

공과대학생의 정서조절전략이 대인관계 갈등대처전략에 미치는 영향

최정아[†]

국립금오공과대학교 교양학부 부교수

The Influence of Engineering Students' Emotional Regulation Strategies on Interpersonal Conflict Coping Strategies

Choi, Jung Ah[†]

Associate Professor, School of General Education, Kumoh National Institute of Technology

ABSTRACT

This study examined how emotion regulation strategies specifically function in the interpersonal conflict coping strategies of engineering students. For this purpose, a interpersonal conflict coping strategies and emotion regulation strategies scale was used for 548 engineering students. Multiple regression analysis was conducted. Among the emotion regulation strategies, the “return to body” strategy was related to understanding, validation, focusing, and the “stop action” strategy. In particular, the “stop action” strategy was closely related only to the “return to body” strategy. Among interpersonal conflict coping strategies, the dominating strategy used both positive emotion regulation strategies, such as high refocus on planning, and negative emotion regulation strategies, such as other-blame. Additionally, among negative conflict coping strategies, it was confirmed that both aggression and negative emotional expression, which seem to have similar attributes, share a common feature of having high difficulty in emotional clarity. However, in the case of negative emotional expression, it is characterized by a lack of putting into perspective and high other-blame. On the other hand, the aggression strategy seemed to have different characteristics, such as high self-blame and low return to body. By investigating the relationship between interpersonal conflict coping strategies and specific emotion regulation strategies, this study provides implications for education and intervention on which specific emotion regulation strategies need to be cultivated for engineering students to improve their interpersonal conflict resolution capabilities.

Keywords: Conflict coping, Conflict coping strategies, Emotional regulation, Emotional regulation strategies

1. 서 론

대인관계상의 갈등이란 대인관계 내에서 자신의 목표, 기대, 욕구 등이 상대방과 일치하지 않는 데서 오는 상호적 대립으로(Collins et al., 1997), 인간이 살아가면서 흔히 겪을 수밖에 없는 불가피한 현상이다(김선규·최성환, 2019; Brehmet et al., 2002; Deutsch, 1973). 갈등은 좌절, 실망감 등 부정적 감정 및 서로에 대한 오해와 불신 등을 불러일으켜 대인관계에 역기능적인 영향을 주는 측면이 존재하지만, 갈등을 잘 다룬다면 개인 및 관계에 긍정적인 변화를 가져오는 원동력이 될 수 있으므로(박승민·이수원, 1995; 장희순, 2019; Cooper &

Cooper, 2016), 갈등에 적절히 대처하는 것은 개인의 성장 및 관계의 유지 및 발전에 중요하다(김혜림, 2015; 박희경, 2011).

갈등상황에서 발생하는 문제에 대처하는 기술을 갈등대처전략이라 하며(Pollard, 1985), 성공적인 갈등대처에 정서조절역량이 관련성이 높은 것으로 알려져 왔다(박소연, 2019). 하지만 지금까지 갈등대처전략과 정서조절전략과의 관련성을 확인한 연구들은 첫째, 정서조절전략과의 관련성을 살펴봄에 있어 구체적인 갈등대처전략의 구인들간의 관련성, 다양한 갈등대처전략 구인들의 고려가 이루어지지 못하였다. 둘째, 갈등대처전략과 구체적인 정서조절전략의 작용에 대한 조망이 부족하였으며, 다양한 정서조절전략 구인들의 고려가 이루어지지 못하였다. 셋째, 대학생을 대상으로 하는 연구들에서 전공계열별, 성별 차이를 살펴본 경험적 연구들이 부족하여, 전공계열별 특

Received November 13, 2023; Revised January 4, 2024

Accepted January 8, 2024

[†] Corresponding Author: pecjal@kumoh.ac.kr

©2024 Korean Society for Engineering Education. All rights reserved.

성, 성별 특성에 대한 정보가 부족하다.

이에 본 연구에서는 공과대학생을 대상으로 구체적인 갈등대처전략에 구체적으로 어떠한 정서조절전략들이 작용하는지, 또한 성별에 따라 양상이 달라지는지를 살펴보고자 하였다. 선행 연구들에 따르면, 공과대학 학생들이 다른 전공계열 대학생들과 정서 및 성격적 측면에서 대체로 차이가 없다는 연구(이아라 외, 2018)도 있으나, 정서에 대한 명료성, 공감적 관심 등 정서조절관련 역량이 높았다는 연구(최정아, 2019)도 있어, 공과대학 학생들 특유의 특징이 존재하는지에 대해서 아직까지 명확한 결과가 도출되지는 않았다. 하지만, 대학생의 전공/계열을 구분하여 특성을 이해하는 것은 적합한 개입을 제공하는 데 중요하며(이아라 외, 2018; 최정아, 2019), 공과대학 학생들에게 정서조절역량이 적응에 긍정적인 영향을 준다는 태연우(2014)의 연구로 미루어 볼 때, 공과대학생을 대상으로 구체적인 정서조절전략이 특정 갈등대처전략에 어떠한 영향을 주는지를 확인하는 것은 다양한 갈등대처전략들 각각이 실제로 어떠한 정서조절전략과 관련이 높은지에 대한 구체적인 작용을 밝히는 데 기여할 것으로 사료된다. 갈등상황에서 사용하는 갈등대처전략의 이면에 어떠한 정서조절전략이 작용하는지에 대한 관련성을 살펴봄으로써, 공과대학 학생들의 갈등해결역량을 향상시키기 위해 구체적으로 어떠한 정서조절전략을 훈련시키는 것이 도움이 될지에 대한 교육 및 개입의 시사점을 얻을 수 있을 것으로 예상된다.

연구문제는 다음과 같다. 첫째, 각각의 갈등대처전략과 정서조절전략은 성별에 따라 차이가 있는가? 둘째, 각각의 갈등대처전략에 미치는 정서조절전략별 영향력은 어떠한가?

II. 이론적 배경

1. 갈등대처전략

갈등대처전략(conflict coping strategy)이란 갈등상황에서 문제를 잘 관리하고 처리하는 사회적 기술을 말한다(박소연, 2019; Pollard, 1985). 이러한 기술에 대해, 해외에서는 conflict management strategy라는 용어로 주로 사용되어 오고 있지만 이를 국내에서는 주로 친밀한 관계를 대상으로 할 때는 갈등해결전략(김나리, 2002; 류정화·정남운, 2023)으로, 조직 내 관계를 대상으로 할 때는 갈등관리전략으로 번역하여 사용하는 연구들(강현주, 2017)이 많다. 그 밖에 갈등대처전략(박소연, 2019)으로 번역하여 사용한 연구들도 있는데, 이를 반대로 영문으로 번역할 경우, 김지현(2006)은 conflict coping strategy라고 번역한 바 있다. 한편, 갈등해결전략이라는 용어로 사용

한 연구의 경우, 이를 영문으로 problem solving aptitudes(사공미숙, 2006), conflict resolution strategy(전인수, 2017)으로 번역하기도 하고, 갈등대처전략을 conflict management strategy가 아닌 conflict coping strategy로 사용하는 등 갈등을 대처하는 전략에 대한 용어의 사용이 학자들마다 다양한 상황이다. 본 연구는 일상에서 발생하는 대인관계 갈등상황에 대해 개인들이 어떠한 대처반응을 나타내는지를 살펴보는 데 목적이 있다. 즉, 개인에 따라 적극적인 문제해결 등 바람직한 반응이 나타날 수도 있지만, 회피, 공격 등 역기능적인 반응을 보일 수도 있다. 따라서 바람직한 방향으로 문제를 다룬다는 의미가 내포되어 있는 ‘해결’이나, 일정 정도 수준으로 긍정적인 결과를 도출하고자 노력하는 의미가 내포되어 있는 ‘관리’라는 용어보다는, 발생한 사안에 대해 개인이 보이는 반응을 의미하는 ‘대처’라는 용어가 본 연구의 목적에 적절한 용어라 판단되므로, 본 연구에서는 대인관계 갈등대처전략(interpersonal conflict coping strategies)이라 통칭하여 사용하고자 하였다. 한편, 갈등대처전략에 대한 용어가 다양하듯, 갈등대처전략의 구인들도 다양하게 제안되어 왔다. 해외 메타연구들에 따르면, 주로 Rahim(1983)의 구분을 채택하여 연구가 되어오고 있는 것을 알 수 있다(Vashisht et al., 2018; Winardi et al., 2022). Rahim(1983)은 갈등사건을 다룸에 있어 자신과 상대의 욕구 중 누구의 욕구를 충족하느냐하는 기준에 의거하여 통합, 절충, 지배, 양보, 회피의 5가지 갈등대처전략을 제안하였다. 첫째, 협력/통합(integrating)은 쌍방의 욕구를 모두 충족하는 방향으로 갈등에 대처하는 전략을, 둘째, 절충(compromising)은 쌍방이 서로의 입장을 양보하여 갈등에 대처하는 전략이다(Thomas & Kilmann, 1974; Rahim, 1983). Thomas & Kilmann(1974)과 Rahim(1983)은 ‘협력’과 ‘절충’을 개념적으로 구분하였으나, Blake & Mouton(1964)과 Sternberg & Dobson(1987)은 이 두 구인을 ‘상호타협’으로 명명하고, 타협(compromising)은 자신과 타인의 요구를 수용하여 갈등을 해결하려는 것이라 정의 내린 바 있다. 두 구인을 개념적으로 구분하는 것은 의미가 있으나, 여러 경험적 연구에서(김영수, 2022; 이정석, 2013; Hammock et al., 1990) 두 구인간 상관이 높으며, 친구나 가족과 같은 대인관계에서는 구분이 명확하지 않으므로, ‘타협’이라는 하나의 구인으로 간주하는 것이 적절하다는 제언을 하고 있다. 셋째, ‘회피(avoding)’요인은 마음 상할 일이면, 무조건 심기를 건드리지 않는 방향으로 그 이슈 자체를 회피하려는 전략으로 자신과 타인의 욕구를 모두 미충족시키는 전략이다. 넷째, ‘양보(obliging)’요인은 무조건 나를 희생하고, 상대방에게 맞추는 반응으로, 자신의 욕구는 희생하고, 타인의 욕구를 충족시키는 전략이다. 다섯째, ‘지배(dominating)’요인은 상대방

이 희생하더라도, 무조건 나에게 맞추게 만들려는 반응으로, 타인의 욕구는 충족시키지 않고, 자신의 욕구를 충족시키는 전략이다.

이렇듯 Rahim(1983)은 자신과 상대의 욕구 충족이라는 2차원적 도식에 기초하여 다양한 구인을 포괄하여 주고 있으나 상대방을 향한 갈등대처의 과정에서 사용하는 행동전략들에 대한 작용에 대해서는 조망하지 못하였다는 한계를 지닌다. 비록 Rahim(1983)의 구분에서는 누락되었으나, 가령, Arellano & Markman(1995)은 갈등을 대처하는 과정에서 상대방의 이야기를 경청하며 이해하려는 노력을 통해 갈등에 대처하려는 전략인 '이해'전략, 자신의 의견을 분명하게 말하고, 상대방의 말을 잘 이해하기 위한 노력하는 '확인'전략, 갈등이 발생시, 그 문제를 다루기 위해 이야기를 해나갈 때, 그 문제에 초점을 유지하는 '초점유지' 전략, 갈등이 너무 심할 때, 싸움을 멈추고 일정 정도 시간을 두고, 이야기를 나누기에 좋은 시간에 다시 이야기를 시도하려는 '유예' 전략들이 사용될 수 있음을 제안하였으며, Alexander(2000)는 사람들이 갈등상황에서 상대방에게 소극적·적극적인 언어, 비언어적 가해의도를 지니고, 해당 행동을 보이는 '공격'적 측면을 전략으로 사용하기도 함을 조망한 바 있다. 또한 공격하려는 의도는 없지만, 사람들은 갈등 상황에서 부정적인 감정, 행동을 직접적으로 표출하는 행동을 보이기도 하는데, 이를 김지현(2006)은 '부정적 감정표출'이라 명명한 바 있다. 이상의 내용으로 미루어 볼 때 좀 더 포괄적으로 갈등상황에서 문제를 잘 관리하고 처리하는 사회적 기술들을 종합하여 검토해 보는 것이 향후 대학생의 갈등대처전략 육성에 유용한 시사점을 줄 것이라 사료된다.

한편, 갈등대처전략에 대해 대학생의 전공계열별, 성별 차이를 살펴본 경험적 연구들을 살펴보면, 전공계열별 보고한 국내 연구는 찾아보기 어렵고, 성별 차이를 보고한 연구들이 일부 존재하였다. Arellano & Markman(1995)의 갈등대처전략척도를 사용한 김나리(2002)는 여자대학생이 남자대학생보다 통계적으로 유의하게 높은 '부정적 감정표출'을 보였음을 보고하였다. 김지현(2006)의 연구에서도 '부정적 감정표출'은 여자대학생이 남자대학생보다 통계적으로 유의하게 높은 것으로 확인되었으며, '회피'는 남자대학생이 여자대학생보다 통계적으로 유의하게 높은 것으로 보고하였다. 황여주(2013) 역시 '부정적 감정표출'은 여자대학생이 남자대학생보다 통계적으로 유의하게 높은 것을 보고하였으나, '회피'에서 성별차이는 없었다. 반면, 류정화·정남운(2023)은 하위구인 중 수도권 대학생과 대학원생의 성별에 따른 통계적으로 유의한 차이는 나타나지 않았다고 보고하였다. Rahim(1983)의 척도를 사용하여 연구한 전인수(2017)의 연구에서는 하위구인을 구분하지 않고 총점으로

비교하였는데, 대학생의 성별에 따른 유의한 차이는 나타나지 않는다고 보고하였다. 한편, 이은혜 외(2000)의 연구에서는 중,고,대학생 통합 남학생이 여학생보다 '지배'전략을 유의하게 많이 사용하는 것을 확인하였다. 안도연·이훈진(2019)의 연구에서도 남자대학(원)생들이 여자대학(원)생들보다 유의하게 '지배'전략을 많이 사용하는 것으로 나타났고, '회피'전략은 여자대학(원)생들이 유의하게 더 많이 사용하는 것으로 보고되었다. 이렇듯 표집마다 성별 차이에 대한 다른 결과들이 보고되고 있어, 본 연구에서 성별차이에 대한 확인이 필요할 것으로 보인다.

2. 정서조절전략

정서조절전략이란 스트레스 상황에 대처하기 위해 자신의 정서상태를 사회문화적 규범에 맞추어 조절하고 문제를 해결하는 방식을 의미한다(안현외 외, 2013; Parkinson & Totterdell, 1999). 성공적인 정서조절 여부가 대학생의 적응(김희숙, 2006), 대인관계(박경옥·박기환, 2007), 심리적 안녕감(이나빈 외, 2011)에 영향을 줄 수 있으며, 정서조절을 하기 위해 개인이 사용하는 전략이 정서조절의 성패에 영향을 주므로(Gross, 2002), 정서조절전략은 개인의 정서와 적응뿐 아니라 대인관계 갈등의 해결에도 영향을 줄 수 있다(이수진·안경식, 2010).

이러한 정서조절전략과 관련하여, 대인관계 갈등상황이 발생했을 때, 정서를 처리하는 데 있어 가장 먼저 정서에 대한 인식이 필요하다는 것은 잘 알려져 있다. 구체적으로는 정서에 주의를 기울여야 하고, 해당 정서가 무엇을 의미하는지에 대해 명확히 인식하는 것이 필요하다. 이에 여러 연구에서는 정서인식곤란, 정서인식명료성에 대해 주목해왔다(최정아, 2020). 또한, 마음챙김이나 체험중심적 정서처리의 중요성을 강조하는 계열의 연구들(Gendlin, 1996; Greenberg, 2016)에서는 신체자각을 활용하는 역량을 강조해 왔다. 또한 Garnefski et al.(2001)은 개인이 성장함에 따라 정서조절전략이 외적이고 행동적인 방식에서 내적이고 인지적인 측면으로 옮겨간다고 주장하여 아홉가지 인지적 정서조절전략을 제안하였다. '자기비난(self-blame)'이란 어떤 경험이든 스스로를 비난하는 생각을 하는 전략, '타인비난(other-blame)'이란 사건 발생의 원인이 다른 사람에게 있다고 생각 혹은 다른 사람이 잘못된 점을 생각 하는 전략, '반추(rumination)'란 발생한 사건과 관련된 생각과 감정을 되짚어보거나 빠져있는 전략, '파국화(catastrophizing)'란 발생한 사건으로 인해 하게 된 경험의 부정적인 측면에 초점을 두어 자신의 경험이 최악인 것으로 여기는 전략, '수용(acceptance)'이란 발생한 사건 그 자체를 있는 그대로 자신

의 경험으로 받아들이는 전략, ‘균형있게 바라보기(균형조망 putting into perspective)’란 현재 사건의 심각성을 덜도록 다른 사건과 비교해서 상대성을 강조하거나 관점전환 전략, ‘긍정적 재초점(positive refocusing)’이란 자신에게 발생한 사건에 집중하는 대신 사건과 아무 상관없는 즐거운 일을 생각하거나 기분 좋은 것을 생각하는 기분전환 전략, ‘긍정적 재평가(positive reappraisal)’란 해당 사건과 경험이 지닌 긍정적 측면이나 의미를 찾아내고, 이를 통해 자신이 더 강한 사람이 될 수 있을 것이라 생각하는 전략, ‘해결중심사고(refocus on planning)’란 해당 사건을 해결하기 위해, 향후 취해야 할 방안에 대해 구체적으로 생각하는 전략이다. 한편, 여러 연구들에서 성공적인 정서조절을 저해하고, 여러 역기능적인 파급효과를 미치는 이유로 사람들이 정서체험을 ‘회피’하는 반응을 대처전략으로 사용하여 왔음을 지적해왔으므로(Hayes et al., 2012), 회피전략에 대한 부분에도 주목할 필요가 있다.

정서조절전략에 대해 대학생의 전공계열별, 성별 차이를 살펴본 경험적 연구들을 살펴보면, 전공계열별 보고한 국내 연구는 찾아보기 어려웠고, 성별 차이를 보고한 연구들이 일부 존재하였다. 황여주(2013)의 연구에서는 정서조절곤란척도(DERS, 조용래, 2007)를 사용하여 총점으로 비교하였는데, 여자 대학생이 남자대학생보다 통계적으로 유의한 수준으로 정서조절곤란을 더 보고하는 것으로 확인되었다.

3. 갈등대처전략과 정서조절전략과의 관련성

갈등상황에 직면할 경우, 대개의 경우 당황, 불안 등 정서적인 어려움을 경험할 수 있으므로, 성공적인 갈등대처에 정서조절역량은 중요한 역할을 할 수 있을 것으로 유추해 볼 수 있다. 지금까지의 연구들은 갈등대처전략과 정서조절전략간의 관련성을 살펴봄에 있어 구체적인 정서조절전략과의 관련성을 살펴보기 보다는 주로 정서지능과의 상관을 살펴보았다. 실제로 갈등대처능력과 정서지능은 정적상관이 있는 것으로 알려져 왔다(Winardi et al., 2022). 지금까지의 연구는 첫째, 정서지능을 총점으로 처리하여 살펴보는 연구의 흐름이 있다(Schlaerth et al., 2013; Vashisht et al., 2018). 이는 구체적으로 어떠한 정서조절전략의 작용이 어떠한 갈등대처전략과 관련성이 있는지에 대한 정보를 제시해 주지 못한다는 제한점을 지닌다. 둘째, 정서조절의 하위구인을 구분한 경우, 구체적인 정서조절전략에 대해 CERQ에서는 자기비난, 타인비난, 파괴화, 반추, 수용, 균형있게 바라보기, 긍정적 재초점, 긍정적 재평가, 해결중심사고와 같이 세분화하여 제시하고 있으며, 그 밖에도 회피분산적 양식, 감각복귀와 같은 정서조절전략이 존

재함이 제안되어 왔음에도 실제 경험적 연구에서는 구체적인 갈등대처전략과 정서조절작용간의 관련성을 확인하기 보다는 정서조절의 경우, 정서조절전략 총점(박소연, 2019), 긍정대 부정적 정서조절전략(CERQ)(조성현, 2012), 혹은 능동적, 회피분산적, 지지추구적 정서조절전략 등의 구분(사공미숙, 2006; 윤석빈, 1999; 이수진·안경식, 2010; 임전옥, 2003)에 그쳐왔다.

III. 연구방법

1. 연구대상

G지역 소재 대학 공과대학 교양강의 수업의 일환으로 실시하였고, 연구참여는 온라인 설문조사 시스템을 활용하여 링크를 통해 참여할 수 있도록 하였다. 연구참여에 동의한 548명을 대상으로 분석을 실시하였다. 전체참여자의 성별은 남학생이 429명(78.28%), 여학생이 119명(21.72%)의 분포를 보였으며, 세부전공은 화학공학 212명(38.7%), 전자/컴퓨터공학 139명(25.3%), 인공지능공학 52명(9.5%), 산업공학 100명(18.2%), 기계공학 27명(4.9%), 기타공학 9명(1.6%) 무응답 9명(1.6%)였다(Table 1). 연령은 Table 2와 같이 18-20세가 307명(56.02%)으로 가장 많은 비중을 차지하였고, 21-22세가 86명(15.69%), 23-24세가 85명(15.51%), 25-30세가 67명

Table 1 Subjects by majors(N=548)

Major	Number of people (persons)	Ratio (%)
Electronic/Computer Engineering	139	25.3
Artificial Intelligence Engineering	52	9.5
Chemical Engineering	212	38.7
School of Industrial Engineering	100	18.2
Mechanical Engineering	27	4.9
Other engineering majors	9	1.6
Not indicated	9	1.6
Total	548	100

Table 2 Subjects by age(N=548)

Age Range	Number of people (persons)	Ratio (%)
18-20	307	56.02
21-22	86	15.69
23-24	85	15.51
25-30	67	12.23
Above 30	3	0.55
Total	548	100

(12,23%), 30세 이상이 3명(0.55%)으로, 평균연령은 21.48세 (SD=2.31)이다.

2. 연구도구

가. 갈등대처전략

본 연구는 갈등에 대한 대처 및 해결전략을 측정하는 선행연구들에서 주로 채택해온 Rahim(1983)의 척도를 토대로 하되, 관련하여 추가적으로 제안되어 온 요인들을 종합하여, 유사속 성별로 총 10개의 하위구인을 구성하였으며, 6점 리커트 척도로 응답하도록 하였다. 대체로 갈등대처전략 중 긍정적, 부정적인 대처전략으로 분류되는 요인들이 있어, 다음과 같이 정의하였다(Table 3).

먼저 긍정적 갈등대처전략으로 첫째, ‘타협’요인은 Rahim (1983)의 척도를 친구와의 관계 상황에 적용할 수 있도록 수정한 McGill 갈등해결전략 척도(Mendelson, et al., 1995)를 번역, 수정한 하지원(2004)의 척도 중 ‘협력과 절충’구인이 본 연구에 ‘타협’구인에 해당하므로, 해당 구인에 가장 의미에 부합하는 총5문항을 선별하여 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .82로 나타났다. 둘째, ‘이해’요인은 Arellano & Markman(1995)이 개발한 갈등해결전략척도(Managing Affect and Differences Scale; MADS)를 국내에 번역하면서 요인구조에 맞게 수정한 김나리(2002)의 척도 1요인 ‘관심과 이해’에서 29,64,73,7번 총 4문항을 선별하여 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .80로 나타났다. 셋째, ‘확인’요인은 김나리(2002)의 척도 7요인 ‘확인’ 24,20,21번 총 3문항을 선별하여 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .87로 나타났다. 넷째, ‘초점유지’요인은 김나리(2002)의 척도 5요인 ‘초점유지’ 88,62,56,60번 총 4문항을 모두 가져와서 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .85로 나타났다. 다섯째, ‘유예’요인은 김나리(2002)의 척도 6요인 ‘유예’ 27,35,48번 총 3문항을 모두 가져와서 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .92로 나타났다.

다음으로 부정적 갈등대처전략으로 첫째, ‘회피’요인은 하지원(2004)가 수정·보완한 McGill 갈등해결전략 척도(Mendelson et al., 1995)에서 총7문항 모두 가져와서 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .80로 나타났다. 둘째, ‘양보’요인은 하지원(2004)이 번역·수정한 McGill 갈등해결전략 척도(Mendelson et al., 1995)에서 총6문항만 선별하여 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였

다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .91로 나타났다. 셋째, ‘지배’요인은 하지원(2004)가 번역·수정한 McGill 갈등해결전략 척도(Mendelson et al., 1995)에서 총7문항을 모두 가져와서 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .87로 나타났다. 넷째, ‘공격’요인은 Alexander (2000)가 개발한 척도를 최창욱 외(2004)가 수정·보완한 척도에서 ‘공격’에 해당하는 8개 문항을 선별하여 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .92로 나타났다. 다섯째, ‘부정적 감정표출’은 김지현(2006)이 김나리(2002)가 번역한 Arellano & Markman(1995)의 갈등해결전략척도(MADS), 최규련(1994), 박지숙(2001)의 척도를 참고하여 재구성한 갈등대처행동 척도에서 부정적감정행동표출 5,10,13,17,22,26번 총5문항 모두 가져와서 다양한 대인관계 상황에 맞도록 수정하였다. 본 연구에서 Cronbach’s α 는 .93로 나타났다.

Table 3 Construct, number of items, and cronbach’s α of interpersonal conflict coping strategy scale

Construct	Sub-construct	Item	Cronbach’s α
Positive interpersonal conflict coping strategies	compromising	5	.82
	understanding	4	.80
	validation	3	.87
	focusing	4	.85
	stop action	3	.92
Negative interpersonal conflict coping strategies	avoding	7	.80
	obliging	6	.91
	dominating	7	.87
	aggression	8	.92
	negative emotional expression	5	.93

나. 정서조절전략

본 연구는 정서를 처리하는 전략들에 대해 측정하는 선행연구들에서 많이 사용되어 오고 있는 Garnefski et al.(2001)이 개발한 CERQ(Cognitive Emotion Regulation Questionnaire)를 안현외(2013)가 타당화한 척도를 토대로 하되, 정서조절과 관련하여 주요하게 언급되고 있는 정서인식, 감각복귀와 같은 요인들을 추가적으로 고려하고자 정서인식곤란척도, 감각복귀척도, 정서조절양식 체크리스트에서 해당 요인들을 종합하여 총 11개의 하위구인으로 척도를 구성하였다(Table 4). 문항구성 및 원척도에 대한 정보는 다음과 같으며, CERQ는 5점 리커트 척도, 나머지는 6점 리커트 척도로 측정하였다.

첫째, 대인관계 갈등상황에서 자신의 정서에 대해 주의를 기울이는 데 어려움을 경험하는 정도로 ‘정서에 대한 주의곤

란'을, 둘째, 자신의 정서에 대해 정확하게 인식하는 것에 어려움을 경험하는 정도로 '정서명료화곤란'을 측정하고자 최정아(2020)의 정서인식곤란척도를 사용하였다. 구인별 문항수는 각각 4문항이며, 본 연구에서 Cronbach's α 는 각각 .82, .82로 나타났다. 다음으로, 대인관계 갈등상황에서 신체자각을 활용하는 역량을 측정하고자 Mehling et al.(2015)이 개발하고, 김완석 외(2016)가 수정 보완 및 타당화한 다차원 내수용자각척도(Korean Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness: K-MAIA) 중 감각복귀 하위구인을 사용하였다. 해당척도는 7문항이나 본래 정의를 분명하게 표현하지 못해 내용타당도가 떨어지는 것으로 보이는 23, 24, 27번을 제외하고 5문항만 사용하였다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 .79로 나타났다.

대인관계 갈등상황 발생시 무조건 '회피'하는 쪽으로 대처하는 정도를 측정하기 위해 윤석민(1999)이 개발하고, 임전옥(2003)이 수정, 확대한 정서조절양식 체크리스트 중 회피분산적 양식 구인 중 내용이 적절한 문항 5문항을 사용하였다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 .84로 나타났다.

또한 인지적 정서조절전략들을 측정하기 위해 CERQ 척도를 사용하였으며, 5점 리커트 척도로 구성하였다. 본 연구에서 Cronbach's α 는 자기비난 .80, 파국화 .77, 타인비난 .83, 반추 .80, 수용 .77, 균형조망 .73, 긍정적 재초점 .88, 해결중심 사고 .85, 긍정적 재평가 .85로 나타났다.

Table 4 Construct, number of items, and cronbach's α of emotional regulation strategy scale

Subconstruct	Item	Cronbach's α
difficulty in attention to feelings	4	.82
difficulty in emotional clarity	4	.82
return to body	5	.79
avoidance and diversion	5	.84
self-blame	4	.80
catastrophizing	4	.77
other-blame	4	.83
rumination	4	.80
acceptance	3	.77
putting into perspective	4	.73
positive refocusing	4	.88
refocus on planning	4	.85
positive reappraisal	4	.85

3. 분석방법

먼저, 갈등대처전략과 정서조절전략의 관련성을 확인하기 위

해 상관분석을 실시하였고, 수집된 데이터의 성별 비율의 상이함으로 인한 변인점수에 유의한 차이가 발생하는지를 확인할 필요가 있어 독립표본 t-test를 실시하였다. 이후 여러 정서조절전략들이 각각의 갈등대처전략에 주는 영향력을 파악하기 위해 각각의 갈등대처전략을 준거변인으로 하여 중다회귀분석(multiple regression analysis) 중 단계적 선택법(stepwise selection)을 사용하였다. 이는 준거변인에 영향을 주는 것으로 알려진 여러 개의 변인들을 동시에 고려하되, 실제 변인들 간의 영향력에 대한 정보가 충분하지 못하여 탐색적 연구가 필요한 상황에서, 개별 준거변인에 대한 영향력이 높은 변수들을 추려낼 수 있는 장점을 지닌 분석방법으로(김원표, 2017; 이학식·임지훈, 2023), 본 연구의 목적과 부합하여 채택하였다.

IV. 연구결과

1. 변인들의 평균 및 변인들 간의 상관

주요변인의 평균, 표준편차, 왜도, 첨도 및 변인간 상관계수는 Table 6과 같다. 가장 높은 평균을 보인 변인은 타협이었으며($m=4.85$, $SD=.67$), 이해, 초점유지, 확인 순으로 4점 이상의 높은 평균을 보였다. 1점대 평균을 보인 변인은 가장 낮은 평균값을 보인 순으로, 부정적 감정표출 1.72($SD=.96$), 파국화 1.89($SD=.84$), 타인비난 1.91($SD=.76$)이다. 한편, 본 연구의 주요변인들의 왜도와 첨도는 모두 Curran et al.(1996)이 제시한 절대값 2미만, 7미만으로 나타나 정규성이 확인되었다.

.6이상의 상관을 보이는 변인은 타협과 이해로 .712의 상관을, .6이상의 상관을 보이는 변인들로는 긍정적 재평가와 해결중심사고가 .686, 수용이 .661, 균형조망이 .655, 이해와 확인이 .650, 수용과 해결중심사고가 .643을, .5이상의 상관을 보이는 변인들로는 반추와 파국화가 .598, 자기비난이 .569, 초점유지와 이해가 .582, 타협이 .549, 수용과 균형조망이 .550, 확인과 타협, 파국화와 자기비난이 모두 .511로 모두 유의수준 .01에서 유의한 것으로 확인되어, 독립변인간 상관이 중다회귀분석을 실시하기에 양호한 것으로 확인되었으며, 다중공선성 확인을 위해 공차(tolerance)와 분산팽창지수(VIF)를 확인한 결과, 모든 변인의 공차는 1에 근접, VIF는 모두 10 이하로 다중공선성에 위배되는 변인은 없는 것으로 확인되었다.

한편, 앞서 전체참여자의 성별 확인결과 남학생 대 여학생의 성비가 약 4:1로 상당한 차이를 보여, 성별에 따라 변인점수에 유의한 차이가 발생하는지를 확인하기 위해 독립표본 t-test를 실시하였다(Table 5). 그 결과, 갈등대처전략 중 확인전략(각각 여 $m=4.55$, 남 $m=4.33$, $t=-2.11$, $p=.04$)과 공격전략(여 $m=3.30$, 남 $m=3.05$, $t=2.96$, $p=.003$)이 여학생이 남학생

Table 5 Results of t-test analysis on major variables by gender(N=548)

	gender	N	m	SD	t	p
compromising	women	119	4.96	.63	1.90	.06
	men	429	4.82	.68		
understanding	women	119	4.83	.80	1.59	.11
	men	429	4.70	.81		
validation	women	119	4.55	.97	2.11	.04*
	men	429	4.33	1.02		
focusing	women	119	4.72	.79	.59	.55
	men	429	4.67	.84		
stop action	women	119	4.01	1.30	1.50	.14
	men	429	3.81	1.28		
avoding	women	119	3.49	.87	.47	.64
	men	429	3.44	.88		
obliging	women	119	3.56	1.12	.49	.63
	men	429	3.51	1.06		
dominating	women	119	3.48	.95	-1.54	.12
	men	429	3.62	.85		
aggression	women	119	3.30	.84	2.96	.00**
	men	429	3.05	.80		
negative emotional expression	women	119	1.70	.89	-1.17	.87
	men	429	1.72	.98		
difficulty in attention to feelings	women	119	2.88	.99	.71	.48
	men	429	2.81	.98		
difficulty in emotional clarity	women	119	2.84	1.16	1.82	.07
	men	429	2.65	1.03		
return to body	women	119	3.25	.96	-3.17	.00**
	men	429	3.56	.94		
avoidance and diversion	women	119	3.14	1.18	1.97	.05*
	men	429	2.91	1.02		
self-blame	women	119	2.26	.78	-3.02	.00**
	men	429	2.51	.89		
catastrophizing	women	119	1.85	.82	-1.66	.51
	men	429	1.91	.84		
other-blame	women	119	1.89	.70	-1.26	.80
	men	429	1.91	.78		
rumination	women	119	2.60	.95	-1.87	.38
	men	429	2.68	.92		
acceptance	women	119	3.01	.88	-1.41	.16
	men	429	3.15	.93		
putting into perspective	women	119	2.73	.80	-1.50	.14
	men	429	2.86	.87		
positive refocusing	women	119	2.49	.96	-1.32	.75
	men	429	2.52	1.00		
refocus on planning	women	119	3.27	.78	-1.53	.60
	men	429	3.32	.90		
positive reappraisal	women	119	2.84	.94	-1.62	.11
	men	429	3.01	1.03		

보다 유의하게 높은 점수를, 정서조절전략 중 감각복귀(각각 여m=3.25, 남m=3.56, $t=-3.17$, $p=.002$)와 자기비난(남m=2.51, 여m=2.26, $t=-3.02$, $p=.003$)은 남학생이 여학생보다 유의하게 높은 점수를, 회피분산적양식(여m=3.14, 남m=2.91, $t=-1.97$, $p=.050$)은 여학생이 남학생보다 유의하게 높은 점수를 나타내었다. 이에 이후 중다회귀분석에서는 성별을 독립변인으로 추가하여 분석하였다.

2. 정서조절전략이 갈등대처전략에 미치는 영향

가. 정서조절전략이 긍정적 갈등대처전략에 미치는 영향

정서조절전략들 중 긍정적 갈등대처전략들 각각에 미치는 유의한 영향을 미치는 전략들을 최종적으로 파악하기 위하여 중다회귀분석 중 단계적 선택법을 적용한 결과는 Table 7과 같다. 먼저, 긍정적 갈등대처전략 중 타협전략에는 최종적으로 6가지 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 확인되었다($F=28.38$, $R^2=.24$, $p<.001$). 표준화 계수의 순서는 해결중심사고, 주의곤란, 타인비난, 성별, 긍정적재평가, 회피분산의 순으로 타협전략의 증가에 유의하게 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 해결중심사고, 긍정적재평가가 각각 .22, .14정도 높아질수록, 주의곤란, 타인비난, 성별, 회피분산이 각각 .11, .13, .18, .07정도 낮아질수록 타협 전략의 증가에 유의한 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 둘째, 긍정적 갈등대처전략 중 이해전략에는 7가지 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 주는 것으로 확인되었다($F=31.57$, $R^2=.29$, $p<.001$). 표준화 계수의 순서는 해결중심사고, 회피분산, 주의곤란, 파국화, 긍정적재평가, 성별, 감각복귀의 순으로 이해 전략의 증가에 유의하게 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 해결중심사고, 긍정적재평가, 감각복귀가 각각 .23, .13, .11 정도 높아질수록, 회피분산, 주의곤란, 파국화, 성별이 각각 .11, .17, .14, .11 정도 낮아질수록 이해 전략의 증가에 유의한 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 셋째, 긍정적 갈등대처전략 중 확인전략에는 5가지 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 주는 것으로 확인되었다($F=23.45$, $R^2=.18$, $p<.001$). 표준화 계수의 순서는 해결중심사고, 감각복귀, 주의곤란, 성별, 회피분산의 순으로 확인전략의 증가에 유의하게 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 해결중심사고, 감각복귀가 각각 .21, .18 정도 높아질수록, 주의곤란, 성별, 회피분산이 .10, .13, .11 정도 낮아질수록 확인전략의 증가에 유의한 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 넷째, 긍정적 갈등대처전략 중 초점유지전략에는 7가지 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 주는 것으로 확인되었다($F=22.92$, $R^2=.23$, $p<.001$). 표준화

Table 6 Descriptive statistics and correlations of major variables(N=548)

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24
1	1																							
2	-0.081	1																						
3	-0.068	.712**	1																					
4	-.090*	.511**	.650**	1																				
5	-0.025	.549**	.582**	.472**	1																			
6	-0.064	.166**	.130**	.176**	.191**	1																		
7	-.02	-.054	-.130**	-.067	-.067	.289**	1																	
8	-0.021	0.01	-.108*	-.115**	-.114**	.154**	.554**	1																
9	0.066	.156**	.272**	.233**	.255**	-.066	-.123**	-.355**	1															
10	-.126**	-.257**	-.285**	-.230**	-.331**	-.075	.276**	.284**	-.113**	1														
11	0.007	-.295**	-.252**	-.132**	-.221**	-.226**	-.02	-.107*	.197**	.240**	1													
12	-.03	-.311**	-.332**	-.252**	-.245**	-.062	.117**	.116**	-.088*	.155**	.155**	1												
13	-0.078	-.245**	-.249**	-.165**	-.277**	0.034	.240**	.214**	-.061	.517**	.223**	.234**	1											
14	.134**	.177**	.242**	.260**	.196**	.219**	0.016	-.038	.136**	-.261**	-.054	-.236**	-.083	1										
15	-.091*	-.293**	-.345**	-.234**	-.279**	-.035	.287**	.215**	-.132**	.352**	.211**	.429**	.377**	-.132**	1									
16	.119**	0.071	0.074	0.037	-.017	0.043	.150**	.194**	0.003	.236**	0.021	-.100*	.175**	0.034	-.023	1								
17	0.028	-.103*	-.092*	-.054	-.144**	0.01	.168**	.155**	-.015	.383**	.189**	0.01	.324**	0.036	.100*	.511**	1							
18	0.011	-.150**	-.100*	-.043	-.043	-.047	0.004	-.075	.206**	.139**	.256**	0.077	.176**	0.024	.169**	.146**	.497**	1						
19	0.037	.155**	.179**	.179**	0.075	0.074	.087*	0.067	0.067	.179**	0.005	-.356**	.146**	.245**	-.137**	.569**	.598**	.262**	1					
20	0.06	.275**	.295**	.210**	.272**	0.037	-.046	-.049	.176**	-.182**	-.122**	-.180**	-.175**	.190**	-.167**	.435**	.189**	.135**	.438**	1				
21	0.064	.209**	.218**	.125**	.128**	0.044	0.039	0.079	.085*	-.130**	-.116**	-.056	-.008	.236**	-.002	.281**	.168**	.214**	.295**	.550**	1			
22	0.014	.104*	.110*	.108*	0	.104*	0.037	0.038	0.038	-.212**	-.061	-.035	-.072	.318**	0.055	.109*	.141**	.180**	.206**	.308**	.528**	1		
23	0.023	.388**	.436**	.328**	.372**	0.048	-.144**	-.198**	.196**	-.363**	-.161**	-.333**	-.296**	.276**	-.350**	.280**	0.08	0.08	.394**	.643**	.472**	.368**	1	
24	0.069	.324**	.360**	.263**	.228**	0.039	-.083	-.08	.158**	-.282**	-.166**	-.216**	-.184**	.308**	-.207**	.306**	.116**	0.075	.389**	.661**	.655**	.538**	.686**	1
m	.78	4.85	4.73	4.38	4.68	3.85	3.45	3.52	3.59	3.10	1.72	2.83	2.69	3.49	2.96	2.46	1.89	1.91	2.67	3.12	2.83	2.52	3.31	2.97
SD	.41	.67	.81	1.02	.83	1.29	.88	1.08	.87	.82	.96	.98	1.06	.95	1.06	.87	.84	.76	.92	.92	.85	.99	.88	1.01
왜도	-1.38	-0.46	-0.46	-0.34	-0.31	-0.32	-0.22	0.04	-0.16	1.43	0.13	0.38	-0.13	-0.01	0.54	0.92	0.85	0.33	0.15	0.24	0.29	-0.02	0.12	
첨도	-0.11	0.29	-0.16	-0.23	-0.43	-0.58	0.58	-0.34	0.26	0.24	1.49	-0.27	-0.08	0.23	-0.45	-0.15	0.32	0.79	-0.42	-0.54	-0.49	-0.55	-0.44	-0.69

1:gender, 2:compromising, 3:understanding, 4:validation, 5:focusing, 6:stop action, 7:avoding, 8:obliging, 9:dominating, 10:aggression, 11:negative emotional expression, 12:difficulty in attention to feelings, 13:difficulty in emotional clarity, 14:return to body, 15:avoidance and diversion, 16: self-blame, 17:catastrophizing, 18:other-blame, 19: rumination, 20:acceptance, 21:putting into perspective, 22:positive refocusing, 23:refocus on planning, 24:positive reappraisal. * $p < .05$, ** $p < .01$

Table 7 The impact of emotion regulation strategies on positive conflict coping strategies(N=548)

	compromising			understanding			validation			focusing			stop action		
	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β
gender	-.18**	.06	-.11	-.22**	.07	-.11	-.33**	.10	-.13				-.30*	.13	-.10
refocus on planning	.17***	.04	.22	.21***	.05	.23	.24***	.05	.21	.26***	.05	.27			
return to body				.09**	.03	.11	.20***	.04	.18	.12**	.04	.14	.31***	.06	.23
positive reappraisal	.09**	.03	.14	.10*	.04	.13									
positive refocusing										-.14***	.04	-.16			
putting into perspective															
acceptance										.10*	.05	.11			
avoidance and diversion	-.07*	.03	-.11	-.13***	.03	-.17	-.10*	.04	-.11	-.07*	.03	-.09			
catastrophizing				-.11**	.04	-.11				-.13**	.04	-.13			
difficulty in attention to feelings	-.11***	.03	-.15	-.11**	.04	-.14	-.10*	.05	-.10						
difficulty in emotional clarity										-.08*	.04	-.11			
other-blame	-.13***	.03	-.15												

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

계수의 순서는 해결중심사고, 명료화곤란, 긍정적재초점, 감각복귀, 파국화, 수용, 회피분산적양식의 순으로 초점유지전략의 증가에 유의하게 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 해결중심사고, 감각복귀, 수용이 각각 .27, .14, .11 정도 높아질수록, 명료화곤란, 긍정적 재초점, 파국화가 각각 .11, .16, .13 정도 낮아질수록 초점유지 전략의 증가에 유의한 영향을 미치

는 것으로 파악되었다. 다섯째, 긍정적 갈등대처전략 중 유예 전략에는 감각복귀, 성별 즉, 2가지 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 미치는 것으로 확인되었으며, 표준화계수는 .23이다 ($F=16.42$, $R^2=.06$, $p < .001$). 즉, 감각복귀가 .23정도 높아질수록, 성별이 .10 낮아질수록 유예전략의 증가에 유의한 영향을 미치는 것으로 파악되었다.

나. 정서조절전략이 부정적 갈등대처전략에 미치는 영향
 정서조절전략들 중 부정적 갈등대처전략들 각각에 미치는 유의한 영향을 미치는 전략들을 최종적으로 파악하기 위하여 중다회귀분석 중 단계적 선택법을 적용한 결과는 Table 8과 같다. 먼저, 부정적 갈등대처전략 중 회피 전략에는 최종적으로 5가지의 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 주는 것으로 확인되었다($F=16.92, R^2=.14, p < .001$). 표준화 계수의 순서는 회피분산, 자기비난, 명료화곤란, 타인비난, 파국화의 순으로 회피전략의 증가에 유의하게 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 회피분산, 자기비난, 명료화곤란이 각각 .26, .10, .11 정도 높아질수록 회피 전략의 증가에 유의한 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 둘째, 부정적 갈등대처전략 중 양보 전략에는 최종적으로 6가지의 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 주는 것으로 확인되었다($F=19.04, R^2=.17, p < .001$). 표준화 계수의 순서는 회피분산, 자기비난, 해결중심사고, 균형조망, 타인비난, 파국화의 순으로 양보전략의 증가에 유의하게 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 회피분산, 자기비난, 균형조망, 파국화가 각각 .14, .18, .18, .15 정도 높아질수록, 해결중심사고, 타인비난이 각각 .28, .22 정도 낮아질수록 양보 전략의 증가에 유의한 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 셋째, 부정적 갈등대처전략 중 지배 전략에는 5가지의 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 주는 것으로 확인되었다($F=13.90, R^2=.11, p < .001$). 표준화 계수의 순서는 타인비난, 해결중심사고, 파국화, 회피분산적양식, 감각복귀의 순으로 지배전략의 증가에 유의하게 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 타인비난, 해결중심사고, 감각복귀가 각각 .29, .12, .09 정도 높아질수록, 파국화, 회피분산적양식이 .16, .11 정도

낮아질수록 지배 전략의 증가에 유의한 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 넷째, 부정적 갈등대처전략 중 공격 전략에는 성별과 8가지의 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 주는 것으로 확인되었다($F=54.678, R^2=.48, p < .001$). 표준화 계수의 순서는 명료화곤란, 파국화, 해결중심사고, 감각복귀, 반추, 회피분산, 긍정적재초점, 자기비난, 성별의 순으로 공격 전략의 증가에 유의하게 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 회피분산, 타인비난, 명료화곤란이 각각 .18, .25, .20 정도 높아질수록, 긍정적 재평가가 .16 정도 낮아질수록 공격 전략의 증가에 유의한 영향을 미치는 것으로 파악되었다. 다섯째, 부정적 갈등대처전략 중 부정적 감정표출 전략에는 4가지의 정서조절전략이 유의한 정적 영향을 주는 것으로 확인되었다($F=21.14, R^2=.14, p < .001$). 표준화 계수의 순서는 타인비난, 명료화곤란, 회피분산, 균형조망의 순으로 부정적 감정표출 전략의 증가에 유의하게 높은 영향을 미치는 것으로 나타났다. 즉, 타인비난, 명료화곤란, 회피분산이 각각 .25, .12, .12 정도 높아질수록, 균형조망이 .16 정도 낮아질수록 부정적 감정표출 전략의 증가에 유의한 영향을 미치는 것으로 파악되었다.

V. 논의 및 결론

본 연구는 지금까지의 선행연구에서 제안된 다양한 갈등대처 전략과 정서조절전략을 종합하고, 이들 간의 관련성을 살펴보고자 하였다. 구체적으로, 갈등대처전략 및 정서조절전략 각각을 구성하는 다양한 구인들을 고려하기 위하여, 각각의 갈등대처전략들에 실제로 어떠한 정서조절전략들이 영향을 주는지에 대한 구체적인 영향력을 파악하고자 중다회귀분석을 실시하였

Table 8 The impact of emotion regulation strategies on negative conflict coping strategies($N=548$)

	avoding			obliging			dominating			aggression			negative emotional expression		
	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β	B	SE	β
gender										-.18**	.06	-.09			
refocus on planning				-.34***	.06	-.28	.12**	.05	.12	-.23***	.04	-.25			
return to body							.08*	.04	.09	-.12***	.03	-.14			
positive reappraisal															
positive refocusing										-.11***	.03	-.13			
putting into perspective				.23***	.06	.18							-.18***	.05	-.16
acceptance															
avoidance and diversion	.21***	.04	.26	.15**	.04	.14	-.09*	.04	-.11	.12***	.03	.15	.11**	.04	.12
other-blame	-.16**	.05	-.14	-.31***	.07	-.22	.34***	.05	.29				.31***	.05	.25
difficulty in emotional clarity	.09*	.04	.11							.20***	.03	.26	.11**	.04	.12
self-blame	.09*	.05	.09	.22***	.06	.18				.11**	.04	.12			
catastrophizing	.13*	.06	.13	.19**	.07	.15	-.17**	.05	-.16	.18***	.04	.18			
rumination										.14**	.04	.16			

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

다. 본 연구에서 나타난 주요결과는 다음과 같다.

긍정적인 갈등대처전략들과 관련하여, 첫째, 공과대학 여학생들이 남학생들보다 타협, 이해, 확인, 유예전략을 유의하게 높은 정도로 사용하는 것이 확인되었다. 공과대학생을 대상으로 성별차이를 확인한 연구는 없으므로 직접적인 비교는 어려우나, 타협의 경우, 이에 해당하는 절충/통합/협력에서 통계적으로 유의한 것까지는 아니었으나, 안도연·이훈진(2019)의 연구에서 여자대학(원)생들이 남자대학(원)생들보다 높은 경향성을 보인 부분과 일치한다. 이는 타협전략의 경우, 여성이 더 타협전략을 사용하는 경향성이 있을 가능성을 시사한다. 하지만, 이해, 유예, 확인전략의 경우, 류정화·정남운(2023)의 연구는 본 연구와 반대의 결과를 보고하였다. 그들의 연구결과에서는 통계적으로 유의하지는 않았으나, 남자대학생의 점수가 여자대학생의 점수보다 높은 경향성이 확인되었다. 이렇듯 상반된 결과들이 존재하므로, 타협, 이해, 확인, 유예 전략의 전공별 특징, 성별특징이 존재하는지를 여부를 확인하기 위해서는 추후 다양한 전공에서의 성별차이에 대한 연구결과들을 통해 검증해 볼 필요가 있다. 둘째, 정서조절전략들 중 높은 해결중심사고와 낮은 회피분산전략의 사용이 공통적으로 타협, 이해, 확인, 초점유지 대처의 사용과 관련이 있었다. 이는 회피를 적게 하고, 해결중심적 접근을 많이 하는 사람들이 긍정적 갈등대처 전략들을 많이 사용함을 시사한다. 셋째, 정서조절전략 중 감각복귀 전략이 이해, 확인, 초점유지, 유예 대처와 관련을 보였으며, 특히 유예전략은 감각복귀전략과만 밀접한 관련성이 확인되었다. 이는 타협전략을 제외한 모든 긍정적 갈등대처전략들이 정서조절전략 중 감각복귀전략을 동원하고 있음을 의미하는 것으로, 감각복귀전략의 사용이 긍정적 갈등대처전략 사용을 촉진시키는 데 유용할 가능성을 시사한다. 따라서 공과대학 학생들 중 이해, 확인, 초점유지, 유예 대처전략의 활용에 어려움을 겪는 경우, 감각복귀 역량을 육성하는데 유용한 것으로 알려져 있는 마음챙김 프로그램(Mindful Based Stress Reduction; MBSR, Germer et al., 2012) 등의 개입을 제공해 줄 필요가 있다. 넷째, 정서에 대한 주의곤란에 어려움이 적어야 갈등대처전략 중 타협, 이해, 확인 전략을 사용한 긍정적인 갈등대처가 가능하며, 자신이 경험하고 있는 정서가 어떤 정서인지를 인식하는 전략 즉, 정서에 대한 명료화곤란에 어려움이 적어야 갈등대처전략 중 초점유지를 사용한 긍정적인 갈등대처가 가능한 것으로 확인되었다. 이는 이상의 긍정적인 갈등대처 역량을 육성시키기 위해 정서에 대한 주의집중 훈련을 돕는 MBSR(Germer et al., 2012), MBCT(Williams & Penman, 2011) 등의 프로그램, 정서에 대한 명료화를 돕는 Focusing(Gendlin, 1996), EFT(Greenberg, 2016) 등의 프로그램을

활용하는 것이 유용할 것이라는 개입의 시사점을 제공해 주었다. 다섯째, 정서조절전략 중 부정적인 전략인 파국화를 사용할수록 긍정적인 갈등대처전략 중 이해와 초점유지전략의 사용이 유의하게 낮은 것이 확인되었다. ‘파국화’란 발생한 사건으로 인해 하게 된 경험의 부정적인 측면에 초점을 두어 자신이 하고 있는 경험을 매우 안좋은 것이라고 여기는 것으로, 경험의 공포스러운 면에 집중하고, 자신이 다른 사람들보다 훨씬 나쁜 경험을 했다는 생각을 하게 한다(안현의 외, 2013). 파국화는 사람들이 부적응적으로 행동하게 하는 데 영향을 주는 핵심 비합리적 사고 중 하나로서(Ellis & MacLaren, 1995), 공과대학 학생들 중 이해와 초점유지전략의 사용에 어려움을 경험하는 경우, 파국화 전략의 사용이 높은 가능성을 확인할 필요가 있으며, 만일 파국화 전략을 과도하게 사용할 경우, 이를 개선하기 위해서 Ellis & MacLaren(1995)이 제안하는 합리적 정서행동치료(Rational Emotive Behavior Therapy; REBT)를 통해 비합리적인 사고를 개선하도록 도움을 제공해 줄 필요가 있겠다.

부정적인 갈등대처전략들과 관련하여, 첫째, 공과대학 여학생들이 남학생들보다 공격 전략을 유의하게 낮은 정도로 사용하는 것이 확인되었다. 공격 전략에 대한 성별차이를 보고한 국내 연구는 없다. 다만, 황여주(2013), 김나리(2002)와 김지현(2006)의 연구에서 여자대학생이 남자대학생보다 통계적으로 유의하게 높은 ‘부정적 감정표출’을 보였음을 보고한 바 있는데, 본 연구에서는 해당구인의 성차가 보고되지 않아 류정화·정남운(2023)의 결과와 일치하는 결과가 나타났다. 이렇듯 연구결과가 표집에 따라 다르게 보고되고 있는 만큼, 추후 다양한 표집을 통해 전공과 성차에 대한 확인이 필요하다. 둘째, 갈등대처전략 중 지배전략은 높은 해결중심사고와 낮은 회피분산, 파국화, 높은 감각복귀 정서조절전략의 사용과 관련이 있다는 측면에서 기능적인 측면이 있는 반면, 타인비난 전략을 높게 사용한다는 점이 특이할 만하다. 지배전략이 대인관계 갈등상황에 대한 대처에 기능적인지 아니면 역기능적인지에 대한 보다 면밀한 판단을 위해 지배전략을 높게 사용하는 학생들 및 이들과 실제 상호작용하는 주변 학생들의 갈등대처전략과 정서조절전략, 대인관계 만족도 등의 관련성을 심도있게 살펴보는 후속연구가 필요할 것으로 시사된다. 셋째, 부정적 갈등대처전략 중 속성이 유사해 보이는 공격과 부정적 감정표출은 본 연구에서 상이한 정서조절전략을 사용하는 것으로 밝혀졌다. 공격과 부정적 감정표출 모두 높은 회피분산전략과 정서에 대한 높은 명료화 곤란을 보인다는 공통점이 확인되었으나, 부정적 감정표출의 경우, 균형조망이 부족하고, 타인비난이 높은 특징을 보인 반면, 공격전략은 높은 자기비난, 파국화, 반추,

낮은 감각복귀, 긍정적 재조점, 해결중심사고를 특징으로 보였다. 이는 부정적 감정표출전략은 현재 경험으로부터 관점전환을 하는데 어려움이 있고, 타인을 비난하는 특징을 지닌 반면, 공격전략은 자신을 비난하며, 낮은 감각복귀 즉, 자신의 정서 체험에 어려움을 겪고, 또한 사람들이 부적응적으로 행동하게 하는 데 영향을 주는 것으로 알려진 파국화와 반추를 사용하는 것과 관련을 보이고 있다. 이로 미루어 볼 때, 부정적 감정표출을 완화하기 위해서 MBSR 등 정서에 대한 명료성을 높이는 개입, 관점전환을 높이는 개입을 제공할 필요가 있으며, 공격을 완화하기 위해서는 역시 MBSR 등 정서에 대한 명료성을 높이는 개입을 제공함과 더불어 비합리적 사고를 개선하는 REBT, 반추를 경감시키는 데 도움이 되는 CBT(Beck et al., 1979)나 ACT(Hayes et al., 2012) 등의 개입이 유용할 것으로 시사된다. 마지막으로 부정적 갈등대처전략 중 회피전략은 자기에 대한 비난이 높고, 타인에 대한 비난은 낮은 “I’m Not OK. You’re OK.” 사고와 자신의 체험에 대한 명료화에 곤란을 경험하고, 비합리적인 사고인 파국화가 높은 것과 관련이 확인되었다. 여러 임상적 연구에서 경험에 대한 회피가 우울, 불안과 높은 관련성을 보고해 주고 있는 만큼, 공과대학 학생들 중 해당 전략을 과도하게 높게 사용하는 학생들의 경우, 명료화곤란을 경험하고, 파국화하는 사고를 하는 경향이 과도하다는 점이 확인될 경우, 명료화를 높이고 파국화를 낮추어 주는 MBSR, REBT 등의 프로그램을 제공해 줄 필요가 있겠다.

본 연구는 공과대학 학생들의 각각의 갈등대처전략들별 정서 조절전략들의 관련성을 확인해 봄으로써, 공과대학 학생들의 갈등해결역량을 향상시키기 위해 구체적으로 어떠한 정서조절 전략을 훈련시키는 것이 도움이 될지에 대한 교육 및 개입의 시사점을 제공하였다는 의의를 지닌다. 향후 다양한 전공 학생들의 갈등대처전략과 정서조절전략의 관련성을 살펴봄으로써, 전공계열별 특성에 맞는 개입방안을 모색할 필요가 있겠다. 또한 본 연구는 자기보고식 측정도구를 사용하였는데, 이는 특정 갈등대처전략의 사용에 어떠한 정서조절전략들이 영향을 주는지에 대한 시사점을 얻는데 유용한 측면은 있으나, 엄밀한 의미에서의 인과관계를 의미하는 것은 아니므로, 추후 실험연구 등을 통해 다각도로 정서조절전략과 갈등대처전략의 관련성과 영향을 확인해 볼 필요가 있겠다.

이 연구는 국립금오공과대학교 대학 연구과제비로 지원되었음(2022~2023).

참고문헌

1. 강현주(2017). 호텔조직에서 변혁적 리더십과 서번트 리더십이 갈등관리전략과 혁신행동에 미치는 영향. *Tourism Research*, 42(2), 1-27.
2. 김나리(2002). 대학생의 이성관계에서 애착이 갈등 해결 전략에 미치는 영향부정적 기본조절 기대치를 매개변인으로. 석사학위논문. 연세대학교 대학원.
3. 김선규·최성환(2019). 다문화주의에서의 도덕과 정치의 변증법-당위와 존재 사이에서의 갈등과 대립을 중심으로. *다문화콘텐츠연구*, 31, 143-171.
4. 김영수(2022). 분리-개별화와 갈등해결전략의 관계: 인지적 정서조절의 매개효과. *한국웰니스학회지*, 17(1), 327-336.
5. 김완석·심교린·조옥경(2016). 한국판 다차원 신체자각척도(K-MAIA): 개발과 타당화. *스트레스*, 24(3), 177-192.
6. 김원표(2017). 다시쓰는 통계분석 고급회귀분석. 서울:와이즈인컴퍼니.
7. 김지현(2006). 조망수용, 관계귀인, 갈등대처행동 및 이성교제 만족도 간의 관계. 석사학위논문. 가톨릭대학교 상담심리대학원.
8. 김혜림(2015). 대학생의 자아분화가 대인관계에 미치는 영향: 정서표현양가성과 갈등해결전략의 매개효과. 석사학위논문. 건국대학교 대학원.
9. 김희숙(2006). 정서조절양식, 사회적 문제해결 능력 및 대학생활 적응의 관계. 석사학위논문. 가톨릭대학교 대학원.
10. 류정화·정남운(2023). 대학생의 개별성-관계성의 하위집단에 따른 갈등해결전략이 이성 관계 만족도에 미치는 영향. *학습자 중심교과교육연구* 23(15), 463-483.
11. 박경옥·박기환(2007). 정서강도와 정서인식의 명확성, 정서조절양식이 대인관계에 미치는 영향. *가톨릭대학교 사회과학연구소*, 23, 77-95.
12. 박소연(2019). 대학생의 정서인식 명확성과 대인관계능력 간의 관계에서 정서조절능력에 의한 갈등대처방식의 조절된 매개효과. 석사학위논문. 단국대학교 대학원.
13. 박승민·이수원(1995). 갈등관리훈련을 통한 갈등대처행동의 인지적 구성변인 분석. *한국심리학회지: 상담 및 심리치료*, 5(1), 90-117.
14. 박지숙(2001). 청소년기 이성관계에서의 갈등협상전력과 자아 중심성과의 관계. 석사학위논문. 경산대학교 대학원.
15. 박희경(2011). 성인애착과 갈등해결전략의 관계: 거부민감성의 매개효과. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
16. 사공미숙(2006). 대학생의 애착과 정서조절 양식이 갈등해결전략에 미치는 영향. 석사학위논문. 경북대학교 대학원.
17. 안도연·이훈진(2019). 중용적 태도 함양 프로그램의 개발과 효과검증: 대인관계 문제를 중심으로. *한국심리학회지: 일반*, 38(2), 147-183.

18. 안현의·이나빈·주혜선(2013). 한국판 인지적 정서조절전략 척도(K-CERQ)의 타당화. *상담학연구*, 14(3), 1773-1794.
19. 윤석빈(1999). 경험하는 정서의 종류와 선행사건에 따른 정서조절양식의 차이. 석사학위논문. 서울대학교 대학원.
20. 이나빈·민정아·채정호(2011). 우울장애에서 지각된 스트레스 정도가 희망감에 미치는 영향: 인지적 정서조절 전략 차이. *우울조울병*, 9(2), 78-86.
21. 이수진·안경식(2010). 청소년의 자의식과 정서조절양식이 또래간 갈등해결전략에 미치는 영향. *청소년학연구*, 17(5), 151-170.
22. 이아라·김원호·이주영(2018). 공과대학생의 진로결정 어려움과 정서·성격적 진로문제 분석. *공학교육연구*, 21(3), 20-30.
23. 이은혜·고윤주·오원정(2000). 청소년기 친구에 대한 만족감과 친구의 지원 및 갈등해결. *한국심리학회지: 발달*, 13(3), 105-121.
24. 이정석(2013). 거부민감성과 정서강도가 대인불안에 미치는 영향: 갈등해결전략의 매개효과. 석사학위논문. 대구가톨릭대학교 대학원.
25. 이학식·임지훈(2023). 구조방정식 모형분석과 AMOS 22. 서울: 집현재.
26. 임전욱(2003). 정서인식의 명확성 정서조절양식과 심리적 안녕의 관계. 석사학위논문. 가톨릭대학교 대학원.
27. 장희순(2019). 청소년기 친구관계의 발달적 특성과 성차: 관계유지전략과 갈등해결전략, 우정만족도 간의 관계를 중심으로. *발달지원연구*, 8(1), 37-57.
28. 전인수(2017). 대학생의 정서표현양가성이 대인관계문제에 미치는 영향: 갈등해결전략의 매개효과. 석사학위논문. 군산대학교 대학원.
29. 조성현(2012). 청소년의 자아분화와 인지적 정서조절이 갈등해결전략에 미치는 영향. 석사학위논문. 숙명여자대학교 교육대학원.
30. 조용래(2007). 정서조절곤란의 평가(Assessing Emotion Dysregulation). *한국심리학회지: 임상*, 26(4), 1015-1038.
31. 최구현(1995). 가족체계의 기능성, 부부간 갈등 및 대처방안과 부부의 심리적 적응과의 관계. *대한가정학회지*, 33(6), 99-113.
32. 최정아(2020). 관계갈등 정서인식곤란 척도 개발 및 타당화. *학습자중심교과교육연구*, 20(15), 43-64.
33. 최정아(2019). 공과대학생의 대인관계문제, 정서인식명확성, 공감능력 탐색. *공학교육연구*, 22(6), 63-72.
34. 최창욱 외(2004). 청소년 갈등해결프로그램 개발 및 효과연구. *한국청소년개발원*, 7(5), 1-180.
35. 태연우(2014). 공과대학생의 지각된 스트레스와 정서조절능력이 학교적응에 미치는 영향. 석사학위논문. 전주대학교 대학원.
36. 하지원(2004). 아동이 지각한 가족관계 및 정서조절능력이 친구간 갈등해결전략에 미치는 영향. 석사학위논문. 숙명여자대학교 대학원.
37. 황여주(2013). 미혼남녀의 정서조절과 이성관계만족도 관계에서 갈등대처방략의 매개효과와 갈등빈도의 조절효과. 석사학위논문. 이화여자대학교 대학원.
38. Alexander, K. L.(2000). *Prosocial Behavior of Adolescence in Work and Family Life: Empathy and Conflict Resolution Strategies with Parent and Peers*. doctoral dissertation (Ph. D). Ohio State University.
39. Arellano, C., & Markman, H.(1995). The Managing Affect and Differences Scale(MADS): Self-report Measures Assessing Conflict Management in Couples. *Journal of Family Psychology*, 9(3), 319-334.
40. Beck, A. T. et al.(1979). *Cognitive Therapy of Depression*. The Guilford Press.
41. Blake, R. R., & Mouton, J. S.(1964). *The Managerial Grid*. Houston, Texas: Gulf publishing.
42. Brehm, S. et al.(2002). *Intimate Relationships* (3rd ed.). New York: McGraw-Hill.
43. Collins, W. A. et al.(1997). Conflict Processes and Transitions in Parent and Peer Relationships: Implications for Autonomy and Regulation. *Journal of Adolescent Research*, 14(2), 178-198.
44. Cooper, C. R., & Cooper, R. G.(2016). Links between Adolescents' Relationships with Their Parents and Peers: Models, Evidence, and Mechanisms. In *Family-peer Relationships* (pp. 135-158). Routledge.
45. Curran, P.J. West, S.G., & Finch, J.(1996). The Robustness of Test Statistics to Non-normality and Specification Error in Confirmatory Factor Analysis. *Psychological Methods*, 1(1), 16-29.
46. Deutsch, M.(1973). The Resolution of Conflict: Constructive and Destructive Processes. *American Behavioral Scientist*, 17(2), 248-248.
47. Ellis, A., & MacLaren, C.(1995). *Rational Emotive Behavior Therapy: A Therapist's Guide* (2nd ed.). Impact Publishers.
48. Garnefski, N., Kraaija, V., & Spinhoven, P.(2001). Negative Life Events, Cognitive Emotion Regulation and Emotional Problems. *Personality and Individual Differences*, 30(8), 1311-1327.
49. Gendlin, E. T.(1996). *Focusing-oriented Psychotherapy*. New York: The Guilford Press.
50. Germer, C. K., Siegel, R. D., & Fulton, P. R.(2012). *Mindfulness and Psychotherapy*. The Guildford Press.
51. Greenberg, L. S.(2016). *Emotion-Focused Therapy*. (2nd ed.) American Psychological Association.
52. Gross, J. J.(2002). Emotion Regulation: Affective, Cognitive, and Social consequences. *Psychophysiology*, 39(3), 281-291.

53. Hammock, G. S. et al.(1990). Measurement of Conflict in Social Relationships. *Personality and Individual Differences*, 11(6), 577-583.
54. Hayes, S.C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G.(2012). *Acceptance and Commitment Therapy second edition: The process and Practice of Mindful Change*. New York: Guild Press.
55. Mehling, W. E. et al.(2015). Multidimensional Assessment of Interoceptive Awareness. *PLoS ONE* 7.
56. Mendelson, M. J., Goldbaum, S., & Semeniuk, J.(1995). *Handling Disagreements Questionnaire*. Unpublished measure. McGill University, Montreal, Quebec.
57. Parkinson, B., & Totterdell, P.(1999). Classifying Affect-regulation Strategies. *Cognition & Emotion*, 13(3), 277-303.
58. Pollard, A.(1985). *The Social World of the Primary School*. Eastbourne: Holt, Rinehart and Winston.
59. Rahim, M. A.(1983). A measure of style of handling interpersonal conflict. *Academy Management Journal*, 26, 368-376.
60. Schlaerth, A., Ensari, N. & Christian, J.(2013). A meta-analytical review of the relationship between emotional intelligence and leaders' constructive conflict management. *Group Processes & Intergroup Relations*. 16(1), 126-136.
61. Sternberg, R. J., & Dobson, D.(1987). Resolving Interpersonal Conflicts: An Analysis of Stylistic Consistency. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 794-812.
62. Thomas, K. W., & Kilmann, R. H.(1974). *Thomas-Kilmann Conflict Mode Instrument*. New York: XICOM, Tuxedo.
63. Vashisht, R., Singh, K., & Sharma, S.(2018). Emotional intelligence and its relationship with conflict management and occupational stress: A meta-analysis. *Pacific Business Review International*, 11(4), 30-38.
64. Williams, M., & Penman, D.(2011). *Mindfulness: A Practical Guide to Finding Peace in a Frantic World*. Piatkus Books.
65. Winardi, M. A., Prentice, C., & Weaven, S.(2022). Systematic literature review on emotional intelligence and conflict management. *Journal of Global Scholars of Marketing Science*, 32(3), 372-397.



최정아 (Choi, Jung Ah)

2005년: 서울대학교 교육학과 졸업

2008년: 동 대학원 교육학과 석사

2017년: 동 대학원 교육학과 박사

2018-2023년: 국립금오공과대학교 조교수

2023년~현재: 국립금오공과대학교 부교수

관심분야: 학업, 진로, 심리상담의 변화 메커니즘

E-mail: pecja1@kumoh.ac.kr