한국청소년문화연구소
<청소년문화포럼>VOL.77
ISSN 1975-2733(Print)/ 2713-797X(Online)
http://dx.doi.org/10.17854/ffyc.2024.01.77.81

부모의 심리적 통제가 대학생의 사회불안에 미치는 영향: 정서조절곤란으로 조절된 고통 감내력의 매개효과

The Influence of Perceived Parental Psychological Control on Social Anxiety in College Students: The Mediation Effect of Distress Tolerance Moderated by Emotion Dysregulation

박 라 임•송 미 경
서울여자대학교 교육심리학과 석사•서울여자대학교 교육심리학과 교수
Bak, Raim•Song, Mikyoung
Seoul Women's University, Dept. of Educational Psychology, Master•Seoul Women's University, Dept. of Educational Psychology, Professor

부모의 심리적 통제가 대학생의 사회불안에 미치는 영향: 정서조절곤란으로 조절된 고통 감내력의 매개효과[1)]

The Influence of Perceived Parental Psychological Control on Social Anxiety in College Students: The Mediation Effect of Distress Tolerance Moderated by Emotion Dysregulation

박 라 임*[2)]•송 미 경**[3)]
Bak, Raim*•Song, Mikyoung**

국 문 요 약

본 연구는 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과가 나타나는지 확인하고, 이러한 매개효과를 정서조절곤란이 조절하는지 알아보기 위해 정서조절곤란의 조절된 매개효과를 검증하는 데 목적이 있다. 이를 위해 남녀 대학생을 대상으로 부모의 심리적 통제, 고통 감내력, 정서조절곤란, 사회불안에 대한 설문을 시행하였고, SPSS 26.0과 SPSS Process Macro를 이용하여 사회불안 준임상집단에 해당하는 대학생 466명의 자료를 분석하였다. 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 각 변인 간에 유의한 상관관계가 나타났다. 둘째, 고통 감내력이 부모의 심리적 통제와 사회불안 간의 관계를 부분 매개하는 것으로 나타났다. 셋째, 정서조절곤란이 고통 감내력과 사회불안의 관계를 조절하는 것으로 나타났다. 넷째, 부모의 심리적 통제가 고통 감내력을 통해 사회불안에 미치는 영향에서 정서조절곤란이 조절된 매개효과를 보이는 것으로 나타났다. 마지막으로 연구의 의의와 제한점을 논의하였다.

주제어: 부모의 심리적 통제, 고통 감내력, 정서조절곤란, 사회불안, 대학생

---

1) 본 연구는 제1저자의 석사학위 논문을 수정·보완한 것임
2) 서울여자대학교 일반대학원 교육심리학과 상담 및 임상심리 전공 석사
3) 서울여자대학교 교육심리학과 교수, 교신저자

Ⅰ. 서 론

인간은 타인과 관계를 맺으며 살아갈 수밖에 없기에 사회적 상황에서 불안은 누구나 경험할 수 있는 보편적인 현상이라 할 수 있겠다. 관계에서 드러나는 적정수준의 불안은 원만한 대인관계를 촉진하거나 수행을 향상하는 등 긍정적인 기능을 할 수 있지만, 불안의 강도와 지속 기간이 현저하게 부적응적인 양상을 띠게 되면 전반적인 삶의 영역에서 다양한 문제를 초래할 수 있다. DSM-5에서는 타인에게 관찰되고 평가될 수 있는 한 가지 이상의 사회적 상황에 노출되는 것을 두려워하거나 현저한 공포와 불안을 느끼는 것을 사회불안장애라 정의한다(APA, 2013).

최근 불안 관련 연구 동향을 살펴보면 임상적 수준은 아니지만 유의미한 영향을 미칠 수 있는 불안 및 사회불안의 영향을 규명하려는 노력이 이어지고 있다. Korte, Brown, Schmidt(2013)는 불안장애 환자군을 제외한 성인을 대상으로 역치하 수준의 불안이 전반적인 기능 손상에 영향을 미치는 경로를 확인하였다. 다른 연구에서도 역치하 수준의 사회불안이 일상생활에 부정적인 영향을 미칠 수 있으며, 심하면 심리·사회적 손상을 일으킬 수 있는 것으로 나타났다(Wittchen, Fuetsch, Sonntag, Muller, & Leibowitz, 1999; Filho et al., 2010). 아울러 부정적인 사회적 자극 노출 후 fMRI 양상을 살펴보았을 때 사회불안 준임상군의 활성화되는 뇌 부위가 임상군과 서로 다르게 나타났다는 연구도 존재한다(Abraham, et al., 2013).

주로 학업에만 몰두하며 제한적인 대인관계를 형성하는 중고등학생 시기와 달리 대학생 시기는 여러 사회적 상황에 노출되면서 사회불안을 경험할 가능성이 증가할 수 있다(이보연, 2019). 실제로 20대 623명을 대상으로 진행한 실태조사 결과에 따르면, 50.1%의 응답자는 처음 만났거나 친하지 않은 사람과 만남을 의도적으로 피했던 경험이 있고, 41.7%의 응답자는 대화할 때 불안감을 느꼈던 경험이 있는 것으로 나타났다(대학내일20대연구소, 2016.04.26.). 대학생이 경험하는 사회불안은 단순히 대인관계 문제를 넘어 정체감, 인격 형성, 학업에까지 부정적인 영향을 끼칠 가능성이 크다(김성주, 이영순, 2015). 이러한 문제는 대학생 시기에만 국한되는 것이 아니라 개개인이 건강한 사회인으로 성장해 나가는 과정에서도 영향을 미칠 수 있다. 그러므로 사회불안 증상의 정도가 심해져 만성화되기 전에 대학생을 대상으로 사회불안의 발생 기제를 파악하고, 이에 대한 예방 및 개입 방안을 마련해야 할 것이다.

사회불안의 발생과 유지에 영향을 미치는 변인으로는 기질 특성, 부모 양육, 아동기 외상 경험, 역기능적 신념 등이 제안된 바 있다(오경자, 양윤란, 2003a; 2003b). 부모 양육과 사회불안의 관계를 매개 또는 조절하는 변인을 통합한 모델의 분석이 부족하다는 지적(허다연,

이기학, 2017)에 따라 본 연구는 부모 양육을 중심으로 살펴보고자 한다. 지금까지 자녀의 불안에 영향을 미치는 양육행동으로 통제적 양육이 주목받아 왔다(Wood, McLeod, Sigman, Hwang, & Chu, 2003). 그중 심리적 통제는 부모가 기대하는 방식대로 자녀가 행동하지 않을 때 심리적 수단을 활용하여 자녀의 사고, 감정, 자기표현, 애착 등에 과도한 영향력을 발휘하려는 양육방식이라 할 수 있다(Barber, 1996). 부모의 심리적 통제는 아동·청소년기뿐만 아니라 초기 성인기 자녀에게도 부정적인 영향을 미칠 수 있으며(Manzeske & Stright, 2009), 다른 양육방식보다 자녀의 내재화 문제와 깊이 연관되는 것으로 밝혀졌다(Barber, Olsen, & Shagle, 1994; Silk, Morris, Kanaya, & Steinberg, 2003). 국내에서도 대학생을 대상으로 부모의 심리적 통제와 사회불안 간의 밀접한 관계가 확인되었다(류아영, 유순화, 윤경미, 2014; 이경희, 홍혜영, 2015; 이슬, 김해란, 2018; 한아름, 김정민, 강슬아, 2018).

다수의 선행연구는 부모의 심리적 통제와 사회불안과의 관계를 살펴볼 때 인지적 요인에 초점을 두고 설명하는 한계가 존재한다. 구체적으로, 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향에서 완벽주의적 자기제시, 역기능적 신념, 부적응적 자기초점주의, 부정적 및 긍정적 평가에 대한 두려움, 내적 통제성 등의 인지관련 변인이 매개효과를 가지는 것으로 나타났다(김민지, 2016; 류아영 외, 2014; 배효숙, 홍혜영, 2017; 이경희, 홍혜영, 2015; 최은경, 임정하, 2018; Clark & Wells, 1995).

반면에 사회불안과 연관된 정서적 요인은 그 중요성에도 인지적 요인과 달리 주목을 받지 못하였다(이지선, 2017; Morrison & Heimberg, 2013). 사회불안의 발생과 유지 과정에 기여하는 다양한 요인 중에서도 정서 혹은 정서관련 요인은 핵심적인 요인이라고 할 수 있다(Abasi et al., 2021; Jazaieri, Morrison, Goldin, & Gross, 2015). 다수의 연구자가 사회불안장애를 정서조절에서의 장애로 받아들이고 있으며, 진단기준 또한 정서조절 및 자기참조체계의 문제를 반영하고 있다(Jazaieri et al, 2015). 인지행동치료에서도 치료의 시행으로 사회불안이 감소하는 과정에서 정서조절이 중요한 매개변인으로서 역할을 수행한다고 제시된 바 있다(Abasi et al., 2021; O'Toole, Mennin, Hougaard, Zachariae, & Rosenberg, 2015). 이러한 점을 고려하면 사회불안 연구에서 정서 변인이 매개변인으로 포함될 필요성이 있다. 이에 본 연구는 부모의 심리적 통제와 사회불안으로 이어지는 경로를 정교하게 살펴보기 위하여 개인의 정서조절과 밀접한 관련이 있는 고통 감내력과 정서조절곤란을 중심으로 살펴보고자 한다. 추가로, 최근 연구에서 두 변인 모두 내재화 증상과 유의한 연관이 있는 것으로 보고되었지만, 구체적으로 두 변인이 어떠한 방식으로 관계를 형성하면서 내재화 증상을 초래하는지에 대해서는 추가 연구가 필요한 실정이다(Van Eck, Warren, & Flory, 2017).

먼저, 고통 감내력은 부정 정서를 견디고 경험하는 능력을 뜻하며(Simons & Gaher, 2005),

부정 정서 상태에서 개인의 대처방식에 중대한 영향을 미칠 수 있는 핵심 기제로 제시되었다(박우리, 2016). 고통 감내력이 낮은 사람은 고통이나 고통을 유발하는 상황에서 부적응적으로 반응하기 쉬우며, 부정 정서를 회피하려는 경향이 있다(Leyro, Zvolensky, & Bernstein, 2010). 이러한 회피 전략은 한때 고통을 경감시키지만, 장기적으로 부정적인 결과를 가져올 수 있다. 반면 높은 수준의 고통 감내력을 지닌 사람은 고통을 유발하는 상황에서 적응적인 방식으로 반응할 수 있는 것으로 나타났다(Zvolensky & Hogan, 2013).

관련 선행연구를 살펴보면, 고통 감내력은 회피 대처를 매개로 하여 불안을 유발할 수 있는 것으로 확인되었다(정지현, 권석만, 2013). 또한, 고통 감내력은 불안민감성, 우울, 역기능적 신념 등을 통제한 후에도 여전히 사회불안에 부적 영향을 미치는 것으로 나타났다(장하연, 조용래, 2012; Keough, Riccardi, Timpano, Mitchell, & Schmidt, 2010). 이를 통해 고통 감내력 부족은 사회불안의 주요 위험요인임을 확인할 수 있고, 사회불안으로 인한 고통을 감소시키기 위해서는 고통 감내력을 높임으로써 적응적인 대처를 유도하는 개입이 필요함을 알 수 있다.

한편 부모에 의한 심리적 통제는 자녀의 고통 감내력을 감소시킬 가능성이 있다(김소은, 송현주, 2018; Perez, Nicholson, Dahlen, & Leuty, 2020). 자녀가 경험하는 정서적 고통을 부모가 적절하게 타당화하거나 반영해 주지 않을 때 자녀는 정서적 고통을 감내하는 방법을 습득하는 대신 고통을 경험하는 것을 꺼리거나 융통성 없이 고통을 피하려는 시도를 나타내게 됨으로써 고통 감내력이 적절하게 발달하지 못할 수 있다. 변증법적 행동치료(Dialectical Behavior Therapy; DBT)를 창안한 Linehan(1993)에 따르면 부모가 자녀의 정서 경험을 인정하지 않는 정서 무효화 환경은 자녀의 고통 감내력 발달을 방해하는 주요한 요소로 작용하며(Gratz & Tull, 2011), 부모의 심리적 통제는 부모에 의한 정서 무효화를 대표하는 변인으로 거론된다(Mahan, Kors, Simmons, & Macfie, 2018). 이들 연구를 토대로 부모가 심리적 통제를 많이 사용할수록 자녀는 낮은 고통 감내력을 보일 것으로 예상할 수 있다. 부모의 심리적 통제와 고통 감내력 간의 관계를 직접 살펴본 연구는 찾아보기 어려우나, Filippello, Harrington, Costa, Buzzai, Sorrenti(2018)가 모의 심리적 통제와 자녀의 좌절 감내력 부족이 정적 상관관계를 보인다는 것을 확인한 바 있다.

고통 감내력 외에도 사회불안과 밀접하게 관련된 변인으로 정서조절곤란을 들 수 있다. 정서조절곤란이란 정서의 자각 및 이해, 정서의 수용, 부정 정서를 느낄 때 충동적 행동을 조절하고 목표에 일치되게 행동하는 능력, 목표와 상황적 요구에 맞춰 정서조절전략을 융통성 있게 사용하는 능력의 측면에서 어려움을 겪는 것을 의미한다(Gratz & Roemer, 2004). 정서조절 실패가 만성적으로 반복될 때 정서조절곤란으로 이어질 수 있으며, 이는 개인의

부정 정서를 악화시킴으로써 심리적 부적응을 초래하는 것으로 밝혀졌다(이지영, 2010; Cole, Michel, & Teti, 1994; Bonanno, Papa, Lalande, Westphal, & Coifman, 2004).

기존 연구에서 정서조절곤란은 선행요인이 우울, 불안, 사회불안 등의 내재화 문제에 미치는 효과를 더욱 강화하는 조절변인 역할을 수행하는 것으로 밝혀졌다(Graham, Calloway, & Roemer, 2015; Kliewer et al., 2017; Paulus et al., 2016; Rothenberg et al., 2019). 특히, Sabourin(2013)의 연구에서 고통 감내력이 걱정 증상에 미치는 효과가 정서조절곤란에 의존하는 것으로 나타났으며, 구체적으로 정서조절능력이 낮아질수록 고통 감내력이 걱정 증상을 완화하는 효과가 감소하는 것으로 나타났다. 이러한 배경으로는 선행연구에서 고통 감내력과 정서조절곤란이 서로 독립적이면서 상호의존적인 경향이 있는바, 두 변인 간 관계에서 발생하는 상호작용이 개인이 지닌 내재화 문제를 더욱 악화시키는 데 기여할 가능성이 제기된 것을 들 수 있다(Brandt, Johnson, Schmidt, & Zvolensky, 2012; Van Eck et al., 2017).

선행연구의 결과를 종합하여 고려할 때, 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향을 고통 감내력이 매개할 가능성과 고통 감내력이 사회불안에 미치는 효과를 정서조절곤란이 조절할 가능성이 제기된다. 이에 본 연구에서는 이러한 매개효과 및 조절효과를 통합한 조절된 매개모형을 상정하여 조절된 매개효과, 즉 부모의 심리적 통제가 고통 감내력을 경유하여 사회불안에 미치는 효과를 정서조절곤란이 조절하는지 검증해 보고자 한다.

한편, 연구 방법의 측면에서 기존에 심리적 통제와 관련하여 지적되었던 제한점을 보완하고자 하였다. 구체적으로, 많은 연구는 모의 심리적 통제에만 초점을 두거나 부와 모의 심리적 통제를 구분하지 않았다(장경문, 2007). 아울러 모의 심리적 통제가 자녀의 사회불안에 부정적 영향을 미친다는 결과는 일관되게 보고되고 있으나, 부의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 효과를 검증한 연구에서는 혼재된 결과를 제시하고 있다(Bynion, Blumenthal, Bilsky, Cloutier, & Leen-Feldner, 2017; Niditch & Varela, 2012). 부와 모의 심리적 통제를 구분한 분석의 필요성이 제기되었던바, 본 연구에서는 부모의 영향력을 각각 살펴보고자 한다.

아울러 불안 증상과 관련하여 준임상집단은 증상의 변화속도 등 임상집단과는 상이한 치료반응 양상을 나타내므로 차별적인 개입의 필요성이 제기되며(Korte et al., 2013; Korte, Allan, Gros, & Acierno, 2016), 이에 임상집단과 준임상집단을 구분하여 연구를 진행하는 것이 요구된다. 하지만 기존 연구를 살펴보면 주로 사회불안 임상집단을 대상으로 하는 연구가 대다수인 상황으로, 임상적 수준에 해당하지는 않으면서도 사회불안 증상과 그로 인한 고통을 호소하는 준임상집단에 대한 연구가 현저하게 부족한 실정이다.

본 연구는 대학생 준임상집단을 대상으로 연구를 진행하여 준임상집단에서 부모의 심리적 통제로 말미암아 사회불안이 발생 및 악화하여 가는 과정과 그러한 과정에서 나타난

개인차에 대한 복잡한 상호작용을 파악해 보고자 한다. 이를 통해 부모의 심리적 통제라는 위험요인이 사회불안을 증폭시키는 과정에 대한 이론적 근거를 제공하는 한편, 부모의 심리적 통제와 사회불안과의 관계를 설명할 수 있는 중요한 정서적 요인들을 파악함으로써 이를 토대로 대학생의 사회불안을 완화할 수 있는 효과적인 개입 방안을 제안할 수 있을 것으로 기대 된다.

본 연구의 필요성에 따라 설정한 연구문제는 아래와 같다.

연구문제 1. 부모의 심리적 통제, 고통 감내력, 정서조절곤란, 사회불안의 관계는 어떠한가?

연구문제 2. 부모의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과가 있는가?

연구문제 3. 고통 감내력과 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 조절효과가 있는가?

연구문제 4. 부모의 심리적 통제가 고통 감내력을 통해 사회불안에 영향을 미치는 경로에서 정서조절곤란의 조절된 매개효과가 있는가?

Ⅱ. 연구방법

1. 연구대상

본 연구는 2020년 4월부터 5월까지 전국 4년제 대학에 재학 중이거나 휴학 중인 남녀 대학생을 대상으로 설문을 시행하였다. 편의 표집 혹은 대학생 커뮤니티 웹사이트를 통해 설문 응답을 받았으며, 오프라인 설문 149부와 온라인 설문 592부를 합하여 총 741부를 수집하였다. 그 중 불성실하게 응답한 자료와 사회불안 임상집단에 해당하는 자료(사회불안 점수 21점 이상)를 제외하여 총 466부가 최종 분석에 사용되었다. 연구 대상자의 성별은 남성 182명(39.1%)과 여성 284명(60.9%)이었다. 연령분포는 만 18세부터 만 29세였고, 평균 연령은 21.63세(표준편차 = 2.23세)로 구성되어 있었다. 본 연구는 연구자의 소속기관에서 심의를 승인받아 진행하였다.

2. 측정도구

1) 사회불안 척도

본 연구는 대학생의 사회불안 수준을 측정하고자 Mattick과 Clarke(1998)가 고안한 사회적

상호작용 불안 척도(Social Interaction Anxiety Scale; SIAS)와 사회공포증 척도(Social Phobia Scale; SPS)의 단축형을 사용하였다. 이는 Peters, Sunderland, Andrews, Rapee, Mattick(2012)이 제안한 방식에 따라 김소정, 윤혜영, 권정혜(2013)가 단축형으로 수정한 것이다. 척도는 총 12문항이며, 사회적 상호작용 불안(문항 예: 다른 사람과 눈을 마주치기가 힘들다.)과 수행 불안(문항 예: 다른 사람이 쳐다보고 있을 때 떨게 되지 않을까 걱정된다.) 2개의 하위요인으로 구성된다. 각 문항은 1점("전혀 그렇지 않다")에서 5점("매우 그렇다")에 이르는 5점 Likert 척도상에서 평정된다. 점수가 높을수록 사회불안을 더 많이 경험하는 것을 의미한다. 김소정 등(2013)이 보고한 내적 일관성(*Cronbach's α*)은 .68이었고, 이후 대학생을 대상으로 한 김경원과 양수진(2018)의 연구에서의 내적 일관성은 .83으로 나타났다. 본 연구에서의 내적 일관성은 .79이었다.

2) 심리적 통제 척도

본 연구는 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제를 측정하고자 Barber(1996)가 개발한 것을 최명진(2010)이 국내 실정에 맞게 수정한 심리적 통제 척도(Psychological Control Scale-Youth Self Report; PCS-YSR)를 사용하였다. 이 척도는 부, 모 각각 16문항씩 총 32문항이며, 언어적 표현 제한(문항 예: 우리 아버지/어머니는 내가 말을 할 때마다 나의 말을 중단시키신다.), 감정의 무효화(문항 예: 우리 아버지/어머니는 항상 어떤 일에 내가 느끼는 기분이나 내가 하는 생각을 바꾸려고 하신다), 개인적 공격(문항 예: 우리 아버지/어머니는 가족의 문제가 내 탓이라고 비난하신다), 죄책감 유도(문항 예: 우리 아버지/어머니는 나를 위해 한 일에 대하여 모두 나에게 말씀하신다), 애정 철회(문항 예: 우리 아버지/어머니가 나에게 실망했을 때 나를 잘 쳐다보려 하지 않으신다.), 기괴한 정서적 행동(문항 예: 우리 아버지/어머니는 나를 대하실 때 기분이 자주 바뀌신다) 6개의 하위요인으로 구성된다. 각 문항은 1점("전혀 그렇지 않다")에서 5점("매우 그렇다")에 이르는 5점 Likert 척도상에서 평정된다. 점수가 높을수록 부모의 심리적 통제를 더 높게 지각하고 있다는 것을 의미한다. 최명진(2010)이 보고한 심리적 통제의 내적 일관성(*Cronbach's α*)은 부가 .90, 모가 .92로 나타났다. 본 연구에서의 내적 일관성은 부가 .93, 모가 .94이었다.

3) 고통 감내력 척도

본 연구는 대학생의 고통 감내력을 측정하고자 Simons와 Gaher(2005)가 제작한 고통 감내력 척도(Distress Tolerance Scale; DTS)를 박성아(2010)가 한국어로 번안하여 타당화한 것을 사용하였다. 이 척도는 총 15문항이며, 조절(문항 예: 고통스러운 감정이 너무 강렬한 나머지

거기에 완전히 압도된다.), 감내력과 몰두(문항 예: 고통스러운 감정이 느껴지면 즉시 뭔가를 해야 한다.), 평가(문항 예: 고통스러운 감정은 수용할 만한 것이 아니다.) 3개의 하위요인으로 구성된다. 각 문항은 1점("전혀 그렇지 않다")에서 5점("매우 그렇다")에 이르는 5점 Likert 척도상에서 평정된다. 모든 문항은 역문항으로 채점되며, 점수가 높을수록 고통스러운 감정을 견디는 능력이 높은 것을 의미한다. 박성아(2010)가 보고한 내적 일관성(*Cronbach's α*)은 .91로 나타났다. 본 연구에서의 내적 일관성은 .88이었다.

4) 정서조절곤란 척도

본 연구는 Gratz와 Roemer(2004)가 개발하였고, 이를 조용래(2007)가 국내 실정에 맞게 수정한 한국판 정서조절곤란 척도(Korean version of Difficulties in Emotional Regulation Scale; K-DERS)를 정서조절곤란 수준을 측정하기 위해 사용하였다. 이 척도는 총 35문항이며, 정서적 주의 및 자각 부족(문항 예: 나는 화가 나거나 기분이 나쁠 때, 내 감정을 알아차린다.), 정서에 대한 비수용성(문항 예: 나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 그렇게 느끼는 것에 대해 당황하게 된다.), 충동통제곤란(문항 예: 나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 내 행동에 대한 통제력을 잃어버린다.), 정서적 명료성 부족(문항 예: 내 감정을 이해하기 어렵다.), 목표지향행동 수행 어려움(문항 예: 나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 집중하기가 어렵다.), 정서조절전략 접근 제한(문항 예: 나는 화가 나거나 기분이 나쁘면, 결국에는 내가 아주 우울하게 느낄 것이라고 믿는다.) 6개의 하위요인으로 구성된다. 각 문항은 1점("전혀 그렇지 않다")에서 5점("매우 그렇다")에 이르는 5점 Likert 척도상에서 평정된다. 전체 35문항 중 10문항은 역문항으로 채점되며, 점수가 높을수록 정서조절곤란의 정도가 높다는 것을 의미한다. 조용래(2007)가 보고한 내적 일관성(*Cronbach's α*)은 .92로 나타났다. 본 연구에서의 내적 일관성은 .93이었다.

3. 자료분석

수집한 자료는 SPSS 26.0과 Process Macro for SPSS v4.0 프로그램을 이용하여 분석하였다. 연구 대상의 인구통계학적 특성과 주요 변인의 기술통계를 살펴보고자 빈도 분석 및 기술통계 분석을 실시하였다. 각 변인의 신뢰도를 검증하기 위해 신뢰도 계수를 산출하였고 변인 간의 상관을 알아보기 위해 Pearson 이변량 상관계수를 살펴보았다. 한편, 부모의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과를 확인하기 위해 Hayes(2017)의 PROCESS macro를 이용하여 분석을 실시하였고(model 4), 매개효과의 유의성은 bootstrapping을

통해 검증하였다. 다음으로 고통 감내력과 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 조절효과를 분석하기 위해 독립 및 조절변인을 평균 중심화한 후 위계적 회귀분석을 실시하고 단순 기울기 검증을 통해 정서조절곤란 수준에 따라 사회불안에 미치는 고통 감내력의 효과가 어떻게 변하는지 확인하였다(model 1). 마지막으로 정서조절곤란의 조절된 매개효과를 검증하기 위해 PROCESS macro를 이용하여 분석을 실시(model 14)한 후 bootstrapping을 통해 조절된 매개효과의 유의성을 검증하였다.

Ⅲ. 연구 결과

1. 기술통계 및 상관분석

주요 변인들의 평균, 표준편차를 산출하고 Pearson 상관관계를 분석한 결과는 <표 1>과 같다. 상관분석 결과, 부와 모의 심리적 통제는 고통 감내력과 부적 상관을 보이고(r=−.32, p<.01; r=−.37, p<.01), 사회불안과 정적 상관을 보이는 것으로 나타났다(r=.34, p<.01; r=.34, p<.01). 고통 감내력은 사회불안과 부적 상관을 보였다(r=−.40, p<.01). 정서조절곤란은 부와 모의 심리적 통제(r=.36, p<.01; r=.34, p<.01) 그리고 사회불안(r=.46, p<.01)과 정적 상관을 나타내고, 고통 감내력과는 부적 상관을 나타냈다(r=−.60, p<.01). 마지막으로 부와 모의 심리적 통제는 서로 유의한 정적 상관을 가지는 것으로 나타났다(r=.60, p<.01). 왜도와 첨도의 절댓값이 각각 2과 7 미만으로 정규성 가정을 충족하였다(West, Finch, & Current, 1995).

<표 1> 주요 변인 간의 상관분석 결과(N=466)

변인	1	2	3	4	5
1. 부의 심리적 통제	1				
2. 모의 심리적 통제	.60**	1			
3. 고통 감내력	−.32**	−.37**	1		
4. 정서조절곤란	.36**	.34**	−.60**	1	
5. 사회불안	.34**	.34**	−.40**	.46**	1
M	28.64	28.54	55.04	83.28	22.74
SD	11.27	12.34	9.51	18.69	5.80
첨도	.58	.38	−.13	−.29	−1.01
왜도	1.02	1.02	−.32	.13	−.20

주. **p<.01(양쪽)

2. 부의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과

부의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향에서 고통 감내력의 매개효과를 검증하기 위해 SPSS PROCESS macro의 model 4를 이용하여 분석하였고, 그 결과를 <표 2>에 제시하였다. 첫째, 부의 심리적 통제는 사회불안에 유의한 정적 영향을 미치고 있는 것으로 나타났다(B=.233, p<.001). 둘째, 부의 심리적 통제는 고통 감내력에 부적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=−.291, p<.001). 셋째, 부의 심리적 통제와 고통 감내력을 동시에 투입하였을 때 사회불안에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=.160, p<.001; B=−.252, p<.001).

간접효과의 유의성을 확인하기 위해 bootstrapping 방법을 활용하였으며, bootstrapping 횟수는 10,000번을 실시하였다. 매개효과가 통계적으로 유의하려면 신뢰구간의 하한값과 상한값 사이에 '0'이 포함되지 않아야 한다(Shrout & Bolger, 2002). 부의 심리적 통제와 사회불안과의 관계에서 고통 감내력의 매개효과는 95% 신뢰구간 내에 '0'이 포함되어 있지 않아 통계적으로 유의하게 나타났다. 이때 부의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 직접효과 또한 유의하므로 부분매개효과가 나타남을 확인할 수 있다(<표 3>).

<표 2> 부의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과(N=441)

종속변인	독립변인	비표준화 계수		β	t	R^2	F
		B	SE				
사회불안	부의 심리적 통제	.233	.031	.342	7.616***	.117	58.008***
고통 감내력	부의 심리적 통제	−.291	.041	−.323	−7.158***	.105	51.239***
사회불안	고통 감내력	−.252	.034	−.332	−7.430***	.216	60.185***
	부의 심리적 통제	.160	.031	.234	5.237***		

주. ***p<.001

<표 3> 고통 감내력의 간접효과 검증(N=441)

경로	효과 크기	SE	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
총효과(부의 심리적 통제 → 사회불안)	.233	.031	.173	.293
직접효과(부의 심리적 통제 → 사회불안)	.160	.031	.100	.220
간접효과(부의 심리적 통제 → 고통 감내력 → 사회불안)	.073	.016	.045	.107

3. 모의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과

부와 마찬가지로, 모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향에서 고통 감내력의 매개효과를 검증하였고, 그 결과는 <표 4>와 같다. 첫째, 모의 심리적 통제는 사회불안에 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=.212, p<.001). 둘째, 모의 심리적 통제는 고통 감내력에 부적으로 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=−.308, p<.001). 셋째, 모의 심리적 통제와 고통 감내력을 동시에 투입하였을 때 사회불안에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다(B=.141, p<.001; B=−.233, p<.001).

간접효과의 유의성을 확인하기 위해 bootstrapping을 10,000번 실시하였다. 모의 심리적 통제와 사회불안과의 관계에서 고통 감내력의 매개효과는 95%의 신뢰구간에서 신뢰구간 내에 '0'이 포함되어 있지 않아 통계적으로 유의하게 나타났다. 이때 모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 직접효과 또한 유의하므로 부분매개효과가 나타남을 확인할 수 있다(<표 5>).

<표 4> 모의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과(N=451)

종속변인	독립변인	비표준화 계수		β	t	R^2	F
		B	SE				
사회불안	모의 심리적 통제	.212	.028	.338	7.599***	.114	57.743***
고통 감내력	모의 심리적 통제	−.308	.036	−.374	−8.555***	.140	73.182***
사회불안	고통 감내력	−.233	.035	−.305	−6.659***	.194	53.830***
	모의 심리적 통제	.141	.029	.224	4.886***		

주. ***p<.001

<표 5> 고통 감내력에 대한 간접효과 검증(N=451)

경로	효과 크기	SE	95% 신뢰구간	
			LLCI	ULCI
총효과(모의 심리적 통제 → 사회불안)	.212	.028	.157	.267
직접효과(모의 심리적 통제 → 사회불안)	.141	.029	.084	.197
간접효과(모의 심리적 통제 → 고통 감내력 → 사회불안)	.072	.015	.044	.103

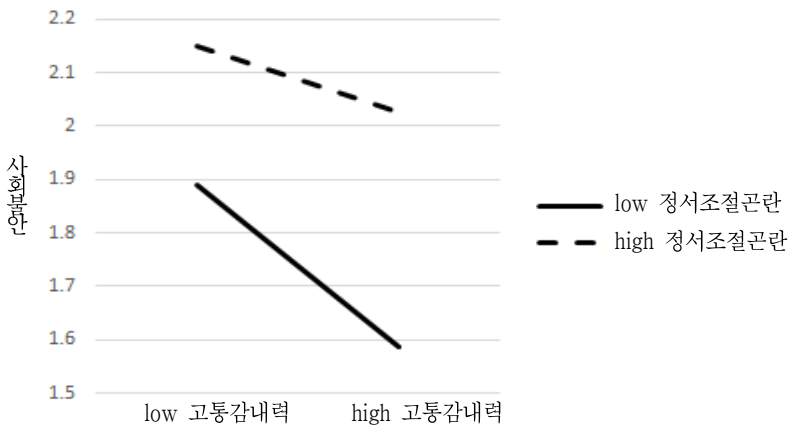
4. 고통 감내력과 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 조절효과

고통 감내력과 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 조절효과를 검증하고자 위계적 회귀분석을 수행하였다. 1단계는 독립변인인 고통 감내력과 조절변인인 정서조절곤란을 투입하였고, 2단계는 고통 감내력과 정서조절곤란의 상호작용항을 투입하였다. 그 결과 상호작용효과가 통계적으로 유의하였으며(B=.041, t=2.285, p<.05), 두 변인의 상호작용항을 투입하였을 때 설명력이 0.9%(ΔR^2=.009) 증가하는 것으로 나타났다(<표 6>). 이는 고통 감내력과 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 조절효과가 유의하다는 것을 의미한다.

<표 6> 고통 감내력과 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 조절효과(N=466)

	독립변인	비표준화 계수		β	t	R^2	ΔR^2	F
		B	SE					
1단계	고통 감내력	−.089	.024	−.185	−3.642***	.236	.080	48.182***
	정서조절곤란	.170	.024	.352	6.941***			
2단계	고통 감내력	−.100	.025	−.207	−4.027***	.244	.009	5.223*
	정서조절곤란	.168	.024	.348	6.896***			
	고통 감내력 × 정서조절곤란	.041	.018	.095	2.285*			

주. *p<.05, ***p<.001



<그림 1> 정서조절곤란의 조절효과

<그림 1>을 살펴보면, 정서조절곤란 수준이 높은 집단, 즉 정서조절능력이 낮은 집단에서는 고통 감내력이 사회불안에 미치는 부적 효과가 상대적으로 작은 반면, 정서조절곤란 수준이 낮은 집단, 즉 정서조절능력이 높은 집단에서는 고통 감내력이 사회불안에 미치는 부적 효과가 상대적으로 큰 것으로 나타났다.

마지막으로 조절효과의 통계적 유의성을 확인하기 위해 정서조절곤란의 평균을 기준으로 ±1 표준편차 수준에서 단순 기울기 검증을 실시하였다(<표 7>). 정서조절곤란이 높을 때(M+1SD), 중간일 때(Mean), 낮을 때(M−1SD) 모든 수준에서 고통 감내력이 사회불안에 미치는 효과는 유의하게 나타났다.

<표 7> 정서조절곤란 수준에 따른 사회불안의 단순 기울기 검정(N=466)

조절변인		Effect(B)	SE	t	95% 신뢰구간	
					LLCI	ULCI
정서조절곤란	M−1SD	−.222	.053	−4.237***	−.326	−.119
	Mean	−.158	.039	−4.027***	−.235	−.081
	M+1SD	−.093	.044	−2.133*	−.179	−.007

주. *p<.05, ***p<.001

5. 부의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과에 대한 정서조절곤란의 조절된 매개효과

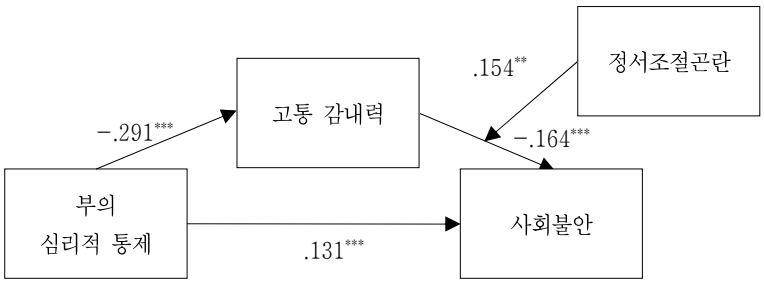
부의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과와 고통 감내력과 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 조절효과가 유의하였다. 이에 본 연구는 SPSS PROCESS macro의 model 14를 이용하여 부의 심리적 통제가 고통 감내력을 경유하여 사회불안에 미치는 간접효과에 대한 정서조절곤란의 조절된 매개효과를 분석하였다(<표 8>). 정서조절곤란의 조절된 매개지수는 −.045이었으며, 95% 신뢰구간에 '0'을 포함하지 않아 조절된 매개효과가 유의한 것으로 확인되었다. 이는 부의 심리적 통제가 고통 감내력을 매개로 사회불안에 영향을 미치는 효과의 크기가 정서조절곤란 수준에 따라 상이하다는 것을 의미한다.

조건부 간접효과의 추정을 위해 bootstrapping을 10,000번 실시하였다. 조절된 매개효과의 유의성을 검증한 결과, 정서조절곤란 수준이 낮을 때(M−1SD)와 평균일 때 95% 신뢰구간에 '0'이 포함되지 않아 통계적으로 유의하게 나타났다. 반면 정서조절곤란이 높은 수준일 때(M+1SD)는 '0'이 포함되어 유의하지 않게 나타났다. 이는 정서조절곤란이 높은 수준에서는

부의 심리적 통제가 고통 감내력을 통해 사회불안에 미치는 간접효과가 유의하지 않으나, 정서조절곤란이 낮거나 평균 수준에서는 간접효과가 유의함을 의미한다.

<표 8> 조절된 매개효과 검증(부의 심리적 통제) (N=441)

정서조절곤란	간접효과	Boot *S.E.*	LLCI	ULCI
M−1SD	.072	.019	.038	.113
Mean	.048	.016	.020	.082
M+1SD	.024	.015	−.004	.056
	조절된 매개지수	Boot *S.E.*	BootLLCI	BootULCI
	−.045	.014	−.074	−.020



<그림 2> 조절된 매개효과 검증결과(부의 심리적 통제)
주. 계수는 비표준화 회귀계수

6. 모의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과에 대한 정서조절곤란의 조절된 매개효과

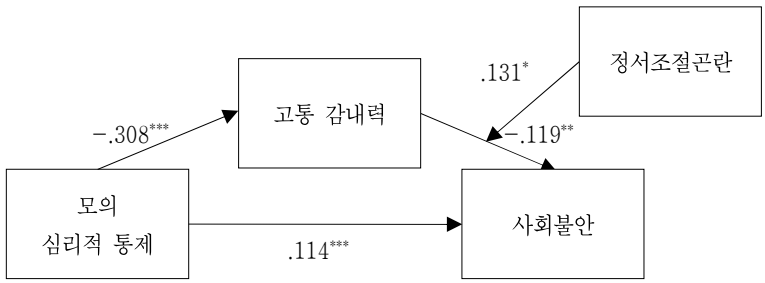
부와 마찬가지로, 모의 심리적 통제가 고통 감내력을 경유하여 사회불안에 미치는 간접효과에 대한 정서조절곤란의 조절된 매개효과를 분석하였다(<표 9>). 정서조절곤란의 조절된 매개지수는 −.040이었으며, 95% 신뢰구간에 '0'을 포함하지 않아 조절된 매개효과가 유의한 것으로 확인되었다. 이는 모의 심리적 통제가 고통 감내력을 매개로 사회불안에 영향을 미치는 효과의 크기가 정서조절곤란 수준에 따라 달라질 수 있다는 것을 의미한다.

조건부 간접효과의 추정을 위해 bootstrapping을 10,000번 실시하였다. 조절된 매개효과의 유의성을 검증한 결과, 정서조절곤란 수준이 낮을 때(M−1SD)와 평균일 때 95% 신뢰구간에

‘0’이 포함되지 않아 통계적으로 유의하게 나타났다. 반면, 정서조절곤란이 높은 수준일 때(M+1SD)는 ‘0’이 포함되어 유의하지 않게 나타났다. 이는 정서조절곤란이 높은 수준에서는 모의 심리적 통제가 고통 감내력을 통해 사회불안에 미치는 간접효과가 나타나지 않으나, 정서조절곤란이 낮거나 평균 수준에서는 간접효과가 나타남을 확인한 것이다.

<표 9> 조절된 매개효과 검증(모의 심리적 통제) (N=451)

정서조절곤란	간접효과	Boot *SE*	LLCI	ULCI
M−1SD	.058	.018	.024	.097
Mean	.037	.015	.008	.069
M+1SD	.015	.016	−.016	.047
	조절된 매개지수	*SE*(Boot)	BootLLCI	BootULCI
	−.040	.014	−.071	−.014



<그림 3> 조절된 매개효과 검증결과(모의 심리적 통제)
주. 계수는 비표준화 회귀계수

Ⅳ. 논 의

본 연구는 대학생을 대상으로 부모의 심리적 통제가 고통 감내력을 통해 사회불안에 미치는 간접효과를 정서조절곤란이 조절하는지 확인하기 위해 조절된 매개효과 모형을 분석하였다. 이를 위해 부모의 심리적 통제와 사회불안의 관계에서 고통 감내력의 매개효과, 고통 감내력과 사회불안의 관계에서 정서조절곤란의 조절효과 및 이를 통합한 조절된 매개효과 모형을 순서대로 분석하였다. 주요 결과를 요약하고 그 시사점을 논의하면 다음과 같다.

첫째, 부, 모 각각의 심리적 통제와 사회불안 간의 관계를 고통 감내력이 부분 매개하는

것으로 나타났다. 이는 부모의 심리적 통제가 직접적으로 그리고 고통 감내력을 통해 간접적으로 사회불안에 영향을 미친다는 것을 의미한다. 부모가 자녀의 정서를 수용하거나 인정하지 않는 환경에서 성장한 아동은 고통 감내력을 발달시키지 못하고 성인이 되어서도 정서 및 행동 문제를 나타낼 수 있다는 선행연구(Mountford, Corstorphine, Tomlinson, & Waller, 2007)와 맥을 같이 한다. 또한, 부모의 과도한 통제가 낮은 고통 감내력을 매개로 대학생의 우울 및 불안 증가에 영향을 미친다고 보고한 선행연구(Perez et al., 2020)와 일치하는 결과이다. 발달 수준에 적절하지 않은 부모의 통제는 아동·청소년뿐만 아니라 대학생의 정서 발달에까지 부정적인 영향을 미칠 수 있다(Manzeske & Stright, 2009). 본 연구 결과는 부모의 심리적 통제로 인해 대학생 자녀 또한 부정 정서를 감내할 수 있는 능력을 발달시키기 어려움을 시사한다. 고통 감내력이 부족한 개인은 부정 정서 혹은 그와 연관된 경험이 혐오적이라는 신념 때문에 상황을 부정적으로 평가하는 경향이 있어 회피와 같은 부적응적 전략을 사용하기 쉽다(Leyro et al., 2010). 회피 행동은 일시적으로 고통을 감소시켜 문제 행동이 부적 강화로 지속될 수 있으며, 이러한 부적 강화는 고통 감내력 부족이 개인의 심리적 문제로 이어지게 하는 핵심 기제로 작용한다(서장원, 권석만, 2015; Vujanovic, Bernstein, & Litz, 2011). 회피 행동을 하면 불안에 노출되거나 직면할 기회가 박탈되기 때문에 불안을 극복하기가 더욱 어려워진다. 요컨대, 부모의 심리적 통제로 고통 감내력이 부족할 경우 사회적 상황에서 발생할 수 있는 불안 반응을 회피함으로써 사회불안이 증가하는 것으로 예상할 수 있다.

둘째, 고통 감내력과 사회불안 간의 관계에서 정서조절곤란의 조절효과를 분석한 결과, 정서조절곤란 수준에 따라 고통 감내력이 사회불안에 미치는 효과가 상이하게 나타났다. 구체적으로, 정서조절능력이 높을 때와 비교하여, 정서조절능력이 낮을 때 고통 감내력 향상에 따른 사회불안 감소의 폭이 더 작은 것으로 나타났다. 이러한 결과는 고통 감내력이 사회불안을 감소시키는 효과를 지니지만, 정서조절능력이 낮을수록 정서조절곤란의 부정적 영향으로 인해 사회불안에 미치는 고통 감내력의 긍정적 효과가 감소함을 의미한다. 또한, 개인의 정서조절능력 수준이 높을수록 고통 감내력이 사회불안 감소에 미치는 효과가 더 높아질 수 있음을 시사한다.

이러한 결과는 선행요인이 우울, 불안, 사회불안 등의 내재화 문제에 미치는 효과를 정서조절곤란이 강화한다는 기존 연구 결과를 뒷받침한다(Graham et al., 2015; Kliewer et al., 2017; Paulus et al., 2016; Rothenberg et al., 2019; Sabourin, 2013). 또한, 고통 감내력과 정서조절곤란이 서로 독립적이면서 상호의존적인 경향을 가지며, 두 변인 간 관계에서 발생하는 상호작용이 개인이 지닌 내재화 문제를 더욱 악화시키는 데 기여하는 것을 본 연구를

통해 다시금 확인하였다(Brandt et al., 2012; Van Eck et al., 2017).

셋째, 부, 모 각각의 심리적 통제와 사회불안 사이에서 고통 감내력의 매개효과에 대한 정서조절곤란의 조절된 매개효과가 유의하게 나타났다. 이러한 결과는 부모의 심리적 통제가 고통 감내력을 경유하여 사회불안에 미치는 간접효과가 정서조절곤란의 수준에 따라 달라진다는 것을 의미한다. 특히, 본 연구에서 설정한 가설과는 다르게 정서조절곤란이 부모의 심리적 통제가 고통 감내력을 통해 사회불안에 미치는 간접효과를 강화하는 것이 아니라, 오히려 감소시키는 역할을 수행하는 것으로 나타났다. 즉, 정서조절능력이 높을수록 부모의 심리적 통제가 고통 감내력을 매개로 하여 사회불안에 미치는 영향이 커지고, 정서조절능력이 낮을수록 부모의 심리적 통제가 고통 감내력을 매개로 하여 사회불안에 미치는 영향이 감소한다는 것이다. 이는 정서조절곤란이 사회불안에 미치는 선행요인의 부정적 효과를 더욱 강화하는 역할을 한다고 나타난 기존 연구와 일치하지 않는 결과이지만(Kliewer et al., 2017; Paulus et al., 2016), 정서조절 유연성 모델로 이러한 결과를 어느 정도 설명할 수 있다. 정서조절 유연성 모델에서는 개인의 정서조절 과정이 효과적인지를 살펴보는 것뿐만 아니라 상황적 맥락에 적합한지 함께 고려할 것을 제안하고 있다(Bonanno & Burton, 2013). 특정 상황에 효과적인 정서조절전략이라도 상황의 변화에 따라 그 효과성이 달라지거나 부적응적인 결과를 초래할 수 있으므로, 상황적 요구에 대한 평가를 기반으로 하여 정서조절전략을 선택하는 것이 필요하다. 이와 관련된 선행연구 중에 적절한 수준의 고통 감내와 이를 넘어서는 과도한 수준의 고통 감내가 구분될 필요성을 제시한 연구가 존재한다. 구체적으로, 높은 고통 감내력이 반드시 적응적이지 않으며, 오히려 감내 전략을 과도하게 사용하면 개인의 내부 자원이 고갈되어 상황적 맥락에 따라서는 고통 감내의 부족을 심화시킬 수 있다고 하였다(이동현, 김향숙, 2021). 여기서 과도한 수준의 감내란 개인의 안녕감과 장기 목표에 해가 될 정도로 지속해서 부정 정서를 참아내는 경향을 뜻한다(Lynch & Mizon, 2011). 대학생 중에서 부모의 심리적 통제로 인해 정서적 고통을 견디는 능력을 발달시키지 못하여 고통 감내 부족을 경험하는 경우, 높은 정서조절능력이 상황과 관계없이 오로지 목표에만 집중하고 개인의 충동과 정서적 고통을 과도하게 참아내는 것과 연결되어 기존에 가지고 있던 고통 감내 부족을 심화시킴으로써 사회불안을 강화하는 부적응적인 결과로 이어질 수 있음을 본 연구 결과를 통해 예상할 수 있다.

본 연구와 변인은 다르지만, 불안정애착으로 인해 심리적 고통을 경험하고 그러한 고통을 해소하기 위해 관계중독에 빠질 경우, 지지추구적 정서조절전략의 과도한 사용이 오히려 관계중독을 강화한다는 선행연구(이지원, 이기학, 2014)와 일맥상통하는 결과로 볼 수 있다. 이와 같은 결과는 정서조절 과정에서 단순히 감내 전략을 줄이거나 늘리는 것뿐만 아니라

상황적 요구에 따라 전략을 선택하며, 유연하게 정서를 조절할 수 있도록 개입해야 할 필요성에 주목하게 한다.

본 연구의 의의는 다음과 같이 정리할 수 있다. 첫째, 부모의 심리적 통제와 사회불안 간의 관계를 설명하기 위해 단일 매개변인이나 조절변인만을 살펴본 연구들과 다르게 조절 및 매개하는 변인을 통합함으로써 부모의 심리적 통제, 고통 감내력, 정서조절곤란, 사회불안의 관계를 포괄적으로 살펴보았다. 즉, 부모의 심리적 통제가 고통 감내력 부족을 통해 사회불안 증가에 영향을 미치는 경로를 제시하는 것에 그치지 않고, 또 다른 위험요인인 정서조절곤란을 통합하여 개인의 사회불안 발생과정을 살펴보았다는 점에서 의의가 있다. 누적위험요인 가설에 따르면, 증상의 심각성은 위험요인이 얼마나 축적되어 있는가와 관련되어 있으며, 위험요인이 추가됨에 따라 개인의 발달에 더욱 치명적인 영향을 미친다고 한다(전학열, 최중진, 김청송, 2015). 본 연구를 통해 부모의 심리적 통제가 대학생의 고통 감내력 발달을 방해하여 사회불안으로 이어지는 경로에서는 과도한 정서조절이 위험요인으로 작용할 수 있음을 확인하였다.

둘째, 부모의 심리적 통제와 사회불안의 관계 내 매개효과를 검증한 연구를 살펴보면 주로 인지적 요인에 초점을 둔 경향이 있다(김민지, 2016; 배효숙, 홍혜영, 2017; 이경희, 홍혜영, 2015). 이러한 연구에서는 사회불안의 인지 모델(Clark & Wells, 1995, Hofmann, 2007)에 근거하여 부적응적 자기초점주의 혹은 부정적 평가에 대한 정보처리 편향과 같은 인지관련 변인을 핵심 기제로 다루고 있다. 반면, 본 연구는 정서적 측면에서 심리적 통제와 사회불안의 관계를 설명하고자 하였고, 단일 정서 변인의 효과를 검증한 기존 연구에서 한발 더 나아가 고통 감내력과 정서조절곤란이라는 정서 변인의 상호작용이 사회불안에 미치는 영향을 살펴보았다. 여러 정서 변인이 상호관련성을 지니고 서로 영향을 주고받는 것을 고려할 때, 각 변인을 개별적으로 검증하는 것은 한계가 있으므로 본 연구에서 두 변인의 영향력을 함께 살펴본 것은 사회불안의 중재 및 개입의 관점에서 의의가 있을 것이다. 즉, 사회불안이 있는 대학생은 유연한 고통 감내 전략과 감정조절 기술을 개발하는 데 도움을 주는 프로그램이 효과적일 수 있음이 시사된다.

셋째, 기존 선행연구에서 고통 감내력은 변화가 어려운 특질적인 개념으로 간주해 왔지만(Cummings et al., 2013; Kiselica, Webber, & Bornovalova, 2014), 본 연구에서는 고통 감내력이 맥락에 따라 변할 수 있는 상태적인 개념임을 확인하여 치료적 개입을 통한 변화 가능성을 제시하였다는 점에서 의의가 있다. 고통 감내력에 대한 대표적인 개입 방법으로 마음챙김이 제안되고 있다. 변증법적 행동치료에서 주로 활용되는 마음챙김 기술의 목표는 개인이 습관적으로 고통을 피하고자 할 때 자신의 충동이나 생각에 대한 의식적인 인식을

증가시키고, 고통을 견뎌야 할 순간을 판단할 수 있는 지혜로운 마음 상태를 달성하도록 돕는 것이다(Lynch & Mizon, 2011). 대학 상담 장면에서 고통을 회피하는 경향이 있는 내담자를 만났을 때 자신의 습관적 경향에 대한 인식을 높이고 고통을 견딜 순간을 현명하게 판단하도록 도울 수 있으며, 이러한 개입이 부모의 통제적 양육에 대한 영향을 감소시키고 사회불안을 완화하는 데 효과적일 수 있을 것이다.

넷째, 부모의 심리적 통제와 관련하여 아동과 청소년에 국한되어 진행되었던 선행연구를 확장하여 대학생의 사회불안에 미치는 영향을 확인하였다는 점에서 본 연구의 의의가 있다. 특히, 국내 대학생을 대상으로 부, 모 각각의 심리적 통제와 고통 감내력의 관계를 직접적으로 밝혔을 뿐만 아니라, 부모의 심리적 통제가 고통 감내력을 통해 사회불안에 영향을 미치는 경로를 확인하였다는 점에서 시사점을 찾을 수 있다. 이는 부, 모 각각의 심리적 통제가 사회불안에 직접적으로 영향을 미치지 않는다고 나타난 기존의 연구(이슬, 김해란, 2018; 한아름 외, 2018)와 대비되는 결과이다.

다섯째, 사회불안 임상집단에 초점을 둔 이전 연구에서 간과되었던 사회불안 준임상집단을 대상으로 연구를 진행하였다는 점에서 차별점이 있다. 장애로 진단될 정도는 아니지만 사회적 상황에서 과도한 불안을 느끼는 성인의 비율은 35.4%에 이르는 것으로 나타났다(Merikangas, Avenevoli, Acharyya, Zhang, & Angst, 2002). 역치하 수준의 사회불안을 경험하는 대학생을 대상으로 이들이 사회불안장애로 발전하기 이전에 변별하고, 조기 개입한다면 적은 비용을 통해 훨씬 효율적으로 개입할 수 있을 것으로 예상된다.

본 연구의 제한점과 추후 연구를 위한 제언은 다음과 같다. 첫째, 본 연구는 부모의 성별을 고려하여 대학생이 지각한 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향을 확인하였으나 부모와 자녀 성별 간의 상호작용은 고려하지 못하였다. 부모와 자녀 간의 성별이 동일할 때와 동일하지 않을 때 따라서 다른 결과가 나타날 수 있다. 그러므로 후속 연구에서는 부모의 성별뿐만 아니라 자녀의 성별까지 고려하여 다층분석을 시행하여 그 결과를 살펴볼 것을 제안한다.

둘째, 본 연구에서 자기보고식 설문을 사용하여 모든 변인을 측정하였다. 자기보고식 방법은 방어적인 태도를 보여 솔직하게 응답하지 않거나 과소 혹은 과대 보고를 할 가능성이 있다. 특히 본 연구에서 사용한 Simons와 Gaher(2005)의 고통 감내력 척도는 주관적으로 인식한 고통 감내력을 측정할 뿐, 고통 앞에서 과제를 지속하는 것과 같은 행동적 고통 감내력까지 포함하지 못한다. 또한, 단순히 고통 감내력의 수준이 높다는 것을 측정할 뿐, 그것이 기능적인지 역기능적인지 구별하지 못하는 한계가 있다. 이에 후속 연구에서는 자기보고식 설문이 아닌 실험법, 면접법 등의 다양한 방법을 활용하여 검증해야 할 것이다.

셋째, 본 연구에서는 자료 수집에서 오프라인 설문과 온라인 설문을 병행하였다. 오프라인 설문은 설문을 부탁하고 수거하는 과정에서 온라인 설문보다 성실하게 응답하는 경향을 보였으나 그 대상이 수도권에 거주 중인 대학생으로 한정되었다. 반면, 온라인은 전국 대학생을 대상으로 자료 수집이 용이하였으나 불성실하게 응답하는 사례가 많았다. 따라서 향후 연구의 질을 높이기 위해 설문조사의 연구방식을 더욱 세밀하게 설정하여 대상자를 구성하고 결과를 분석하는데 편향이 생기지 않도록 하는 노력이 필요할 것이다.

넷째, 응답자의 상당수가 온라인 조사자임을 고려할 때 연구 결과의 일반화 가능성이 제한될 수 있다. 향후 조사에서는 온라인 조사와 오프라인 조사 집단을 묶어서 분석하는 것이 타당한지 확인하고, 두 집단의 분산에 유의한 차이가 있다면 이들을 개별 집단으로 분리하여 각각 별도로 분석함으로써 연구의 신뢰성과 타당성을 확보하는 것이 필요할 것이다.

■ 참 고 문 헌

김경원, 양수진 (2018). 대학생이 지각한 어머니의 과보호적 양육태도와 사회불안의 관계에서 역기능적 신념과 불안통제감의 매개효과. 한국심리학회지, 발달, 31(3), 139-161.

김민지 (2016). 행동억제기질과 지각된 부모의 심리적 통제가 청소년의 사회불안 증상에 미치는 영향: 역기능적 신념과 부적응적 자기초점주의의 매개효과. 아주대학교 석사학위논문.

김성주, 이영순 (2015). 대학생의 내현적 자기애와 사회불안의 관계: 평가염려 완벽주의, 부정평가에 대한 두려움, 내면화된 수치심의 매개효과. 상담학연구, 16(1), 199-216.

김소은, 송현주 (2018). 여대생의 폭식행동 성향에 따른 부모의 정서무효화가 고통 감내력에 미치는 영향: 불안 민감성의 매개효과. 인문사회 21, 9(5), 689-704.

김소정, 윤혜영, 권정혜 (2013). 한국판 사회적 상호작용 불안척도 (K-SIAS) 와 한국판 사회공포증 척도 (K-SPS) 의 단축형 타당화 연구. 인지행동치료, 13(3), 511-535.

대학내일20대연구소 (2016. 4. 26.). 관태기를 겪고 있는 20대의 인간관계 인식 및 실태조사 보고서 발표. https://www.20slab.org/archives/12976. (2023. 10. 11 인출)

류아영, 유순화, 윤경미 (2014). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 대인불안에 미치는 영향: 완벽주의적 자기제시의 매개효과. 열린교육연구, 22(3), 135-155.

배효숙, 홍혜영 (2017). 중학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향: 완벽주의적 자기제시와 부정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. 청소년학연구, 24(8), 27-54.

박성아 (2010). 경계선 성격장애 성향자의 정서에 대한 두려움과 고통감내력. 서울대학교 석사학위논문.

박우리 (2016). 부정 정서조급성과 고통 감내력이 섭식통제 상실에 미치는 영향: 정서인식 명확성의 조절효과. 서울대학교 석사학위논문.

오경자, 양윤란 (2003a). 청소년기 사회불안의 발생과 유지의 심리적 기제 Ⅰ: 행동억제기질, 부모양육태도 및 외상경험의 영향. 한국심리학회지, 임상, 22(3), 557-576.

오경자, 양윤란 (2003b). 청소년기 사회불안의 발생과 유지의 심리적 기제 Ⅱ: 6개월 추적조사. 한국심리학회지, 임상, 22(3), 577-597.

이경희, 홍혜영 (2015). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향-부정적 평가에 대한 두려움과 긍정적 평가에 대한 두려움의 매개효과. 청소년시설환경, 13(4), 101-114.

이동현, 김향숙 (2021). 고통 과잉 감내 척도의 타당화 연구: 한국 대학생 집단을 대상으로. 한국심리학회지, 임상, 40(2), 143-155.

이보연 (2019). 사회불안에 대한 국내 연구동향: 2001년부터 2018년을 중심으로. 상담교육연구, 2(1), 153-169.

이슬, 김해란 (2018). 대학생이 지각한 부와 모의 심리적 통제가 사회불안에 미치는 영향에서 무조건적 자기수용의 매개효과. 청소년학연구, 25(5), 101-130.

이지선 (2017). 사회불안 상황차원과 인지적·정서적 요인의 관계. 서울대학교 석사학위논문.

이지영 (2010). 정서조절방략이 정서조절곤란에 미치는 영향. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 22(3), 821-841.

이지원, 이기학 (2014). 불안정애착 및 심리적 고통이 관계중독에 미치는 영향: 지지추구적 정서조절양식의 조절된 매개효과 검증. 한국심리학회지, 상담 및 심리치료, 26(1), 65-95.

서장원, 권석만 (2015). 고통 감내력과 심리장애: 경험적 연구 개관. 한국심리학회지, 일반, 34(2), 397-427.

장경문 (2007). 아동이 지각하는 부/모의 심리적 통제와 아동의 내외향적 성격특성에 따른 자기결정성 및 학업성적의 차이. 초등교육연구, 20(1), 165-179.

장하연, 조용래 (2012). 타인의 인정에 대한 과도한 요구 신념과 정서적 고통 감내력이 사회적 수행불안에 미치는 영향. 인지행동치료, 12(3), 299-313.

전학열, 최중진, 김청송 (2015). 청소년 위험행동의 보호요인과 위험요인의 다차원성 모형검증 연구. 한국심리학회지, 건강, 20(1), 307-327.

정지현, 권석만 (2013). 고통 감내력과 심리적 건강의 관계: 탈중심화와 회피적 대처의 매개효과. 한국심리학회지, 임상, 32(3), 627-647.

조용래 (2007). 정서조절곤란의 평가: 한국판 척도의 심리측정적 속성. 한국심리학회지, 임상, 26(4), 1015-1038.

최명진 (2010). 심리적 통제와 안녕감의 관계에서 갈등적 독립의 매개효과 검증. 아주대학교 석사학위논문.

최은경, 임정하 (2018). 부모의 심리적 통제가 청소년의 사회불안에 미치는 영향: 내적 통제성의 매개효과를 중심으로. 한국청소년연구, 29(3), 101-127.

한아름, 김정민, 강슬아 (2018). 대학생이 지각한 부모의 심리적 통제가 사회불안과 우울에 미치는 영향. 한국생활과학회지, 27(2), 103-115.

허다연, 이기학 (2017). 양육행동과 사회불안의 관계에서 정서표현갈등과 행동억제기질의 조절된 매개효과 검증. 상담학연구, 18(1), 133-156.

Abasi, I., Pourshahbaz, A., Mohammadkhani, P., Dolatshahi, B., Moradveisi, L., & Mennin, D. S. (2021). Emotion regulation therapy for social anxiety disorder: a single case series study. Behavioural and Cognitive Psychotherapy, 49(6), 658-672.

Abraham, A., Kaufmann, C., Redlich, R., Hermann, A., Stark, R., Stevens, S., & Hermann, C. (2013). Self-referential and anxiety-relevant information processing in subclinical social anxiety: an fMRI study. Brain Imaging and Behavior, 7, 35-48.

American psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders(5th ed.). Washington, DC: American psychiatric Association.

Barber, B. K. (1996). Parental psychological control: Revisiting a neglected construct. Child development, 67(6), 3296-3319.

Barber, B. K., Olsen, J. E., & Shagle, S. C. (1994). Associations between parental psychological and behavioral control and youth internalized and externalized behaviors. Child development, 65(4), 1120-1136.

Bonanno, G. A., & Burton, C. L. (2013). Regulatory flexibility: An individual differences perspective on coping and emotion regulation. Perspectives on psychological science, 8(6), 591-612.

Bonanno, G. A., Papa, A., Lalande, K., Westphal, M., & Coifman, K. (2004). The importance of being flexible: The ability to both enhance and suppress emotional expression predicts long-term adjustment. Psychological science, 15(7), 482-487.

Brandt, C. P., Johnson, K. A., Schmidt, N. B., & Zvolensky, M. J. (2012). Main and interactive effects of emotion dysregulation and breath-holding duration in relation to panic-relevant fear and expectancies about anxiety-related sensations among adult daily smokers. Journal of Anxiety Disorders, 26(1), 173-181.

Bynion, T. M., Blumenthal, H., Bilsky, S. A., Cloutier, R. M., & Leen-Feldner, E. W. (2017). Dimensions of parenting among mothers and fathers in relation to social anxiety among female adolescents. Journal of Adolescence, 60(1), 11-15.

Clark, D. M., & Wells, A. (1995). A cognitive model of social phobia. In M. Liebowitz & R. G. Heimberg (Eds.), Social Phobia: Diagnosis, assessment, and treatment, 69-93. New York: Guilford Press.

Cole, P. M., Michel, M. K., & Teti, L. O. D. (1994). The development of emotion regulation and dysregulation: A clinical perspective. Monographs of the society for research in child development, 59(23), 73-102.

Cummings, J. R., Bornovalova, M. A., Ojanen, T., Hunt, E., MacPherson, L., & Lejuez, C. (2013). Time doesn't change everything: The longitudinal course of distress tolerance and its relationship with externalizing and internalizing symptoms during early adolescence. Journal of abnormal child psychology, 41(5), 735-748.

Filho, A. S., Hetem, L. A. B., Ferrari, M. C. F., Trzesniak, C., Martín-Santos, R., Borduqui, T., ... & Crippa, J. A. S. (2010). Social anxiety disorder: what are we losing with the current diagnostic criteria?. Acta Psychiatrica Scandinavica, 121(3), 216-226.

Filippello, P., Harrington, N., Costa, S., Buzzai, C., & Sorrenti, L. (2018). Perceived parental psychological control and school learned helplessness: The role of frustration intolerance as a mediator factor. School Psychology International, 39(4), 360-377.

Graham, J. R., Calloway, A., & Roemer, L. (2015). The buffering effects of emotion regulation in the relationship between experiences of racism and anxiety in a Black American sample. Cognitive Therapy and Research, 39, 553-563.

Gratz, K. L., & Roemer, L. (2004). Multidimensional assessment of emotion regulation and dysregulation: Development, factor structure, and initial validation of the difficulties in emotion regulation scale. Journal of psychopathology and behavioral assessment, 26(1), 41-54.

Gratz, K. L., & Tull, M. T. (2011). Borderline personality disorder. Distress tolerance: Theory, research, and clinical applications, 198-220.

Hayes, A. F. (2017). Introduction to mediation, moderation, and conditional process analysis: A regression-based approach. New York: The Guilford Press.

Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. Cognitive Behaviour Therapy, 36(4), 193-209.

Jazaieri, H., Morrison, A. S., Goldin, P. R., & Gross, J. J. (2015). The role of emotion and emotion regulation in social anxiety disorder. Current psychiatry reports, 17, 1-9.

Keough, M. E., Riccardi, C. J., Timpano, K. R., Mitchell, M. A., & Schmidt, N. B. (2010). Anxiety symptomatology: The association with distress tolerance and anxiety sensitivity. Behavior therapy, 41(4), 567-574.

Kiselica, A. M., Webber, T., & Bornovalova, M. A. (2014). Stability and change in distress tolerance and its prospective relationship with borderline personality features: A short-term longitudinal study. Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment, 5(3), 247-256.

Kliewer, W., Pillay, B. J., Swain, K., Rawatlal, N., Borre, A., Naidu, T., ... & Drazdowski, T. K. (2017). Cumulative risk, emotion dysregulation, and adjustment in South African youth. Journal of Child and Family Studies, 26(7), 1768-1779.

Korte, K. J., Allan, N. P., Gros, D. F., & Acierno, R. (2016). Differential treatment response trajectories in individuals with subclinical and clinical PTSD. Journal of Anxiety Disorders, 38, 95-101.

Korte, K. J., Brown, M. A. S., & Schmidt, N. B. (2013). Anxiety sensitivity and impairment: Evidence for a direct association and partial mediation by subclinical anxiety symptoms. Journal of affective disorders, 151(3), 875-881.

Leyro, T. M., Zvolensky, M. J., & Bernstein, A. (2010). Distress tolerance and psychopathological symptoms and disorders: a review of the empirical literature among adults. Psychological bulletin, 136(4), 576-600.

Linehan, M. M. (1993). Cognitive Behavioral Treatment of Borderline Personality Disorder. New York: Guilford Press.

Lynch, T. R., & Mizon, G. A. (2011). Distress over-tolerance and distress intolerance: A behavioral perspective. In M. J. Zvolensky, A. Bernstein, & A. A. Vujanovic (Eds.), Distress Tolerance: Theory, research, and clinical applications, 52-79, New York: The Guilford Press.

Mahan, R. M., Kors, S. B., Simmons, M. L., & Macfie, J. (2018). Maternal psychological control, maternal borderline personality disorder, and adolescent borderline features. Personality Disorders: Theory, Research, and Treatment, 9(4), 297-304.

Manzeske, D. P., & Stright, A. D. (2009). Parenting styles and emotion regulation: The role of behavioral and psychological control during young adulthood. Journal of Adult Development, 16(4), 223-229.

Mattick, R. P., & Clarke, J. C. (1998). Development and validation of measures of social phobia scrutiny fear and social interaction anxiety. Behaviour research and therapy, 36(4), 455-470.

Merikangas, K. R., Avenevoli, S., Acharyya, S., Zhang, H., & Angst, J. (2002). The spectrum of social phobia in the Zurich cohort study of young adults. Biological psychiatry, 51(1), 81-91.

Morrison, A. S., & Heimberg, R. G. (2013). Social anxiety and social anxiety disorder. Annual review of clinical psychology, 9, 249-274.

Mountford, V., Corstorphine, E., Tomlinson, S., & Waller, G. (2007). Development of a measure to assess invalidating childhood environments in the eating disorders. Eating behaviors, 8(1), 48-58.

Niditch, L. A., & Varela, R. E. (2012). Perceptions of parenting, emotional self-efficacy, and anxiety in youth: Test of a mediational model. In Child & Youth Care Forum, 41, 21-35.

O'Toole, M. S., Mennin, D. S., Hougaard, E., Zachariae, R., & Rosenberg, N. K. (2015). Cognitive and emotion regulation change processes in cognitive behavioural therapy for social anxiety disorder. Clinical Psychology & Psychotherapy, 22(6), 667-676.

Paulus, D. J., Bakhshaie, J., Garza, M., Ochoa-Perez, M., Mayorga, N. A., Bogiaizian, D., ... & Schmidt, N. B. (2016). Pain severity and emotion dysregulation among Latinos in a community health care setting: Relations to mental health. General Hospital Psychiatry, 42, 41-48.

Perez, C. M., Nicholson, B. C., Dahlen, E. R., & Leuty, M. E. (2020). Overparenting and emerging adults' mental health: The mediating role of emotional distress tolerance. Journal of Child and Family Studies, 29(2), 374-381.

Peters, L., Sunderland M., Andrews, G., Rapee, R., & Mattick, R. (2012). Development of a short form social interaction anxiety (SIAS) and social phobia scale (SPS) using nonparametric item response theory: The SIAS-6 and the SPS-6. Psychological Assessment, 24, 66-76.

Rothenberg, W. A., Di Giunta, L., Lansford, J. E., Lunetti, C., Fiasconaro, I., Basili, E., ... & Cirimele, F. (2019). Daily associations between emotions and aggressive and depressive symptoms in adolescence: The mediating and moderating role of emotion dysregulation. Journal of youth and adolescence, 48, 2207-2221.

Sabourin, B. A. (2013). Can distress tolerance predict chronic worry? Investigating the relationships among worry, distress tolerance, cognitive avoidance, psychological flexibility, difficulties in emotion regulation, and anxiety sensitivity. Retrieved from https://commons.emich.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1923&context=theses. (2023. 10. 11)

Shrout, P. E., & Bolger, N. (2002). Mediation in experimental and nonexperimental studies: New procedures and recommendations. Psychological methods, 7(4), 422-445.

Silk, J. S., Morris, A. S., Kanaya, T., & Steinberg, L. (2003). Psychological control and autonomy granting: Opposite ends of a continuum or distinct constructs?. Journal of Research on Adolescence, 13(1), 113-128.

Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). The Distress Tolerance Scale: Development and validation of a self-report measure. Motivation and Emotion, 29(2), 83-102.

Van Eck, K., Warren, P., & Flory, K. (2017). A variable-centered and person-centered evaluation of emotion regulation and distress tolerance: links to emotional and behavioral concerns. Journal of youth and adolescence, 46, 136-150.

Vujanovic, A. A., Bernstein, A, & Litz, B. T. (2011). Traumatic stress. In M. J. Zvolensky, A. Bernstein, & A. A. Vujanovic (Eds.), Distress tolerance: Theory, research, and clinical applications (pp. 126-148). New York: The Guilford Press.

West, S. G., Finch, J. F., & Curran, P. J. (1995). Structural equation models with nonnormal variables: Problems and remedies. In R. H. Hoyle(Ed.), Structural equation modeling: Concepts, issues, and applications. Thousand Osks, CA: Sage.

Wittchen, H. U., Fuetsch, M., Sonntag, H., Müller, N., & Liebowitz, M. (1999). Disability and quality of life in pure and comorbid social phobia-Findings from a controlled study. European Psychiatry, 14(3), 118-131.

Wood, J. J., McLeod, B. D., Sigman, M., Hwang, W. C., & Chu, B. C. (2003). Parenting and childhood anxiety: Theory, empirical findings, and future directions. Journal of child psychology and psychiatry, 44(1), 134-151.

Zvolensky, M. J., & Hogan, J. (2013). Distress tolerance and its role in psychopathology. Cognitive Therapy and Research, 37(3), 419-420.

The Influence of Perceived Parental Psychological Control on Social Anxiety in College Students: The Mediation Effect of Distress Tolerance Moderated by Emotion Dysregulation

Bak, Raim*[4)]•Song, Mikyoung**[5)]

Abstract

This study aimed to examine the moderated mediating effect of emotion dysregulation through distress tolerance on the relationship between parental psychological control and social anxiety in college students. A total of 466 subclinical college students participated in this study by responding to the following questionnaires: Social Anxiety Interaction Anxiety Scale-6 (SIAS-6), Social Phobia Scale-6 (SPS-6), Psychological Control Scale-Youth Self Report (PCS-YSR), Distress Tolerance Scale (DTS), and the Korean Version of Difficulties in Emotional Regulation Scale (K-DERS). The results of this study can be summarized as follows. Firstly, parental psychological control, distress tolerance, social anxiety, and emotion dysregulation exhibited statistically significant correlations. Secondly, the mediation effect of distress tolerance on the relationship between parental psychological control and social anxiety was established. Thirdly, the moderation effect of emotion dysregulation on the relationship between distress tolerance and social anxiety was evident. Lastly, emotion dysregulation also moderated the mediating effect of parental psychological control on social anxiety through distress tolerance. The implications, limitations of this study, and suggestions for future research are discussed.

Key words: Parental Psychological Control, Distress Tolerance, Emotion Dysregulation, Social Anxiety, College Student

2023. 11. 27 투고, 2023. 12. 18 심사완료, 2023. 12. 22 게재확정

4) Seoul Women's University, Dept of Educational Psychology, Master
5) Seoul Women's University, Dept. of Educational Psychology, Professor, Corresponding Author