. (1994). Depressive Symptoms of Younger and older Korean Married Women. *Journal of Comparative Family Studies*. 25(2). 223-231.
- Klein D. B. (1948) A reappraisal of insanity as a scientific concept. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*. 43(2), 233-236.
- Lemkau, J. P., & Lauda, C. (1986). The "selfless syndrome": Assessment and treatment considerations. *Psychotherapy*, 23, 687-697.
- McGrath, E., Keita, G. P., Strickland, B. R., & Russo, N. F.(Eds.). 1990. *Women and depression: Risk factors and treatment issues*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Nolen-Hoeksema. S. (1990). *Sex differences in depression*. Stanford, CA: Stanford University Press.
- Remen, A. L., & Chambless, D. L. & Rodebaugh, T. L. (2002). Gender difference in the construct validity of silencing the self scale. *Psychology of Women Quarterly*, 26, 151-159.
- Stadter, M. (1996). Object relations brief therapy: The therapeutic relationship in short-term work. Northvale, NJ: Jason Aronson.
- Surrey, J. L. (1991). The self-in-relation: A theory of women's development. In J. V. Jordan, Al Gl Kaplan, J. B. Miller, I. P. Stiver, & J. L. Surrey(Eds.), *Women's growth in connection: Writings from the Stone Center* (pp. 51-66). New York: Guilford Press.
- Thompson, J. M. (1995) Silencing the self: Depressive symptomatology and close relationships. *Psychology of Women Quarterly*, 19, 337-353.

- Thompson, J. M., Whiffen, V. E., & Aube, J. A. (2001). Does self-silencing link perceptions of care from parents and partners with depressive symptoms? *Journal of Social and Personal Relationships*, 18(4), 503-516.
- Thompson, J. M.; Whiffen, V. E.; Foot, M. L. (2007). Self-silencing mediates the link between marital conflict and depression. *Journal of Social and Personal Relationships*, 24(6), 993-1006.
- Uebelacker, L. A., Courtnage, E. S., & Whisman, M. A. (2003). Correlates of depression and marital dissatisfaction: Perceptions of marital communication style. *Journal of Social and Personal Relationships*, 20(6), 757-769.
- Wenzlaff, R. M., & Bates, D. E. (1998). Unmasking a cognitive vulnerability to depression: How lapses in mental control reveal depressive thinking. *Journal of Personality and Social Psychology* 75. 1559-1571.

The Effect of Object Relation Level on Depression Among Korean Women -With the Mediation of Self-Silencing

Jeeyon Lee* · Miyoung Kim**

The purpose of this study is to examine the relationships among Korean women's object relation, self-silencing and depression and to examine the effect of object relation level on depression with the mediation of self-silencing. The subject for this study were 363 women over 20 years old who lives in Incheon and the metropolitan area. Sample population completed OR-Inventory, Silencing-The-Self Scale(STSS) and Beck Depression Inventory(BDI). The collected data were analyzed with Pearson's correlation, multiple regression and hierarchical multiple regression by the SPSS 12.0 program. The general characteristics and Cronbach's α were also calculated. The major findings and results of the study are as follows. First, in case of object relation, subordinate variables such as Insecure Attachment(IA), Social Incompetences(SI), Alienation(ALN) have positive associations with both self-silencing and depression. However Egocentricity(EGC) shows no significant association. Among those, IA shows the most significant positive association. Self-silencing and depression shows positive associations. Subordinate variables such as 'Externalized self-perception,' 'Silencing the self,' 'Divided self' shows significant positive association, but 'Care as self-sacrifice' has low-leveled positive association with depression. Second, object relation has positive influences on self-silencing. IA, ALN, SI predicts self-silencing in order, but EGC does not influence. Third, object relation and self-silencing have positive influences on depression. Specially, IA, SI (among object relation) and 'Externalized self-perception', 'Divided self' predict depression significantly. Fourth, the mediating effect of

* University of Incheon. Professor of Education Department

** University of Incheon

self-silencing on the relation between object relation level and depression was also examined. This study is the first one in Korea which examined the relation between object relation and self-silencing, the relation between self-silencing and depression, and the mediating effect of self-silencing between object relation and depression.

key words: Korean women, object relation, depression, self-silencing