

## The Influence of Behavioral Inhibition System on Interpersonal Relationship Skills among Employees

- The Mediating Effects of Fear of Negative Evaluation and Difficulty in Naming of Emotion -

A Ram Choi<sup>1#</sup>, Jee Yon Lee<sup>2+</sup>

<sup>1</sup> Open Counseling Center, Samsung SDI, 467, Beonyeong-ro, Seobuk-gu, Cheonan-si, Chungcheongnam-do, Republic of Korea

<sup>2</sup> Department of Creative Human Resource Development, Incheon National University, 119, Academy-ro, Yeonsu-gu, Incheon, Republic of Korea

### Abstract

The purpose of this research is to confirm the mediating effects of fear of negative evaluation and difficulty in naming of emotion on the relationship between behavioral inhibition system (BIS) and interpersonal relationship skills among 489 employees in Korea. The main research findings were as follow. First, a higher BIS score was associated with higher levels of fear of negative evaluation and difficulty in naming of emotion, while higher scores on fear of negative evaluation and difficulty in naming of emotion were associated with lower scores on interpersonal relationship skills. Second, fear of negative evaluation and difficulty in naming of emotion completely mediated the influence of BIS on interpersonal relationship skills. The results of this research show that BIS has an indirect effect on interpersonal relationship skills through fear of negative evaluation and difficulty in naming of emotion.

**Key words:** employees, interpersonal relationship skill, behavior inhibition system, fear of negative evaluation, difficulty in naming of emotion

### 1. 서론

Copper & Marshall(1978)은 조직 구성원들 간의 대인관계 질은 개인건강에 중요한 요인이라고 하였다. 실제 우리나라 직장인을 대상으로 한 설문조사에 따르면 ‘상사나 동료와의 대인관계’를 직장 내 스트레스 원인 1순위로 꼽았고(Financial News, 2016. 4. 6.), 퇴사 원인 1순위 또한 ‘직장 내 대인관계’인 것으

로 나타나(News 1 Korea, 2016. 9. 29.) 많은 직장인들이 조직 내 대인관계로 인해 스트레스를 겪고 있음을 알 수 있다.

직장에서 매끄럽지 못한 대인관계는 개인의 스트레스와 좌절감, 심리적 소진에 가장 주요한 원인이 되며, 이것은 직무만족과 조직몰입에 부정적인 영향을 미친다(Gaines & Jermier, 1983). 또한 상사, 동료, 부하와의 관계 스트레스는 가족관계에도 부정적인 영향을 준

# The 1st author: A Ram Choi, Tel. +82-41-560-3333, e-mail. [aramuu@gmail.com](mailto:aramuu@gmail.com)

+ Corresponding author: Jee Yon Lee, Tel. +82-32-835-8176, e-mail. [becoming@inu.ac.kr](mailto:becoming@inu.ac.kr)

다는 것이 선행연구를 통해 밝혀져(Kang, 2010) 직장 내 대인관계는 한 개인의 삶 전반에 영향을 미치는 중요한 요인임을 알 수 있다. 한편 대인관계가 원만한 조직은 그렇지 않은 조직에 비해 상호간의 긴밀한 관계가 더 잘 유지되는 것으로 나타나고 있고(Jin, 2013), 상사와의 친밀한 대인관계는 상사와 신뢰 관계를 형성하는데 긍정적인 영향을 미치는 것으로 알려져 있어(Won, 2001), 조직 구성원들의 대인관계는 원활한 조직 운영에도 중요한 요소임을 알 수 있다. 그 외 다수의 국내 연구들에서도 대인관계가 직무만족과 직무 스트레스에 많은 영향을 미치고 있음을 보여주고 있어(Park, 2016; Baek, 2008; Jang, 2000; Jeong, 2011), 이러한 내용들로 미루어 볼 때 우리나라 직장인들의 대인관계 스트레스를 줄일 수 있는 방안을 살펴보는 것은 매우 중요하다고 할 수 있다.

새롭게 만나는 사람들 또는 주변에 있는 사람들과 원만하고 친밀한 대인관계를 맺을 수 있는 능력을 대인관계능력이라고 하는데, Rubin, *et. al.*(1995)은 이 대인관계능력을 자신과 타인의 입장을 고려하면서 다른 사람들과 상호작용하도록 하는 동시에 사회적 관계에서 부정적 결과를 가져올 수 있는 문제에 대처하는 기술이라고 정의하였다. 대인관계능력은 개인이 건강하고 친밀한 대인관계를 형성, 유지하면서 사회에 적응해 나가는데 핵심적인 요소라고 볼 수 있는데(Kwon, 2013), 실제로 대인관계능력이 높은 사람들은 스트레스 상황에서 자신에게 지지가 될 수 있는 관계망을 더욱 잘 형성하고 이를 잘 활용하는 모습을 보인다(Cohen, *et. al.*, 1986). 반면 대인관계능력이 부족한 사람들은 우울과 불안 또는 고립감, 공허함과 같은 부정적인 정서를 경험할 수 있는데, 이것은 어려운 상황에서 다른 사람들의 관심과 격려를 받지 못하는 상태가 지속되어 외로움을 느끼고, 스스로에 대한 가치감이 낮아지며 열등 의식이 생겨 정서적 문제로 이어질 수 있기 때문이다(Kwon, 2010).

대인관계능력은 직장 생활에 필요한 직업기초능력의 한 요인이며(Lim, *et. al.*, 2008), 조직구성원의 태

도와 행동을 변화시키는 중요한 변수이고, 직무만족, 조직몰입, 이직의도 등에 영향을 미치기 때문에(Miller, 2001; Setton & Adkins, 1997; Kim, 2015에서 재인용) 조직원들의 대인관계능력을 향상시킬 수 있는 효과적인 방법에 대한 모색이 필요하다. 타인과의 친밀하고 효율적인 관계는 인간의 성장과 발달(Lee & Chae, 2012)뿐 아니라 행복과 불행, 만족과 불만족을 결정하는 중요한 요소로써 개인의 삶의 질에 영향을 줄 수 있기에(Lee, 1992), 대인관계능력이 인간에게 매우 중요한 기본적인 요소임은 당연한 사실이다. 더 나아가, 애정과 혈육관계를 기반으로 한 가족 집단이나 친밀감과 자발성을 기반으로 한 친구 관계와는 달리 애정이나 본인의 선택과는 상관없이 임의로 결정된 다양한 조직 구성원들과 관계를 지속해야 하는 직장인들이기에, 대인관계능력은 심리적, 경제적으로 안정적인 조직 생활을 영위하는데 더욱 중요한 요소인 것이다. 하지만 실제 상담을 하다 보면 개인에 따라 대인관계능력의 차이가 있음을 확인할 수 있는데, 국내에서 진행된 직장인 대인관계에 관한 연구들을 살펴보면 대부분 의사소통기법과 같은 개입 프로그램 관련 내용(Kim, 2009; Kim & Park, 2010; Jung, 2011; Ha & Cheon, 2002)으로, 개인차에 영향을 끼치는 요인들을 살펴본 연구는 많지 않은 실정이다. 따라서 직장인의 대인관계능력을 살펴보는데 있어 개인차에 영향을 미치는 변인들에 관한 연구가 필요하다.

Newman, *et. al.*(1997)은 기질이 성인의 대인관계능력을 예측할 수 있는 변인이라고 하였는데, 실제 선행연구들을 통해 대인관계를 맺는데 영향을 주는 개인 변인으로 기질적 동기체계인 행동활성화성향(Behavioral Approach System: BAS)과 행동억제성향(Behavioral Inhibition System: BIS)이 제시되었다(Yoon & Chung, 2009; Lee, 2009; Henderson & Wachs, 2007). 행동활성화성향 및 행동억제성향은 Gray(1987)의 강화 민감성 이론(Reinforcement sensitivity theory)에서 제안된 기질 관련된 요인들로, 일생동안 비교적 안정적으로 지속되는 모습을 보이

며, 이 두 성향의 상호작용이 개인 성격특성의 원인이 된다고 하였다. 관련하여 좀 더 자세히 살펴보면 행동활성화성향이란 한 개인이 원하는 것들과 관련된 단서를 민감하게 감지하고 그것을 적극적으로 추구하도록 행동을 자극하는 심리적 가속 동기체계로, 주로 긍정적 정서인 희망, 흥분, 행복감, 희열 등과 관련이 있다(Kim & Kim, 2001). 반면 행동억제성향은 처벌이나 부정적 감정을 유발하는 위협 단서에 민감하게 반응하여 자신의 행동을 철수, 또는 회피, 억제하도록 하는 심리적 멈춤의 기제로, 처벌과 위협과 같은 불안 관련 단서들에 대해 부정적인 감정을 경험하여 현재의 행동을 멈추게 하고, 환경에서 다른 위협 단서들을 찾기 위해 주변을 살피게 유도한다(Gray, 1981). 즉, 원하는 자극을 향해 다가가는 행동을 일으키는 뇌 체계와 혐오하는 자극을 피할 수 있도록 행동을 멈추게 하는 뇌 체계가 존재하는데, 이 두 체계는 인간의 행동 조절과 통제에 매우 중요한 역할을 하고, 나아가 이 체계들의 상호작용의 차이가 개인차에 중요한 바탕이 된다는 것이다(Kim & Kim, 2001).

행동활성화성향과 행동억제성향이 대인관계에 미치는 효과를 연구한 선행연구(Yoon & Chung, 2009)를 살펴보면, 행동활성화성향의 높고 낮음이 대인관계에 직접적인 주요한 요인이 될 수 없는 반면, 행동억제성향이 높을수록 자신의 감정 억제가 심하고 정서를 잘 인식하지 못하며 대인관계에도 부정적 영향을 미치는 것으로 나타났고, 행동억제성향이 정서억제나 정서자각을 매개하지 않고서도 직접적으로 대인관계능력과 부적인 상관관계를 보이는 것으로 나타났다. 또한 Lee(2009)의 연구에서도 행동억제성향이 전체적인 대인관계문제와 고립/비사회적, 희생/의존적 대인관계문제영역을 정적으로 예측하는 것으로 나타나 행동억제성향이 전반적인 사회적 유능성과 적응에 영향을 주는 것을 확인할 수 있었으며, Henderson & Wachs(2007)의 연구에서도 사회성이 높은 사교적인 사람일수록 낮은 행동억제성향을 보이는 것으로 나타났다. 최근 성인 우울증 환자를 대상으로 한 연구(Nam, *et. al.*, 2015)

에 따르면 행동활성화성향은 전반적인 대인관계문제와 유의한 상관을 보이지 않았지만 행동억제성향은 대인관계문제와 유의한 정적인 상관을 보이는 것으로 나타났는데, 행동억제성향이 높을수록 대인관계에서 냉담하고, 사회적으로 억제되어 있으며, 비주장성, 과순응성, 자기희생, 과관여의 양상을 보였다. 또한 불안과 우울의 영향을 통제한 후에도 행동억제성향이 높을수록 대인관계문제가 더 높은 것으로 나타났다. 한편, 아동을 대상으로 한 선행연구에서도 행동억제성향은 아동의 사회적 적응이나 대인관계능력과 부적인 관계가 있는 것으로 보고되고 있다(Asendorpf, 1991; Kpachanska & Radke-Yarrow, 1992; Ho, 2014에서 재인용).

이렇게 몇몇 연구자들이 행동억제성향이 대인관계에 부정적 영향을 미칠 수 있음을 주장하였지만 아직까지 행동억제성향과 대인관계능력 사이의 관계에 대한 연구가 미미한 실정이고, 직장인을 대상으로 한 연구는 찾아보기가 어려운 상황이다. 또한 기존의 선행연구들에서 행동억제성향이 대인관계에 부정적인 영향을 미친다는 것만을 보여주고 있을 뿐, 어떤 심리적인 과정을 거쳐 영향을 주는지, 어떻게 대인관계능력의 향상에 도움을 줄 수 있는지에 대해서는 제시하지 않고 있다. 많은 연구자들이 행동억제성향이 연령에 상관없이 비교적 안정적으로 유지된다고 한 반면(Kagan, *et. al.*, 1988), 국내의 연구(Chung, *et. al.*, 2002)에 따르면 행동억제성향을 타고났다고 하더라도 부모의 양육태도, 보육의 질, 교육 등의 환경적 요인에 의해 그 영향이 달라질 수 있다고 주장하고 있다. 기질 중 하나인 행동억제성향이 높더라도 환경과의 상호작용으로 부정적인 영향이 감소될 수 있다는 것이다. 하지만 행동억제성향이 높은 상태인 성인을 대상으로 어떤 개입이 도움이 될 수 있는가에 대한 연구는 찾아보기 어려운 현실이다. 따라서 본 연구에서는 행동억제성향이 직장인의 대인관계능력에 미치는 영향을 살펴보고, 그 과정에 다른 변인들이 매개할 수 있음을 가정하여 그 영향을 살펴보고자 하였다.

조직에 속하여 다수의 사람들과 함께 근무를 하는 직장인의 상황적 특성을 고려하여 볼 때, 대인관계에 영

향을 주는 요인으로 사회불안을 떠올려 볼 수 있다. 사회불안은 병리적이지 않은 사람들의 일상생활에서도 흔히 일어나는 증상으로(Kim, 2013), 실제 불편하거나 익숙하지 않은 관계에 놓이게 되면 사회적 기술을 갖고 있는 사람도 그것을 잘 발휘하지 못하는 것을 볼 수 있다. 사회불안의 핵심 인지적 특성은 타인의 부정적 평가에 대한 두려움으로(Seol, *et. al.*, 2014; Hong & Hong, 2011), 타인에 의해 평가되는 사회적 상황에 놓일 때 더 사회불안이라는 불안 정서를 느끼게 된다. 또한 사회불안이 높은 사람들이 권위자와 이야기를 하는 상황에서 더 큰 불안과 두려움을 느낀다는 것은 이미 잘 알려진 내용이다. 직장은 성과 중심의 조직이기 때문에 그 구성원인 직장인들은 지속적으로 타인, 특히 권위자로 인식되는 상사로부터 평가를 받게 된다. 즉, 직장이라는 곳은 타인의 부정적 평가에 대한 두려움을 더 자극시킬 수 있는 환경이란 것이다. 또한 부정적 평가에 대한 두려움은 대인불안과도 밀접한 관련이 있는 인지적 요인 중 하나로 알려져 있어(Seol, *et. al.*, 2014), 직장인의 대인관계를 이해하는데 사회불안, 특히 그 인지적 요소인 타인의 부정적 평가에 대한 두려움에 초점을 맞춰 살펴보는 것은 의미가 있을 것으로 여겨진다.

부정적 평가에 대한 두려움이란 타인에게 자신이 우습게 보여 무시당할 것에 대한 두려움으로, 타인에게 관찰되거나 평가를 받는 사회적 상황에서 발생하며(Mark & Gelder, 1996), 부정적 평가에 대한 두려움이 강한 사람일수록 더 큰 사회불안을 느껴, 사회적 상황, 즉 대인관계로부터 더 많이 회피하는 모습을 보인다(Carver & Scheier, 1982). 실제 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높은 사람은 그렇지 않은 사람들에 비해 변명이나 사과를 빈번하게 하고, 어색한 눈 맞춤이나 낮은 자기 개방성과 같은 모습이 나타나며(Seo, 2015), 소수의 이성과 만나고 적은 수의 친구를 사귀는 등(Beidel, *et. al.*, 1999) 대인관계능력이 저하되는 모습을 보였다. 최근 진행된 국내의 연구에서도 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높을수록 대인관계능력이 낮아지는 것을 확인할 수 있었다(Baek, 2017).

사회불안의 원인을 대체로 두 가지로 구분하고 있는데, 그중 하나는 생애 초기의 부정적 경험, 부모양육행동, 외상적 사건들 및 인지적 요인 등을 포함하는 심리·사회적 요인들이고 또 다른 하나가 바로 행동억제성향이다. 실제 사회불안과 관련된 많은 연구들에서 사회불안에 영향을 주는 변인들 중 하나로 행동억제성향을 제시하고 있는데(Kim, *et. al.*, 2009; Oh & Yang, 2003; Degnan & Fox, 2007; Neal, *et. al.*, 2002; Schwartz, *et. al.*, 1999), 이렇게 행동억제성향이 사회불안에 영향을 주는 기질적 요인이라는 연구는 많이 진행되어 왔지만 그 인지적 요소인 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 직접적인 관련성을 보는 연구는 거의 진행된 바 없었다. Asendorpf(1993)는 행동억제성향을 유발하는 대표적인 자극으로 낮설음과 사회적 인 평가를 제시하였는데, 나이가 어릴수록 낮설음이 행동억제성향을 자극하는 요인이 되고, 인지적으로 발달할수록 평가받는 상황에서 부정적인 평가가 예상될 때 행동억제성향이 자극된다고 하며 이것을 사회적인 행동억제라고 명명하였다. 즉, 행동억제성향이 낮설음에 대한 두려움에서 시작되어 사회적인 평가에 의한 두려움에 영향을 받는 과정을 거친다는 것이다. 이로 볼 때 행동억제성향과 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과의 관계를 생각해 볼 수 있다.

실제로 행동억제성향은 사회불안뿐만 아니라 그 핵심적 인지적 요인인 타인의 부정적 평가에 대한 두려움에도 영향을 미친다는 것이 최근 국내의 연구(So, 2017)를 통해 밝혀졌는데, 연구 결과 부정적 평가 두려움에 영향을 미치는 여러 가지 변인들 중 행동억제성향이 다른 변인들에 비해 큰 차이로 높은 영향력을 보이고 있음이 나타났다. 이상의 내용들을 통해 행동억제성향을 높일수록 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높아지고, 이는 대인관계능력에 부정적인 영향을 미칠 것이라 예상해 볼 수 있겠다. 즉, 행동억제성향은 부정적 감정을 유발하는 위험 단서나 처벌에 민감하게 반응하여 철회, 회피, 불편감, 두려움 등이 나타나는 기질체제로, 타인의 부정적 평가를 부정적 감정을 유발하는 상황 또

는 처벌로 볼 때, 행동억제성향이 타인의 부정적 평가에 대한 두려움을 더욱 자극하여 대인관계에 영향을 줄 것으로 예상해 볼 수 있는 것이다.

한편, 대인관계능력을 정의할 때는 문화를 함께 고려해야 하는데(Burhmester, *et. al.*, 1988), 회사라는 조직이 하나의 집단임을 생각해 볼 때 한국의 집단주의 문화(Kim, 2007)를 떠올려 볼 수 있다. 개인보다 집단을 중시하는 집단주의 문화에서는 개인을 독립적인 존재로 인식하기보다 집단의 한 부분으로 인식하고(Chang, 2007; Cha, 1994), 대인간의 조화를 중요시하기 때문에 개인의 욕구나 부정적인 감정 표현은 집단 내 갈등을 유발하는 요인이라고 여긴다(Jo, 2003). 이런 문화 속에서는 대인관계 시 부정적 정서를 표현하기 보다는 억제하는 것이 성숙한 대처방식이라는 믿음이 보편적이고(Jeong, 2010), 자신의 감정을 드러내는 것은 어른스럽지 못하거나 심리적으로 약한 행동이라는 인식이 있다(Kim, 1997). 실제로 직장인들은 긍정정서는 본인이 경험하는 것보다 더 많이 표현하고 부정정서는 덜 표현하는 경향이 있음이 확인되었는데(Lee, 1998), 기업현장에서 상담을 진행하다 보면 자신의 부정적인 감정을 억제하는 사람들을 많이 볼 수 있고, 심지어 감정 인식조차 잘 되지 않아 신체화 증상을 겪는 사람들도 볼 수 있다. 따라서 두 번째 매개변인으로 감정표현 불능증을 살펴보고자 한다.

감정표현 불능증이란 개인이 경험한 감정을 적절하게 표현하지 못하는 인지-정동장애를 의미하는 것으로, 주요 증상은 자신의 정서를 정확히 인식하거나 명명하지 못하고 언어적으로 감정을 표현하지 못해 정서 조절에 실패하게 되는 것이다. 선행연구에 의하면 감정표현 불능증이 있는 사람들은 불안, 우울, 신체화 등에 더 취약한 모습을 보이고(Taylor, *et. al.*, 1985), 이런 자신의 정서적 어려움에 대해 타인과 의사소통 하는 능력이 부족하여 주변의 실질적인 도움이나 위로를 받는데 실패하기도 한다고 하였다(Taylor, 2000). 또한, 감정표현 불능증은 직무 스트레스(Ryu, *et. al.*, 2008)뿐 아니라 직무수행(Lee, 2012)과도 유의미한 관련이 있

는 것으로 밝혀졌다.

감정표현 불능증은 표현 억제의 정서조절전략으로, 이런 전략을 사용할 경우 부정적 정서가 증가되며 대인관계 기능의 손상이 나타나는 것으로 보고된 바 있다(Gross & John, 2003; Joormann & Gotlib, 2010). 실제 자신의 정서를 정확하게 인식하지 못하는 사람들이 대인관계를 맺을 때 어려움을 더 많이 경험하게 되며(Kwon, 2011; Kim, 2009), 반대로 자신과 타인의 정서를 인식하는 수준이 높은 사람은 대인간 문제를 긍정적으로 해결하고 관계를 잘 유지하며(Kim, 2002; Sim & Wang, 2001), 대인관계능력이 높고(Lee & Kim, 2010) 대인관계에서 자신감과 편안함, 즐거움을 느낀다(Park, 2006). 또한, 최근 직장인을 대상으로 한 국내의 한 연구에 따르면 정서를 명확하게 인식할수록 대인관계능력이 높은 것으로 나타났다(O, 2017). 따라서 대인관계능력에 감정표현 불능증이라는 정서조절 특성이 영향을 미칠 것이라고 예상할 수 있다. 그중에서도 감정 경험의 시작 단계에서 중요한 역할을 하는 것으로 알려져 있는 감정명명(Kennedy-Moore & Watson, 1999)에 초점을 맞춰 점검해 보는 것이 필요하다. 감정표현 불능증인 사람들은 특히 자신의 감정을 명명하는 것에 어려움을 느끼는데, 그로 인해 자신의 감정을 조절하지 못하고 부적응적인 행동을 하게 된다(Barsky & Klerman, 1983). 분노를 느끼고 있는 상태에서 “현재 내가 경험하고 느끼는 것은 분노이다”라고 자신의 감정을 알아차릴 수 있다면, 분노에 사로 잡혀 행동하지 않을 수 있게 된다고 한다는 Goleman(1978; Kim, 2014에서 재인용)의 연구 결과가 있다. 이것은 정서조절에 있어 정서명명이 중요한 과정임을 보여주고 있는 결과이다. 자신이 느끼는 감정을 명명할 수 있다는 것은 그 감정을 스스로 조절하고 다룰 수 있는 통제력을 갖게 된다는 의미이기 때문에 개인의 정신건강 증진 및 원만한 대인관계 형성을 위한 중요한 과정이라고 볼 수 있다. 정서표현이 잘 되려면 정서자각과 명명이 선행해야 한다. 이 과정에서 정서에 주의를 기울이지만 명명화 과정이 부족하다면 오히려 그 정서에 대해 몰두하거나

반추하게 되어 부정 정서를 강화하거나 그것에 압도당하는 결과로 이어질 수 있기 때문에(Lee & Hyun, 2008), 정서명명은 중요한 과정이라고 할 수 있다. 이에 감정표현 불능증 중 정서명명곤란과 직장인의 대인관계능력과의 관계에 대해 알아보려고 한다.

Zeitlin & McNally(1993; Jeong, 2010에서 재인용)는 감정표현 불능증은 정서를 회피하는 것이며 불안 민감성의 수준과 밀접한 관련이 있다고 하였다. Thomas, et. al.(1992)은 성격 5요인 중 정서적 불안정성, 내향성, 낮은 개방성이 감정표현 불능증의 예측변인이라고 하였고, Newton & Contrada(1994; Lee, 2012에서 재인용)는 감정표현 불능증이 억압적 대처와 관계가 있다고 하였다. 위의 연구 결과들과 함께 감정표현 불능증이 표현 억제와 회피의 정서조절전략이라는 점을 생각해 볼 때, 억제와 회피의 기질인 행동억제성향을 떠올릴 수 있다. 실제 관련 선행연구들을 살펴보면, Yoon & Chung(2009)는 행동억제성향이 높을수록 자신의 감정 억제가 심하고 자신의 정서를 잘 인식하지 못하며 더 나아가 대인관계도 나빠진다고 보고하였고, Lee(2012)는 행동억제성향이 부적응적 정서조절전략과 유의한 정적인 상관성이 있음을 밝히며, 행동억제성향이 높더라도 자신의 정서를 명확하게 명명하거나 인식할 수 있다면 적응적인 정서조절전략을 사용할 수 있다고 하였다. 또한 Kim, et. al.(2016)은 행동억제성향인 위협회피 기질은 낮은 정서인식 명확성과 높은 관련성을 가진 정서표현 양가성을 매개로 우울에 영향을 미친다고 하였고, Hong(2017)의 연구에서도 위협회피 기질이 높을수록 정서를 명확하게 인식하지 못하게 된다고

보고하고 있다. 성인을 대상으로 하여 감정표현 불능증과 기질의 상관관계를 살펴본 국내의 한 연구(Yoo, 2009)에서는 높은 위협회피 성향이 감정표현 불능증의 유의한 예측인자임을 밝혔다. 이를 종합해 볼 때, 행동억제성향이 높을수록 자신의 감정을 확인하고 인식하는 능력인 정서명명이 더 어려워질 것이고, 이는 대인관계능력에 부정적인 영향을 미칠 것이라고 예상해 볼 수 있다.

요컨대 본 연구에서는 기질적 동기체계가 직장인의 대인관계능력에 영향을 미치는 과정에서 인지적 변인과 정서조절적 변인이 어떻게 영향을 주는가에 대해 알아보려고 하였다. 앞서 연구를 종합해 볼 때 행동억제성향과 대인관계능력과의 관계에서 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란이 매개할 것으로 예상하여 이에 따라 경쟁모형을 설정하고, 행동억제성향이 바로 대인관계능력에 영향을 준다(Nam, et. al., 2015; Yoon & Chung, 2009; Lee, 2009; Henderson & Wachs, 2007)는 연구 결과에 따라 연구모형을 설정하였다. 종합하면, 본 연구는 직장인의 대인관계능력에 행동억제성향이 영향을 미치는 과정에서 인지적 변인인 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서조절적 변인인 정서명명곤란의 매개역할을 규명함으로써 직장인의 대인관계능력 향상을 도울 수 있는 치료 개입의 정보를 제공하고자 하였다. 이에 따른 연구문제는 다음과 같다.

연구문제 1. 행동억제성향, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움, 정서명명곤란, 대인관계능력의 관계는 어떠한가?

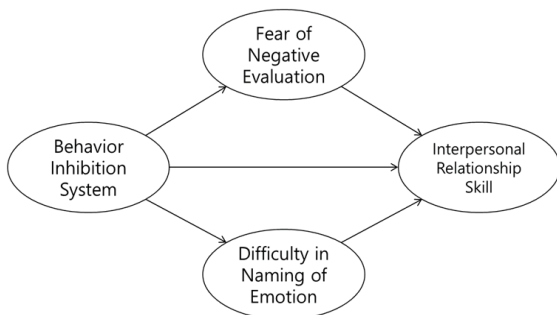


Figure 1. Research model

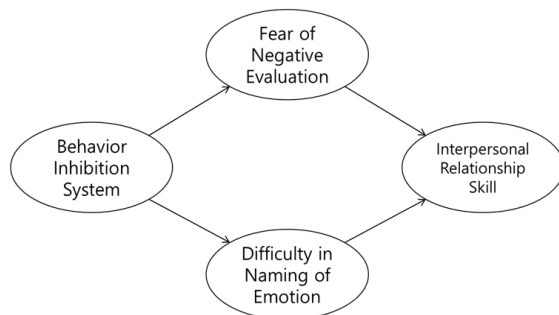


Figure 2. Alternative model

연구문제 2. 행동억제성향이 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란의 매개로 대인관계능력에 영향을 미치는가?

## II. 방법

### 1. 연구대상

본 연구에서는 현직 직장인을 대상으로 지면 설문과 온라인 설문을 실시하였다. 총 520명(지면 설문 176명, 온라인 설문 344명)을 대상으로 설문을 실시하였고, 이들 중 모든 문항에 응답하지 않았거나, 불성실하게 응답한 31명의 자료를 제외한 총 489명의 응답 자료를 분석에 사용하였다. 이 중 남자는 297명(60.7%), 여자는 192명(39.3%)이었으며, 연령으로는 20대가 46명(9.4%), 30대는 307명(62.8%), 40대는 113명(23.1%), 50대 이상은 23명(4.7%)을 차지하였다.

### 2. 측정도구

#### 1) 행동억제성향

행동억제성향을 측정하기 위해 Torrubia, *et. al.* (2001)이 개발한 행동억제성향과 행동활성화성향의 자기보고식 측정도구인 처벌민감성과 강화민감성 질문지(Sensitivity to Punishment and Sensitivity to Reward Questionnaire: SPSRQ)를 Kim(2010)이 번안한 척도를 사용하였다. SPSRQ는 처벌민감성 척도(Sensitivity to Punishment: SP)와 강화민감성 척도(Sensitivity to Reward: SR)가 각각 24문항씩, 총 48문항으로 구성되어 있다. 본 연구에서는 행동억제성향을 측정하는 SP척도 24문항을 설문지에 사용하였고, 4점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 4=매우 그렇다)로 평정하도록 하였다. Kim(2010)의 연구에서 개정된 강화민감성 이론에 따라 SP를 탐색적 요인분석을 실시하여 SP-행동억제체계와 SP-투쟁, 도피, 동결체계로 분류하였는데, 본 연구에서도 SP에 대해 탐색적 요인분석을 실시하여 SP-행동억제체계를 최종적으로 연구에 사용하였다. Kim(2010)의 연구에서 SP척도의 Cronbach's  $\alpha$ 는

.87이었으며, 본 연구에서의 SP척도는 .90, SP-행동억제체계는 .73로 나타났다.

#### 2) 타인의 부정적 평가에 대한 두려움

타인의 부정적 평가에 대한 두려움을 측정하기 위해 Carleton, *et. al.*(2006)이 개발한 부정적 평가에 대한 두려움 척도(Brief Fear of Negative Evaluation scale: BFNE)를 Hong, *et. al.*(2011)가 번안하여 타당화한 한국판 부정적 평가에 대한 두려움 척도Ⅱ(K-BFNE2)를 사용하였다. 총 11문항을 5점 Likert 척도(1=매우 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 평정하도록 하였으며, 점수가 높을수록 부정적 평가에 대한 두려움이 큰 것으로 해석한다. Hong, *et. al.*(2011)의 연구에서 Cronbach's  $\alpha$ 는 .95로 나타났고, 본 연구에서는 .94로 나타났다.

#### 3) 정서명명곤란

정서명명곤란을 측정하기 위해 Vorst & Bermond (2001)가 개발한 Bermond-Vorst 감정표현불능 척도(Bermond-Vorst Alexithymia Questionnaire)를 Jeong (2010)이 번안하여 타당화한 한국판 Bermond-Vorst 감정표현불능성향 척도(Korean Bermond-Vorst Alexithymia Questionnaire: K-BVAQ) 가운데 감정명명의 어려움 척도만을 사용하였다. 각 문항은 5점 Likert 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 평정하도록 하였으며, 점수가 높을수록 감정표현불능성향이 높음을 의미한다. Jeong(2010)의 연구에서 감정명명의 어려움 척도의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .81이었으며, 본 연구에서는 .82로 나타났다.

#### 4) 대인관계능력

대인관계능력을 측정하기 위해 Buhrmester, *et. al.*(1988)이 개발한 대인관계능력 척도(Interpersonal Competence Questionnaire: ICQ)를 Kim & Kim (1999)이 번안한 것을 사용하였다. 이 척도는 처음 관계 맺기, 타인에 대한 불쾌감 주장, 자기노출, 정서적지지 및 조언, 대인갈등 다루기의 다섯 가지 차원의 하위요

인으로 구성되어 있으며, 각 하위요인별 8문항씩, 총 40문항으로 구성되어 있다. 5점 리커트 척도(1=전혀 그렇지 않다, 5=매우 그렇다)로 평정하도록 하였으며, 점수가 높을수록 대인관계에서 유능함을 보인다고 할 수 있다. 본 연구에서는 상관관계계수가 음수값으로 나온 10번 문항을 제거하고 분석을 실시하였다. 선행연구(Kang, 2010)에서 ICQ의 Cronbach's  $\alpha$ 는 .89로 보고되고 있으며, 본 연구에서는 .93로 나타났다.

### 3. 자료분석

본 연구에서 수집된 자료는 SPSS 22.0과 AMOS 20.0을 이용하여 다음과 같은 과정으로 분석하였다. 첫째, 행동억제성향, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움, 정서명명곤란, 대인관계능력 각 척도의 신뢰도를 확인하기 위해 Cronbach's  $\alpha$  계수를 산출하였다. 둘째, 연구변인의 경향성과 정상성을 살펴보기 위해 기술통계 분석을 실시하여 주요 변인의 평균, 표준편차, 왜도 및 첨도를 확인하였다. 셋째, 변인 간의 관계와 영향력을 알아보기 위해 상관분석을 실시하였다. 넷째, Bandalos & Finney(2001)의 제안에 따라 단일 요인으로 이루어진 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 처벌 민감성의 하위요인인 SP-행동억제체계, 감정표현불능증의 하위요인인 감정명명의 어려움에 대해 각각 세 개의 꾸러미로 제작하였다. 이를 위해 우선 최대우도법을 사용하여 단일 요인으로 가정된 탐색적 요인분석을 실시하였다. 이 후 문항들을 요인부하량 절대값에 따라 순위를 매긴 후, 가장 큰 부하량을 지닌 문항과 가장 작은 부하량을 지닌 문항을 짝으로 묶어 순서대로 세 꾸러미에 할당하였다. 다섯째, 잠재변수를 구성하는 관측변수들의 타당도를 검증하기 위해 확인적 요인분석(Confirmatory factor analysis)을 실시하였다. 여섯째, 행동억제성향이 대인관계능력에 영향을 미치는 과정에서 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란의 매개모형을 설정하고, 구조모형 검증을 실시하여 매개모형의 적합도 및 잠재변인 간 경로계수를 산출하였다. 모형의 적합도 평가를 위해서 상대적 적합도

지수인 TLI와 CFI, 그리고 절대적 적합도 지수인 RMSEA를 사용하였다. 여러 적합도 지수들 중 이 지수들을 사용한 이유는 위 지수들이  $\chi^2$ 값과는 달리 표본크기에 민감하게 영향을 받지 않고, 특히 TLI와 RMSEA는 모형의 설명력을 포함하여 간명성도 고려하기 때문이다(Hong, 2000). 이어 연구모형과 경쟁모형을 비교하기 위해  $\chi^2$ 차이검증을 실시하였다. 다음으로 매개효과와의 유의성을 검증하기 위해 부트스트랩(Bootstrap)을 실시하였다. Shrout & Bolger(2002)가 제안한 방법이 따라 본 연구의 원자료(N=489)로부터 무선허당으로 만들어진 1,000개의 표본에서 간접효과를 추정하였고, 간접 효과의 95% 신뢰구간이 0을 포함하지 않을 때,  $\alpha = .05$  수준에서 통계적으로 유의한 것으로 판단하였다. 마지막으로 Sobel test를 통해 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란 각각의 매개효과 유의성을 검증하였다.

## III. 결 과

### 1. 각 변인별 기술통계 및 상관

본 연구의 모형은 행동억제성향, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움, 정서명명곤란, 대인관계능력의 네 개의 잠재변수로 구성되어 있으며 행동억제성향 변수의 최소값은 1, 최대값은 4, 나머지 세 변수의 최소값은 1, 최대값은 5이다. 모형검증에 앞서, 측정변수들의 평균, 표준편차, 왜도와 첨도, 그리고 변수 간 상관계수를 <Table 1>에 제시하였다. 자료의 정상성을 측정해 보았는데, Hong, *et. al.*(2003)이 제시한 정규분포의 기준에 의하면 적용된 모든 변수들은 왜도가 모두 2보다 작고 첨도가 모두 4보다 작아서 정규분포의 가정을 충족시켰다고 볼 수 있다. 다음으로 주요변수 간 상관관계 분석을 실시하였는데, 분석 결과 변수 간에는 대체적으로 유의한 상관이 존재하는 것으로 나타났다. 다중공선성 여부를 판단하기 위해 다중회귀분석을 통해 VIF가 10을 넘는지를 확인한 결과 모든 측정변수가 10을 넘지 않아 문제가 되지 않는 것으로 확인되었다.

Table 1. Correlation coefficients and descriptive statistics of the variables

(N=489)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1, Behavior Inhibition System 1	1													
2, Behavior Inhibition System 2	.56**	1												
3, Behavior Inhibition System 3	.46**	.46**	1											
4, Fear of negative Evaluation 1	.53**	.50**	.46**	1										
5, Fear of negative Evaluation 2	.47**	.43**	.45**	.85**	1									
6, Fear of negative Evaluation 3	.52**	.46**	.47**	.87**	.83**	1								
7, Difficulty in Naming of Emotion 1	.12**	.10*	.20**	.11*	.07	.11*	1							
8, Difficulty in Naming of Emotion 2	.20**	.21**	.24**	.24**	.19**	.24**	.63**	1						
9, Difficulty in Naming of Emotion 3	.21**	.16**	.23**	.27**	.24**	.27**	.60**	.64**	1					
10, Initiation	-.24*	-.21**	-.24*	-.26**	-.23**	-.21**	-.29**	-.35**	-.42*	1				
11, Negative Assertion	-.27**	-.19**	-.28*	-.35**	-.34*	-.35**	-.36**	-.38**	-.43*	.55**	1			
12, Disclosure	-.16**	-.15**	-.21**	-.20*	-.18**	-.18**	-.43*	-.43*	-.44*	.72**	.60**	1		
13, Emotional Support	-.13**	-.09	-.21**	-.14**	-.12**	-.13**	-.40*	-.39**	-.47**	.53**	.41**	.63**	1	
14, Conflict Management	-.17**	-.12**	-.23**	-.14**	-.15**	-.14**	-.27**	-.28*	-.38**	.43**	.32**	.50**	.74**	1
Mean	2.36	2.51	2.48	3.18	3.20	3.27	2.41	2.45	2.46	3.49	3.42	3.56	3.67	3.79
Standard Deviation	0.58	0.58	0.60	0.83	0.88	0.81	0.62	0.62	0.69	0.62	0.59	0.51	0.46	0.45
Skewness	.05	-.18	.11	-.28	-.26	-.50	.64	.38	.46	-.24	-.37	-.30	-.32	-.60
Kurtosis	.21	.10	.01	-.24	-.25	.16	1.08	.72	.42	.46	.56	1.44	1.62	2.49

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

2. Score ranges: Behavior Inhibition System(1~4), Fear of negative Evaluation(1~5), Difficulty in Naming of Emotion(1~5), Interpersonal Relationship Skill(1~5)

## 2. 측정모형 검증

구조모형 검증에 앞서, 14개의 측정변수들이 직장인들의 행동억제성향, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움, 정서명명곤란, 대인관계능력 총 4개의 잠재변수를 적절히 구인하고 있는지 확인하기 위해 AMOS를 사용하여 확인적 요인분석을 실시하였다. 그 결과 측정모형의 적합도는  $\chi^2(df=70, N=489)=181.526$ , CFI=.973, TLI=.964, RMSEA=.057(90% 신뢰구간 .047~.067)로 나타나 좋은 적합도를 보였다. 측정변수들은 잠재변수에 .55~.94까지 적재된 것으로 나타났고, 모두  $p < .001$  수준에서 통계적으로 유의하였다. 따라서 본 연구에서 14개의 측정변인으로 4개의 이론적 잠재변인을 구인한 것이 타당함을 알 수 있다. 측정변수에 대한 잠재변수의 요인 부하량을 보다 구체적으로 살펴보면 행

동억제성향은 .64~.75, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움은 .90~.94, 감정명명곤란은 .76~.81, 대인관계 능력은 .55~.89로 나타났다.

## 3. 구조모형 검증

직장인들의 행동억제성향을 예언변수로, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란을 매개변수로, 대인관계능력을 종속변수로 하는 모형이 경험적 자료와 잘 맞는지 알아보기 위해 연구모형과 경쟁모형을 설정하여 적합도를 검증하였고, 그 결과를 <Table 2>에 제시하였다. 먼저 연구모형을 검증한 결과, 측정모형의 적합도는  $\chi^2(df=71, N=489)=182.169$ ,  $p < .001$ , CFI=.973, TLI=.965, RMSEA=.057(90% 신뢰구간 .047~.067)로 나타나 좋은 적합도를 보였다. 또한 경

Table 2. Analysis of the verification model of fitness

	$\chi^2$	df	$\Delta\chi^2$	CFI	TLI	RMSEA (C.I. 90%)
Research model	182,169	71		.973	.965	.057(.047~.067)
Alternative model	183,352	72	1,183	.973	.965	.056(.046~.066)

쟁모형도  $\chi^2(df=72, N=489)=183.352, p<.001$ , CFI=.973, TLI=.965, RMSEA=.056(90% 신뢰구간 .046~.066)로 나타나 좋은 적합도를 보였다. 연구모형과 경쟁모형의  $\chi^2$ 차이검증을 실시한 결과,  $\chi^2$ 의 차이 값은 1.183으로 그 차이가 유의하지 않았다. 따라서 본 연구에서는 모형 간 비교를 통해 더 간명한 모형인 경쟁모형을 최종모형으로 선택하였다.

4. 최종모형 검증

최종모형을 검증한 결과, 4개의 직접 경로가 모두 유의하였다. 최종모형의 표준화된 경로계수와 모수 추정 결과는 <Table 3>과 <Figure 3>에 제시하였다. 구체적으로, 행동억제성향이 타인의 부정적 평가에 대한 두려움에 미치는 영향이 가장 큰 것으로 나타났다( $\beta=.74, p<.001$ ). 이는 행동억제성향이 높을수록 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높아지는 것을 의미한다. 다

음으로 정서명명곤란은 대인관계능력에 부적 영향( $\beta=-.61, p<.001$ )을 미치는 것으로 나타났는데, 이는 정서명명곤란을 더 경험할수록 대인관계능력이 낮아짐을 의미한다. 또한 행동억제성향이 정서명명곤란에 미치는 영향( $\beta=.35, p<.001$ )도 유의미했는데, 이는 행동억제성향이 높을수록 정서명명곤란을 더 경험할 수 있음을 의미한다. 마지막으로 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 대인관계능력에 부적 영향( $\beta=-.12, p<.01$ )을 미치는 것으로 나타났으며, 이는 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높을수록 대인관계능력이 낮아짐을 의미한다.

5. 매개효과 검증

구조모형을 통해 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란이 행동억제성향과 대인관계능력 사이에서 매개역할을 하고 있음이 확인되었다. 매개효과가

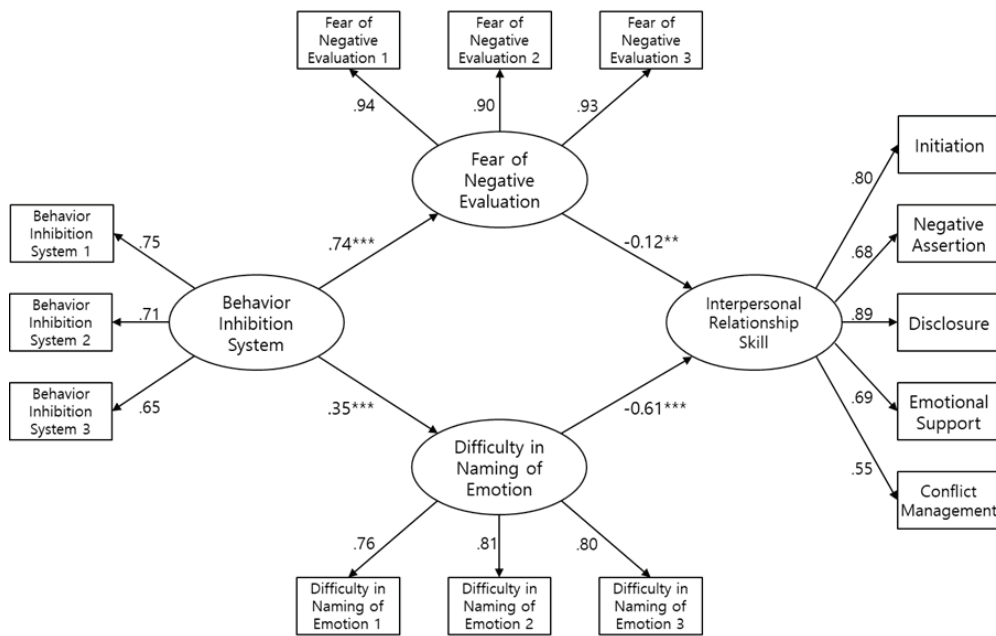


Figure 3. The final paths model

Table 3. The path coefficient of structural model

(N=489)

Path	B	$\beta$	S.E	t
Behavior Inhibition System → Fear of negative Evaluation	1.32	0.74	0.10	13.34***
Behavior Inhibition System → Difficulty in Naming of Emotion	0.44	0.35	0.07	6.17***
Fear of negative Evaluation → Interpersonal Relationship Skill	-0.08	-0.12	0.03	-2.77**
Difficulty in Naming of Emotion → Interpersonal Relationship Skill	-0.55	-0.61	0.05	-10.98***

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

Table 4. Decomposition of effect to parameter model

(N=489)

	Path	Direct Effect	Indirect Effect (C.I. 95%)	Total Effect
Behavior Inhibition System	→ Fear of negative Evaluation	0.74**		0.74**
Behavior Inhibition System	→ Difficulty in Naming of Emotion	0.35**		0.35**
Behavior Inhibition System	→ Interpersonal Relationship Skill		-0.30** (-.41~-.21)	-0.30**
Fear of negative Evaluation	→ Interpersonal Relationship Skill	-0.12**		-0.12**
Difficulty in Naming of Emotion	→ Interpersonal Relationship Skill	-0.61**		-0.61**

\*\*  $p < .01$ 

통계적으로 유의한지 알아보기 위해 부트스트랩 방법을 실시하였다. 분석한 직접효과, 간접효과, 총효과는 <Table 4>와 같다. 검증 결과, 행동억제성향은 타인의 부정적 평가에 대한 두려움 또는 정서명명곤란을 거쳐 대인관계능력에 유의한 영향을 미치는 것으로 나타났다( $\beta = -0.30, p < .01$ ).

하지만 부트스트랩 방법에서는 매개변수가 다수일 경우 전체 매개효과 및 유의도를 제시할 뿐, 각각의 매개효과의 유의성을 판단할 수 없는 한계가 있다. 따라서 본 연구에서는 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란 각각의 매개효과 유의성을 검증을 위해 Sobel test를 실시하였으며, 그 결과를 <Table 5>에 제시하였다. 검증 결과, 행동억제성향과 대인관계능력 사이에서 타인의 부정적 평가에 대한 두려움( $z = -2.75, p < .01$ )과 정서명명곤란( $z = -5.37, p < .001$ )의 개별 매개효과가 유의한 것으로 나타났다.

#### IV. 논의

본 연구는 직장인의 대인관계능력에 영향을 미치는 기질적, 심리적 요인에 관한 것으로, 조직 내 대인관계를 스트레스 원인 1순위로 뽑은 우리나라 직장인들의 대인관계능력 향상을 위한 방향 모색을 목적으로 하고 있다. 본격적인 논의에 앞서 구조방정식 모형을 적용하여 가설모형의 적합도 및 매개변인들의 간접효과를 검증한 결과를 살펴보면, 행동억제성향에서 대인관계능력으로 가는 직접경로는 유의하지 않은 것으로 나타났고, 이 두 변인의 관계를 타인의 부정적 평가에 대한

두려움과 정서명명곤란이 완전매개하는 모형이 자료에 적합한 것으로 나타났다. 본 연구 결과는 행동억제성향이 어떤 과정을 거쳐 대인관계능력에 영향을 미치는지 그 기제에 대해 설명해주었다. 최종모형 결과를 중심으로 한 논의는 다음과 같다.

첫째, 직장인의 행동억제성향이 높을수록 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높게 나타났고, 정서명명곤란도 높게 나타났다. 이는 행동억제성향이 높을수록 부정적 평가 두려움이 높아진다고 보고한 선행연구 결과(So, 2017; Huh & Kwon, 2005)와 일치하며, 행동억제성향이 높을수록 자신의 감정 억제가 심하고 자신의 정서를 잘 인식하지 못한다는 선행연구 결과(Yoon & Chung, 2009)와 그 맥을 같이 한다. 다음으로 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높을수록 대인관계능력이 낮아지는 것으로 나타났다. 이는 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높을수록 사회적 상황으로부터 더 많이 회피하며, 어색한 눈 맞춤이나 낮은 자기 개방성과 같은 모습이 나타나고 소수의 이성이나 친구를 사귀는 등 대인관계능력이 저하된다는 선행연구 결과(Baek, 2017; Seo, 2015; Beidel, *et. al.*, 1999; Carver & Scheier, 1982)와 일치한다. 마지막으로 정서명명의 어려움을 느낄수록 대인관계능력이 낮아졌는데, 이는 감정표현 불능증의 전략을 사용할 경우 대인관계 기능의 손상이 나타나며, 실제 대인관계의 어려움을 경험하는 사람들은 자신의 정서를 정확하게 인식하지 못한다는 선행연구 결과(Kwon, 2011; Gross & John, 2003; Joormann & Gotlib, 2010)와 맥을 같이 한다고 볼 수 있다.

둘째, 직장인의 행동억제성향과 타인의 부정적 평가에 대한 두려움, 정서명명곤란, 대인관계능력 간의 관계를 살펴보기 위하여 모형비교를 실시한 결과, 행동억제성향과 대인관계능력 사이의 직접경로가 제외된 경쟁모형이 더 적합한 것으로 나타났다. 즉, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란의 매개효과를 확인할 수 있었는데, 행동억제성향은 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란에 직접적인 영향을 미치며, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란이 다시 대인관계능력에 직접적인 영향을 미치는 것으로 나타난 것이다. 한편 행동억제성향과 대인관계능력은 직접효과가 유의하지 않은 것으로 나타났다. 이러한 결과를 통해 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란이 완전매개효과가 있음을 알 수 있다. 이 결과는 대인관계능력이 행동억제성향의 개별적인 영향보다는 다양한 매개변인으로 인한 복합적인 영향을 받는다는 것을 의미한다. 이는 상담 현장에서 대인관계 어려움을 호소하는 직장인의 경우 행동억제성향뿐만 아니라 매개효과가 검증된 변인들에 대한 탐색과 개입이 필요함을 시사하는 결과라 할 수 있다.

끝으로, 행동억제성향과 대인관계능력의 관계에서 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란의 매개효과를 검증한 결과, 각 변인의 개별 매개효과가 유의한 것으로 나타났다. 먼저 행동억제성향이 대인관계능력에 영향을 미치는 데 있어 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 완전매개효과를 가짐을 확인할 수 있었는데, 이 결과는 행동억제성향이 높을수록 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높아지고 이는 대인관계능력 저하로 이어질 수 있음을 보여주고 있다. 이러한 결과는 행동억제성향이 높을수록 감정 억제가 심해지고 정서를 잘 인식하지 못하며 더 나아가 대인관계에도 부정적인 영향을 준다고 보고한 선행연구 결과(Yoon & Chung, 2009)와 일관성을 보인다. 그 다음으로 행동억제성향과 대인관계능력의 관계에서 정서명명곤란 또한 완전매개효과를 가지는 것으로 나타났는데, 이는 행동억제성향이 높을수록 정서명명이 어려워지고, 이로 인

해 대인관계능력이 낮아질 수 있음을 보여주고 있다. 즉, 행동억제성향은 처벌이나 부정적 감정을 유발하는 위험 단서에 민감하게 반응하여 자신의 행동을 철수, 또는 회피, 억제하도록 하는 기제로, 이로 인해 자신의 감정을 억제시키고 정서를 잘 인식하지 못하게 되며 대인관계에도 부정적인 영향을 미친다는 것이다. 이 결과는 행동억제성향이 부적응적 정서조절전략과 유의미한 정적상관을 보인다는 선행연구 결과(Lee, 2012) 및 적응적 정서조절전략 사용을 위해서는 감정표현 불능증의 반대개념인 정서인식 명확성이 선행되어야 한다고 보고한 선행연구 결과(Lim, 2003; McFarland & Buehler, 1997), 그리고 자신의 정서를 정확하게 인식하고 표현하는 능력은 원만한 대인관계형성의 핵심으로, 정서를 분명히 인식하고 적절하게 표현하는 사람일수록 대인간 문제 상황을 잘 해결하고, 대인관계형성 및 유지도 잘하는 모습을 보인다는 선행연구 결과(Kim & Kang, 2013)와 흐름을 같이 한다.

본 연구결과는 직장인의 대인관계능력 향상을 도울 수 있는 치료적 개입 방향에 대한 정보를 제공하였다는 점에서 의의가 있다. 선행연구들(Yoon & Chung, 2009; Lee, 2009)을 통해 행동억제성향이 대인관계에 영향을 주는 기질적 요인으로 제시되었는데, 이렇게 행동억제성향이 대인관계에 부정적으로 영향을 준다면 대인관계문제를 겪고 있는 내담자의 문제를 해소하기 위해서는 행동억제성향 특성에 대한 개입이 필요하다고 할 수 있다. 하지만 행동억제성향은 유아기부터 성인기에 이르기까지 지속되는 안정적인 특성을 가지고 있기 때문에(Kagan, *et. al.*, 1988) 그 자체를 변화시키기가 어렵고, 다루는 데 많은 시간과 노력이 필요하다. 따라서 행동억제성향이 어떤 심리적인 과정을 거쳐 대인관계에 영향을 주고 있는지 알 수 있다면 상담 시 우선적으로 탐색할 변인을 파악하여 개입의 방향을 모색할 수 있을 것이다. 이에 본 연구는 대인관계 어려움을 호소하는 직장인들과의 상담 장면에서 탐색해보아야 하는 심리적 요소로 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란이 있을 수 있음을 제시하였다고 볼 수 있다.

이는 조직에서 똑같은 대인관계문제를 겪을 때 변화시키기 어려운 기질 영역인 행동억제성향을 가진 직장인은 그렇지 않은 직장인에 비해 대인관계문제를 체감하는 정도가 더 높을 것이기 때문에 이를 완화시킬 수 있는 전략적 개입이 필요함을 시사하는 결과이다. 그 개입 중 하나로 인지적 정서조절전략을 생각해 볼 수 있다. 적응적 인지적 정서조절전략은 부정적 평가에 대한 두려움과 사회불안의 관계에서 조절변인 역할을 하는 것으로 나타났으며(Hong & Hong, 2011), 정서인식명확성과 정적상관이 있는 것으로 나타났다(Lee & Hyun, 2008). 또한 적절한 정서조절은 사회적 유능감과도 관련이 있어(Kim, 2001) 대인관계능력에 긍정적 영향을 줄 수 있다. 따라서 행동억제성향이 높은 직장인들이 대인관계의 어려움을 겪고 있을 때, 그들의 인지적 정서조절전략을 확인하고 적응적 정서조절전략을 사용할 수 있도록 돕는다면 대인관계능력의 향상을 기대할 수 있을 것이다.

또한 직장 내에서 대인관계능력 증진 프로그램이나 교육 진행시 개인차에 영향을 주는 기질적, 심리적 요인들을 반영한 좀 더 정교하고 다양한 내용이 포함되어야 할 것이다. 대부분의 기업에서는 대인관계 또는 의사소통 관련 프로그램이나 교육에 있어 직급별, 부서별 또는 자발적인 신청자로 그룹을 만들어 진행하는데, 사전 검사를 통해 개인의 기질 특성별로 그룹을 만들어 타인의 부정적 평가에 대한 두려움을 완화시킬 수 있는 내용과 정서인식훈련이나 정서명명훈련과 같이 정서명명을 촉진시키는 내용을 포함시킨다면 그 효과는 더 높아질 것이라 예상되는 바이다.

본 연구의 제한점 및 후속연구를 위한 제언은 다음과 같다.

첫째, 본 연구에서는 직장인의 행동억제성향과 대인관계능력 사이의 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란이라는 직접경로에 집중하여 이를 검증하고자 하였다. 이를 통하여 적합한 모형을 검증하였으나 경로 내의 변인들 간의 관계와 전체 경로에 대한 영향력을 밝혀내지 못했다는 제한점이 있다. 따라서 본 연구

에서 사용된 매개변인 간의 관계에 주목하여 이중매개 등의 가능성을 가지고 모형을 설정하여 행동억제성향과 대인관계능력에 대한 더 심층적인 후속연구가 필요하겠다.

둘째, 본 연구는 행동억제성향, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움, 정서명명곤란, 대인관계능력을 자기보고식 설문지를 이용하여 측정하였다. 따라서 대상자가 실제 자신의 경험이나 솔직한 생각보다는 자신을 긍정적으로 표현하기 위한 응답을 하거나 사회적 바람직성에 영향을 받아 응답을 했을 가능성이 있다. 따라서 추후 연구에서는 행동관찰법, 실험, 사회측정법 등 연구방법을 다양화하여 변인들을 살펴볼 필요가 있겠다.

셋째, 본 연구 결과에 따라 행동억제성향이 높은 사람들을 대상으로 집단이나 교육을 진행할 때 타인의 부정적 평가에 대한 두려움을 완화시키는 개입이나 정서인식훈련이나 정서명명훈련과 같이 정서인식 및 명명을 집중적으로 다루는 내용이 대인관계능력 향상에 효과적일 것이라 예상했는데, 이 효과성에 대해 향후 실증적인 검증 절차가 필요할 것이다.

넷째, 본 연구에서는 직종, 직위, 근속연수 등의 직무관련 변인을 구분하여 분석하지 않았는데, 직무관련 특성들이 본 연구의 변인들에 미치는 영향력을 검토한 후 유의한 부분이 있다면 그 조절효과를 확인하여 추후 연구에서는 이러한 조절효과를 통제한 후 본 연구모형을 검증해 볼 필요가 있다.

다섯째, 본 연구는 직장인을 대상으로 하여 자료수집이 임의적으로 이루어졌기 때문에 본 연구결과를 다양한 계층으로 일반화하기에는 한계가 있다. 따라서 대학생과 고등학생 등 더 많은 연령대를 대상으로 본 연구의 연구모형을 검증해볼 필요가 있다.

여섯째, 본 연구에서는 대인관계능력에 영향을 주는 기질적 요인으로 행동억제성향을 살펴보았으나, 행동활성화성향 등 다른 기질적 변인들에 대해서는 살펴보지 못하였다. 따라서 추후 연구에서는 대인관계능력에 영향을 줄 수 있는 다른 기질적 변인을 고려할 필요가 있겠다.

## References

- Asendorpf, J. 1993. Abnormal Shyness in Children. *Journal of Child Psychology and Psychiatry and Allied Disciplines*. 34: 1069-1081.
- Baek, Min Ji. 2017. The Effects of Fear of Negative Evaluation on Interpersonal Competence and Quality of Relationships in College Students; Focusing on the Mediating Effects of Irrational Beliefs. Master Thesis. Graduate School of Daegu University.
- Baik, Jong Chol. 2008. Possible Effects of Interpersonal Relationship Stress on Working Mindset and Turnover Intention: Focusing on Satisfaction with In-house Communication as a Moderating Variable. Ph.D. Dissertation. Graduate School of Uiduk University.
- Bandalos, D. L. and S. J. Finney. 2001. Item Parcelling Issues in Structural Equation Modeling. In G. A. Marcoulides and R. E. Schumaker.(eds.). *New Developments and Techniques in Structural Equation Modeling*. Psychology Press.
- Barsky, A. J. and G. L. Klerman. 1983. Overview Hypochondriasis, Bodily Complaints and Somatic Styles. *American Journal of Psychiatry*. 140: 273-283.
- Beidel, D. C., S. M. Turner, and T. L. Morris. 1999. Psychopathology of Childhood Social Phobia. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 38(6): 643-650.
- Burhamester, D., W. Furman, M. T. Wittenberg, and H. T. Reis. 1988. Five Domains of Interpersonal Competence in Peer Relationships. *Journal of Personality and Social Psychology*. 55(6): 991-1008.
- Carleton, R. N., D. McCreary, P. J. Norton, and G. J. G. Asmundson. 2006. *The Brief Fear of Negative Evaluation Scale, Revised*. Depression & Anxiety.
- Carver, C. S. and M. F. Scheier. 1982. An Information-Processing Perspective on Selfmanagement. In P. Karoly and F. Kanfer(eds.). *Self-Management and Behavior Change: From Theory to Practice*. New York: Pergamon Press.
- Cha, Chae Ho. 1994. *Psychology of Cultural Design*. Seoul: Seoul National University Press.
- Chang, Sung Sook. 2007. The Familism and a View of Integration for Reality Dynamic Counseling. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*. 19(3): 523-537.
- Chung, Ock Boon, K. Rubin, Seong Yeon Park, Chong Hee Yoon, and Hyun Sim Doh. 2002. Temperament, Parenting, and Behavioral Inhibition of Korean Toddlers. *The Korean Association of Child Studies*. 23(4): 71-88.
- Cohen, S., D. R. Sherrod, D. R. and M. S Clark. 1986. Social Skills and the Stress-protective Role of Social Support. *Journal of Personality and Social Psychology*. 50(5): 963-973.
- Cooper, C. L. and J. Marshall. 1978. Sources of Managerial and White Collar Stress. In C. L. Cooper and R. Payne(eds.). *Stress at Work, John Wiley and Sone*. 81-105.
- Degnan, K. A. and N. A. Fox. 2007. Behavioral Inhibition and Anxiety Disorders: Multiple Levels of a Resilience Process. *Development and Psychopathology*. 19: 729-746.
- Financial News. 2016.05.05. Workers, Stress due to 'oo', not Work · Salary. <http://www.fnnews.com/news/201604060912209389>.
- Gaines, J. and J. M. Jermier. 1983. Emotional Exhaustion in a High Stress Organization. *Academy of Management Journal*. 26: 567-586.
- Gray, J. A. 1981. A Critique of Eysenck's Theory of Personality. In H. J. Eysenck(ed.). *A Model for Personality*. Berlin: Springer-Verlag.
- Gray, J. A. 1987. *The Psychology of Fear and Stress*. 2nd ed. Cambridge: Cambridge University Press.
- Gross, J. J. and O. P. John. 2003. Individual Differences in Two Emotion Regulation Process: Implications for Affect, Relationships, and Well-being. *Personality and Social Psychology*. 85(2): 348-362.
- Ha, Hyung Jin and Seong Moon Cheon. 2002. The Social Skill Training Program for a Worker. *The Journal of Humanities*. 5: 223-263.
- Henderson, H. A. and T. D. Wachs. 2007. Temperament Theory and the Study of Cognition-emotion Interactions across Development. *Developmental Review*. 27: 396-427.
- Ho, You Na. 2004. The Study of Social Anxiety in relation to Family Environment, the Children's Perception of Parental Conflict and Behavioral Inhibition of Adolescents. Master's

- Thesis. Graduate School of Sungshin Women's University.
- Hong, Ju Myoung. 2017. The Effects of Temperaments, Mother's Reactions to Children's Negative Emotions on Problem Behaviors in Adolescence: Mediation Effects of the Emotional Clarity. Master's Thesis. Graduate School of Dongduk Women's University.
- Hong, Kyung Hwa and Hye Young Hong. 2011. The Effects of Fear of Negative Evaluation and Cognitive Emotional Regulation on Adolescents' Social Anxiety. *Korean Journal of Youth Studies*. 18(5): 291-320.
- Hong, S., M. L. Malik, and M. K. Lee. 2003. Testing Configural, Mscalar, and Latent Mean Invariance across Genders in Sociotropy and Autonomy Using Non-western Sample. *Educational and Psychology Measurement*. 63(4): 636-654.
- Hong, Se Hee. 2000. The Criteria for Selecting Appropriate Fit Indices in Structural Equation Modeling and Their Rationales. *Korean Journal of Clinical Psychology*. 19(1): 161-177.
- Hong, Young Kwun, Ji Hye Moon, and Hyun Jai Jo. 2011. A Validation Study of the Korean Version of the Fear of Negative Evaluation Scale-2. *Korean Journal of Psychology: General*. 30(1): 117-134.
- Huh, Yoo Jung and Jung Hye Kwon. 2005. The Effects of Adolescent Behavioral Inhibition Temperament and Perceived Parental Behavior on Social Phobia. Annual Conference Catalog. *Korean Psychology Association*. 2005(1): 432-433.
- Jang, Kyung Ea. 2000. A Study on the Satisfaction of Employees Working for Social Welfare Facilities: Focused on the Facilities in Daegu Area. Master's Thesis. Graduate School of Catholic University of Daegu.
- Jeong, Hwa Young. 2010. A Validation Study of the Korean Version of Bermond-Vorst Alexithymia Questionnaire. Master's Thesis. Graduate School of Sookmyung Women's University.
- Jeong, Kyung Jin. 2011. The Effectiveness of Communication Program for Employees on Interpersonal Relationships, Interpersonal Stress, and Work Satisfaction. Master's Thesis. Graduate School of Sookmyung Women's University.
- Jin, Hyun Myung. 2013. The Effects of White Collar Workers' Self-Esteem on the Job Satisfaction: Focusing on the Mediating Effect of Interpersonal Relationship at Workplace. Master's Thesis. Graduate School of Yeungnam University.
- Jo, Keum Ho. 2003. *Conceptual Framework of Understanding of Koreans*. Seoul: Nanam Books.
- Joormann, J. and I. H. Gotlib. 2010. Emotion Regulation in Depression: Relation to Cognitive Inhibition. *Cognition and Emotion*. 23(2): 281-298.
- Kagan, J., J. S. Reznick, N. Snidman, S. J. Gibbon, and M. Johnson. 1988. Childhood Derivatives of Inhibition and Lack of Inhibition to the Unfamiliar. *Child Development*. 59: 1580-1598.
- Kang Su Jin. 2010. The Influence of Adults Attachment on the Interpersonal Relation Ability: Emotion Regulation Style and Social Unrest for Parameter. Master's Thesis. Graduate School of Suwon University.
- Kang, Gwi Young. 2010. Possible Effects of Interpersonal Relationship Stress on Working Mindset and Family Relations. Master's Thesis. Graduate School of Ajou University.
- Kennedy-Moore, E. and J. C. Watson. 1999. *Expressing Emotion: Myths, Realities, and Therapeutic Strategies*. New York: Guilford Press.
- Kim, Chang Dae and Su Im Kim. 1999. A Study on the Effect of Group Counseling Program for Improvement of Interpersonal Skills. *Journal of Student Research*. 35(1): 83-95.
- Kim, Chang Dae. 1997. Object Relations Theory and the Development of "Chaemyon". *Journal of Korean Academy of Psychotherapists*. 11(1): 65-81.
- Kim, Eun Young. 2009. The Relationships between Emotional Clarity and Interpersonal Problems: The Mediation Effect of Cognitive Emotion Regulation. Master's Thesis. Graduate School of the Catholic University of Korea.
- Kim, Hee Sook and Gyeong Ran Park. 2010. Effects of an Interpersonal Relationship Improvement Program Using MBTI: Effects on Self-esteem, Interpersonal Relations, and Mental Health in Company Employees. *Journal of Korean Academy of Psychiatric Mental Health Nursing*. 19(3): 261-270.
- Kim, Ho Jung. 2001. The Effects of Mother's Emotional Expressivity and Children's Self-Regulation on Children's

- Behavior Problems. Master's Thesis. Graduate School of Ewha Womans University.
- Kim, Hye Jin. 2009. A Study in Theater Program for Improving Interpersonal Relations at Work: Perspectives on the Effect of Performance Process. Master's Thesis. Graduate School of Hanyang University.
- Kim, Hyun Sook and Sun Mo Kang. 2013. The Mediating Effects of Communication Competence between Covert Narcissism and Adjustment to College Life. *Korean Journal of Youth Studies*. 20(1): 157-176.
- Kim, Ji Won. 2009. The Moderating Effects of Peer Relational Skills on the Relationships between Adolescent's Behavioral Inhibition and Social Anxiety. *Korean Journal of Child Studies*. 30(6): 535-548.
- Kim, Kyo Heon and Wuon Shik Kim. 2001. Korean - BAS / BIS Scale. *Korean Journal of Health Psychology*. 6(2): 19-37.
- Kim, Pyong Bin. 2015. The Effects of Hotel Employees' Emotional Intelligence on Their Interpersonal Relationship and In-role Behavior. Ph.D. Dissertation. Graduate School of Kyonggi University.
- Kim, Sun Joo. 2002. The Relation between Preschoolers's Emotional Intelligence and Interpersonal Problem Solving Ability. Master's Thesis. Graduate School of Yonsei University.
- Kim, Tae Yeun. 2010. Effects of Reinforcement Sensitivity on Gambling Behaviors: Development and Maintenance of Gambling Behaviors. Master's Thesis. Graduate School of Kangwon University.
- Kim, Woo Jung. 2014. Influences of Anger on Social Self-efficacy: Mediating Effects of Anger-control and Emotional Clarification. Master's Thesis. Graduate School of the Catholic University of Korea.
- Kim, Yeo Hum. 2013. The Structural Equation Model Validation of Social Anxiety, Empathy, Social Skills, Anger-Expressive Form, Interpersonal Relationships Satisfaction Affecting the Euphoria of College Students. Master's Thesis. Graduate School of Yeungnam University.
- Kim, Yoon Jung, Ok Kyoung Lee, Hye Won Lee, Young Il Cho, and Won Hye Lee. 2016. The Effects of Harm Avoidance, Retrospectde Mother's Nonsupportive Reactions to Child's Negative Emotions on Depression: Mediation Effects of the Ambivalence over Emotional Expressiveness. *The Korean Journal of Developmental Psychology*. 29(1): 1-23.
- Kim, Yun Myung. 2007. Koreans' Characteristics Adolescents and Adults Perceive: Collectivism-individualism Culture Dimension. Master's Thesis. Graduate School of Korea National University.
- Kwon, Hee Jung. 2013. Effects of Perfectionism Tendency and Communication with Parents on Interpersonal Competence of College Students. Master's Thesis. Graduate School of Korea University.
- Kwon, Jin Hee. 2011. The Relationship among Emotional Clarification, Emotional Expressiveness and Interpersonal Relationship Problems. *Journal of Evaluation on Counseling*. 4(1): 37-49.
- Kwon, Suk Man. 2010. *The Second Act of Life, University Life*. Seoul: Hakjisa.
- Lee, Hyung Deuk. 1992. *Practice of Human Relations Training*. Seoul: Joonang Juksung Books.
- Lee, Ji Sook. 2012. Mediate Effects of Alexithymic Features between Big Five Personality Traits and Job Stress/performance in the Workplace. Master's Thesis. Graduate School of the Catholic University of Korea.
- Lee, Ju Il. 1998. The Influence of Disagreement between Emotion Experience and Experience Emotion and Emotion in Organizational Life. Annual Conference Catalog. *Korean Psychology Association*. 1998(1): 199-211.
- Lee, Kyoung Hee and Bong Hwan Kim. 2010. Interpersonal Ability: Comparison of Clusters by Emotional Clarity, Affect Intensity, and Emotion Regulation Style. *Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*. 22(2): 369-384.
- Lee, Min Sun and Kyu Man Chae. 2012. The Mediating Effects of Emotion Regulation Strategies on the Relationship between Self-Esteem and Interpersonal Relationship Abilities. *Cognitive Behavior Therapy in Korea*. 12(1): 63-75.
- Lee, Seo Jeong and Myoung Ho Hyun. 2008. The influence of Emotional Awareness and Cognitive Emotion Regulation to Mental Health. *Korean Journal of Health Psychology*. 13(4): 887-905.

- Lee, Suk Ho. 2009. Effects of Emotion Reactivity, Behavioral Inhibition/Activation System on Interpersonal Problems. Master's Thesis. Graduate School of the Catholic University of Korea.
- Lee, Yu Ri. 2012. The Relationships among BIS/BAS, Cognitive Emotional Regulation: Moderated by Emotional Clarity. Master's Thesis. Graduate School of Hanyang University.
- Lim, Jeon Ock. 2003. A Study on Relationships among the Emotional Clarity, Emotion Regulation Style, and Psychological Well-being. Master's Thesis. Graduate School of the Catholic University of Korea.
- Lim, Oun, Dong Sun Choi, and Min Jung Park. 2008. *Core Competencies Required in the Job World of Future Society*. Seoul: Korean Institute for Curriculum and Evaluation.
- Marks, I. M. and M. Gelder. 1996. Different Ages of Onset in Varieties of Phobia. *American Journal of Psychiatry*. 123: 218-221.
- McFarland, C. and R. Buehler. 1997. Negative Affective States and the Motivated Retrieval of Positive Life Events: The Role of Effect Acknowledgement. *Journal of Personality and Social Psychology*. 73: 200-214.
- Nam, Mi Young, Hyu Jung Huh, and Jeong Ho Chae. 2015. Are Behavioral Inhibition and Behavioral Activation Systems Relevant with the Interpersonal Problems in Patients with Depression? *Mood and Emotion*. 13(3): 120-126.
- Neal, J. A., R. J. Edelman, and M. Glachan, M. 2002. Behavioral Inhibition and Symptoms of Anxiety and Depression: Is There a Specific Relationship with Social Phobia? *British Journal of Clinical Psychology*. 41(4): 361-374.
- Newman, D. L., A. Caspi, T. E. Moffitt, and P. A. Silva. 1997. Antecedents of Adult Interpersonal Functioning: Effects of Individual Differences in Age 3 Temperament. *Developmental Psychology*. 33: 206-217.
- News 1 Korea. 2016.09.29. The 1st Place of Cause of Leaving 'Interpersonal Relationship', Employee Support Program Introduction Is Urgent. <http://news1.kr/articles/?2787562>.
- O, Young Mi. 2017. The Influence of the Employee's Emotional Clarity on the Interpersonal Relationship Ability: Focusing on the Mediating Effect of Self-Efficacy. Master's Thesis. Graduate School of Hanyang University.
- Oh, Kyung Ja and Yoon Ran Yang. 2003. Psychological Mechanism Associated with the Development and Maintenance of Social Anxiety in Adolescents 1: The Effects of Behavioral Inhibition, Parental Attitude and Traumatic Experience. *Korean Journal of Clinical Psychology*. 22: 557-576.
- Park, Kyung Ok. 2006. The Effects of Emotional Intensity, Emotional Clarity and Emotion Regulation Style on Interpersonal-relations. Ph.D. Dissertation. Graduate School of the Catholic University of Korea.
- Park, Mi Hye. 2016. The Effect of Communication Style at Work on Interpersonal Problems and Job Satisfaction. Master's Thesis. Graduate School of Ajou University.
- Rubin, K., C. Booth, L. Rose-Krasnor, and R. Mills. 1995. Social Relationships and Skill: A Conceptual and Empirical Analysis. In S. Shulman(ed.). *Human Development*. Norwood, NJ: Ablex Publishing CO.
- Ryu, Seong Jin, Ja Hyun Kim, Soon Woo Jang, Hyung Joon Jhun, Byoung Gwon Kim, and Jong Tae Park. 2008. Association between Job Stress and Alexithymic Traits. *Annals of Occupational and Environmental Medicine*. 20(4): 295-301.
- Schwartz, C. E., N. Snidman, and J. Kagan. 1999. Adolescent Social Anxiety as an Outcome of Inhibited Temperament in Childhood. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*. 38(8): 1008-1015.
- Seo, Myung Hee. 2015. A Comparative Study On Self-disclosure and Interpersonal Competence In Online • Offline Communication amongs Individuals with Social Anxiety Tendency. Master's Thesis. Graduate School of Keimyung University.
- Seol, Hee Jeong, Dong Gwi Lee, and Byung Hoon Bae. 2014. Exploration of the Path from Socially-Prescribed Perfectionism to Interpersonal Anxiety in Middle School Students: A Sequential Mediation Effect of Fear of Negative Evaluation and Irrational Beliefs. *The Korean Journal of School Psychotherapy*. 11(2): 335-356.
- Shrout, P. E. and N. Bolger. 2002. Mediation in Experimental in Counseling Psychology. *Journal of Counseling Psychology*. 57(1): 1-10.
- Sim, Hea Suk and Jeong Hee Wang. 2001. The Relationship among Emotional Intelligence, Social Competence and Interpersonal

- Cognitive Problem Solving of the Elementary School Children. *The Korean Journal of Counseling and Psychotherapy*. 13(1): 163-175.
- So, Jung A. 2017. The Effects of Elementary School Students' Behavioral Inhibition, Covert Narcissism, Parenting Attitudes, Self-Efficacy, Emotional Regulation on Social Anxiety. Ph.D. Dissertation. Graduate School of University of Brain Education.
- Taylor, G. J. 2000. Recent Developments in Alexithymia Theory and Research. *Canadian Journal of Psychiatry-Revue Canadienne De Psychiatrie*. 45(2): 134-142.
- Taylor, G. J., D. Ryan, and R. M. Bagby. 1985. Toward the Development of a New Self Report Alexithymia Scale. *Psycho Therapy and Psycho Somatics*. 44(4): 191-199.
- Thomas, N. W., S. Manna Lee, and S. Laurel. 1992. Alexithymia and the Five Factor Model of Personality. *Comprehensive Psychiatry*. 33: 147-151.
- Torrubia, R., C. Ávila, J. Moltó, X. and Caseras. 2001. The Sensitivity to Punishment and Sensitivity to Reward Questionnaire(SPSRQ) as a Measure of Gray's Anxiety and Impulsivity Dimensions. *Personality and Individual Differences*. 31: 837-862.
- Vorst, H. C. M. and B. Bermond. 2001. Validity and Reliability of the Bermond-Vorst Alexithymia Questionnaire. *Personality and Individual Differences*. 30(3): 413-434.
- Won, Sook Yeon. 2001. Does Regionalism Affect the Workplace? Factors Affecting Trust-in-Subordinate. *Korean Public Administration Review*. 35(1): 161-180.
- Yoo, Seung Hee. 2009. The Relationship between Alexithymia and the Biogenetic Temperament and Character. Master's Thesis. Graduate School of Gachon University.
- Yoon, Byung Soo and Bong Kyo Chung. 2009. Relationship between BIS/BAS and Interpersonal Relationship on Mediating Emotional Awareness, Suppression, and Expression. *Korea Journal of Counseling*. 10(1): 219-233.
- Korean References Translated from the English*
- 강귀영. 2010. 직장 내 대인관계 스트레스가 직무태도와 가족 관계에 미치는 영향. 대기업 종사자를 중심으로 아주대학교 대학원 석사학위논문.
- 권석만. 2010. 인생의 2막 대학생활. 서울: 학지사.
- 권진희. 2011. 정서인식의 명확성과 정서표현성 및 대인관계문제와의 관계. 상담평가연구. 4(1): 37-49.
- 권희정. 2013. 대학생의 완벽성향과 부모와의 의사소통이 대인관계 유능성에 미치는 영향. 고려대학교 대학원 석사학위논문.
- 김교현, 김원식. 2001. 한국판 행동활성화 및 행동억제 체계(BAS/BIS)척도. 한국심리학회지: 건강. 6(2): 19-37.
- 김선주. 2002. 유아의 정서지능과 대인간 문제해결 능력간의 관계. 연세대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김여흠. 2013. 대학생의 행복감에 영향을 미치는 사회불안, 공감, 사회적 기술, 분노표현 양식, 대인관계만족에 대한 구조 방정식 모형 검증. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 김우정. 2014. 분노가 대인관계효능감에 미치는 영향: 분노조절과 정서인식명확성의 매개 효과. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김윤명. 2007. 청소년과 성인이 지각하는 한국인의 특성: 집단주의-개인주의 문화차원에서. 한국교원대학교 대학원 석사학위논문.
- 김윤정, 이옥경, 이혜원, 조영일, 이원혜. 2016. 위험회피 기질과 회고된 어머니의 비지지적 반응이 우울에 미치는 영향: 정서표현 양가성의 매개효과. 한국심리학회지: 발달. 29(1): 1-23.
- 김은영. 2009. 정서인식의 명확성과 대인관계문제와의 관계: 인지적 정서조절의 매개효과. 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 김지원, 하은혜, 조유진. 2009. 청소년의 행동억제기질과 사회불안의 관계에서 지각된 부모양육행동의 중재효과. 아동학회지. 30(6): 535-548.
- 김창대, 김수임. 1999. 대인관계능력 향상을 위한 집단 상담프로그램의 효과 연구. 학생연구. 서울대학교 학생생활연구소. 35(1): 83-95.
- 김창대. 1997. 대상관계 이론을 통해서 본 한국인의 특성발달: 체면의식을 중심으로. 한국 정신치료학회지. 11(1): 65-81.
- 김태연. 2010. 강화민감성이 도박 행동에 미치는 영향. 도박의

- 시작과 지속을 중심으로 강원대학교 대학원 석사학위 논문.
- 김평빈. 2015. 호텔종사원의 감성지능이 대인관계능력과 역할 내 행동에 미치는 영향: 직무특성의 조절효과. 경기대학교 대학원 박사학위논문.
- 김현숙, 강선모. 2013. 내현적 자기애와 대학생활적응과의 관계에서 의사소통능력의 매개 효과. 청소년학연구. 20(1): 157-176.
- 김혜진. 2009. 직장 내 대인관계개선을 위한 연극프로그램 연구: 공연과정의 영향을 중심으로. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 김호정. 2001. 어머니의 정서 표현성과 아동의 자기조절 능력이 문제 행동에 미치는 영향. 이화여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 김희숙, 박경란. 2010. MBTI 활용 대인관계향상 프로그램이 직장인의 자존감, 대인관계 및 정신건강에 미치는 효과. 정신간호학회지. 19(3): 261-270.
- 남미영, 허휴정, 채정호. 2015. 행동활성화체계 및 행동억제체계의 민감도가 우울증 환자의 대인관계에 미치는 영향. 우울조울병. 13(3): 120-126.
- 뉴스1코리아. 2016년 9월 29일자. 퇴사원인 1위 '사내 대인관계', 근로자지원프로그램 도입 시급. [On-Line], <http://news1.kr/articles/?2787562>.
- 박경옥. 2006. 정서강도와 정서인식의 명확성, 정서조절양식이 대인관계에 미치는 영향. 카톨릭대학교 대학원 박사학위논문.
- 박미혜. 2016. 직장에서의 의사소통 유형이 대인관계 문제 및 직무만족도에 미치는 영향. 아주대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 백민지. 2017. 대학생의 부정평가 두려움이 대인관계의 유능성 및 관계의 질에 미치는 영향: 비합리적 신념의 매개효과. 대구대학교 대학원 석사학위논문.
- 백종철. 2008. 대인관계 스트레스가 직무태도와 이직의도에 미치는 영향에 관한 연구. 위덕대학교 대학원 박사학위논문.
- 서명희. 2015. 사회불안 성향자들의 온, 오프라인 상호작용에서 자기개방, 대인관계 유능성 비교연구. 계명대학교 대학원 석사학위논문.
- 설희정, 이동귀, 배병훈. 2014. 중학생의 사회부과 완벽주의가 대인불안에 이르는 경로 탐색. 한국심리학회지: 학교. 11(2): 335-356.
- 소정아. 2017. 초등학생의 행동억제, 내현적 자기애, 부모양육태도, 자기효능감, 정서조절이 사회적 관계 불안에 미치는 영향. 국제뇌교육종합대학원대학교 박사학위논문.
- 심혜숙, 왕정희. 2001. 초등학생의 정서지능과 사회적 능력 및 대인관계 해결력과의 관계. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료. 13(1): 163-175.
- 오경자, 양윤란. 2003. 청소년기 사회불안의 발생과 유지의 심리적 기제 I: 행동억제기질, 부모양육태도 및 외상경험의 영향. 한국심리학회지: 임상. 22: 557-576.
- 오영미. 2017. 직장인의 정서인식 명확성이 대인관계능력에 미치는 영향: 자기효능감의 매개효과를 중심으로. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 원숙연. 2001. 부하에 대한 상관 신뢰의 영향요인: 상관의 지역주의 성향을 중심으로. 한국행정학보. 35(1): 161-180.
- 유성진, 김자현, 장순우, 전형준, 김병권, 박종태. 2008. 직무스트레스와 감정표현불능성향과의 상관성. 대한산업의학회지. 20(4): 295-301.
- 유승희. 2009. 감정표현불능증과 기질 및 특성과의 관계. 가천의과학대학교 대학원 석사학위논문.
- 윤병수, 정봉교. 2009. 행동억제와 행동활성 체계가 정서자각, 정서억제 및 정서표현을 매개로 한 대인관계에 미치는 영향. 상담학 연구. 10(1): 219-233.
- 이경희, 김봉환. 2010. 정서표현양가성과 정서조절이 대인관계에 미치는 영향. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료. 22(2): 369-384.
- 이민선, 채규만. 2012. 대학생의 자아존중감이 대인관계능력에 미치는 영향: 정서조절방략의 매개 효과. 인지행동치료. 12(1): 63-75.
- 이서정, 현명호. 2008. 정서인식 명확성과 인지적 정서조절이 정신건강에 미치는 영향. 한국심리학회지: 건강. 13(4): 887-905.
- 이석호. 2009. 정서반응성, 행동억제 및 활성화체계가 대인관계문제에 미치는 영향. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이유리. 2012. 행동억제/활성화 체계와 인지적 정서조절 전략과의 관계: 정서인식 명확성을 조절 변인으로. 한양대학교 대학원 석사학위논문.
- 이주일. 1998. 조직생활에서의 정서체험과 체험정서와 표현정서간의 불일치의 영향. 한국심리학회 학술대회 자료집. 1: 199-211.

- 이지숙. 2012. 조직구성원의 성격 5 요인과 직무스트레스 및 직무수행 간의 관계에서 감정표현불능성향의 매개효과. 카톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 이형득. 1992. 인간관계훈련의 실제. 서울: 중앙적성출판사.
- 임언, 최동선, 박민정. 2008. 미래 사회의 직업세계에서 요구되는 핵심역량. 서울: 한국교육과정평가원.
- 임전옥. 2003. 정서인식의명확성, 정서조절양식과 심리적 안정의 관계. 가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 장경애. 2000. 사회복지시설 종사자들의 직무만족에 관한 연구: 대구지역 사회복지시설을 중심으로. 대구가톨릭대학교 대학원 석사학위논문.
- 장성숙. 2007. 가족주의와 현실역동상담의 일체적 관점. 한국심리학회지: 상담 및 심리치료. 19(3): 523-537.
- 정경진. 2011. 직장인 의사소통 프로그램이 대인관계 및 대인관계 스트레스와 직무만족에 미치는 효과. 숙명여자대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 정옥분, K. Rubin, 박성연, 윤종희, 도현심. 2002. 걸음마기 아동의 행동억제. 한국아동학회지. 23(4): 71-88.
- 정화영. 2010. 한국판 Bermond-Vorst 감정표현 불능증 척도 (K-BVAQ)의 타당화 연구. 숙명여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 조궁호. 2003. 한국인의 이해의 개념틀. 서울: 나남 출판.
- 진현명. 2013. 사무직 종사자의 자아존중감이 직무만족에 미치는 영향: 직장 내 대인관계의 매개효과를 중심으로. 영남대학교 대학원 석사학위논문.
- 차재호. 1994. 문화설계의 심리학. 서울: 서울대학교 출판부.
- 파이낸셜뉴스. 2016년 4월 5일자. 직장인, 일·연봉 아닌 'oo' 때문에 스트레스. [On-Line]. <http://www.fnnews.com/news/201604060912209389>.
- 하형진, 천성문. 2002. 직장인을 위한 대인관계능력향상 프로그램(1). 인문학논총. 5: 223-263.
- 허유정, 권정혜. 2005. 청소년의 행동억제기질과 지각된 부모 양육행동이 사회공포증에 미치는 영향. 한국심리학회 학술대회 자료집. 2005(1): 432-433.
- 호유나. 2004. 청소년의 가족 사회적 환경, 부부갈등, 행동억제기질과 사회불안과의 관계. 성신여자대학교 대학원 석사학위논문.
- 홍경화, 홍혜영. 2011. 부정적 평가에 대한 두려움, 인지적 정서 조절전략이 청소년의 사회불안에 미치는 영향. 청소년학 연구. 18(5): 291-320.
- 홍세희. 2000. 구조 방정식 모형의 적합도 지수 선정기준과 그 근거. 한국심리학회지: 임상. 19(1): 161-177.
- 홍영근, 문지혜, 조현재. 2011. 한국판-부정적 평가에 대한 두려움II 타당화 연구. 한국심리학회지: 일반. 30(1): 117-134.
- 홍주명. 2017. 중학생의 기질과 자녀의 부정적 정서에 대한 어머니의 반응이 문제행동에 미치는 영향: 정서인식 명확성의 매개효과. 동덕여자대학교 대학원 석사학위논문.

Received: Nov. 27, 2017 / Revised: Jan. 22, 2018 / Accepted: Jan. 29, 2018

## 행동억제성향이 직장인의 대인관계능력에 미치는 영향

– 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란의 매개효과 –

국문초록 본 연구에서는 행동억제성향이 직장인의 대인관계능력에 영향을 미치는 과정에서 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란의 매개효과를 검증하고자 하였다. 직장인 489명으로부터 자료를 수집하였고, 자료는 구조방정식 모형을 이용하여 분석하였으며, 연구 결과는 다음과 같다. 첫째, 직장인의 행동억제성향이 높을수록 타인의 부정적 평가에 대한 두려움이 높게 나타났고, 정서명명곤란도 높게 나타났다. 그리고 타인의 부정적 평가에 대한 두려움과 정서명명곤란이 높을수록 대인관계능력이 낮게 나타났다. 둘째, 행동억제성향과 대인관계능력의 관계에서 타인의 부정적 평가 두려움과 정서명명곤란이 완전매개효과를 가지는 것으로 나타났다. 이러한 결과를 통하여 행동억제성향이 대인관계능력에 직접적으로 영향을 미치지 보다는 타인의 부정적 평가 두려움과 정서명명곤란을 매개하여 영향을 미친다는 사실을 알 수 있다. 이는 상담실제에서 대인관계의 어려움을 호소하는 직장인 내담자의 경우 행동억제성향뿐 아니라 매개효과가 검증된 변인들에 대한 탐색과 개입이 필요함을 시사한다. 끝으로 본 연구의 의의 및 제한점과 후속연구를 위한 제언을 논하였다.

주제어 : 직장인, 대인관계능력, 행동억제성향, 타인의 부정적 평가에 대한 두려움, 정서명명곤란

---

Profiles **A Ram Choi** : She received her B.A. and M.A. from Ewha Womans University, Korea in 2007. She is a counseling psychologist of Counseling Center at Samsung SDI, in which she has worked since 2008. Her interesting subject is organizational psychology, mindfulness, and counseling for couples(aramuu@gmail.com).

**Jee Yon Lee** : She received her Ph.D. from Ewha Womans University, Korea in 2003. She is a professor of the Department of Creative Human Resource Development at Incheon National University, in which she has taught since 2006. Her interesting subject and area of research and education is object relations theory, personality psychology, and counseling psychology(becoming@inu.ac.kr).